

امسية رمضانية ص ٢

افاق عمل المنتدى

العراقي ص ٤

عمل جديد مسموح به ص ٥

اجتماع استثنائي لاجتماع

المنتدى ص ١٣

اهلا بالشهر الكريم

بمناسبة حلول شهر رمضان المبارك، يتقدم المنتدى العراقي وهيئته الادارية باحر التحيات والتبراني الى ابناء الجالية العراقية والعربية والاسلامية متمنين للجميع الصحة والسعادة والمرقبة والعيش الكريم.

المنتدى

Al-Muntada
www.iraqcommunity.org

Issue No: 76 November 2003

صحيفة دورية تصدر عن المنتدى العراقي

العدد ٧٦ تشرين الثاني (نوفمبر) ٢٠٠٣

المنتدى العراقي في بريطانيا يعقد مؤتمره السادس عشر



بدعوة من الهيئة الادارية، عقد المنتدى العراقي مؤتمره السادس عشر يوم ٢٠٠٣/٩/٢٨ على قاعة بلدية ايلنك /غرب لندن. وبعد استكمال عملية التسجيل وقرار العضوية الجديدة والنصاب القانوني، رحبت السيدة ساجدة عطية، عضو الهيئة الادارية بالحضور وقدمت السيد احمد خضير، رئيس المنتدى العراقي الذي لقي كلمة الهيئة الادارية معلنا ابتداء اعمال المؤتمر. ثم توالى كلمات التحية:

- رابطة الاكاديميين العراقيين - بريطانيا
- منظمة الكرد الفيليين الاحرار.
- اتحاد تموز للتنمية الاجتماعية - فرع بريطانيا.
- جمعية الامل العراقية الخيرية.
- جمعية الكندي للمهندسين في المملكة المتحدة.
- الجمعية المندانية في المملكة المتحدة.
- الجمعية النفسية - الاجتماعية في العراق.

الجلسة الافتتاحية للمؤتمر

الرئيس السيد احمد خضير
نائب الرئيس عبد المنعم الاعسم
السكرتير اسامة الوكيل
المالية علاء الصفار
العمل النسوي ساجدة عطية
النشاط الثقافي عبد المنعم الاعسم
النشاط الاجتماعي قيس السهيلي
الشباب علاء الصفار
المدارس فيحاء عبد الوهاب
جريدة «المنتدى» قيس السهيلي
العلاقات العامة احمد خضير

وبعد ذلك جرى انتخاب الهيئة الادارية الجديدة، بالاقتراع السري وفي اجواء ديمقراطية. واختتم المؤتمر بكلمة شكر القاها السيد احمد خضير، وعاهد، نيابة عن الهيئة الادارية الجديدة، الحضور بالعمل على تحقيق اهداف المنتدى وتطوير ادائه ومواصلة خدمة ابناء الجالية. هذا وعقدت الهيئة الادارية الجديدة اجتماعها الاول في ٢٠٠٣/١٠/٧، ووزعت المسؤوليات بين اعضائها على النحو التالي:

الاستشاري عن واقع المنتدى وافاق عمله ارتباطا بالمتغيرات والظروف المحيطة سواء تلك التي لها صلة مباشرة بعمل المنتدى او ما حصل في الوطن الام منذ التاسع من نيسان (ابريل) ٢٠٠٣. وفي سياق المناقشة جرى تقديم العديد من الآراء والملاحظات وتوصل المؤتمر الى تكليف الهيئة الادارية الجديدة مواصلة النقاش والحوار حول هذا الموضوع، عبر تحديد الية مناسبة وبلورة ذلك لاحقا في توجهات عامة لعمل المنتدى.

وقيم العديد من المتحدثين ايجابيا عمل المنتدى والخدمات المتنوعة التي يقدمها المنتدى لابناء الجالية، كما قدموا ملاحظات اخرى بهدف تطوير العمل وتحسينه ومعالجة جوانب الضعف والقصور في بعضها. وتم اقرار التقرير السنوي والمالي وطائفة من القرارات والتوصيات. وخصص المؤتمر وقتا اضافيا لمناقشة «افكار اولية» قدمتها الهيئة الادارية، وهي مجموعة افكار واره جرى تداولها في الهيئة الادارية والمجلس

وبانتهاء الجلسة الافتتاحية تم انتخاب هيئة رئاسة المؤتمر ولجنة الاعتماد وكتابة المحضر. وبالمصادقة على جدول اعمال المؤتمر، بدأت مناقشة التقرير السنوي للمنتدى والذي تضمن عرضا تقويميا لعمل ونشاط المنتدى وهيئاته المختلفة منذ المؤتمر الخامس عشر. وبعد فترة استراحة لتناول الغداء، التأم المؤتمر ثانياً وناقش تقرير المالية والمالية المدققة، مناقشة وقرار مشاريع القرارات والتوصيات.

الداخلية البريطانية تمنع الاقامة الدائمة لـ ٥٠ ألف لاجئ

منحت وزارة الداخلية البريطانية الاقامة الدائمة لـ ١٥ ألف عائلة يقدر عدد افرادها بـ ٥٠ شخص ممن قدموا بطلبات اللجوء قبل ثلاث سنوات أو أكثر. واعلنت وزارة الداخلية يوم الجمعة المصادف ٢٠٠٣/١٠/٢٤ عن عفو «استثنائي» يشمل من تقدموا بطلبات لجوء في بريطانيا قبل الثاني من اكتوبر (تشرين الاول) ٢٠٠٠ ولديهم اطفال ولدوا قبل ذلك التاريخ وعانوا من تاخير طويل لجهة البت في طلباتهم، كما اشارت الى انه بين المستفيدين ايضا اصحاب حالات لم يحسم بعد أمر استئنافهم القضائي لاحكام الطرد «ومن اتخذ بحقهم القرار النهائي» (برفض طلب اللجوء) بيد انه لم يتم اخراجهم من البلاد حتى الآن. وأكدت وزارة الداخلية انها ستبعت وثائق الاقامة الى المسؤولين بهذا القرار خلال الستة أشهر القادمة.

لنرتقي بالمنتدى وعمله الى مستوى طموحنا المشترك

ذات مسؤولية محدودة. ورغم ما أنجز فان هناك الكثير من الآمال والطموحات والمشاريع التي تحتاج إلى العمل والمثابرة على تحقيقها، وربما في مقدمة ذلك تأتي الحاجة إلى مركز ومقر ثابت لجاليتنا. كما اننا بحاجة الى فتح نقاش جدي وبناء حول واقع المنتدى، بالارتباط مع المتغيرات، وافاق عمله، وبين ايديكم افكارا اولية في هذا الشأن، نامل ان تحظى باهتمامكم ومساهمتمكم. واذ نفتح اعمال المؤتمر السادس عشر، نتوجه بالشكر والتقدير لابناء الجالية واعضاء المنتدى والعاملين في هيئاته المختلفة وكذلك مكتبه والمتطوعين والمؤازرين لعمله. كما نتوجه بالتقدير الى كل المؤسسات والمنظمات التي ساعدت المنتدى على مواصلة عمله لتحقيق رسالته وتقديم عطائه، والشكر ايضا للمنظمات العراقية المختلفة، على تعاونها وتنسيقها مع المنتدى. لنعمل جميعا كي نرتقي بالمنتدى وعمله الى مستوى طموحنا المشترك وكذلك مواجهة المتغيرات المحيطة بعملنا.

ولم تبخل في تقديم المساعدة والدعم له. ومنذ انعقاد المؤتمر الخامس عشر، سعينا مواصلة لتقاليد المنتدى ونهجه، الى الاستمرار في تقديم الخدمات لابناء الجالية في المجالات المختلفة: الرعاية الاجتماعية، نوادي كبار السن، الرعاية الصحية، مدارس الرافدين، الطلبة والشباب، اضافة الى انتظام اصدار جريدة «المنتدى» والقيام بمجموعة واسعة من الفعاليات الاجتماعية والثقافية. وتميز نشاط هذا العام، إضافة إلى ما ذكر اعلاه، بالأحداث والتطورات والمتغيرات الهامة في العراق، وكذلك مجموعة الإجراءات التي أقدمت عليها الحكومة البريطانية، ولا شك إنها ألقت، وما زالت، بتأثيرها على أوضاع جاليتنا والمنتدى وعمله، على الأقل لجهة ترتيب الأولويات والامتصاصات والتركيز على ما يشغل أبناء الجالية وانسجاما مع قرارات وتوجهات المؤتمر الخامس عشر اقدم المنتدى على تطوير وتجديد لوائحه الداخلية المختلفة وتثبيت أسس بنائه الداخلي وتم إنجاز تسجيل المنتدى كشركة خيرية

القي السيد احمد خضير، رئيس المنتدى العراقي، كلمة الهيئة الادارية في الجلسة الافتتاحية للمؤتمر السادس عشر وجاء فيها: ايها الاخوات.. ايها الاخوة المحترمون الضيوف الكرام

اعضاء المنتدى العراقي والجالية الاعزاء ارحب بكم جميعا نيابة عن الهيئة الادارية والعاملين في المنتدى العراقي، ونحن نفتتح معا اعمال المؤتمر السادس عشر للمنتدى ونتقدم بالشكر والتقدير لكم على حضوركم واسهامكم في اعماله.

الحضور الكرام منذ تاسيسه في سنة ١٩٨٧سعى المنتدى العراقي إلى خدمة الجالية العراقية والحفاظ على هويتها الاجتماعية والثقافية والدفاع عن مصالحها وتلبية احتياجاتها بغض النظر عن معتقداتها وانتماءاتها الدينية والفكرية والسياسية والقومية والطائفية وقدم خدماته المجانية لها في شتى المجالات، وبفضل ذلك غدا المنتدى مؤسسة متلازمة مع وجود الجالية، وهي بدورها احتضنته

قانون جديد للجنسية العراقية

اصدر مجلس الحكم الانتقالي في العراق قانونا جديدا للجنسية، وبموجبه اعاد الجنسية للعراقيين الذين اسقطها عنهم النظام السابق واكد الحق في التمتع بالجنسية المزدوجة.

مبروك

- لحصول الانسة أسوان علي على ماجستير / هندسة مكانيك من امبريال كولج.
- اجمل التهاني والتبريكات للشاب ظافر عباس الفياض والشابة ميرونا ميرون بمناسبة زواجهما. فالف مبروك.
- التهاني والامنيات الطيبة بمناسبة خطوبة زياد حميد شلتاغ وروضة سام.
- تمنيات بالشفاء العاجل والصحة الوافرة للسيد عبد الله الاعسم «ابو مناف» اثر وعكة صحية.

تعازي

- للسيد صادق الوحيلي وجميع افراد العائلة.. بوفاة الوالدة في العراق.
- للدكتور عبد العزيز الركابي وذويه، بوفاة شقيقته نورية عمران الركابي (ام اخلاص) في العراق.
- للسيدة وداد الصراف (ام سيار) وذويها بوفاة اخيها عبد الباقي الصراف في العراق.

امسية رمضانية

بمناسبة حلول شهر رمضان الكريم

تقيم اللجنة الاجتماعية في المنتدى العراقي امسية رمضانية على قاعة المركز البولوني وذلك يوم الخميس ٦/١١/٢٠٠٣ الساعة السابعة مساءً.

حفل ساهر

بمناسبة أعياد الميلاد ورأس السنة

20 كانون الأول/ديسمبر 2003 على قاعة Acton Town Hall

ستتوفر تذاكر الحفل في مكتب المنتدى من بداية شهر ديسمبر

رابطة الاكاديميين العراقيين تعقد مؤتمرها

البروفيسور محمد الربيعي يوم ٩/١٨ على قاعة ديوان الكوفة، والذي تحدث عن واقع التعليم العالي الان في العراق وما يواجهه من صعوبات، وقدم عرضا للاساليب المقترحة لتحسين الوضع واداء التعليم العالي لدوره في ظل الظروف الجديدة.

د. خولة الرومي - السيد عبد الاله توفيق كما ناقش المؤتمر دور الرابطة واعضائها في النهوض بواقع التعليم العالي في العراق وكيفية التنسيق والتعاون مع المؤسسات المعنية. هذا واستضافت الرابطة

عقدت رابطة الاكاديميين العراقيين في بريطانيا مؤتمرا استثنائيا لها يوم ٩/١٩/٢٠٠٣، وكان على جدول العمل استكمال قوام الهيئة الادارية بانتخاب اربعة اعضاء جدد لها هم: د. نعيم الشندر - د. شوكت الاسدي

بحث عن مواطن

السيد سعدون كاظم فرج من اهالي ناحية المدحتية / محافظة بابل. تتردد اخبار عن وجوده في بريطانيا، واخرى تشير الى تصفيته على يد النظام البائد. ولا تتوفر عن السيد سعدون معلومات مؤكدة، فيرجى ممن يعرف عنه شيئا الاتصال بمكتب المنتدى العراقي.

بحث عن مهندس

السيد حسين علي (ابو عبد الله) يبحث عن المهندس باسل جهاد الحسن، ويرجوه الاتصال به على رقم التلفون: ٠٧٧٨٢٥١٥١١





أشهر* مجانية مع «أرابيست».

هدية العيد في شهر العيد على «سكاي ديجيتال»!

التغطية الإخبارية الفريدة والبرامج السياسية المميزة مع «الجزيرة»، نخبة الأفلام العربية والترفيه مع **ART**.
 أحلى البرامج المتنوعة والغنية مع **MBC** و«الفضائية اللبنانية **LBC**»، وأحدث المنوعات والأغاني على «روتانا».
 هذه هي باقة «أرابيست» على «سكاي ديجيتال» التي صارت الأكثر تفضيلاً لدى الأسرة العربية.
 اشتركوا في باقة «أرابيست» خلال شهر رمضان المبارك، و إربحوا أشهر اشترك مجانية.
 تمتعوا بأحلى البرامج في الشهر الفضيل مع باقة «أرابيست».



شهر رمضان المبارك

* (وفقاً للشروط و الأحكام السارية)



call center number 0870 412 4444

البنك المركزي العراقي يكشف صور ومواصفات العملة الجديدة

كشفت الصور ومواصفات العملة الجديدة في مؤتمر صحفي عقده يوم ١٠/٤ وبين من خلاله أن عملية الاستبدال ستستمر من ١٥ تشرين الأول (أكتوبر) الجاري ولغاية ١٥ كانون الثاني (يناير) سنة ٢٠٠٤. وقال إن مواقع الاستبدال تشمل معظم

المصارف في كل أنحاء العراق. قال البنك المركزي العراقي إن دينار «طبع» واحد سيساوي دينار عراقي «جديد» واحد وان دينار «سويسري» واحد سيساوي ١٥ دينار عراقي «جديد».

وزاد أن العملة الجديدة ستبدو مشابهة للعملة العراقية التي صدرت قبل عام ١٩٩٠ والتي تعرف أحياناً بـ «الدينار السويسري». وأضاف أن الزيادة في عدد الفئات ستجعل العملة

أكثر ملاءمة للناس الذين يستخدمونها، لافتاً إلى أن الفئات الصغيرة بالإمكان استخدامها للمشتريات البسيطة والفئات الكبيرة يمكن استخدامها للمشتريات الكبيرة، علماً أن الفئات الستة للعملة هي ٥٠ و ٢٥٠ و ١٠٠٠ و ٥٠٠٠ و ١٠٠٠٠ دينار.

وقال مسؤولون في البنك المركزي العراقي إن البنك يهدف من عملية استبدال العملة إلى تحديد حجم عرض النقد في التداول، وبشكل يؤدي إلى استقرار المستوى العام للأسعار واستقرار سعر صرف الدينار العراقي.

وأشاروا إلى أن هذا الاجراء يمثل خطوة أولى لإصلاح الوضع النقدي والمحافظة على استقرار قيمة العملة داخلياً وخارجياً.

من قرارات مجلس الحكم الانتقالي في العراق

قرار (٤٩)

قرار (٥٠)

التعليمات:

١ - المفوضول السياسي : هو كل من فصل لأسباب تتعلق بموقفه السياسي أو وضعه الطائفي أو القومي أو رفضه الانتماء لحزب البعث المقبور.

٢ - يستثنى من أحكام هذا القرار كل من ثبتت فصلهم لأسباب غير ما ورد في أعلاه.

قرار (٥٢)

قرر مجلس الحكم المنعقدة في ٢٩/٩/٢٠٠٣ ما يلي:
تشكل لجنة متخصصة في مجلس الحكم لدراسة الطلبات التي يقدمها موظفو الدوائر المدنية المنحلة (وزارة الاعلام والمجلس الوطني) للنظر في إمكانية دمجهم في دوائر أخرى وبما ينسجم مع الحاجة لخبراتهم الوظيفية.

قرر مجلس الحكم المنعقدة في ٢٩/٩/٢٠٠٣ ما يلي:
تلغى كافة القوانين والقرارات التي تمنع العراقي من تملك العقارات في كافة أنحاء العراق.

قرار (٥١)

قرر مجلس الحكم المنعقدة في ٢٩/٩/٢٠٠٣ ما يلي:
يعاد جميع المفوضوليين السياسيين أو من أجبروا على ترك الوظيفة لأسباب سياسية حصراً، إلى وظائفهم فوراً، مع احتساب مدة الفصل لأغراض الخدمة والتقاعد. وستصدر تعليمات مفصلة تصدر من مجلس الحكم.

قرر مجلس الحكم المنعقدة في ٢٩/٩/٢٠٠٣ ما يلي:
١ - تلغى كافة القوانين والقرارات التي تمنع العراقي من تملك العقارات في كافة أنحاء العراق.

٢ - إلغاء القرار رقم 157 الصادر عن مجلس قيادة الثورة المنحل بتاريخ ١٢/٦/١٩٩٤ المتعلق بمنع تسجيل التصرفات العقارية الناقلة للملكية ضمن حدود التصميم الأساسي لمدينة بغداد أو حدود التصاميم الأساسية للأقضية والنواحي التابعة لمحافظة بغداد.

٣ - ينفذ هذا القرار من تاريخ نشره بالجريدة الرسمية.

إن الأسباب الموجبة لاصدار هذا القرار هي ايمان مجلس الحكم بحقوق المواطن وتحقيق العدل والمساواة بين جميع المواطنين بحق التملك في جميع أنحاء العراق.

ملايين العراقيين ما زالوا ضحايا لانعدام الأمن الغذائي رغم تحسن الحصاد



سيتمخض عن عواقب سلبية شديدة لا سيما ما يتعلق بفرض الحصول على الغذاء».

وأقرت المنظمات الدوليتان بضرورة مواصلة العمل بنظام التوزيع العام للغذاء ومواصلة أنشطة الإغاثة ذات العلاقة بالمعونات الغذائية، سواء على المدى القصير أو المدى المتوسط، ذلك لأن القطاع الزراعي سيحتاج الى فترة زمنية طويلة لإعادة التأهيل.

وذكر التقرير «أنه بقدر ما ينبغي اتخاذ من إجراءات لإعادة النظر في سياسة الدعم القوي لسلة الأغذية، وتحسين مدى استفادة الجهات المستهدفة منها، فلا بد من الاستغناء في نهاية المطاف عن هذه السياسة تدريجياً وعلى مراحل».

وحسب تقديرات برنامج الأغذية العالمي، فإن نحو 3.5 مليون عراقي سيحتاجون الى كميات إضافية من الغذاء في عام ٢٠٠٤ بقيمة تصل الى ٥١ مليون دولار أمريكي، وذلك لمساعدة الاطفال المصابين بسوء التغذية وأفراد أسرهم والأمهات الحوامل والمريبات منهن.

وفي هذا السياق، أكدت أيضا منظمة الأغذية والزراعة على أهمية تقديم معونات كبرى لإعادة تأهيل البنية الزراعية الأساسية، بما في ذلك نظم الري والقطاع المحلي للزراعة الصناعية، فضلاً عن إعادة إحياء الدعم التقني والخدمات ذات الصلة.

الأطراف من البلاد، سيما وأنها قد استفادت من المراعي الجيدة في الشمال، فضلاً عن تيسر العلف على الحبوب .

ويعد عدم تيسر المياه ونقص التدابير الصحية من المشكلات الكبيرة في عراق ما بعد الحرب. ففي الوقت الحاضر يتاح للشخص الواحد ٧٠ لتراً كحد أقصى من الماء يومياً في حالة سكان العاصمة بغداد، والبالغ تعدادهم نحو خمسة ملايين نسمة، علماً بأن الحالة أسوأ من ذلك في المدن الجنوبية .

وحسب التقرير موضوع البحث، فإن القطاع الزراعي والاقتصاد العراقي بأسره بحاجة الى سيل كبير من الموارد لغرض إعادة التأهيل، وكذلك لتحسين حالة التغذية بالنسبة للعراقيين. فقد أوصت البعثة المشتركة بأن يتم استغلال العائد من مبيعات النفط لغرض تنمية الاقتصاد العراقي عن طريق صندوق التنمية الخاص بالعراق، والذي تم إنشاؤه مؤخراً مع اهتمام خاص بالقطاع الزراعي.

وأفاد التقرير بأن الملايين من العراقيين لا تتوافر لديها حالياً فرص الحصول على الغذاء بأكثر مما تحصل عليه عن طريق المعونات الغذائية العامة التي يتم تمويلها بواسطة برنامج النفط مقابل الغذاء، محذراً من أن «أي تعثر بارز في نظام التوزيع العام،

أصدرت كل من منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة وبرنامج الأغذية العالمي يوم ٢٣ ايلول ٢٠٠٣، تقريراً أفاد بأنه رغم التحسن في موسم حصاد الحبوب ورفع العقوبات الاقتصادية، فما زال نحو ٥٠ في المائة من العراقيين البالغ تعدادهم 26.3 مليون نسمة، يعدون فقراءً وبحاجة الى المعونات.

وأكد تقرير البعثة المشتركة بين المنظمتين الدوليتين لتقييم حالة التغذية والإمدادات الغذائية في العراق، أن آثار الحرب والعقوبات الاقتصادية والسنوات الثلاث المتتالية من الجفاف (١٩٩٩ - ٢٠٠٢) أدت معاً إلى تقيؤ ظروف المعيشة الأساسية بالنسبة للعراقيين، حيث أن ما يقرب من ٦٠ في المائة من مواطني العراق عاطلون عن العمل ويعتمدون على الأكثر على بطاقات التموين العامة بالحصول

وأشار التقرير إلى أنه في الوقت الذي تنذر فيه الأجواء بالمجاعة، فإن عدة ملايين من العراقيين يعانون باستمرار من سوء التغذية المزمن، ويضمنهم نحو ١٠٠ ألف لاجئ ونحو ٢٠٠ ألف مشرد داخل البلاد. أما حالة الأمهات والأطفال في وسط وجنوب العراق فهي موضع قلق خاص، في حين أمكن من الناحية العملية القضاء على ظاهرة سوء التغذية الحاد في المحافظات الشمالية من البلاد .

والمتوقع أن يصل إنتاج العراق من الحبوب للعام الحالي إلى 4.12 مليون طن، أي بنسبة تزيد بمقدار ٢٢ في المائة مقارنة بتقديرات عام ٢٠٠٢. فلقد ارتفع حجم الانتاج بسبب هطول كميات مناسبة من الأمطار في الشمال، وازداد الاستفادة من نظم الري وتوزيع المدخلات الزراعية في الوقت المناسب في المناطق الانتاجية الرئيسية من البلاد .

وتقدر واردات البلاد من الحبوب للفترة حزيران (يونيو) ٢٠٠٣ - تموز (يوليو) ٢٠٠٤، بنحو 3.44 مليون طن، بما في ذلك 3.2 مليون طن قد يتم استيرادها تجارياً و٢٤٤ ألف طن تدخل في إطار التعهدات بتقديم المعونات الغذائية .

واستناداً الى منظمة الأغذية والزراعة وبرنامج الأغذية العالمي، فإن أي معونات غذائية إضافية ينبغي توفيرها الى أقصى حد ممكن من السوق المحلية، لدعم مصادر دخل المزارعين، والأسعار المحلية .

وذكر التقرير أن الاحداث السياسية والعسكرية الأخيرة لم تترك سوى تأثير محدود على محاصيل الحبوب الشتوية، غير أنها أضرت بعملية بذر الحبوب الصيفية وإنتاج المحاصيل الصناعية، كبنزور القطن وعباد الشمس. أما قدرة البلاد على انتاج الأسمدة، فقد انخفضت بصورة خطيرة، حيث يبدو أن هناك مصنعين عاطلين للأسمدة، الأمر الذي يثير تساؤلاً حول كيف ومن أين سيتم تأمين نحو ٦٠٠ ألف طن من الأسمدة كان قد تم تقديرها لموسم الحبوب المقبل وحده.

وفي ما يتعلق بالماشية فإنها بشكل عام في حالة مستقرة في معظم

أفكار أولية

تشكل الجاليات في المهجر، لأسباب عديدة، يتعلق بعضها بأسباب تاريخية مرتبطة بتكون البلد المعني ومخاضات حروب الاستقلال أو الاحتلال ومنها ما يتعلق بجلب الأيدي العاملة الرخيصة أو تلك المرتبطة بحركة التجارة والبحث عن العمل وهذه شكلت الأساس لتواجد الجاليات، واستقرارها مع مرور الزمن، والعديد منها تأقلم أو اندمج مع المجتمعات التي تعيش في وسطها وشكلت ما نسميه اليوم بالأقليات العرقية. كما حدثت هجرات أخرى ارتبطت بعوامل سياسية واقتصادية، إضافة إلى حالات معروفة مرتبطة بكوارث بيئية. وفي حالتنا العراقية، فيمكن القول إجمالاً إن العراقيين غير ميايلين للهجرة، مقارنة مع بعض شعوب المنطقة، إلا أنه في العقود الثلاثة الأخيرة وبسبب طابع نظام صدام الشمولي المقيور وممارساته أجبر مئات الألوف (على اختلاف قومياتهم وطوائفهم ومذاهبهم واتجاهاتهم الفكرية والسياسية)، على مغادرة العراق. وجاءت حربا الخليج الأولى والثانية لتضاعف أعداد المهجرين والمهاجرين. وفي فترة قصيرة وصل عدد العراقيين في المهجر إلى عدة ملايين (لا توجد إحصائية دقيقة و إنما يشار إلى ٢-٤ مليون شخص)، تشتتوا في جميع أنحاء المعمورة.

إن ملامح الجاليات العراقية في الخارج، ومنها في بريطانيا يمكن إجمالها بـ:

- التمرکز العالي في العواصم على حساب المدن.
- إن هجرتها وتهجيرها هي لأسباب سياسية في العموم وليست اقتصادية، وهذا لا ينفي السبب الأخير.
- الفئات العمرية محصورة عموماً بين (٢٠-٥٥) وهي الفئات المنتجة.
- تشكل الفئات المتعلمة وحملة الشهادات العليا نسبة كبيرة منهم.
- الجاليات العراقية سارعت إلى تنظيم نفسها وإقامة مراكزها المتنوعة سواء السياسية منها أو الاجتماعية والثقافية والخيرية. والآخرى كان لها دور هام في مساعدة العراقيين الوافدين في جوانب عديدة وحيوية.
- الجالية العراقية حديثة التكوين بالارتباط مع تعدد الأجيال. أنها تمثل جيل الآباء أما جيل الأبناء الذي ولد في بلد المهجر فهو جيل يافع من الناحية العمرية.

المنتدى العراقي: الواقع والأفاق

اولاً: الواقع منذ تاسيس المنتدى العراقي في سنة ١٩٨٧، ولحد الان، قدم خدمات كبيرة و متميزة للجالية العراقية وشملت تلك الخدمات جوانب مختلفة منها: الرعاية الاجتماعية (الضمان الاجتماعي، اللجوء، الهجرة، الإقامة، السكن) وانشاء مدارس لتعليم اللغة العربية ودورات التقوية لامتحانات اللغة العربية (A-LEVEL)، واهتم المنتدى بالشباب والاطفال والعوائل إضافة إلى مركز الارشاد الصحي والذي قدم برامج توعية صحية، ترجمة، وخدمات للمعوقين، وشجع العمل التطوعي، واقام خدمات كبار السن ونواديبهم، كما قدم المعلومات في مجالات مختلفة ونظم نشاطات ثقافية واجتماعية وفنية، و اصدار صحيفة «المنتدى» وغيرها من النشرات المعلوماتية. وخطا المنتدى العراقي خطوة مهمة الى امام بتسجيله كشركة خيرية ذات مسؤولية محدودة. وخلال عمله كان المنتدى صوتاً حقيقياً للتعبير عن مصالح الجالية وهمومها وتبنيها والدفاع عنها، وهو صوتها امام مختلف الجهات الرسمية البريطانية وغيرها وكذلك منظمات الجاليات المختلفة. واسهم في هذا العمل الواسع والمثمر العشرات من

الجالية العراقية وآفاق عمل المنتدى العراقي

جديدة في عمله مثلاً كيفية التعامل مع القادمين الجدد للدراسة، للعلاج... الخ. وكذلك كل الفعاليات ذات الصلة بعملية التأقلم والاستقرار الطويل الامد.

- ظروف العراق الجديدة قد تلقي على المنتدى مهام جديدة مرتبطة في ان يكون جسراً وصلته وصل بين ابناء جاليتنا مع هموم وطنهم وحاجاتهم. و كيف يمكن للمنتدى الاسهام، ضمن طبيعته، في تشجيع وتنظيم مساهمة الجالية في اعادة بناء العراق، لاسيما في الجوانب الانسانية على المدى القريب؟.
- الافاق المحتملة للتعاون والتنسيق مع مؤسسات الدولة العراقية الجديدة، السفارة العراقية مثلاً وامكانية تنفيذ مشاريع وبرامج مشتركة.
- امكانية التنسيق والتعاون مع منظمات اخرى للجالية العراقية او التعامل مع منظمات متخصصة لاقسام منها.
- احتمال نشوء الامكانية الواقعية لتكوين اطار عام للجالية ومظلة للجميع، مع الاحتفاظ بالخصوصيات، كما في تجارب بلدان اخرى.

ثالثاً: ماذا يتوجب على المنتدى عمله؟

هناك عدد من المقترحات وافكار والتي انعكست خلال نقاشات الهيئة الادارية واللجنة الاستشارية ومنها:

- مقترح انجاز دراسة تقييمية شاملة لواقع المنتدى تاخذ بنظر الاعتبار، الامكانيات القائمة فعلاً (على مختلف الصعد)، افاقها، نقاط القوة والضعف، التحديات، الاولويات.
- مقترح اجراء استبيان ومسح ميداني جديد للجالية العراقية.
- مقترح اجراء دراسات ميدانية في العراق لدراسة معالجة اثار ما يسمى العودة الطوعية او اعادة التوطين.
- السعي لتنفيذ مشروع ايجاد المقر الدائم للمنتدى العراقي.
- على المدى القريب والمتوسط، هناك اهمية في ان تقوم مؤسسات المنتدى المختلفة (الهيئة الادارية، الاستشارية، مكتب المنتدى) بدراسة برامج وتوجهات المنتدى وترتيب الاولويات. هنا الحديث يدور عن نوع الخدمات المقدمة، التغييرات الحاصلة، الخدمات الجديدة المحتملة والاجراءات الواجب اتخاذها للنهوض بها. وما يرتبط بمشاريع جديدة للمنتدى، والسعي الجاد لتوفير الدعم المالي لها.
- امكانية اقامة مشاريع، او ان يكون المنتدى مظلة لمشاريع مشتركة، مع مؤسسات داخل العراق، بهدف ابقاء الاواصر متواصلة بين ابناء الجالية ووطنهم الام.
- البدء باقامة العلاقات مع مؤسسات الدولة العراقية الجديدة المختلفة ذات الصلة بعمل ونشاط المنتدى.
- دراسة تجارب بعض حالات الجاليات سواء العربية او الاجنبية والتي تتقارب مع اوضاع الجالية العراقية للاستفادة من خبرتها.

○ السعي للمشاركة في المؤتمرات التي تهتم العراق والعمل على تنظيم الوفود الرسمية وغير الرسمية من وإلى العراق.

ما ذكر أعلاه لا يتعدى ملاحظات أولية الهدف منها تحفيز نقاش بناء وجددي وملموس. والدعوة قائمة إلى أعضاء مؤتمر المنتدى و أبناء الجالية للإسهام في هذا الحوار، على أمل أن يتبلور في توجهات عامة لعمل المنتدى القادم.

«ورقة عمل قدمتها الهيئة الادارية الى المؤتمر السادس عشر للمنتدى»

وأضاف عنان قائلاً «إن التحدي المائل أمامنا هو في كيفية الاستفادة من هذه المساهمات الكامنة وتطويرها لتتوافق مع أدوات التنمية بما فيها العمل على تحقيق الأهداف الإنمائية لألفية الأمم المتحدة وهي الخطة الهادفة لبناء عالم أفضل في القرن الواحد والعشرين».

واختتم عنان قائلاً «في هذا اليوم العالمي لكبار السن ندعونا نتعهد بالعمل للاستفادة القصوى من الخبرات والموارد التي يمكن أن يقدمها كبار السن من أجل التنمية».

ابناء الجالية سواء من عمل في هيئاته الادارية المتتالية او المجلس الاستشاري، او عمل في مكتب المنتدى، وايضا العشرات من المتطوعين والمؤازرين.

وحظي المنتدى بالاهتمام والاحتضان من ابناء جاليتنا، بانفتاحه وتقديمه الخدمات للجميع بغض النظر عن قومياتهم وطوائفهم ومذاهبهم وتوجهاتهم السياسية، فكان حقاً ملكاً للجميع، وبالقدر نفسه كانت له الصدارة في تعامل المنظمات البريطانية والجهات الرسمية وحظي بتقديرها واحترامها له.

ثانياً: الافاق

منذ سقوط النظام الدكتاتوري في العراق في ابريل / نيسان من العام ٢٠٠٣، تغيرت الكثير من الوقائع والمعطيات والظروف المحيطة سواء تلك التي لها صلة بعمل المنتدى او في وطننا الامم العراق. ولا شك انها الفت وستلقي بتأثيرها على اوضاع ابناء الجالية وكذلك المنتدى وعمله، على الاقل لجهة ترتيب الاولويات والاهتمامات. كما ان تلك التغييرات بدون شك فتحت افاقاً جديدة للتواصل مع الوطن الام.

تأثير التغيير على الجالية العراقية في بريطانيا

اولاً - التأثير على الجالية

من المؤكد سيختار بعض افراد الجالية العودة والاستقرار في العراق، والسؤال المهم عن حجم هذه العودة، ربما من السابق لاوانه اعطاء الاجابة الدقيقة حول ذلك. وهذا ايضا مرتبط بمجموعة من العوامل، في مقدمتها تاتي الحالة والصورة التي ستستقر عليها ارمصاصات الوضع في العراق وافاق ذلك. هناك مؤشرات اولية بدأت تلاحظ ومنها:

١ - بريطانيا بدأت تصدر اجراءات جديدة تحد من قبول طلبات اللجوء بشكل عام، وقد يترك ذلك تأثيره على قدوم عراقيين جدد كلاجئين، إضافة الى ارتباط الموضوع برحيل النظام العراقي السابق.

٢ - وهناك تفكير بمشروع اعادة توطين اللاجئين العراقيين في وطنهم الامم. علماً ان الامم المتحدة ومؤسساتها ما زالت تحذر من عودة سريعة للاجئين العراقيين بسبب عدم استقرار الاوضاع في العراق.

○ هناك مؤشرات انفتاح افاق جديدة للسفر الى بريطانيا مثلاً: لم شمل العوائل، الزواج، الدراسة، العلاج، وايضا ما سيرتبط بتطور العلاقات السياسية والاقتصادية والتجارية بين العراق وبريطانيا.

○ هناك تقدير بان الجالية العراقية ستبقى بعناصرها المكونة لها وربما يختلف عددها، وستأخذ تدريجياً شكل وتركيبة «الجالية» وليس جالية لاجئة كما هو الحال الان، بما تعنيه من استقرار او تأقلم واندماج مع المجتمع البريطاني ولاسيما بالنسبة للجيل الثاني..

ثانياً: التأثير على المنتدى العراقي

○ من المؤكد ان عمل المنتدى واولوياته سيتاثر ايضا بمجموعة الاجراءات التي اقدمت عليها الحكومة البريطانية والتي لها صلة باللجوء والهجرة والمواطنة وايضا في كمية وحجم الاموال المتدفقة لمساعدة منظمات الجاليات الخيرية على اداء عملها بالطرق والاشكال المتعارف عليها سابقاً.

○ الحاجة سوف تتواصل للمنتدى العراقي، كمنظمة خيرية طوعية للجالية العراقية مع ملاحظة احتمال تقلص خدماته في بعض المجالات كاللجوء مثلاً، ولكن هناك افاق لازدياد الحاجة له في مجالات عديدة اخرى وربما

قال الأمين العام للأمم المتحدة كوفي عنان بمناسبة اليوم العالمي لكبار السن والذي يصادف الأول من تشرين الأول/أكتوبر إن كبار السن يمكنهم أن يساهموا مساهمة فعالة في تحقيق الأهداف الإنمائية لألفية الأمم المتحدة وإنهم قوة هائلة لم تتم الاستفادة منها بعد. وأضاف الأمين العام "كل فرد منا يمكن أن يساعد في بناء جسور بين الأجيال المختلفة وذلك باحتضان خبرات كبار السن سواء في المجتمع والشؤون العائلية أو في الزراعة والتعليم والتكنولوجيا والفن أو تخفيف حدة الفقر وبناء السلام."

كبار السن يمكن أن يساهموا مساهمة فعالة في التنمية

في فراغ السيادة: التحدي الدولي المتمثل في النزوح الداخلي

الفرق بالنسبة للمجتمع الدولي بين اللاجئين في مختلف أنحاء العالم المقدر عددهم بأثني عشر مليوناً والنازحين الداخليين المقدر عددهم بخمسة وعشرين مليوناً هو ان اللاجئين عبروا الحدود الدولية بينما ظل النازحون في بلدانهم.

تشير النتائج التي خلصت اليها من بعثاتي القطرية حول العالم بصفتي ممثل الامين العام للامم المتحدة المعني بالنازحين الداخليين الى ان التوقعات الخاصة بحماية الدول داخليا للنازحين الداخليين ليست الا توقعات خيالية في معظم الاحوال. كما تؤثر ازمتا الهوية الوطنية التي تكمن في قلب مسببات النزوح على استجابة الحكومات والجهات المعنية غير التابعة للدول للعوالم الانسانية المترتبة على النزوح، الامر الذي يؤدي في احيان كثيرة الى احداث فراغ في مجال المسؤولية في سياق ممارسة سيادة الدولة.

وقد اعتدت في اثناء البعثات القطرية ان اسأل النازحين الذين أزورهم عن الرسائل التي يريدون مني توصيلها الى قاداتهم. فكان الرد الذي تلقيته في احدى دول امريكا اللاتينية: «هؤلاء ليسوا قاداتنا، ففي الحقيقة اننا بالنسبة لهم مجرمون وجريمتنا اننا فقراء». وفي احد بلدان اسيا الوسطى كان الرد: «ليس لنا زعماء هنا: لا احد من شعبنا موجود هنا». وفي بلد افريقي اوضح احد كبار مسؤولي الامم المتحدة لرئيس الوزراء ان قدرة مواردكم على مساعدة اللاجئين في هذا البلد مقيدة بضرورة مساعدة «شعبكم»، والنازحين الداخليين وغيرهم من الفئات المضارة من الحرب، فما كان من رئيس الوزراء الا ان رد قائلاً: «هؤلاء ليسوا من شعبنا. وفي الحقيقة ان الطعام الذي تقدمونه لهؤلاء الناس يتسبب في قتل جنودنا».

واذا لم تكن جميع الحكومات تنظر الى النازحين بهذه الطريقة، فالعكس من ذلك يعتبر حالة استثنائية نادرة. واحياناً تملية طبيعة النزوح ودرجة تعاطف الحكومة مع سكانها النازحين. وحتى في هذه الحالة فان نقص القدرة وبغيره من الاعتبارات السياسية قد يؤثر على تهيئة الحماية وتوفير المساعدة.

ان المبدأ الجوهري الذي يحكم عمل ممثل الامين العام هو الاعتراف بالطبيعة الكامنة لمشكلة النزوح باعتبارها مشكلة داخلية ومن ثم تندرج ضمن سيادة الدولة، وفي حال ممارسة السيادة بصورة فعلية تترتب عليها مسؤولية عن حماية المواطنين المحتاجين ومساعدتهم. وقد ثبت ان هذا الشرط الخاص بالسيادة، الذي يحظى بدعم متزايد من المجتمع الدولي، اساس بناء وفعال للحوار مع الحكومات. ولكن السؤال الحقيقي في هذا الصدد هو: هل تتعامل الحكومات بالاشتراك مع المجتمع الدولي، تعاملًا فعالاً مع ازمة النزوح الداخلي لتلبية احتياجات المضارين؟

لقد حقق المجتمع الدولي والحكومات المعنية تقدماً كبيراً بالفعل في التعامل مع الازمة. ولكن من الواضح بشكل مأساوي ان المشكلة لا تزال مستفحلة من حيث شدتها ونطاقها. ويلاحظ ان التحدي الذي يطرحه المبدأ المعياري للسيادة بوصفها مسؤولية امام المجتمع الدولي هو انه ينطوي على فكرة المحاسبة. فمن الواضح ان النازحين الداخليين انفسهم، الذين يتعرضون للتهمة والاضطهاد بل والاضطهاد في احيان كثيرة، ليس لديهم الا قدرة محدودة على محاسبة سلطاتهم، لو كانت عندهم اي قدرة على ذلك اصلاً. اذن فالمجتمع الدولي وحده هو صاحب النفوذ والمكانة اللازمة لاقناع الحكومات وغيرها من من الاطراف المعنية بالاضطلاع بمسؤولياتها او باتباع ما يلزم من السبل لملء فراغ السيادة الذي لا يفرز اي تجاوب مع مشكلة النزوح.

د. فرانسيس دينج ممثل الامين العام للامم المتحدة المعني بالنازحين الداخليين، والمدير المساعد لمشروع النزوح الداخلي بمؤسسة بروكنجز - كلية الدراسات العليا الدولية

دليل الاهتداء الى مسكن في انكلترا

Nass من مسكنها، ينبغي عليك الاتصال بخدمة استشارة الاسكان في السلطة المحلية التي تتبعها، طلبا للنصيحة وسوف يقدم لك المسؤولون هناك النصيحة حتى لو لم يتبين لهم انك بلا مأوى وفقا لما ينص عليه قانون الاسكان في المملكة المتحدة، او انك في حاجة ملحة الى مسكن. وقد يكون في امكانهم، على سبيل المثال، ان يزودوك بقوائم تضم اسماء وعناوين ملاك خصوصيين او بيوت شباب.

المساعدة في تكاليف المعيشة

اذا كنت بحاجة الى مساعدة في تغطية نفقات المعيشة، عليك ان تأخذ الرسالة التي تتضمن قرار Home Office، ورسالة Nass الذي تخبرك فيه بانهاء الدعم المقدم لك (او 35 Nass) الى مكتب Plus Jobcentre المحلي (وفي بعض المناطق، ما زال هذا المكتب يسمى وكالة الاعانات Benefits Agency) وذلك بأسرع ما يمكن.

هناك، تستطيع التقدم لطلب اعانة تسمى المخصص المالي للباحثين عن عمل 'Jobseekers' allowance. وإذا كنت تعمل في وظيفة تحصل منها على اجر منخفض، فقد يكون لك الحق في صرف مخصص دعم دخل الباحثين عن عمل، واعانة اسكان وضريبة البلدية. كما يجب عليك ان تقدم لطلب رقم التأمين الوطني (اذا لم يكن قد تم تخصيص رقم لك). وسوف تحتاج الى هذا الرقم لتتمكن من صرف اعاناتك، او صرف راتبك عندما تجد عملا.

المساعدة في تكاليف الأثاث

اذا احتجت الى اثاث وكنت تتلقى اعانات (على شكل «مخصص مالي للباحثين» او «مخصص دعم دخل الباحثين عن عمل») يمكنك ان تحصل على استثمار طلب منحة رعاية اجتماعية Community Care Grant من مكتب مركز الوظائف المحلي او وكالة الاعانات. ومنحة الرعاية الاجتماعية هذه عبارة عن مبلغ نقدي يمنح لك لشراء بعض قطع الأثاث الأساسية. توجه بالاستشارة الى مكتب استشارات المواطنين CAB أو اي مركز استشارة او جمعية خيرية خاصة، لمساعدتك في ملئها.

أين يمكنني الحصول على المزيد من المعلومات؟

يجب ان تكون خدمات الاسكان التابعة للسلطة المحلية هي اول من تتصل به طلبا للمساعدة والمشورة فيما يتعلق بالحصول على مسكن. ومع ذلك، يمكنك ايضا طلب المشورة من مكتب CAB. وستجد في كل بلدة او مدينة عددا من هذه المكاتب. كما ان هناك خدمة استشارية خيرية خاصة بالاسكان تسمى Shelter. يمكنك الاتصال بهذه الخدمة مجانا وعلى مدار الساعة، وذلك على هاتف 08088004444. وسوف يحاول المسؤولون هناك توفير مترجم على الهاتف اذا احتجت لذلك كما يمكنك الحصول على معلومات عن هذه الخدمة من موقعها على شبكة الانترنت: www.shelter.org.uk

تقدم هذه الجمعيات مساكنها على اساس عقود طويلة الاجل. ورغم ان القيمة الايجارية لهذه المساكن تعتبر في متناول الجميع، الا انها عادة ما تكون اعلى من القيمة الايجارية لمساكن السلطة المحلية. فاذا اردت التقدم لطلب مسكن تابع لاحدى هذه الجمعيات، يجب ان تحصل من مستشار الاسكان في خدمات الاسكان التابعة للسلطة المحلية على قائمة باسماء هذه الجمعيات. وبعد ذلك يجب ان تذهب الى الجمعية التي ترغب في التقدم اليها لتسجيل اسمك، او وضع اسمك في قائمة الانتظار الخاصة بها.

وإذا رغبت في استئجار مسكن خاص تابع لاحد الملاك المسجلين لدى الادارة المحلية فان ذلك قد يكون عبارة عن مسكن في بيت من بيوت الشباب او مسكن مشترك، حيث يمكن احياينا توفير الطعام ايضا. اطلب التفاصيل من مستشار الاسكان، واساله عن كيفية تحويلك الى مالك مسجل لدى البلدية. المساكن التي توفر لك مسكنا ووجبات طعام غالبا ما تكون قيمتها الايجارية مرتفعة، لذلك فان هذا الخيار لا ينصح به الا لفترات قصيرة، الى ان يتم البت بمنحك الاعانات التي طلبت او تتمكن من العمل.

المسكن الخاص

تستطيع ايضا ان تجد لنفسك مسكنا لدى مالك خاص. وهناك طرق كثيرة يمكنك من خلالها استئجار مسكن خاص: منها الصحف المحلية، وواجهات المحال التجارية كاكشاك بيع الصحف. ويمكنك حتى الذهاب الى وكالة عقارات متخصصة في تأجير المساكن، ولكنها عادة ما تتقاضى رسوما ادارية اضافية مقابل خدماتها. تأكد من انك لن تدفع للوكالة اية مبالغ الا بعد توقيعك عقد ايجار المسكن الذي تم توفيره عن طريقها.

بعض المسالك لا يقبلون المستأجرين الذين يعتمدون على اعانات الاسكان في تغطية نفقات ايجار مساكنهم، لذلك يجب التحقق من ذلك اولا. وإذا احتجت الى المطالبة باعانات، توجه الى دائرة اعانات الاسكان المحلية بمجرد العثور على مسكن، واملأ استئجاره تسمى استثمار قرار ما قبل الاستئجار. تساعد هذه الاستثمارات المسؤولين على تقييم مدى استحقاقك لاعانة الاسكان.

وعادة ما يطلب معظم الملاك دفع تأمين قبل شغل مساكنهم. ويساوي هذا التأمين عادة القيمة الايجارية لشهر واحد، رغم ان المبالغ قد تختلف. ويجب ان تحرص على استرداد قيمة هذا التأمين في نهاية فترة التأجير. وإذا احتجت الى مساعدة مالية لدفع مبلغ التأمين، يمكنك ان تطلب من مستشار الاسكان اطلاقك على اية برامج للتأمينات الايجارية يمكنك الافادة منها في منطقتك.

اذا استأجرت مسكنا من مالك خاص، فسوف تحتاج الى معرفة حقوقك القانونية. يمكنك الحصول على المشورة بشأن حقوقك عن طريق الجمعية الخيرية الوطنية للاسكان بالمملكة المتحدة.

اذا كنت قد تلقيت دعما من Nass، ولم تعثر بعد على سكن، وليس امامك سوى ايام قليلة قبل ان تخرجك

على تقييم ما اذا كان لك الحق في اعانة اسكان. وسيعلمونك بصورة المساعدة الاخرى التي قد تتمكن من الحصول عليها، كالمساعدة المالية لشراء الاثاث، او المساعدة في تقديم عربون ايجار اذا كنت تخطط لاستئجار مسكن مالك خاص.

ما هي خيارات الاسكان المتاحة لي؟ اسكان السلطة المحلية

يجب عليك التوجه الى دائرة خاصة في السلطة المحلية التي تتبعها، تسمى خدمة استشارة الاسكان او احتياجات الاسكان. وسوف يقوم الموظفون في السلطة المحلية بتقييم موقفك لمعرفة ما اذا كان هناك ما يبرر منحك الاولوية في الحصول على مسكن من السلطة المحلية، اذا كنت على سبيل المثال تعيل اطفالا او تعاني من عاقبة بدنية. اذا كان الامر كذلك، فقد يتم منحك مسكنا مؤقتا لحين توفر عدد اكبر من المساكن الدائمة التابعة للسلطة المحلية. وغالبا ما يستغرق ذلك وقتا طويلا لان عدد هذه المساكن ليس كبيرا. ويمكنك الاستفسار من مستشار الاسكان الذي تتعامل معه عن الفترة الزمنية التي يعتقد ان هذا الامر قد يستغرق.

اذا قرر مستشار الاسكان ان حالتك لا تستحق منحها الاولوية والاسراع في تخصيص مسكن لك من مساكن السلطة المحلية، ينبغي عليه ان يقدم لك المشورة بشأن الخيارات الاخرى المتاحة امامك للحصول على مسكن. ويجب عليك ان تطلب وضع اسمك على قائمة تسمى سجل الاسكان المحلي. وفي هذه الحالة، سوف يطلب منك مستشار الاسكان ملء استمارة خاصة. ويمكنك طلب المساعدة اذا شعرت ان لغتك الانكليزية ليست جيدة بالقدر الكافي.

اذا تم بالفعل ادراج اسمك في سجل الاسكان، فقد تتمكن السلطة المحلية من ان توفر لك مسكنا، رغم ان ذلك قد يستغرق وقتا طويلا يصل احياينا الى عدة سنوات. وعلى الرغم من انه يحق لك ان تختار منطقة سكنك، فقد يكون عدد المساكن المتوفرة في منطقة اكثر من عدد المساكن المتوفرة في منطقة اخرى. وقد تستطيع السلطة المحلية ان توفر لك مسكنا بصورة اسرع في منطقة اخرى. وهذا يعني انه اذا كانت لديك مرونة بشأن المنطقة التي ترغب السكن فيها، فقد تتمكن من الحصول بصورة اسرع كثيرا على مسكن من مساكن السلطة المحلية.

يتقدم الكثيرون من العاطلين عن العمل، ومن ذوي الدخل المنخفضة، لطلب مسكن من السلطة المحلية. وعادة ما يكون عدد المتقدمين اكبر من عدد المساكن المتوفرة. كما ان القيمة الايجارية لمساكن السلطة المحلية منخفضة جدا، وعادة ما تكون هذه المساكن غير مؤثثة.

جمعيات الاسكان

Housing Association

جمعيات الاسكان هي شركات لا تهدف الى تحقيق الربح، مهمتها توفير المساكن لمن هم في حاجة اليها.

هل تم منحك ايا من الاوضاع التالية بخصوص طلب اللجوء الذي تقدمت به؟

- وضع لاجئ مع تصريح غير محدود بالبقاء ("ILR" (Refugee status and indefinite leave to remain
 - تصريح استثنائي بالبقاء او الدخول ("ELR or Exceptional leave to remain or enter
 - حماية انسانية (Humanitarian protection)
 - تصريح تقديري (Discretionary leave)
- وإذا لم يكن لديك مكان تقيم فيه، فان هذه المادة ستساعدك على الاهتداء الى مكان للسكن بانكلترا. وإذا كنت متمتعا باحد الاوضاع المذكورة اعلاه، فسوف يكون لك الحق في اختيار المكان الذي تود العيش فيه.

ملاحظة هامة: اذا كنت حاليا تقيم في مسكن وفرته لك الخدمة الوطنية لدعم اللجوء.

("NASS" National Asylum Support Service) فسوف يكون امامك ٢٨ يوما كحد اقصى لتجد لك مسكنا بديلا.

كيف يمكنني الحصول على المشورة بشأن الاسكان؟

ينبغي عليك اولا التوجه الى خدمات الاسكان التابعة للسلطة المحلية (Local Authority)، والتي تسمى ايضا بالمجلس المحلي، في المنطقة التي تقيم فيها، وذلك طلبا للمشورة. فاذا كنت لا تعرف مكان دائرة الاسكان التابعة للسلطة المحلية يمكنك ان تستفسر عن ذلك من اي مركز من مراكز الاستشارة، مثل مكتب استشارات المواطنين ("CAB" Citizen Advice Bureau) أو المكتبة العامة، او اي جمعية خيرية للاجئين. حاول ترتيب موعد مسبق مع الجهة التي تختارها، وعندما تذهب اليها يجب ان يكون بحوزتك ما يلي:

○ الرسالة التي تلقيت، من ادارة الهجرة والجنسية ("IND" Immigration and Nationality Directorate)

التابعة لوزارة الداخلية (Home Office)، والذي يمنحك الوضع الذي تتمتع به.

○ الرسالة التي تلقيت، من Nass والذي ينص على انك في حاجة الى ترك المسكن الذي توفره لك حاليا - وقد يكون الاخطار عبارة عن استثمار 35 Nass او الخطاب الذي تلقيته من Nass والذي تطالبك فيه باخلاء المسكن.

○ اية معلومات شخصية اخرى قد تكون لديك، مثل المعلومات الطبية.

وسوف يكون بمقدور خدمات الاسكان في السلطة المحلية ان تقدم لك المشورة فيما يتعلق بالخيارات المتاحة امامك لتجد مسكنا، وبالاعانات التي تستطيع الحصول عليها، واهم الاعانات التي ستحاط علما بها هي: ○ اعانة الاسكان (Housing benefit) وهذه ستساعدك على تغطية معظم، ان لم يكن كل القيمة الايجارية التي ستدفعها.

○ دعم الدخل (Income support)

○ اعانة ضريبة البلدية (Council tax benefit)

وسوف يطلب منك ملء استمارة تسمى استثمار قرار ما قبل الاستئجار. تساعد هذه الاستثمارات الجهة المعنية

للحاصلين على الاعانات والمعونات..

عمل مسموح به

اصبح الان مسموحا للمواطنين الذين يحصلون على مساعدة العجز Incapacity benefit، اعانة العوق الشديد Severe Disablement Allowance وكذلك المساعدات الداعمة للضمان الوطني او معونة الدخل Income Support بسبب مرضهم او عوقهم، بالعمل المدفوع الاجر وفقا لظروف معينة..

- الحصول على ٢٠ باوند في الاسبوع لفترة غير محددة.

- العمل اقل من ١٦ ساعة في الاسبوع وبمعدل دخل ٦٧،٥٠ باوند (واعتباراً من اكتوبر ٢٠٠٣ اصبحت ٧٢ باوند) صافي (اي بعد الاستقطاعات) لمدة ٢٦ اسبوع.

وهذه المدة يمكن تمديدها لمدة ٢٦ اسبوع آخر، اذا كان الشخص يعمل في مؤسسات ايجاد فرص عمل، او يقدم نصائح شخصية وايضا يقدم نصائح في ايجاد عمل للمعوقين، واعطى تعهداً بالمساعدة في ايجاد

نادي كبار السن في سفرة الى مدينة نيو رومني

ضمن فعاليات نادي كبار السن شاركت مجموعة من اعضائه في سفرة إلى مدينة نيو رومني بمقاطعة كنت، للفترة 4 الى 11 تشرين الاول 2003.

تضمن برنامج السفرة الأنشطة التالية: سباحة، ألعاب شعبية وزيارة إلى المدن المجاورة، على سبيل المثال هايستك، فولك ستون، أشفورد، دوفر وسانت ماركرت. استمتعت المجموعة بهذه السفرة وتطلع الى السفرات المقبلة.

محكمة الاستئناف تدعم وزارة الداخلية

اقرت محكمة الاستئناف يوم ٢٢/٩/٢٠٠٣، احقية وزارة الداخلية في استئنافها لقرار سابق للمحكمة العليا بصدق طالبي اللجوء في التقديم على المعونات الحكومية. والقرار الجديد خلق ظروف صعبة امام طالبي اللجوء الذين لا يقدمون طلباتهم حال وصولهم الى المملكة المتحدة. ولكن محكمة الاستئناف اكدت على الحكومة بتقديم الدعم لطالبي اللجوء في الحالات التي يضطر بها هؤلاء للتسول للحصول على الطعام والمسكن. وزيرة الهجرة بيغفري هيويز رحبت بقرار محكمة الاستئناف، واكدت ان هذا الاجراء كان من ضمن رزمة من الاجراءات التي قللت طلبات اللجوء الى النصف اعتبارا من الخريف الماضي.

هذا وعبر مجلس اللاجئين عن خيبة امله من القرار. وقالت متحدثة باسمه، ان الحكومة ستواجه العديد من القضايا في المحكمة لحين الغاء هذا الاجراء.

وقال محام بارز في حقوق الانسان: «هذه اول مرة في التاريخ تعلن محكمة ان الدولة ليست لديها مسؤولية تجاه الاشخاص. سنأخذ القضية الى مجلس اللوردات».

عمل لهؤلاء يزيد عن ١٦ ساعة في الاسبوع. ولكن بعد ٥٢ اسبوع من العمل، لا بد من فترة انقطاع عن العمل لا تقل عن ٥٢ اسبوع كي يبدأ عمله من جديد.

- عمل مساند مسموح به لحد لا يزيد عن ٦٧،٥٠ باوند (٧٢ اعتباراً من ١ اكتوبر ٢٠٠٣). عندما يكون هذا الشخص تحت اشراف شخص اخر موظف من قبل السلطات العامة او المحلية او من قبل المنظمات الطوعية التي تعمل مع الناس المعاقين.

- عمل اخر مسموح به عندما يكون جزءا من برنامج العلاج تحت اشراف طبي، اثناء كون هذا الشخص في المستشفى، او يزور بشكل منتظم العيادة الخارجية للمستشفى او المؤسسات المشابهة. وكمية المبلغ المسموح الحصول عليه هي نفسها كما ذكر اعلاه.

لا يحتاج العمل المسموح به لرخصه من الطبيب ولكن دائرة العمل والتقاعد لابد من اشعارها.

الذين على اعانة الدخل Income Support يمكنهم ايضا القيام بعمل مسموح به، ولكن اي دخل يزيد على كمية ما يحصلون عليه من اعانة الدخل، سوف يستقطع منهم بغض النظر فيما اذا كان ١٠،٥٠ او ٢٠ باوند في الاسبوع.

لاتتركوا أبناءكم يغادرون المنزل قبل تناول وجبة الإفطار

الاعتبار بأنه مضت عليك ثمان الى تسع ساعات على تناولك وجبة العشاء فانه من الواضح أن التزود بالوقود من خلال الفطور سيجعلك تشعر بالراحة وتنجز أفضل خلال اليوم.

ويقر بهذا الباحثون في جامعة علوم الصحة في شيكاغو بعدما درسوا ما اذا كان لتناول وجبة الفطور تأثيرات مفيدة وإيجابية على مزاج الانسان وأدائه المعرفي في فترة ما قبل الظهرية ووجدوا أن تناول الفطور يمنع العديد من الآثار الضارة ومنها الصداع والاجهاد والتوتر .

كما أن الدور المؤثر والفاعل للفطور في مساعدة الاطفال على افضل أداء صفي تم توثيقه قبل أكثر من ثلاثين عاما في كلية الطب بجامعة ايوا فقد اكتشف الباحثون أن الاطفال الذين لا يتناولون وجبة الفطور يواجهون مشكلة التركيز في المدرسة ويصابون بالاعياء وعدم الانتباه في فترة الظهرية وقد تم ربط ذلك بانخفاض مستوى السكر في الدم والذي لا يتم سد النقص فيه من خلال وجبة الفطور مما يسمح بالاصابة بالاعياء والاجهاد والتعب والضيق وبالتالي يتأثر التحصيل العلمي سلبا .

وينصح الاخصائيون من أجل تفادي اغراء تخطي اعداد وتناول وجبة الفطور أن تكون هذه الوجبة من المواد الغذائية المعدة مسبقا أو التي تحتاج الى وقت قصير لاعادها. الأهم مما سبق أنه لا يوجد دليل على أن اهمال وجبة الفطور يساعد في انقاص الوزن وتشير الدراسات الى أن من لا يتناولون الفطور يعرضون ذلك بأكل كمية أكبر من الطعام في وجبة الغداء لذلك فانه من غير المجدي الاستغناء عن هذه الوجبة بدعوى اتباع حمية لانقاص الوزن!

عن جريدة «الوطن»

والاستيقاظ بوقت متأخر أو قبل موعد المدرسة مباشرة مما يسبب قلة الشهية وعدم الاقبال على الفطور وتشير الى أنه من المهم أن يتم تعويد الطفل على النوم والاستيقاظ مبكرا فيكون لديه الوقت الكافي لتناول الفطور مضيعة أن لاسرعة دورا كبيرا في هذا التقويم .

وتؤكد الابحاث الطبية ان العادات الغذائية التي يعتاد عليها المرء في فترة الطفولة هي المرشحة للاستمرار مدى الحياة وبهذا فان الاطفال الذين يميلون الى حذف وجبة الفطور فانهم على الأرجح يستمررون في هذه العادة الغذائية في فترة الرشد وتخلص نتائج هذه الابحاث إلى أنه لا بد أن يعتاد الطفل على تناول وجبة الفطور وتقع هذه المسؤولية على كاهل الابوين .

وفي كثير من الاحيان ينصح بتناول ملعقة من العسل عقب الاستيقاظ مباشرة . وتؤكد رئيسة قسم التغذية بوزارة الصحة أن تناول العسل أو الحليب بالعسل عوضا عن تناوله مع السكر يعتبر مفيدا حيث أن للعسل فوائد كبيرة نظرا لاحتوائه على معظم الفيتامينات وخاصة فيتاميني «أ» و«ب» وحمض الفوليك وكذلك يعتبر مصدرا غنيا بالطاقة لاحتوائه على نسبة عالية من السكريات مثل الفركتوز والجلوكوز والسكروروز لذلك لا ينصح باعطائه لمرضى السكر أو من يعانون من السمعة . وقد أظهرت نتائج العديد من الدراسات في أنحاء العالم أن تناول الافطار يرتبط بتحسين القدرة على التحمل في بداية النهار والقدرة على الاستيعاب الدراسي والقيام بواجبات العمل حيث يساعد الافطار على سد النقص في مستويات جلوكوز الدم صباحا وهذا أمر هام حيث أن الدماغ ذاته ليس لديه احتياطات من الجلوكوز ولا بد من تعويض النقص الحاصل من الجلوكوز فيه بصورة مستمرة . ويقول أحد خبراء التغذية أنه عندما تأخذ بعين

مرضى السكر بتناول الالياف بكميات عالية لتخفيض مستوى السكر في الدم كما أن القمح غني أيضا بفيتامينات ب المركبة .

وأضافت أنه لا مانع من شرب الماء بمجرد الاستيقاظ بحيث لا يكون ذلك على حساب تناول المواد الغذائية المهمة للجسم مثل الحليب موضحا أنه ينبغي أن يكون الماء فاترا لأن الماء البارد يمكن أن يسبب تقلصا في جدار المعدة مما يؤدي الى الشعور بالآلم . وتشير الدراسات الى أن الاستيقاظ باكرا من الأمور الشاقة على النفس لذلك فإن كثيرا من الناس يحاولون تجنب هذه الفترة بكل ما فيها ويهملون وجبة الفطور على الرغم من تأكيد الأطباء والبحوث الطبية على أهمية هذه الوجبة لجميع الفئات العمرية .

وتؤكد الدكتورة خيرية أن وجبة الفطور تمثل ثلث الاحتياجات اليومية من الطاقة والعناصر الغذائية ولذلك فلا بد أن تكون وجبة متوازنة صحية ومحتوية على جميع العناصر الغذائية من بروتين ونشويات وقليل من الدهون وخاصة الدهون المشبعة بالإضافة الى الفيتامينات الموجودة في الخضار والفاكهة والمعادن وأهمها الكالسيوم الموجود في الحليب ومشتقاته من الاجبان والتي تساعد على نمو وتقوية العظام .

وللحصول على وجبة غذائية كاملة في بداية اليوم تنصح بأن يشتمل الفطور على كوب من الحليب مع قليل من السكر اضافة الى شريحة من الخبز مع الجبن أو البيض وتشدد على أن الحليب يجب أن يرافق وجبة الفطور في جميع مراحل حياة الانسان من الطفولة المبكرة وحتى الشيخوخة .

ومن ناحية أخرى فإن كثيرا من الامهات يشتكين بأن أطفالهن لا يقبلون على تناول الفطور .. توضح الدكتورة خيرية أن ذلك مرده اعتياد الطفل على السهر ليلا

حذرت خبيرة تغذية بحرينية من اهمال وجبة الفطور مشيرة الى أنها تعد الوجبة الأهم والاساس السليم للعادات الغذائية .

وقالت الدكتورة خيرية موسى رئيسة قسم التغذية بوزارة الصحة البحرينية ان وجبة الفطور هي أول وجبة تستقبلها المعدة طوال اليوم حيث تنتقل المواد الغذائية المهضومة الى الكبد وتتحول الى دم يسري في العروق ومنها الى جميع خلايا الجسم ومن هنا يجب الاهتمام بوجبة الفطور لامداد الجسم باحتياجاته لتجنبه ما قد يصيبه من متاعب . واضافت أن ضرورة تناول الفطور تكمن في أنها تهئ الجسم لتقبل النشاط اليومي في العمل أو التعلم كونه يمنح الجسم القدرة على الحركة والانتاج كما أنه ينبه الذهن ويساعد على التركيز خلال فترة الدوام من خلال امداد الفرد بالطاقة والسعرات الحرارية اللازمة لذلك .

وقالت ان اهمال وجبة الفطور المتوازنة بالمنزل يزيد فرص تناول الاطفال للمأكولات المصنعة والمعلبة مثل المشروبات الغازية والحلويات والساكرات أثناء وجودهم في المدرسة كوجبة فطور مشيرة الى أهمية الامتناع عن تناول تلك الاطعمة وذلك لاحتوائها على كميات عالية جدا من الدهون والسعرات الحرارية العالية مما يؤدي الى الاصابة بالسمنة وكذلك زيادة فرص التعرض لأمراض القلب نتيجة لاستهلاك كميات عالية جدا من الدهون وارتفاع كوليسترول الدم .

ومضت تقول أن تناول أطعمة تحوي القمح صباحا يعد مفيدا جدا لاحتواء تلك الاطعمة على الالياف الغذائية فقد أثبتت الدراسات العلمية أهمية الالياف لجسم الانسان حيث تقيه من الامراض السرطانية خاصة سرطان القولون وسرطان الثدي كذلك فانها تنظم مستوى السكر في الدم في معدله الطبيعي لذا ينصح

الامم المتحدة تطلق برنامجا يربط آلاف الطلبة من جميع انحاء العالم عن طريق الانترنت

واعرب تارور عن امه في ان يوضح البرنامج للاستاذة والحكومات والدول المانحة مدى انجازات الطلبة عن طريق توفير جهازي الكمبيوتر والتلفون.

وعند انتهاء البرنامج بعد ثلاثة اشهر سيقوم الطلبة بمحادثات على الهواء عن طريق الانترنت مع احد رؤساء الدول في القمة العالمية للمجتمع المعلوماتي التي ستعقد في جنيف نهاية العام الحالي.

واضاف تارور لا يزال الطريق طويلا قبل ان تتاح التكنولوجيا للجميع ويتخوف البعض من ان يزيد التقدم التكنولوجي من الفجوة بين الدول الغنية والدول الفقيرة.

وسيمكن البرنامج الذي سيستمر لثلاثة اشهر الطلبة لمعرفة تأثير الاتصالات على حقهم في ارسال وتلقي المعلومات وسيدار البرنامج من قبل المدرسة المعلوماتية التابعة للامم المتحدة بالاشتراك مع شبكة المدارس الاوروبية.

افتتحت الامم المتحدة يوم ٩/١٨ القمة العالمية للمدارس تحت رعاية وكيل الامين العام لدائرة المعلومات العامة شاشي تارور.

وسيقوم البرنامج بربط آلاف الطلبة من مدارس مختلفة حول العالم عن طريق الانترنت في واحد من اكبر المبادرات التعليمية على الاطلاق وقال تارور ان البرنامج يتماشى مع رغبة المنظمة في انتشار فوائد تكنولوجيا المعلومات.

رواتب شهرية لطلبة العراق ٢٠ دولارا للجامعيين و١٠ لطلبة الثانويات

وافقت «سلطة التحالف المؤقتة» في العراق على الاقتراح المشترك المقدم من وزارتي التعليم العالي والتربية العراقيةتين بصرف مبلغ ٢٠ دولارا شهريا لطلبة الجامعات و١٠ دولارات لطلبة الثانويات.

صرح بذلك للصحافيين مصدر في وزارة التربية، موضحا ان الاقتراح الذي تمت الموافقة عليه يأتي من اجل تشجيع الطلبة على مواصلة دراستهم والتخفيف عن كاهل عوائلهم، اذ ان الطلبة يحتاجون الى اموال لشراء القرطاسية والمواد الدراسية اضافة الى اجور النقل وغيرها.

واكد المصدر ان هذه المبالغ سيتم صرفها بداية العام الدراسي الجديد، واضاف ان وزارة التربية تعمل على اعادة التغذية والطبابة المدرسية للحد من انتشار الامراض بين الطلبة وانها جادة في تأهيل الكوادر التعليمية في البلاد عن طريق تنظيم دورات يحاضر فيها أساتذة مختصون في مجال التعليم المتطور.

وزارة الصحة العراقية تعتمد خطة لتغذية مليوني تلميذ

الصحية، حيث ان عدد المواد المقدمة سيكون حسب دوام المدرسة والكميات الموصى بها في الحصص للمدارس الابتدائية والتي تحتوي على العناصر المغذية الدقيقة من الفيتامينات والحديد واليود، فضلا عن امكانية شمول اعضاء الهيئات التدريسية بالوجبات الغذائية.

النقص الحاصل في تغذية التلاميذ الصغار» .

واضاف ان الوجبة الغذائية التي تقدم لهم تتكون من ٨ مواد هي البسكويت عالي الطاقة وجبن معلب وزيت طعام ولحوم معلبة وفق المواصفات، وسكر وحمص وحليب وبيض، وتتوفر في هذه المواد السلامة

اعتمدت وزارة الصحة العراقية خطة وطنية للتغذية المدرسية تشمل مليوني تلميذ من المدارس الابتدائية ورياض الاطفال كمرحلة أولى، بهدف تحسين حالة التغذية وتوفير ظروف صحية ملائمة لهم. وقال مصدر مسؤول في الوزارة «اعتمدت الوزارة هذه الخطة لاجل سد

تتركز خدمات المنتدى العراقي في المجالات والقضايا التالية:

- الرعاية الاجتماعية: (الضمان الاجتماعي واللجوء، والهجرة والاقامة والسكن)
- مركز للإرشاد الصحي (برامج توعية صحية، ترجمة، خدمات معوقين)
- العمل التطوعي
- الشباب والاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة
- خدمات كبار السن
- مدارس تعليم اللغة العربية للاطفال
- صحيفة المنتدى
- نشاطات اجتماعية وثقافية متنوعة
- دورات تدريبية متنوعة
- نشرات معلوماتية

المنتدى العراقي

منظمة خيرية طوعية تقدم النصح والخدمات المجانية والمؤتمنة لافراد الجالية العراقية في قضايا الرعاية الاجتماعية وتسهيل عملية التأقلم مع المجتمع البريطاني مع الحفاظ على هوية الجالية العراقية والعربية والدفاع عن مصالحها وحقوقها وتمثيلها لدى المؤسسات البريطانية. يساهم المنتدى العراقي في تعزيز دور الجالية العراقية في المجتمع البريطاني ويقدم لها العون والدعم في مجالات الحياة العامة دون النظر الى المعتقد الديني والفكري والاصول العرقية والقومية والطائفية.



أوقات الدوام:

ايام الاثنين والثلاثاء والاربعاء والجمعة من الساعة (١٠,٠٠ صباحا حتى ٥,٠٠ مساء). (الزيارات بمواعيد مسبقة ماعدا الحالات الطارئة)، يوم الخميس: بواسطة الهاتف فقط

علاقة الدهون والكوليسترول بأمراض القلب التاجية



كمية الكوليسترول ملغم / ١٠٠ غم.	الغذاء
٢	الحليب خالي الدسم
١٤	الحليب كامل الدسم
١٠٠	الجبنه الصفراء (تشيدر)
٩٤	الجبنه الغنية بالكريمة
١٠٥	الكسترد
٥٥٠	البيض
١٤٨٢	صغار البيض
٥٦٢	الكلبي
٦٥	لحم الدجاج
٤٣٨	كبد العجل
٩٤	لحم البقر
١٥٠	القرديس
٤٥	المحار
٦٩	لحم السمك
٢٥٠	الزبدة

والبيض هي المصدر الاساسي للدهون (٥٨٪) من الدهون الكلية المتناولة) والدهون المشبعة (٧٥٪ من الدهون المشبعة المتناولة). وفي هذه الايام ازداد الاعتماد على الزيوت النباتية مثل زيت فول الصويا وزيت عباد الشمس... وبالإضافة الى المصادر السابقة هناك المايونيز، الزبدة، السمنة، الاجبان، الفطائر والمعجنات، وبعض انواع الصلصات. اما بالنسبة لمصادر الكوليسترول، فهو موجود في جميع الاطعمة الحيوانية، ويكون موجودا بكميات كبيرة في الاعضاء الداخلية للحيوانات وفي صغار البيض. اما الزيوت والدهون النباتية فهي خالية من الكوليسترول.

جاء دور الرجال الآن لتناول مانعات الحمل

التطور الجديد الذي احدثه العلماء الاستراليون قلب معادلة الذكورة والانوثة فاصبح الآن من الممكن على الرجل اخذ حقنة لمنع الحمل بدلا من ان تأخذها زوجته. الحقنة الجديدة تثبط تشكل النطاف في الخصيتين بأمر من الدماغ والغدد العليا. فالحقنة الجديدة قد تمنع الخصوبة لدى الرجل لمدة 12 شهرا على الاقل ويجب تكرارها كل سنة. الدراسات المبدئية اشارت الى ان الحقنة سليمة ولا تنتج عنها اعراض جانبية. لكن حتى الآن لا توجد دراسات طويلة الامد تشير الى الآثار البعيدة بعد تعاطي الحقنة لفترة سنوات.

لدى هؤلاء الاشخاص. ومن العوامل الاخرى التي تؤثر في مستوى الكوليسترول في الدم والخارجة عن السيطرة ايضا:

- العمر
- السلالة
- الجنس
- ومع ذلك يوجد الكثير من العوامل التي نستطيع السيطرة عليها للتقليل من مستوى الكوليسترول في الدم وللحماية من الكثير من امراض القلب مثل:
- عدم تدخين السجائر
- السيطرة على ارتفاع ضغط الدم
- المحافظة على الوزن المناسب
- المداومة على ممارسة بعض النشاطات الرياضية
- السيطرة على الضغوطات العصبية
- وللمصابين بالسكري، السيطرة على مستوى السكر في الدم مهمة جدا.

يتنقل الكوليسترول في الدم عن طريق مركبات تسمى البروتينات الدهنية (تتكون من بروتين ودهون) وهذه المركبات مهمة جدا حيث ان مستوى الكوليسترول الكلي في الدم يعكس مستوى ثلاثة انواع من البروتينات الدهنية هي: البروتينات الدهنية المنخفضة جدا بالكثافة، البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة وهذا النوع يرتبط بمعظم الكوليسترول الموجود في الدم، واخيرا البروتينات الدهنية عالية الكثافة. واقد اصبح واضحا ان البروتينات منخفضة الكثافة هي المسؤولة عن ترسب الكوليسترول على جدران الاوعية الدموية.

وعلى العكس من البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة، تعتبر البروتينات الدهنية عالية الكثافة مفيدة جدا، حيث تدل الدراسات الى انه كلما زادت كمية هذا النوع من البروتينات في الدم كلما قلت فرص الاصابة بامراض القلب التاجية. وتعمل البروتينات الدهنية عالية الكثافة على نقل الكوليسترول من الدم الى الكبد حيث يتم هناك تحطيم الكوليسترول واخرجه مع العصارة التي تفرزها المرارة.

ويعتبر تركيز البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة، المعبر الاساسي عن تركيز الكوليسترول الفعلي، ولكن بما ان معظم الكوليسترول الموجود في الدم مرتبط مع البروتينات الدهنية منخفضة الكثافة، يمكننا ان نعتبر ان التركيز الكلي للكوليسترول، يعبر عن التركيز الفعلي للكوليسترول.

ويتراوح التركيز الطبيعي للكوليسترول في الدم من ١٥٠ الى ٢٠٠ ملغم لكل ١٠٠ مليلتر، ومع تقدم السن فانه قد يرتفع الى ٣٠٠ ملغم او اكثر، ويمكن القول انه اذا تجاوز مستوى الكوليسترول ٢٢٥ ملغم فان الفرصة للاصابة بامراض القلب سوف تزداد.

وكعلاج لارتفاع مستوى الكوليسترول في الدم، ينصح الخبراء الى اللجوء الى الحميات الغذائية والمصممة لتقليل تناول الدهون المشبعة والكوليسترول بالإضافة الى تخفيض الوزن لمن يعانون من الوزن الزائد.

ويقترح في بداية تنفيذ برنامج الحماية الغذائية ان لا تتجاوز كمية الدهون اكثر من ٣٠٪ من الطاقة الكلية، وان لا تتجاوز الدهون المشبعة اكثر من ٢٠٪ من الطاقة الكلية، وان لا يتجاوز الكوليسترول ٣٠٠ ملغم في اليوم.

اذا لم ينجح البرنامج السابق خلال ستة اشهر في تخفيض مستوى الكوليسترول في الدم، يتم تخفيض الدهون بمقدار كبير، والدهون المشبعة الى ٧٪ من الطاقة الكلية والكوليسترول الى 200 ملغم او اقل يوميا. واذا لم ينخفض مستوى الكوليسترول بالحمية الغذائية، يتم العلاج بالادوية بالإضافة الى الاستمرار بالحمية الغذائية.

مصادر الدهون والكوليسترول:

تعتبر المنتجات الغذائية من مصادر حيوانية مثل اللحوم الحمراء والدجاج و السمك و الحليب ومنتجاته

من ناحية تقنية لا يعتبر الكوليسترول من الدهون، ولكن يعتبر شبيه بالدهون، وهو عبارة عن مركبات مهمة لجسم الكائن الحي حيث انه موجود في جدران جميع الخلايا، كما انه مهم لانتاج العصارة الصفراوية.

لقد اصبح واضحا بما لا يدع مجالا للشك بأن زيادة كمية الدهون في الوجبات الغذائية المتناولة تعتبر عاملا مهما يؤثر في حدوث و تطور الامراض المزمنة. وتشير الدراسات الى ان الاحماض الدهنية المشبعة تلعب دورا مهما في رفع مستوى الكوليسترول في الدم، مما يشكل خطرا يتمثل في الاصابة بامراض القلب التاجية. ان زيادة كمية الكوليسترول في الدم تؤدي الى تراكمه على جدران الاوعية الدموية، ومع مرور الزمن يحدث تضيق للاوعية الدموية ينتج عنه تصلب الشرايين والذي يؤدي الى نقص في كمية الدم المتدفقة عبر الاوعية الدموية.

ان الغذاء يعتبر احد العوامل المؤدية الى ارتفاع مستوى الكوليسترول في الدم، ويعتقد العديد من الخبراء ان اثر الغذاء على ارتفاع مستوى الكوليسترول في الدم معقد، ويتجاوز مجرد محتوى الاغذية من الكوليسترول والاحماض الدهنية. ومن خلال التجارب السريرية تم اعتبار العوامل التالية كمتغيرات يمكنها ان تؤثر على اثر الحميات الغذائية على مستوى الكوليسترول في الدم:

- العادات الغذائية
- درجة الاستجابة للحميات
- مستوى الكوليسترول
- مكونات الوجبة الغذائية

وتلعب الوراثة لدى بعض الاشخاص دورا اكبر في التأثير على مستوى الكوليسترول في الدم من الوجبات الغذائية المتناولة، بمعنى انه بغض النظر عن كمية الدهون والكوليسترول الموجودة في الوجبات الغذائية المتناولة، فان اجسامهم ستنتج كميات عالية من الكوليسترول يمكنها ان تسبب في حدوث النوبات القلبية. وقد يستطيع العلماء في يوم من الايام تحديد الجين المسؤول عن انتاج الكوليسترول بكميات كبيرة

الإفطار الصباحي يحسن الذاكرة عند كبار السن

يبدو أن وجبات الإفطار الصباحية لا تفيد الأطفال والشباب فحسب، بل مفيدة لكبار السن أيضا. فقد أثبتت دراسة طبية جديدة أن تناول طعام الإفطار يحسن الذاكرة والقدرات الإدراكية عند المسنين.

فقد وجد الباحثون بعد مراقبة عدد من الأشخاص تراوحت أعمارهم بين ٦١ - ٧٩ عاما، تناول عدد منهم طعام الإفطار على شكل بروتين نقي أو نشويات أو دهون نقية، أن طعام الإفطار مهما كان نوعه حسن أداء هؤلاء المسنين في فحوصات الذاكرة بعد تناوله بربع ساعة، في حين سجل المشاركون الذين لم يتناولوا الإفطار، درجات أقل في اختبارات الذاكرة والقوى الإدراكية.

وأكد البحث الذي أجرته الجمعية الأميركية للعلوم الغذائية والجمعية الأميركية للتغذية السريرية، أن تناول أي نوع من طعام الإفطار يعزز القدرات الذهنية ويقوي الذاكرة.

ويرى الباحثون أن ممارسة الرياضة بانتظام والمحافظة على الوزن السليم وتناول أغذية قليلة الدهون المشبعة وغنية بالألياف والفواكه والخضراوات يساعد على المحافظة على قوة الذاكرة والمهارات الإدراكية والقدرات الذهنية على المدى الطويل.

أزمة المضادات الحيوية تلوح في الأفق

حذر عالم بارز من أن تتسبب المضادات الحيوية في أزمة قد تؤدي إلى وفاة آلاف الأشخاص بسبب أمراض يمكن علاجها .
وقال البروفيسور هيو ماكجافوك من جامعة أولستر لبي بي سي ان افراط الاطباء في وصف المضادات الحيوية للمرضى يجعل الكثير منها عديم الفائدة .
وقدر ماكجافوك انه في غضون ١٢ عاما ستكون جميع المضادات الحيوية عديمة الاثر.
وقال البروفيسور المتخصص في علم وصف الدواء ان أزمة المضادات الحيوية تماثل في خطورتها مرض الايدز .
وابلغ راديو فايف لايف ان الافراط في وصف الادوية في الطب والزراعة خلال الخمسين عاما الماضية جعل مضادات حيوية كثيرة عديمة الفائدة .
ويتوقع ماكجافوك انه بحلول عام ٢٠١٥ سيقاوم الجسم البشري جميع المضادات الحيوية ويقول ان الامراض التي يمكن علاجها الان بسهولة ستصبح قاتلة . ويقول البروفيسور ايضا انه سيتعين وقف الغالبية العظمى من العمليات الجراحية لان المضادات الحيوية لازمة لاجراء العمليات .
ومع وجود دلائل على ان الازمة بدأت بالفعل يشير ماكجافوك الى ظهور نوع من البكتيريا مقاوم للمضادات الحيوية في المستشفيات ودور الرعاية في بريطانيا يطلق عليه «ام ار اس ايه» .
واتفق البروفيسور روجر فينش المستشار الحكومي مع ماكجافوك في ان البشر يواجهون مشكلة تبعث على القلق الشديد .
لكنه لم يوافق على ان هذه المشكلة ستؤدي الى الموت في النهاية كما يصفها البروفيسور ماكجافوك . وقال فينش انه تم اتخاذ تدابير لمعالجة مشكلة مقاومة المضادات الحيوية للتأكد من ان الازمة لن تحدث .
ويجري تطوير سلالة جديدة من المضادات الحيوية تجعل من الصعب على البكتيريا والجراثيم ان تكون محصنة ضدها . وتعمل هذه المضادات بنفس الطريقة التي يستخدمها الجسم للتخلص من العدوى البكتيرية .
لكن منتقدين يقولون ان البكتيريا ستستطيع في النهاية تحصين نفسها ضد هذه الادوية مما سيجعل المقاومة الطبيعية للجسم اقل كفاءة .
وقد تحتاج الجروح البسيطة نتيجة لذلك الى وقت طويل للالتئام .

تدخين المراهقين ربما «نزوة»... ولكن خطيرة!

«التدخين ممنوع» عبارة نراها بكل اللغات وبالرموز أيضاً... ولكن من يتقيد بها فعلاً؟ حملات منع التدخين والنصائح المضادة له والتي تحملها علب السجائر في كل أنحاء العالم، لا تمنع المدخن المزمّن أن يسحب سيجارة ويدخنها، بينما ينظر إلى إرشاد على غرار: «وزرة الصحة تحذر: التدخين يؤدي إلى أمراض خطيرة ومميتة».

هناك مراهقون يدخنون خلصة عن أهلهم. وفي المقابل، هناك أهل يعتقدون أن تدخين المراهق مجرد نزوة عابرة يتخلى عنها في وقت لاحق، فيرضخون للأمر الواقع. ومع تفاقم المشكلات الاجتماعية في أوساط الشباب (ممنوعات، عنف، تهوّر...)، يظن بعض الشباب أن مخاطر التدخين على الصحة أقل مما يواجهونه من مصاعب وأزمات.

التبغ مادة تؤدي إلى الإدمان، ولا «يصحو» المدمن من «سباته» إلا بإرادة أو ببعض العلاجات الناجعة (نظرياً، لأنها تفشل حالماً «تعدن» السجارة على البال). والأثر السلبي للتدخين يبدأ بالظهور في عمر مبكر. ويترجم عند بعض المدخنين المراهقين قصوراً في نمو الرئتين وعملهما، وكذلك يؤدي إلى ظهور أول أعراض الأمراض القلبية. وتفيد دراسات نشرت في غير مجلة أميركية بأن التدخين يسبب القلق والإحباط ويزيد من مستويات التوتر لدى المراهقين عند الافراط به. وتلاحظ الدراسات عينها أن المراهق الذي يدخن عليه سجائر في اليوم على الأقل يتعرض أكثر من غيره لنوبات دعر ولرهاب الخلاء (الخوف من الاماكن الخالية) والقلق الدائم. ويصاب المراهقون بإدمان النيكوتين حتى قبل أن يتحول إلى عادة يومية. ويشير إحصاء رسمي شامل أجري في فرنسا عام ١٩٩٩ إلى أن ٩٠ في المئة من البالغين المدخنين بدأوا التدخين خلصة عن ذويهم قبل بلوغ الثامنة عشرة من العمر. وهؤلاء معرضون للإصابة بالربو مرة ونصف المرة أكثر من غيرهم. وإذا كان ذووهم من المدخنين تزيد نسبة إصابتهم بالتهاب الشعب الهوائية بنسبة ٧٠ في المئة، بسبب «التدخين السلبي» (تنشق الدخان المتصاعد من سجائر الأهل).

وتطبق اليوم طرق عدة على البالغين المدخنين للإقلاع عن التدخين من خلال أدوية وعقاقير ولصاقات، ولكنها بمعظمها لا تصح للمراهقين. فلصاقات النيكوتين لم تنجح إلا لدى ٥ في المئة منهم فقط. وتركز برامج الإقلاع عن التدخين للمراهقين على العلاج النفسي لكشف أسباب لجوئهم إلى السجائر، وعلى طرق معالجة التوتر والقلق كالتنفس العميق واليوغا والتأمل والشرح المسهب لمخاطر التدخين المدمّرة، إضافة إلى متابعة المراهق لفترة طويلة للتأكد من تخلصه من الإدمان على النيكوتين.

أما البرامج الأكثر نجاحاً فهي تلك التي تقوم على محاولة تحسين سلوك المراهق وتهتم بعلاقته مع أهله وتلفت انتباهه إلى نشاطات أخرى كالرياضة وتعريفه إلى تجارب مدخنين سابقين.

«الحياة»

النوم يساعد في الوقاية من السرطان ومقاومته



وتقول الدراسات التي أجريت على الفئران إن الفأر الذي يتعرض لاضطرابات النوم تنمو لديه الاورام بشكل أسرع من غيره .
ويقول البروفيسور شبيجل إن الأطباء لا يجب أن يعملوا على مكافحة السرطان فقط، وإنما مساعدة الناس الذين يعانون أوراما على التعايش معها .
وأضاف قائلاً إن الإصابة بالسرطان ربما تذهب النوم من الجفون ولكن يجب مساعدة هؤلاء المرضى على استعادة النوم لأن ذلك قد يساعدهم على الشفاء من المرض .
نشر هذا البحث في صحيفة بريين بيهيفيور أند ايمونييتي .

الثدي وقد حدثت لهن تقلبات شديدة في هذا الهرمون حيث بات يصل الى ذروته بعد الظهر بدلا من الفجر، وقد تعرضن للوفاة المبكرة بسبب المرض .
وقال البروفيسور شبيجل إن تقلبات هذا الهرمون والتي قد تكون ناجمة عن تقلبات النوم تجعل الانسان أكثر عرضة للإصابة بالسرطان .
ويدرس البروفيسور شبيجل أيضا تأثير هرمون ميلاتونين الذي ينتج أثناء النوم ويلعب دورا في دورة الجسم اليومية .
ويقول إن هذا الهرمون يعمل على منع تدمير الحامض النووي دي ان ايه وهو التدمير الذي يؤدي الى السرطان، ويطه انتاج الاستروجين مما يؤدي الى نمو الاورام في الثدي والرحم .
ومن هذا المنطلق فان السيدة التي تعمل عادة ليلا وتنتج ميلاتونين أقل تكون أكثر عرضة للإصابة بالاورام .
وأظهرت البحوث ارتفاع نسبة الإصابة بسرطان الثدي بين النساء اللاتي يعملن ليلا عن نظيراتهن اللاتي يعملن في ساعات العمل العادية .

قال البروفيسور ديفيد شبيجل الاستاذ بجامعة ستانفورد إن النوم الجيد ليلا يمكن أن يقي من الإصابة بالسرطان .
وأوضح البروفيسور شبيجل ان النوم يمكن أن يعدل توازن الهرمونات في الجسم، مشيراً الى أن التوازن الهرموني يلعب دورا مهما في امكانية الإصابة بالسرطان .
فبعض الهرمونات مثل الكورتيزول والميلاتونين والاستروجين يشار اليها باعتبار أنها عامل محتمل لتطور الاورام .
ويدرس البروفيسور شبيجل عددا من الدراسات التي تتناول العلاقة بين النوم والسرطان .
واحدى هذه الدراسات تتناول الكورتيزول، وهو الهرمون الرئيسي المتعلق بالضغط وينظم الجهاز المناعي بما في ذلك الخلايا التي تساعد الجسم في محاربة السرطان .
ويصل معدل هذا الهرمون الى الذروة في الفجر ويتناقص خلال اليوم .
ويدرس البروفيسور شبيجل حالات سيدات عانين مرحلة متقدمة من سرطان

منظمتا الصحة العالمية و الاغذية والزراعة التابعة للأمم المتحدة تصدران تقريراً مستقلاً للخبراء حول الغذاء والأمراض المزمنة

وسيتم نشر التقرير رسمياً في نيسان (ابريل) كتقرير فني مشترك بين منظمة الاغذية والزراعة ومنظمة الصحة العالمية، مصحوباً بتقييم المنظمين وخطط العمل لتنفيذ التوصيات ذات العلاقة. وسيكون التقرير مساهمة حاسمة تستند الى أسس علمية لتطوير الاستراتيجية العالمية بهدف الحد من ثقل الأمراض المزمنة المتزايدة ذات الصلة بالأمراض القلبية وعدة أشكال من أمراض السرطان وداء السكري والسمنة وأمراض وهن العظام وحتى أمراض الأسنان.

هذا وتدعم منظمة الاغذية والزراعة منظمة الصحة العالمية في تطوير استراتيجيتها العالمية. وفي اطار المتابعة للنتائج التي خلص اليها هذا التقرير، فإن منظمة الاغذية والزراعة ستقوم بتحديد الاحتياجات من المعلومات ومراقبة الحميات، بالإضافة الى تقييم مضامين التوصيات التي تضمنها التقرير من جميع الجوانب ذات الصلة بالاغذية فضلا عن الجوانب المتعلقة بالسياسات التجارية والزراعية.

وسيكون التقرير بمثابة الأساس بالنسبة للهيئات القطرية والاقليمية لتطوير خطوط توجيهية بشأن الغذاء الأساسي والتمارين البدنية بما يهم مجتمعاتها المحلية. واستنادا الى الدكتور أوي فإن التقرير موضوع البحث يؤمن الاهداف باتجاه تكوين مركبات للنظام الغذائي والنشاط البدني بما يتناسب مع الصحة الجيدة والوقاية من الأمراض المزمنة الرئيسية ذات الصلة بالتغذية وأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم والسرطان وداء السكري والسمنة وكسور العظام وكذلك أمراض الأسنان.

الجماعي لمجموعة الخبراء من ذوي المنظر العالمي، على حد رأي الدكتور ريكاردو أوي، رئيس معهد التغذية وتكنولوجيا الاغذية في جامعة شيلى، و أستاذ التغذية للصحة العامة في كلية لندن للصحة والطب الاستوائي، والذي ترأس مجموعة الخبراء.

ويتضمن التقرير نصائح بشأن سبل تغيير كميات الاغذية المتناولة يوميا وزيادة حجم الطاقة المكتسبة من خلال:

- التقليل من كميات الاغذية التي ترتفع فيها نسبة الشحوم المشبعة والسكر.
- ازالة كميات الملح الواردة في الغذاء الأساسي.
- زيادة كميات الفواكه والخضروات الطازجة الواردة في الغذاء الأساسي.
- ممارسة نشاط بدني معتدل الكثافة لمدة ساعة على الأقل يوميا.

وجاء في التقرير موضوع البحث، أن استهلاك كميات متزايدة من الاغذية الغنية بالطاقة يمكن أن يشجع على الزيادة في الوزن، لذلك يدعو الى وضع حد في استهلاك الشحوم المشبعة والسكريات والأملاح في النظام الغذائي والتي غالبا ما توجد في الوجبات الغذائية السريعة والاغذية المصنعة والمشروبات.

وأوضح التقرير أن نوعية الشحوم والزيوت بالإضافة الى الكمية المستهلكة من الملح يمكن أن تؤثر على الأمراض القلبية مثل الذبحه القلبية. ويأتي صدور تقرير الخبراء هذا بينما تعد منظمة الصحة العالمية استراتيجية عالمية بشأن النظام الغذائي والنشاط البدني والصحة في أعقاب القرار الذي اتخذته البلدان الأعضاء في الجمعية العالمية للصحة في ايار (مايو) من العام الماضي ٢٠٠٢.

التقليل من الدهون المشبعة والملح والسكر والمزيد من الخضّر والفاكهة والتريّض أمور لا بد منها لمواجهة تزايد أمراض القلب والشرايين والسرطان والسكري والسمنة

أوصى الخبراء في كل من منظمة الاغذية والزراعة للأمم المتحدة ومنظمة الصحة العالمية في تقرير مشترك أن الغذاء الأساسي المكون من كميات قليلة من الاغذية ذات الطاقة العالية التي ترتفع فيها نسبة الشحوم المشبعة والسكريات، مع وفرة في الفاكهة والخضروات المصحوبة بتمرينات بدنية، تُعد من بين الإجراءات الرئيسية للقضاء على الأمراض المزمنة.

ويهدف التقرير الذي أعده فريق من الخبراء لدى المنظميتين العالميتين المذكورتين الى تحديد توصيات للحكومات بشأن النظام الغذائي والتمارين المطلوبة في معالجة الأعداد المتزايدة من الأشخاص الذين يتوفون سنويا بسبب الأمراض المزمنة، سيما وأن الثقل الذي تخلفه الأمراض المزمنة بما فيها الأمراض القلبية والسرطانية وداء السكري والسمنة يزداد وبسرعة في مختلف أرجاء العالم. ففي عام ٢٠٠١ كانت الأمراض المزمنة سببا لحدوث نحو ٥٩ في المائة من مجموع الوفيات البالغة حسب التقارير في العالم ٥٦ مليون ونصف المليون شخص أي ٤٦ في المائة من ثقل تلك الأمراض في العالم.

ويعد هذا التقرير مهماً للغاية لأنه يحتوي على أفضل الدلائل العلمية المتوافرة في الوقت الحاضر بشأن الصلة بين النظام الغذائي والتغذية والأنشطة البدنية والأمراض المزمنة، بالاستناد الى الرأي

مشكلة منديل

حضرت وليمة رسمية مؤخراً اجلسوني فيها بجانب امرأة محجبة لبست كما نتوقع فستاناً طويلاً فضفاضاً يمتد الى قدميها. وكانت المقاعد متقاربة ومكتظة. وانا لي عادة سيئة لا استطيع ان احافظ على منديل السفرة الذي يقتضي من المدعوين ان يضعوه على الارض. مما حدا بي اضعه فوق سروالي حتى يسقط على الارض. مما حدا بي الاعتقاد بان هناك عداوة قديمة بين سروالي ومناديلي. الحقيقة انني نشأت في بيت كنا ناكل فيه من الصينية جلوساً على مندر. لا مناديل ولا سراويل نسمي باسم الله وننزل قصفا بالرز والباميا وكأنها عدو لنا معه ثارات قديمة. استعمال مناديل الطعام عادة غريبة يظهر ان نفسي لم تنسجم معها. لا اتكلف وضعها على حضني حتى ترتجف رجلاي وترميان بها ارضا. جلست بجانب هذه السيدة المحجبة ولم تمض دقيقتان حتى سقط المنديل مني الى الارض. وعندما فكرت بالتقاطه من بين قدمي هذه السيدة المسلمة، لاحت امامي فوراً اطياف حادثة اليمامة وقعت لي في السنين الخوالي بصدد ذلك.

كنت عندئذ تلميذاً في كلية تشلوسي للفنون ودعاني استاذي الفاضل دونالد كوكسن الى وليمة عشاء في بيته. واجلسني حينئذ بجانب زوجته النحاتة سوزي. وكانت نسوة ذلك الزمان يلبسن فساتين وتنورات طويلة، ليس مثل بنات هذا الزمان اللاتي يلبسن في الغرب تنورات لا يزيد حجمها عن ورقة التين. وفي اثناء الاكل والحديث، سقط منديلي الى الارض مرتين. وفي كل مرة كنت انحني عن مقعدي واجري وراءه واخط بين سراويل وفساتين واحذية الجالسين والجالسات لا عثر عليه واعيده الى مكانه في حضني. فزيادة في البلوى. انني كنت لا اکتفي باسقاط المنديل، وانما اتبع ذلك بعد قليل برفسه بقدمي بحيث يتعد عني ويصحب في المقابل بين ارجل الآخرين.

اعدت المنديل الى مكانه، ولكنني لم ازدرد ملعقة واحدة من الشورية حتى سقط الى الارض للمرة الثالثة، وكان قوة جاذبية هناك تسحبه نحوها. حرت في امري هذه المرة. قلت لنفسي لا شك ان هؤلاء الغربيين سيصلون الان الى هذه النتيجة. وهي ان العرب ناس متوحشون ومتخلفون لا يعرفون حتى الان كيف يضعون منديل الأكل.

قررت ان اسلك اسلوباً متوارياً متستراً هذه المرة. واصل الاكل والحديث معهم وفي اثناء ذلك امد يدي اليسرى باناء وخفة والتقطت المنديل من الارض. باشرت بالعملية ولكن المنديل اللعين اصبح مسحوراً بسحر عجب. فلم تعد له بداية ولا نهاية. اسحب به ولا اصل الى نهايته. وفي الاخير اخذ يتمرد عليّ ويأبى اطاعة يدي. بل اخذ يتقهقر بقوة الى الخلف والى الاسفل. عجبت من امره. فجررت به جرة قوية ولكن ايضا بدون نتيجة.

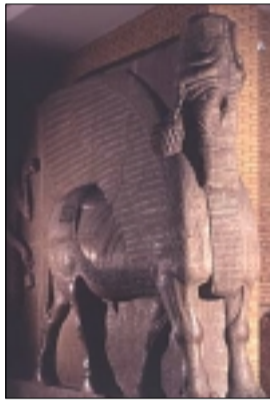
وهنا عاجلتني السيدة سوزي كوكسن بنظرة وهمست في اذني: «ارجوك، ارجوك، ارجوك خالد. قدام زوجي!». يا للهول، ما كنت اسحبه في الواقع الى الاعلى لم يكن منديلي اللعين وانما كنت اجر تنورة السيدة المضيفة ليفوك.

ترأت لي تلك الحادثة وانا جالس بجانب هذه السيدة المسلمة، المحجبة، ماذا سيحدث لو اوقعتني الشيطان بنفس المقلب؟ هكذا رحلت اتناول طعامي وانا اعيش في حرب الاعصاب هذه. قابضاً باليد اليمنى على الملعة وباليدي اليسرى على المنديل، ولساني تارة يزدرد للكمة وتارة يتعوذ من الشيطان. ولم اجد في الاخير مخلصاً بغير ان اتحول واجلس بجانب زوجتي. اذا حدث ووقع المكروه ورحلت اجر تنورتها فلي عليها حقوق وهي حلالي وزوجتي حسب سنة الله ورسوله.

خالد القشطيني



عنوان امسية للكاتب خالد القشطيني نظمها المنتدى العراقي / اللجنة الثقافية على قاعة ديوان الكوفة يوم ٢٠٠٣/١٠/١٠. ادار الندوة السيد قيس السهيلي، وشاركت فيها الادبية زينب حُفني والفنانتان تارا جاف (عزف على القيثارة واغان كردية) ورؤيا غالي (عزف على العود واغان عربية).

من جد
لم يجدمن حضارة وادي الرافدين
الثور المجنح

كان هذا التمثال الضخم الذي يبلغ طوله ٤,٤٢ متر، والذي يزن ٣٠ طناً، فرداً من زوج يحرس باباً في دور شروكين التي شيدها الملك الاشوري سرجون الثاني (٧٢١ - ٧٠٥ قبل الميلاد)، وهي المدينة التي هجرها سنحاريب ابن سرجون، ونقل العاصمة الى منطقة قريبة من نينوى. وقد استعملت تماثيل مشابهة ولكنها اصغر في القصور الاشورية لمدة دامت قرنين.

وتجمع هذه التماثيل ما بين السلطة الالهية (الخوذة ذات القرون) وبين الذكاء البشري. وجناح نسر وقوة اما اسد - كما في الصورة - او ثور ذي اربعة افخدة (يظهر منها اثنان اذا شاهده من الامام، واربعة اذا شاهده من جنب، مع كتابة مسمارية خطت بينها) ترمز الى قوة الامبراطورية الاشورية التي كانت تسيطر على منطقة الشرق الادنى لمدة ثلاثة قرون.

وقد حفر بعض الحراس الاشوريين - الذين من المحتمل ان يكونوا قد تملكهم الضجر اثناء تأدية واجبهم - رقعة اللعبة تشبه النرد على قاعدة التمثال الذي تظهر صورته على اليمين.

وكانت هذه اللعبة تلعب او اور بجنوب العراق في العام ٢٦٠٠ قبل الميلاد، ولا يزال سكان جنوبي

معرض للفنان لقمان الشيخ

على قاعة ديوان الكوفة، اقام الفنان نعمان الشيخ معرضاً للوحاته تحت عنوان «المأساة والامل» للفترة من ٩/١٧ ولغاية ٩/٢٢/٢٠٠٣. الفنان نعمان يقيم في بلغاريا واكمل دراسته في الفنون التشكيلية من اكااديمية الفنون الجميلة في صوفيا.

الاعلان العالمي لحقوق الانسان

جنسيته تعسفاً أو إنكار حقه في تغييرها.

نواصل في هذا العدد نشر بقية مواد الاعلان العالمي لحقوق الانسان:

المادة ١٦

(١) للرجل والمرأة متى بلغا سن الزواج حق التزوج وتأسيس أسرة دون أي قيد بسبب الجنس أو الدين، ولهما حقوق متساوية عند الزواج وأثناء قيامه وعند انحلاله.

المادة ١١ (١) كل شخص متهم بجريمة يعتبر بريئاً إلى أن تثبت إدانته قانوناً بمحاكمة علنية تؤمن له فيها الضمانات الضرورية للدفاع عنه.

(٢) لا يبرم عقد الزواج إلا برضى الطرفين الراغبين في الزواج رضياً كاملاً لا إكراه فيه.

(٢) لا يبدان أي شخص من جراء أداء عمل أو الامتناع عن أداء عمل إلا إذا كان ذلك يعتبر جرماً وفقاً للقانون الوطني أو الدولي وقت ارتكاب، كذلك لا توقع عليه عقوبة أشد من تلك التي كان يجوز توقيعها وقت ارتكاب الجريمة.

المادة ١٧

(١) لكل شخص حق التملك بمفرده أو بالاشتراك مع غيره.

المادة ١٢ لا يعرض أحد لتدخل تعسفي في حياته الخاصة أو أسرته أو مسكنه أو مراسلاته أو لحملات على شرفه وسمعته، ولكل شخص الحق في حماية القانون من مثل هذا التدخل أو تلك الحملات.

(٢) لا يجوز تجريد أحد من ملكه تعسفاً.

المادة ١٨ لكل شخص الحق في حرية التفكير والضمير والدين، ويشمل هذا الحق حرية تغيير ديانته أو عقيدته، وحرية الإعراب عنهما بالتعليم والممارسة وإقامة الشعائر ومراعاتها سواء أكان ذلك سراً أم مع الجماعة.

المادة ١٣ (١) لكل فرد حرية التنقل واختيار محل إقامته داخل حدود كل دولة.

(٢) يحق لكل فرد أن يغادر أية بلاد بما في ذلك بلده كما يحق له العودة إليه.

المادة ١٩

المادة ١٤ لكل شخص الحق في حرية الرأي والتعبير، ويشمل هذا الحق حرية اعتناق الآراء دون أي تدخل، واستقاء الأنباء والأفكار وتلقيها وإذاعتها بأية وسيلة كانت دون تقيد بالحدود الجغرافية.

المادة ١٤ (١) لكل فرد الحق في أن يلجأ إلى بلاد أخرى أو يحاول الالتجاء إليها هرباً من الاضطهاد.

المادة ٢٠

(١) لكل شخص الحق في حرية الاشتراك في الجمعيات والجماعات السلمية.

(٢) لا ينتفع بهذا الحق من قدم للمحاكمة في جرائم غير سياسية أو لأعمال تناقض أغراض الأمم المتحدة ومبادئها.

المادة ١٥

(١) لكل فرد حق التمتع بجنسية ما.

(٢) لا يجوز حرمان شخص من

(١) لكل فرد حق التمتع بجنسية ما.

(٢) لا يجوز حرمان شخص من

التقرير السنوي للمؤتمر السادس عشر للمنتدى العراقي

من كلمات ورسائل التحيا للمؤتمر

«رابطة الاكاديميين العراقيين تحيي مؤتمرهم، وتتمنى له النجاح والخروج بالبرامج والقرارات والتوصيات التي تخدم الجالية العراقية وبالتالي عموم شعبنا العراقي»

رابطة الاكاديميين العراقيين

○○○

«نتقدم باحر التهاني لمؤتمرهم الموقر متمنين له النجاح في تحقيق اهدافه السامية والمتمثلة في خدمة الجالية العراقية».

الجمعية المندائية في المملكة المتحدة

○○○

«بهذه المناسبة، نود ان نبعث لكم باحر تحياتنا متمنين لكم النجاح»

اتحاد تموز للتنمية الاجتماعية - فرع بريطانيا

○○○

«لنبذل المزيد من الجهود الممكنة للترابط والتواصل مع اخوتنا داخل الوطن للاخذ بايديهم ودعمهم بكل طاقاتنا لبناء عراق جديد».

جمعية الكندي للمهندسين العراقيين

○○○

«ان التواصل ونكران الذات والايثار وحب الناس، هذه الصفات التي يتمتع بها الاخوة والاخوات في المنتدى العراقي اكسبهم حب واحترام ابناة الجالية وعزز دور المنتدى كواجهة اجتماعية - ثقافية».

منظمة الكرد الفيليين الاحرار

○○○

«ان علاقة جمعية الامل العراقية والمنتدى العراقي تعود الى الايام الاولى لانبثاق الجمعية بعد حرب الخليج في ١٩٩٢، فقد اسسنا تحت مظلة المنتدى العراقي «صندوق دعم ضحايا الحرب» الذي كان من الاوائل في تقديم الدعم لجمعية الامل العراقية في حداثتها نشاطها وساهم بذلك في تثبيت وجودها على ساحة العمل الحقيقي في العراق».

جمعية الامل العراقية

٢٠٠٢/١١/٣٠، في مركز الشسباب في (Ladbroke Grove) - تنظيم حفلة رأس السنة ٢١ كانون الأول ٢٠٠٢.

- نظم ملتقى يومي في المنتدى وتم حجز قاعات Mandela و Weltje لفترة اسبوع من ٧ - ١١ نيسان ارتباطا بالحرب والتطورات اللاحقة في العراق.

- نظم تجمع للجالية في يوم ١١ نيسان، احتفاءً بالعهد الجديد في العراق حضره عدد من أبناء الجالية وزعت فيه الحلوليات والمرطبات.

- أمسية للكاتب المعروف خالد القشطيني و الفنانة رؤيا غالي بعنوان «حكايات وأغان» (٢٠٠٣/٢/١٢)

- حفل جماهيري تأسيسي لضحايا المقابر الجماعية (٣٠٠٣/٦/٩).

- أمسية بعنوان «انطباعات عن الوطن» في (٢٠٠٣/٧/٢٥).

- سفرة المنتدى العائلية إلى مدينة Brighton الساحلية في ٣ آب ٢٠٠٣.

لجنة الشباب

لم تتشكل هذه اللجنة رغم القيام بمحاولات عديدة لتحقيق ذلك، واقتصر العمل على دعم ومساعدة جمعية الطلبة والشبيبة العراقية في نشاطاتها وفعاليتها، عبر توفير الإمكانيات للجمعية للاستفادة من قدرات مكتب المنتدى وأجهزته، والمساعدة في طبع نشراتها ومساعدتها في حجز أماكن لفعاليتها.

ولجنة الإشراف المالي .

اللجنة النسوية

باشرت اللجنة نشاطها مباشرة بعد انتهاء أعمال المؤتمر الخامس عشر وسعت إلى العمل مع النساء من أجل التخفيف من أعباء التأقلم مع المجتمع البريطاني ومحاولة تطوير قابلياتهن وكفاءتهن لمواجهة هكذا أعباء . كان العمل امتداد للدورة السابقة وتمكنت اللجنة من زج عدد آخر من الأخوات إلى اللجنة ليصبح العدد بحدود ٨ - ١٠، إضافة إلى عضو الهيئة الإدارية وإحدى موظفات مكتب المنتدى، واتسمت اجتماعات اللجنة بانتظامها وحيويتها، وأشرفت على تنفيذ عدد من الفعاليات وبالتعاون مع مكتب ومشروع مركز الإرشاد الصحي منها:

○ أربعة لقاءات لنادي العوائل.

○ احتفال عيد الطفل العالمي

○ المساهمة الفعالة في تنفيذ كل اللقاءات النسوية الصحية الأسبوعية .

لجنة النشاط الثقافي والاجتماعي

تواصل النشاط الثقافي والاجتماعي للمنتدى وأدناه تبيان لما تم إنجازه:

- تنظيم أمسية بمناسبة شهر رمضان الكريم في (٢٠٠٢/١١/٢٢).

- تنظيم مأدبة فطور رمضاني يوم

قدمت الهيئة الادارية للمنتدى العراقي تقريراً شاملاً للمؤتمر يعرض عمل المنتدى للفترة بين المؤتمر السنوي الخامس عشر (٢٩ أيلول ٢٠٠٢) والمؤتمر السنوي السادس عشر، وهو خلاصة عمل وجهد الهيئة الإدارية، الموظفين، المتطوعين، الاستشاريين وجميع الذين اسهموا في خدمة وتطوير عمل المنتدى العراقي . وفيما يلي مقتطفات ضافية منه:

أولاً: الهيئة الإدارية

عقدت الهيئة الإدارية التي انتخبها المؤتمر الخامس عشر ١٠ اجتماعات خلال الدورة، وعمل أعضاء الهيئة الإدارية بجدية ومسؤولية كل حسب إمكانياته ووقته . تميز العمل بالاستقرار والاستمرارية لما تم بناؤه وإنجازه في الدورة السابقة، حيث تم تثبيت نظام عمل في الدورة السابقة اطر عمل الهيئة الادارية سواء في جانب المهام وآلية التنفيذ أو علاقة الهيئة مع العمل اليومي للمنتدى ومكتبه، وعلى الرغم من ذلك شخصت الهيئة بعض جوانب الضعف في عملها لهذه الدورة في المجالات التالية:

○ تنشيط اللجان الاختصاصية ومتابعة عملها وعدم التمكن من جذب أو زج خبرات جديدة.

○ عدم استمرارية بعض اللجان مثل لجنة الشباب.

○ تباعد اجتماعات لجنة العمل الإداري



المؤتمر السادس عشر

المجلس الاستشاري

كان عمل المجلس ضعيفا ولا يقارن بما تم إنجازه في الدورة السابقة، ورغم ذلك عقد (٣) اجتماعات، تناولت قضايا متنوعة منها: أفاق وعمل المنتدى، التعامل مع المستجندات في العراق وانعكاساتها على الجالية، تقديم المشورة والنصح في مجالات مختلفة من عمل المنتدى، ونرى من الضروري مراعاة التالي لتفعيل دور المجلس والاضطلاع بمهامه:

- تحديد مهام المجلس في ضوء مستجندات الأوضاع والتغيرات على شكل وحجم الجالية العراقية وتأثير ذلك على دور ومستقبل المنتدى.
- تحديد الهدف من وجود المجلس الاستشاري ووضع برنامج عمل واضح المعالم له.
- تعزيز علاقته مع الهيئة الإدارية للمنتدى من خلال دورية اللقاءات.

ثانياً : المدير

ارتبط عمل المدير بتنفيذ برنامج و أهداف المنتدى والتوجهات العامة لمؤتمر المنتدى والسياسة التي رسمتها الهيئة الإدارية، إضافة إلى إسهامه في بلورة المقترحات وتقديم الاستشارات لها. ينظم المدير عمل مكتب المنتدى و يتابع يوميا عمل الموظفين ونشاطهم . وكذلك عبر اللقاءات الدورية.

احتل الجانب المالي وتطوير موارد المنتدى وتجديد العقود حيزا كبيرا من عمل المدير من خلال المتابعة المباشرة لعمل لجنة الدعم المالي والعمل معها .

قام المدير بالتعريف بنشاط المنتدى من خلال مساهمته في العديد من اللقاءات مع وسائل الإعلام والمنظمات والمؤسسات الخيرية والطوعية وحضوره لقاءات عمل معها واسهامه ضمن مجالس إدارة بعضها، كذلك عبر زيارة عدد من المنظمات الطوعية والعديد من الأفراد للمنتدى بهدف التعرف على المنتدى العراقي وتركيبه الجالية .

○ لوائح وموارد للمنتدى
أثمر عقد عدد من اللقاءات والمتابعات مع مكتب المحامي المختص في قوانين الجمعيات والشركات الخيرية عن تطوير عدد من اللوائح الإدارية والقانونية التي ترتبط بتحسين أداء المنتدى.

جرى عقد عدد من اللقاءات مع مستشارين اثنين للدعم المالي لتطوير قدرات المنتدى ووضع خطوط لتطوير وتنويع الدعم المالي.

ونظم المنتدى في ١١ نيسان مؤتمرا صحفيا مع وسائل الإعلام البريطانية والعربية حضره أكثر من 15 مندوبا مثلوا قنوات تلفزيون مثل "العربية" و "CNZ" الصينية و "BBC" وصحف مثل الـ "Financial Times" والـ "Independent Gazet" و "Fulham & Hammersmith" و "S.Africa" و "F&H Chronicle" ووكالة الأنباء الفرنسية، ساهم فيه الأخوة أحمد خضير وجبار حسن ونعمان منى والدكتور ماجد الياسري.

الأقسام

١. قسم الرعاية الاجتماعية

الإحصائيات المدرجة أدناه تبين إنجازية قسم الرعاية الاجتماعية مستقاة من السجل اليومي للفترة من ٢٠٠٢/٨/٨ إلى ٢٠٠٣/٧/٣١ ومقارنة بالأرقام للعام الماضي، اخذين بنظر الاعتبار أن أرقام العام المذكور هي لفترة ١٤ شهراً.

بلغ عدد المراجعين للقسم لهذا العام 523 ، يشمل العدد مراجعين عراقيين وعرب.

معظم الاستفسارات كانت حول خدمات تتعلق بمشاكل العراقيين قبل وأثناء وبعد الحرب، وقضايا هجرة خارج

السنة	٢٠٠٢/٢٠٠١	٢٠٠٣/٢٠٠٢
معاملات اللجوء الجديدة	١٥٢.	.
معاملات تصديق وثائق السفر	٢١٣	٢١٥
متابعة قضايا اللجوء	٢٢٤٣	١٢٧١
عدد قضايا استئناف اللجوء	٥٤	.
اجمالي متابعة الهجرة واللجوء	٢٦٦٢	١٤٨٦
متابعة قضايا الضمان الاجتماعي	١٢٠٢	١٠٠٥
قضايا التعليم والعمل	٢٢٢	١٠١
قضايا السكن	٢٠٢	٥٥٦
قضايا صحية	٢٠٥	١٠١
قضايا عمل	.	٧١
استفسارات عامة	.	٤٤٤
العدد الاجمالي للقضايا	.	٤٥٩٣

موضوع طلبات اللجوء مثل نقل اقامة مواطني الاتحاد الاوربي (عراقيين) الى بريطانيا، وكالات الخ. ..

الهجرة واللجوء:

حصل انخفاض واضح في عدد المراجعين من طالبي اللجوء الجدد مقارنة بالسنيين الماضية بسبب التغيرات الجديدة في قوانين اللجوء و إسكان طالبي اللجوء خارج لندن، ولكن القسم لا يزال يتلقى مكالمات هاتفية من اللاجئين لطلب المساعدة، ويعمل على تقديم النصح والمشورة سعياً لحل المشاكل والمعضلات التي تصادف اللاجئين الجدد، ولا يزال القسم يسعى لربط هؤلاء بمنظمات خارج لندن لتسيير معاملاتهم حول اللجوء أو قضاياهم الأخرى مثل تقديم النصح لتوكيل محامين في نفس مناطق سكنهم أو تحويلهم إلى مراكز تقديم النصح والإرشادات (Citizen Advice Bureaus) أو الـ "Law Centre و NASS" ، أحيانا أخرى نتعامل مباشرة مع الجهة المعنية في مناطقهم وبالأخص الباحثين الاجتماعيين والبلديات. ويجري أيضاً تقديم المساعدة من خلال الترجمة التي يوفرها القسم عبر الهاتف ما بين اللاجئ وموظف المؤسسة المعنية.

الضمان الاجتماعي (Welfare)

1- تعامل القسم بكل قضايا الضمان الاجتماعي، وتقديم نصح وإرشادات في هذا المجال بشموليته، ومتابعة معاملات الـ "NASS" وكذلك قضايا الضمان الاجتماعي مع قسم الخدمات الاجتماعية في الإدارات المحلية في لندن وخارجها.

2- تعامل القسم مع مشاكل عدة لها علاقة بمعاملات المواطنين بهدف استيفاء جميع الشروط المطلوبة للحصول على المعونات ومنها :

الحصول على "NASS 35" ، التأخير في الحصول على رقم التأمين الوطني. Number National Insurance وهذا أثقل القسم في كثرة المتابعه لحين صرف معونات المواطنين

٣- تعامل القسم أيضا مع قضايا السكن المتنوعة للمراجعين . وذلك لعدم وجود موظف مختص بذلك .

○ قسم كبار السن

خدمات هذا القسم تشمل:

١- الإشراف على ناديي كبار السن في همرسميث Hammersmith وكامدن Camden

٢- تنفيذ برنامج ترفيهي واجتماعي
٣- العمل على تأمين رفاهية كبار السن

نادي كبار السن في كامدن:

يحتل هذا النادي مكانة متميزة بين كبار السن من الجالية العراقية نظرا لموقعه



جانب من المؤتمر

و ٢٤ سنة في هذا المشروع، وتمكن ٤٢ منهم من القيام بأكثر من ٢٠٠ ساعة من العمل التطوعي في مجالات مختلفة أهمها الترجمة، الإشراف على تسيير مكتب الاستعلامات بالمنتدى، المساعدة في تنظيم الفعاليات الثقافية والاجتماعية في المنتدى. بينما أنجز القسم الباقي منهم بين ٨٠ إلى ١٧٠ ساعة من العمل التطوعي.

أنجز المتطوعون منذ بداية المشروع و إلى نهاية تموز ٢٠٠٣ (14,013 ساعة) .

○ مركز الأرشاد الصحي

إنجازات المركز خلال السنة المنصرمة:

○ انخفاض الشعور بالكآبة والوحدة بين النساء اللواتي ترددن على اللقاءات النسوية الصحية بشكل منتظم بنسبة ٩٠٪،
○ انخفاض تردد النساء المنتظمات في حضورهن للقاءات الصحية على الطبيب العام من مرتين في الأسبوع إلى مرة واحدة في الشهر وعند الضرورة.

○ ارتفاع وعي النساء بكيفية التعامل مع بعض المشاكل الصحية التي يعانين منها، واللجوء إلى الخدمات التي تقدمها الجهات الصحية.

○ برنامج الرياضة والتغذية الصحية بدأ يغير من طبيعة نظام الحمية والنشاط في الحياة اليومية للنساء المستثمرات في حضور برامج المركز الصحية.

○ المركز الصحي في المنتدى العراقي منفرد في خدماته في عموم بريطانيا ، لذا جرى توجه ملحوظ من قبل السلطات الصحية البريطانية للتعرف بشكل أفضل على هذه الخدمات وجرى طلب المنشورات الصحية المكتوبة باللغة العربية من قبل السلطات الصحية في برمنكهام ومانجستر لتوزيعها على الجاليات الناطقة بالعربية .

○ جرى تعاون ملحوظ مع منظمة التوقف عن التدخين (Quit) وذلك لتوفير الخدمات هذه باللغة العربية في المنتدى، وقد حصلنا على الدعم المادي منهم وذلك لتوسيع خدماتنا باللغة العربية في حملة المساعدة على وقف التدخين .

○ تستعين بعض المؤسسات بخبرات المركز الصحية، للقيام بدراسات مواضيع صحية مختلفة، مثل دراسة حول استعمال اللاجئيين للخدمات الصحية النفسية في لندن، ودراسة حول صعوبات الأفراد غير القادرين على التحدث والتفاهم بالإنكليزية مع الطبيب العام .

الأرقام والحالات التي تعامل معها المركز الصحي:

١ - تنظيم اللقاءات النسوية الصحية الأسبوعية أيام الخميس والتي كان عددها ٤٢ لقاء . معدل الحضور فيه كان ٢٦



سفرة نادي كبار السن الى نيورومن

الكمبيوتر واستعمال الإنترنت ويشجع المتطوعين على الالتحاق بها.

تطوير المشروع:

اتخذت الإجراءات التالية للتعريف بهذا المشروع : عبر نشر إعلان بجريدة المنتدى، توجيه رسائل خاصة إلى الأطباء بمنطقة هامرسمث و فولهام وإعلام نوادي كبار السن بالخدمات . كما نعتزم مراسلة المستشفيات المحلية والسلطات الصحية لبحث سبل التعاون المشترك وبهدف الحصول على فرص لتدريب للمتطوعين.

منحتنا وزارة الصحة - الممولة للمشروع - الدعم المالي لمدة سنتين وبعدها ستقيم نتائج هذه التجربة وفي ضوء ذلك يتقرر تمديد المشروع لسنة ثالثة أم لا .

انجز المتطوعون ١٤٠٠ ساعة من العمل الطوعي خلال فترة خمسة أشهر موزعة كالآتي:

نيسان	٤٨٢
أيار	٢٩٣
حزيران	١١٨
تموز	٧٧
أب	٤٣٠

٢ - مشروع متطوعي الألفية

حصل هذا المشروع على تمديد لمدة 9 أشهر من قبل الجهة المانحة للمشروع بعد أن حقق نتائج متميزة من حيث نوعية البرامج التي شارك فيها متطوعو الألفية نذكر منها على سبيل المثال المساهمة في المشروع الصحي للامتناع عن التدخين، المساهمة في جمع تبرعات لأطفال العراق، المشاركة في تسيير نادي كبار السن وتنظيم الرحلات.

شارك ٦٠ متطوعاً تتراوح أعمارهم بين ١٦

وتجمعات صحية بمنطقة هامرسمث وكامدن، زيارة إلى منطقة "Bromley" ، زيارة إلى "Windsor" والقيام بجولة نهريّة، المشاركة في مهرجان "Redbridge" ، والذي كُرس لجمع التبرعات لأطفال العراق. مشروع رحلة لمدة أسبوع إلى " رومني ساند بيتش " في مقاطعة كنت.

○ قسم العمل الطوعي

١ - مشروع متطوعي الخدمات الصحية انتهى تمويل مشروع متطوعي الخدمات الصحية "Volunteers Project Health" في 31 آذار المنصرم، والذي كان يغطي تكاليف كامل العمل التطوعي للمنتدى في هذا المجال.

٢ - مشروع فرص للتطوع في المجال الصحي والرعاية لكبار السن "for Volunteering Opportunities"

بدأ المشروع في أوائل شهر نيسان ٢٠٠٣ ليستجيب لحاجة كبار السن من الجالية العراقية إلى الرعاية الخاصة في المجال الصحي وخاصة الترجمة منها والاستفادة من الخدمات الصحية والاجتماعية المتوفرة، وكذلك توفير الدعم الضروري لكبار السن والعاملين على رعايتهم خلال فترة تواجدهم في المستشفيات وفترات النقاهة.

يهدف المشروع إلى تجنيد وتدريب ٢٥ إلى ٣٠ متطوع من مختلف الأعمار والمستويات مع إعطاء الأولوية للعاطلين عن العمل لتوفير الخدمات التي يحتاجها كبار السن للانتفاع من مختلف الخدمات الصحية.

يتلقى المتطوع دورات تدريبية في كيفية التعامل مع كبار السن وتحسين المستوى اللغوي للمساعدة على الترجمة في المجال الصحي .ويوفر المنتدى دورة في تعليم

الخاص وأن عددا كبيرا من الجالية يتمركز في منطقة شرق وشمال لندن. كان معدل المشاركة و الحضور الأسبوعي في هذا النادي هو ٢١ شخصا و الحضور كان كالآتي:-

أيلول	٢٦
تشرين الاول	٢٤
تشرين الثاني	٢٨
كانون الاول	٢٤
كانون الثاني	١٨
شباط	٢٠
آذار	٢٤
نيسان	٢٨
أيار	٢٦
حزيران	٣٠
تموز	٢٨
أب	٣٢

نادي كبار السن في هامرسمث

تم الحصول على مركز قريب من المنتدى تتوفر فيه ظروف جيدة ، من سهولة الوصول إليه، الى قاعة كبيرة الحجم ، وحديقة في مكان هادئ، ترحيب وتعاون كبير من الجهة الادارية للمركز ،

يشير الجدول ادناه إلى ارتفاع معدل الحضور خلال الأشهر الثلاثة الأخيرة بعد افتتاح النادي في آخر شهر ايار (مايو)، حيث نلاحظ ارتفاعا كبيرا في شهر آب بعد توقف نشاط نادي كامدن خلال هذا الشهر.

أيلول	١٤
تشرين الاول	١٦
تشرين الثاني	١٤
كانون الاول	١٥
كانون الثاني	١٢
شباط	١٠
آذار	١٤
نيسان	١٦
أيار	١٨
حزيران	٢٢
تموز	٢٠
أب	٢٦

يوفر الناديان الأنشطة التالية :

حصة رياضية، محادثة باللغة الإنكليزية، حصص توعية في المجال الصحي، ألعاب شعبية.

أدخلت أنشطة جديدة على نادي هامرسمث نظرا لسهولة الخدمات التي يوفرها مقر النادي وتجاوب عدد كبير من أعضاء النادي، نذكر منها نواة لمشروع ورشة خياطة، التغذية الصحية وتعليم الطبخ الصحي.

فعاليات نادي كبار السن

زيارة إلى نادي كبار السن بمنطقة هامرسمث، المشاركة في محاضرات

من أن إصدار الجريدة يشكل عبئاً مالياً كبيراً على المنتدى، إلا أنها أداة مهمة في إيصال المعلومات والأخبار إلى الجالية وأداة وصل بينهم، لا يزال تسويقها وترويجها دون المطلوب لجذب الإعلانات التي نطمح أن تغطي إيراداتها جانباً من تكاليف إصدارها ويهدف التغطية الكاملة مستقبلاً.

مدارس الرافدين

واصلت مدارس الرافدين هذا العام تقديم خدماتها إلى أبناء الجالية العراقية. واقتصر العمل على مدرستي ويستمنستر ومنطقة ايلنك، بعد أن تم منذ بداية العام الدراسي إغلاق مدرستين لضعف الدعم المالي وصعوبات فنية لها علاقة بإمكانية توفير مدرسين وفق لوائح عمل المنتدى.

مدرسة ويستمنستر:

- تراوح عدد الدارسين فيها بين ٢٠١٨ - ٢٠١٧ طالبة وطالب، موزعين على ثلاث مراحل دراسية بالنسبة للغة العربية. - تقدم المدرسة دورس إضافية للطلاب في مادتي اللغة الإنكليزية والرياضيات ثم اقتصرت لاحقاً على الرياضيات والعلوم.

مدرسة ايلنك:

- عدد الدارسين فيها بحدود ١٤ طالبة وطالب موزعين على مرحلتين لتدريس اللغة العربية. هناك عدد غير قليل من الطلبة غير العراقيين. - في المدرسة مدرستان إحداهما متطوعة.

ثامناً: الشكاوى والمقترحات ورسائل الشكر

ورد المنتدى عدد من الشكاوى والاقتراحات من قبل بعض أبناء الجالية جرى التعامل معها وهي تتعلق بالمدارس وقضايا الخدمات وملاحظات على عمل المنتدى والجريدة. من الضروري الإشارة إلى أن المنتدى يهتم بقضايا الشكاوى وأية ملاحظات هادفة تصب في تطوير الخدمات وأداء العمل وهناك صندوق للشكاوى إضافة إلى قسائم للشكاوى يمكن للمراجع أن يطلبها من مكتب المنتدى. كما ورد المنتدى العديد من رسائل الشكر والتثمين لجهود العاملين من أعضاء الهيئة الإدارية أو الموظفين أو المتطوعين..

تاسعاً: بريد المنتدى العراقي

جرى إرسال ٩٧٣ رسالة للفترة بين ٢٠٠٢/٧/٣١ و ٢٠٠٢/٨/١٠ تتعلق بمختلف القضايا التي تهم المراجعين وأعضاء المنتدى والجالية وهذا الرقم لا يشمل رسائل الدعوات العامة لنشاطات المنتدى المختلفة. بلغ عدد نسخ الجريدة المرسلة بالبريد ولكل عدد بحدود (٣٠٠٠) وجرى إصدار خمسة أعداد هذا العام وبمعدل ٤,٠٠٠ نسخة لكل عدد.

أسبوع في الهيد بارك.

○ المخيم الشبابي الصيفي

الدعم المالي والمنح المستلمة

لسنة ٢٠٠٢-٢٠٠٣

يدير قسم الدعم المالي موظف بنصف دوام، ويسهم في الاستجابة الى متطلبات واحتياجات المنتدى الاساسية، ويقدم القسم تقاريره الى الهيئة الادارية وكذلك متابعة تقارير ومتطلبات الجهات المانحة، ويُنسق العمل مع مدير المكتب ولجنة الدعم المالي. يقوم القسم بتقديم الطلبات للجهات المانحة لابقاء استمرارية المشاريع الحالية. وتجدر الإشارة إلى صعوبة الحصول على منح جديدة بسبب التغييرات في الشروط والمواصفات التي تضعها الجهات المانحة.

○ الدعم المالي (Fundraising)

تم السعي هذا العام لتجديد المنح إضافة الى البحث عن منح لتغطية مشاريع جديدة (قدم القسم ٢٢ طلباً لتغطية مشاريع كبيرة و١٢ طلباً لمشاريع صغيرة)، نجح في الحصول على منح لتطوير الخدمات المقدمة لكبار السن وكذلك الخدمات الصحية، إضافة إلى منح حول مشاريع العمل الطوعي والأطفال والشباب ذوي الاحتياجات الخاصة.

قسم الأطفال والشباب

ذوي الاحتياجات الخاصة

تعامل قسم الأطفال والشباب مع طائفة واسعة من شباب وأطفال الجالية العراقية والعربية من ذوي الاحتياجات الخاصة وغيرهم، وتوزع عمله على النحو التالي:

الأطفال والمدارس البريطانية:

التسجيل في المدارس

- مشاكل الأطفال في المدارس والاتصال بدوائر التعليم المحلية
- إرشاد العوائل حول نظام التعليم في بريطانيا
- شمل هذا النشاط معلومات عن المدارس الابتدائية والمتوسطة والكليات وكذلك الدراسات الجامعية

مدارس الرافدين:

- تزويد المواطنين بالمعلومات حول مدارس الرافدين والتسجيل فيها،
- تنسيق وتوفير الاحتياجات اللازمة للمدارس الشباب:
- الاهتمام بمشاكل الشباب وقضاياهم، جامعات، سكن، مخدرات

اجتماع استثنائي

تدعو الهيئة الادارية اعضاء الهيئة العامة للمنتدى العراقي الى حضور الاجتماع الاستثنائي العام الذي سيعقد يوم الجمعة المصادف 21/11/2003، وذلك لبحث مقترح مفوضية المؤسسات الخيرية CHARITY COMMISSION الذي يقضي بتعديل فقرة) الأهداف (الواردة في الدستور، بتوسيع منطقة المنفعة من لندن الكبرى لتشمل المملكة المتحدة وخارجها .
المكان : بناية المنتدى العراقي

Mandela Room - 1st Floor

Palingswick house - 241 King Street - London W6 9LP

الساعة: 6.30 مساءً

أقرب محطة أنفاق: Ravenscourt Park أو Hammersmith

وكذلك منحة الرعاية الاجتماعية.

الدورات التدريبية

١ - دورة الانترنت

تواصلت دورة الـ Internet للسنة الثانية، ويجري العمل في تطوير المشروع وتم التقديم على تمويل إضافي لتوسيعه ولم يتم الرد على الطلب لحد الآن .

٢ - دورة تعلم العزف على العود

قدمت الدروس العملية والنظرية من قبل الفنان احمد مختار مساء كل يوم اثنين في بناية المنتدى العراقي، لدورة واحدة لهذه السنة .

جريدة المنتدى

حصل تطور نوعي على وضعها من حيث الشكل والمحتوى أو دورية صورها، حيث صدرت خلال الفترة بين المؤتمرين ٥ أعداد منها، توزعت بعدة آلاف مجاناً، وعلى الرغم

مشاركة.

٢ - تنظيم برنامج الرياضة يومي الاثنين والأربعاء أسبوعياً وتحقق ٥٨ لقاءً، وبمعدل ١٥ مشاركة.

٣ - اتصل بالمركز ٤٣ شخصاً للمساعدة في ترك التدخين. أقطع ١٨ منهم عن التدخين.

٤ - التعامل مع ١٠٩ أشخاص في المهرجان الصحي المقام في الجامع المركزي في لندن. و٩٣ شخصاً عبر هاتف (Quit Line)

٥ - قدمت نصائح صحية عامة مثل التسجيل عند الطبيب العام، الشكوى ضد الطبيب، نصائح حول أمراض مختلفة، المستشفيات ومواعيدها وكان العدد للفترة المنصرمة ٣٠٢ شخصاً. منهم ١٧٤ امرأة و١٢٨ رجلاً ٢٢٦ استفساراً عبر التليفون و ٧٦ لقاءً في المنتدى ٢٦ من الجاليات العربية و ٢٧٦ من الجالية العراقية .

٦ - جرى تدريب ٧ متطوعين على كيفية تقديم النصائح لوقف التدخين. منهم ٣ نساء و ٤ رجال .

٧ - تم حضور ١٠٨ اجتماعات ولقاءات بمنظمات تخص تحسين صحة الجالية.

○ مشروع الصحة والرفاه الاجتماعي

هو مشروع خاص بخدمات المعوقين، يقدم المشورة والدعم حول معونات الإعاقة المختلفة والخدمات المتوفرة للمعوقين في الإدارات المحلية، ومتابعة برامج تدريب وتأهيل المعوقين، والتنسيق والعمل المشترك مع المنظمات العاملة في مجال الإعاقة، أنجز القسم المهام التالية:

- متابعة ١٧٠ معاملة طلب معونة DLA

- متابعة ٥٥ معاملة طلب

معونة Incapacity Benefit

- متابعة ٤٠ معاملة طلب معونة

Carer's Allowance

- متابعة ٣٠ معاملة طلب معونة

Attendance Allowance

- متابعة ١٠٠ معاملة طلب

معونة Welfare للمراجعين بضمنها

معاملات Services, Road Tax

Benefit, Council Tax Pension

Loan, Budgeting Loan, Housing

Community Care Grant, Crises

National Insurance Number,

Allowance, Maternity Loan,

Income support, Job Seeker

Child Benefit,

- متابعة ٦٠ معاملة Dial A Ride

Scheme Rail Card, Sixty Plus

Freedom Pass,, Taxi Card

Congestion Charge Blue Badge,

Orange Badge ,

- تحويل ٢٠ مراجع إلى

Centre, Medical Foundation

Citizen Advice Bureau, Law

فرص عمل في العراق

شركة اتصالات تأسست حديثاً في العراق تحتاج الى موظفين في مجالات عديدة:

● مدراء مخازن

● محاسبون

● مدير مالي

● عاملون في مجال البيع والشراء وموزعون وما الى ذلك

ومن أهم المستلزمات اجادة اللغتين العربية والانكليزية قراءة وكتابة.

استعمال الكمبيوتر واية خبرة اضافية في مجالات الاتصالات محبذة.

علما بان الرواتب ستكون مجزية وحسب الخبرة وبعد اجراء المقابلات في بغداد ولندن.

تقدم الطلبات معززة بالسيرة الذاتية (CV) بواسطة الفاكس: 02089928484

بريد القراء بريد القراء بريد القراء بريد القراء

هناك بعضاً من العراقيين المغتربين قد إبتعدوا عن مسار الحياة ومسار الواجب الذي أصبح كالقانون غير المكتوب، فهم إستسهلوا حياة الكسل والتراخي بل حياة العالة والكفاف وهي أشبه بالإستجداء، مفضلينها على المثابرة والنشاط والكرامة. فما يحصلون عليه من دولة اللجوء هم راضون به وبمقداره الشحيح. هذا الإستسهال والكسل لابد وأن يترك الباب مفتوحاً على معاني أخرى كثيرة منها فقدان الإستقلالية الشخصية والثقة بالنفس - كما يقول علماء النفس - ، ليس فقط أمام المعيل وإنما أمام الناس الآخرين كذلك، فهم مكبوتو المشاعر غير قادرين على قول الـ «نعم» والـ «لا» بثقة في قضايا الحياة العامة جراء شعورهم بتلم الكرامة، ومن معانيها كذلك أن هذا السلوك الإسترخائي الكسلي يضعف شخصية اطفال العائلة والأفراد الآخرين ويسبب ردود فعل متناقضة، فأما الرضوخ لسلوك رب العائلة المسترخي وإعتبار ما يقوم به طبيعياً ومن ثم ليسير عليه الطفل في حياته المستقبلية جاعلاً منه، ذلك السلوك، عضواً غير نافع في المجتمع، وأما الإنتفاضة على هذا التوجه المنزل وتمرد الطفل على سلوك رب العائلة وبضمنها التمرد على الإحترام المطلوب للاب العائلة نفسه .

إننا لو عدنا بالذاكرة لنتفحص ما كان عليه الحال في بلدنا حينما لا يجد، أو لا يريد، الفرد أن يعمل، إنه ببساطة يرى الشارع مأواه والإستجداء مصيره. فهل هذه حياة مقبولة؟ مطلقاً. وإذا كانت بعض دول اللجوء تعوض عن السكن وبعض المصاريف، فإن ذلك مسألة مؤقتة لا يجب الإعتماد عليها خصوصاً وإن أكثرنا يسارع، الآن بالرجوع للعراق، فلا بد لنا والحال هذه ان نترك الكسل وإستمرار الوضع غير الطبيعي لأي إنسان ونقبل على العمل الذي نحصل منه على عيشنا الكريم. حال بعض عراقيينا وهم ليسوا لوحدهم فيها وإنما نسمع عن مجاميع لشعوب أخرى وفدت لبلدان المهجر في السنوات الأخيرة، وهي مثلنا لم تكن تجد في بلدها من يطعمها لا الدولة ولا أبناء جلدتها، ولكنها في بلد المهجر تتراخي وتتكاثر دون أن تفكر بالعمل راضية بالقليل الذي يصلها من مساعدات مالية وإسكانية.

الأمثلة الإيجابية كثيرة لشعوب عانت من عسف حكام بلادها وهاجرت لبلدان الغربية واللجوء ولكن أفرادها إجتهدوا في الحصول على العمل الذي يضمن كرامتهم وعيشهم الكريم ولم ينتظروا مساعدة دولة اللجوء، وعادوا لبلدانهم بمجرد إنتهاء تعسف أنظمة الحكم فيها، ولعلنا نجد مثلاً جيداً في الشعب الشيلي الذي عانى من جرائم دكتاتورية بينوشيت وهاجر الملايين منهم في دول الشتات وعادوا سريعاً بعد إنتهاء هذا الحكم العاتي الشرس.

نستطيع نحن كذلك أن نستفيد من هذا المثل الجيد ونضرب المثل المحتذى به، ونعود للوطن للمساهمة في بنائه بعد أن عاث صدام ونظامه فساداً وجريمة.

«قاري»

العمل وضرورته

لقد عانت شعوب كثيرة من محن ومأس وويلات في بلادها اضطرت بتأثيرها مجاميع منها أن تغادر بلدانها مهجرة مهاجرة. كان الهدف دائماً، وهو لا يخفى على أحد، هو محاولة الحصول على الأمان والطمأنينة مترافقا مع ضرورة الحصول على العمل من أجل العيش الكريم وحفظ الكرامة الشخصية. هذا ما عانت منه شعوب كثيرة منها الشعب الشيلي واللبناني والتركي وشعوب يوغوسلافيا المجزأة وهذا ما هدفت له هذه الشعوب، وكان منسها شعبنا العراقي بعد معاناة وجرائم، لم يجر مثلها على شعب قط في العالم، على يد نظام المجرم صدام حسين.

لعلنا نركز على موضوعة العمل كونها إحدى العوامل المركزية في مرتكزات حياة المجموعات والأفراد المهجرة والمهاجرة في بلد الغربية مثلما تكون هذه الموضوعة هامة ومركزية في حياة الفرد والمجموعات في نفس البلد والبيئة قبل التغرب. قد لا نضيف، نحن العراقيين، جديداً بإقرار إن من أهم واجبات الفرد الإعتماد على النفس بالعمل للحصول على مصادر الرزق وإستمرار الحياة وهو في بلده. كما إنه ليس خافياً كذلك في عرفنا ، كما هو في إعراف آخرين، إن العمل حق للفرد وهو واجب في أن واحد وأي طرف من هذه المعادلة يتم شرخه يكون مدعاة لغضبنا وإستهجاننا. من هنا كان ينبغي أن يكون هاجس العمل هذا هو الأعلى أهمية ومثابرة عندما يتغرب ذلك الفرد، ويأتي هذا من حقيقة إن المتغرب يكون بعيداً عن مساعدة الاقارب والأعوان ودولته - إن كانت دولته حقا تقي بالتزامات المواطنة ! إضافة لعدم وجوب التزام دولة المهجر بالإعالة. وإذا ما شائت الظروف، لسبب ما، أن ساهمت دولة المهجر - الأجنبية، كبريطانيا مثلاً - في المساعدة المالية للمغترب فإن هذا لا يجب ان يعد من دواعي أتكالبة المغترب وكسله وترهله وتقاعسه في إهماله مهمة قيامه بعمل لحياته المعيشية.

خلاف ذلك ستكون الكرامة الفردية الإنسانية غير مكتملة، في هذه الحالة، أن تبرز دافعة الفرد للعمل المشرف بدون منة من الآخرين، تلك الكرامة التي تعني من جملة معانيها إثبات الذات وكيونيتها والإستقلالية والقدرة على المسؤولية في إعالة النفس وعدم قبول الفرد، القادر، أن يكون عالة على أحد. في حين إن الإعتماد، العالة، يكون من جملة معانيه هو الإحساس بالذل والطاعة للمعيل على حساب تلك الكرامة الشخصية. ونحن متفقون أن ذلك لا يسري على غير القادرين على العمل بسبب الشيخوخة والمرض وما شابه، الذين لا تسعفهم أمكانياتهم في المهجر والوطن على العمل لحياتهم.

إننا إذا ما واجهنا الحقائق بشجاعة فإننا نجد إن

FIRST CLUB LTD

AIR TRAVEL - HOLIDAY - FLIGHT

خبرة طويلة في خدمات السفر والشحن -
أسعار مناسبة

الى جميع انحاء العالم وخاصة الشرق الاوسط
للمزيد من المعلومات يرجى الاتصال بـ:

FIRST CLUB LTD - MEZZANINE FLOOR

91, REGENT STREET, LONDON W1R 7TB

TEL: 020 7734 9121 • FAX: 020 7734 4364

We Need Volunteers To Help Us

Have you got few hours either weekly or monthly that you can spare to HELP us.

We are looking for people that would like to make difference in people life. Either by accompanying them to GP or Hospital appointments to interpret & advocate, help us in office work, run our clubs, fill in application forms and give us a hand during our cultural and social events.

Whatever your age or your background is we would like to hear from you and we need you.

If you become a volunteer we will support you at every step of the way., we will offer training if you require it and expenses. You will get free admission to our activities and most important you will get a certificate and a good reference which could help you while looking for a job or applying for study. Plus we will reward you for your help by organising events only for volunteers.

If you can help us please drop in ICA office at any time during the working days from 10:00 to 5:00 or call us on 0208 741 5491.

أحدث طريقة لعلاج الشخير

بدون عملية جراحية وبدون ألم
بأشراف أخصائي في أمراض وجراحة الأنف

والأذن والحنجرة وتجميل الوجه

يستقبل مراجعيه صباح كل يوم سبت

في عيادته في Ealing في لندن

للحجز اتصل بالرقم: 07808778887

الاعلاناتكم

هذه الصحيفة تصدر ست مرات في العام
توزع على ٤ آلاف عائلة عراقية وعربية
اسعار مناسبة لنشر الاعلانات

Appeal Court Ruling backing Home Secretary

Immigration lawyers claimed that an Appeal court ruling backing the Home Secretary, David Blunkett, will make it more difficult for asylum seekers to claim benefits if they do not apply for refugee status as soon as they arrive in the UK. But the Appeal Court also made clear to the government that it must offer welfare support in cases where asylum seekers are reduced to

begging for food and accommodation. The Immigration Minister, Beverley Hughes, welcomed the Appeal Court judgment yesterday, saying that the denial of welfare benefits to those who did not claim asylum as soon as they arrived in Britain was a vital part of a package of measures that had halved asylum claims since last autumn. "This judgment reinforces the message that those

who do not claim asylum as soon as possible cannot be expected to be supported merely because they assert they have no means of supporting themselves," she said. Lord Justice Kennedy, Lord Justice Peter Gibson and Lord Justice Sedley ruled that Mr Blunkett had been justified in appealing against a high court defeat he had suffered earlier this year. It involved "T", a Chinese man who slept

rough at Heathrow airport for nine days after he was refused welfare support. He had failed to claim asylum until six days after he arrived in Britain, but was eventually given help. The judges ruled yesterday that it was impossible to find that T's condition had reached or was verging on the inhuman or degrading. The Refugee Council said last night it was

disappointed with the ruling. Anna Reisenberger of the council said the government would face many more cases in the courts until it repealed "this harsh and inhuman measure". A leading human rights lawyer said: "This is the first time in history that a court has declared that the state has no duty to help a destitute person. We shall be appealing to the House of Lords."

GOVERNMENTS MUST ENSURE ADEQUATE ATTENTION FOR SPECIAL NEEDS OF YOUNG PEOPLE

Secretary-General of UN Mr Kofi Annan on the occasion of World Mental Health Day, 10 October said :

This year's Mental Health Day focuses on the special needs of some of the world's most vulnerable individuals — children and adolescents with mental, emotional and behavioural disorders.

The burdens associated with these disorders are increasingly understood as a threat to the healthy development and well-being of children and adolescents worldwide. These young people — who are already so deeply vulnerable — may be subjected to stigma and discrimination; they may receive inadequate care; they may not have adequate opportunities for education; they may never get the chance to build the future which they, like all young people, deserve.

Developing and developed countries alike have a duty to do all they can to ease these burdens, by improving diagnosis, treatment, public awareness and education. Governments must live up to their obligation under the United Nations Convention on the Rights of the Child — the most widely ratified international legal instrument in history — to ensure "the development of the child's personality, talents and mental and physical abilities to their fullest potential".

On this World Mental Health Day, let us rededicate ourselves to translating into reality the rights of children as enshrined in the Convention. Let us vow to give the mental health of young people all the attention it deserves.

NEWSFLASH

LEGAL ADVICE CLINICS FOR AFGHANS AND IRAQIS

UNHCR, the College of Law and the Immigration Advisory Service are offering weekly legal advice clinics for Afghans and Iraqis
Clinics will be held every Wednesday 4 - 7pm

The clinics will take place at:
The Bayswater Families Centre,
14- 18 Newton Road,
London W2 5LT.

These clinics will provide information on recent developments regarding the legal situation of Afghans and Iraqis in the UK.

There will be the opportunity to discuss individual cases. Interpreters will be available.

*We shall shortly be forwarding leaflets in the applicable languages.

For further information please contact UNHCR on 0207932 1032/ 1036

New Attendance Allowance and Disability Living Allowance claim forms

From 6th October 2003 the old Attendance Allowance form will be replaced by a new shorter AA1/AA1A form. Disability Alliance will be publishing a new guide on completing the AA1 around about the same

time. Further information about this publication will appear shortly.

A new Disability Living Allowance claim form for adults is to be piloted in the Wembley area from 22nd September 2003. The

design of this revised form is based on the new Attendance Allowance form.

The Disability Living Allowance claim form for children remains unchanged.

Iraqi Elderly Group Trip to Romney Sands in Kent October the 4th to 11th 2003

A group of 12 Elderly People participated in a trip to Romney Sands in Kent for a week. Swimming, social games and sight seeing were among the planned activities during this trip. The group visited the following areas: Hastings, Folkestone, Ashford, Dover and St Margaret. The group enjoyed the trip very much and is looking forward for the next trip.

English Supplement

Al-Muntada

of the Iraqi Community Association

www.iraqcommunity.org

**IRAQI
COMMUNITY
ASSOCIATION**
PALINGSWICK HOUSE
241 KING STREET
HAMMERSMITH
LONDON W6 9LP
TEL: 020 8741 5491
FAX: 020 8748 9010

E-mail: iraqcommunity@btclick.com

Issue No: 76 November 2003

English Supplement

العدد ٧٦ تشرين الثاني (نوفمبر) ٢٠٠٣

ICA held its 16th Annual General Meeting on 28th September 2003, at Elizabeth Cantel room, Ealing Town Hall in west London.



The AGM commenced by a welcoming speech by ICA Chair Mr. Ahmed Khudayir, and a number of guest speakers from the Iraqi community organisations delivered their supporting speeches; among them were:

**Association of Iraqi Academics,
Organisation of Libral Phaily
Kurds in Britain,
Tamouze Social Development
Union-UK Branch,
Iraqi Al-Amal Association,
Al-Kindi Society for Iraqi
Engineers,
Mandaeen Society in the UK
Centre for Psychosocial Health-
Iraq.**

At the end of the opening session a chair and a steering committee were elected to lead the meeting, and then the AGM agenda was agreed upon and the meeting was resumed by discussing the annual and financial reports, and after a thorough debate, both reports were adopted along with

a number of recommendations. A paper was presented by the Management Committee to the AGM, containing ideas and visions of the MC & the Advisory Council on the future of ICA, based on the

The AGM was concluded by the election of the new Management committee, that has appointed the officers at its first meeting on 7/10/2003, and are as follow:

Mr. Ahmed Khudayir
Mr. Abdul Monem Al-Assam
Mr. Osama Al-Wakil
Mr. Ala Al-Safar
Mrs. Sajda Amoury
Mrs. Fayha Abdul Wahab
Mr. Kaise Al-Suhaily

latest developments in Iraq particularly the removal of Saddam regime on 9th April 2003, and its effects on the structure of the Iraqi community in the UK and the ICA as a community organisation.

- Chairman & Public Relation
- Vice Chair & Cultural activities
- Secretary
- Treasurer
- Women
- Schools
- Social activities

ICA's New-Year and Xmass Party

On 20th December 2003

at Acton Assembly Hall (Acton Town Hall)

Tickets available from ICA office from beginning of December

Permitted work

Permitted paid work is allowed for people getting Incapacity Benefit, Severe Disablement Allowance, National Insurance Credits or Income Support because of illness or disability in the following circumstances:

1. Earn up to £20 a week for an unlimited period.
2. Work for less than 16 hours a week, on average, with earnings up to £67.50 (£72 from 1st October 2003) per week after deductions, for a 26 week period.

This period can be extended for another 26 weeks if a person is working with a Job Broker, Personal Adviser or Disability Employment Adviser who agrees that it will help them towards getting full time work of more than 16 hours a week.

After 52 weeks work there must be a gap of at least 52 weeks before another 52 weeks work is permitted.

3. Supported permitted work of no more than £67.50 (£72 from 1st October 2003) a week where a person is supervised by someone who is employed by a public or local authority or voluntary organisation which provides or finds work for people with disabilities.

4. Work done as part of a treatment programme done under medical supervision whilst someone is an in-patient or regularly attending as an out-patient of a hospital or similar institution. Again the limit is £67.50 (£72 from 1st October 2003) per week.

Permitted work does not need the permission of a doctor but the Department for Work and Pensions must be informed.

People on Income Support because they are incapable of work can also do permitted work but any earnings which exceed their Income Support earnings disregards (£5, £10 or £20 per week) will be deducted from their Income Support.