

كانون أول 2010 December

في هذا العدد

أين نحن من تحقيق الأهداف الألفية
للإنماء في فلسطين 2

2010 .. عام من العطاء اللامتناهي 3

تكامل بين التوعية والخدمات الصحية
..... 3

مشروع صحة الأم والطفل .. خدمات بلا
حدود 3

مشروع رعاية الأمهات بعد الولادة ..
تفانٍ رغم الصعوبات 4

مشروع سائين بلاس .. الشباب أولاً 4

الإجهاد ... حساسية الكلمة وجرأة
شرح المضمون 5

مشروع خفض العنف المبني على النوع
الاجتماعي من أجل أسرة أفضل 5

يوم المرأة العالمي ... مناسبة للمساواة بين
الجنسين 6

الأيديز والصحة الإنجابية .. وغياب
الوعي اللازم 6

الحقوق الجنسية ما بين العادات
والتقاليد والقانون الفلسطيني 7

وفد من الاتحاد الدولي لتنظيم الأسرة
من لندن يزور جمعية تنظيم وحماية
الأسرة الفلسطينية 8

حمل التوائم 9

التبول اللاإرادي 10

سكري الأطفال مرض شائع ومزمن 10

فقر الدم 11

دور الإعلام في رفع مستوى الخدمات الصحية
والجنسية 12

للعنف المبني على
النوع الاجتماعي

لهون
وبس

أين نحن من تحقيق الأهداف الألفية للإنماء في فلسطين



أمينة ستافريدس
المديرة التنفيذية

تميز هذا العام بكثرة المؤتمرات والمحاضرات، التي أثارت الرأي العام حول مفهوم أهداف الألفية، وتقييم محطات العقد الأول منها، وقد رافق ذلك طرح قضايا هامة متعلقة بالديمقراطية والتخطيط السكاني وغيره .

ولإلقاء الضوء على برامج جمعية تنظيم وحماية الأسرة، ورؤية ودور مؤسسات المجتمع المدني في فلسطين في تعزيز أهداف الألفية، من خلال دمجها مع الأهداف الوطنية ذات الأولوية وتحقيقها، كان هذا اللقاء مع السيدة أمينة ستافريدس المديرية التنفيذية لجمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية، كون الجمعية هي إحدى المؤسسات التي تعنى بأهداف الألفية للإنماء، ومدى تحقيقها في فلسطين.

مراجعة أهداف الألفية للإنماء

وفي هذا السياق قالت السيدة ستافريدس، لقد تمت مراجعة الأهداف الألفية للإنماء، ومدى تحقيقها في فلسطين بمشاركة منظمات ومؤسسات رسمية، وغير حكومية، وأخرى عربية ودولية، عبر لقاءات واجتماعات ومؤتمرات وورشات عمل محلية، وفي الخارج.

ويعتبر عمل الجمعية والذي يندرج في مجال الصحة الإنجابية والجنسية متقاطعاً بشكل مباشر مع بعض الأهداف الإنمائية، وخصوصاً الهدف الخامس والمتعلق بوفيات الأمهات، والهدف السادس المتعلق بمكافحة فيروس نقص المناعة البشري / الإيدز، والملاريا، وغيرها من الأمراض وأخص بالذكر الجزء المتعلق بفيروس نقص المناعة البشري، والهدف الثالث حول تعزيز المساواة بين الجنسين وتمكين المرأة. أما باقي الأهداف فجاء عمل الجمعية يصب في نفس الإطار بشكل غير مباشر، لا سيما القضاء على الفقر المدقع والجوع، حيث تتدخل في عملية التخطيط السكاني المتكامل، والذي يركز على الجوانب الكمية والنوعية في آن واحد. وهنا تركز على تنظيم الأسرة وتقديم الخدمات المتنوعة والوسائل المتنوعة للمنتفعين من الخدمة آخذين بعين الاعتبار حقيقة زيادة نسبة الخصوبة في فلسطين حيث يصل المعدل في الضفة الغربية إلى ٤.١ مولود لكل امرأة و٥.٢ مولود لكل إمراة في قطاع غزة في العام ٢٠٠٧.

خصوصية الحالة الفلسطينية وإجراءات الاحتلال

وأوضحت ستافريدس أن مستوى العمل على أهداف الألفية للإنماء في فلسطين ليس مشابهاً لباقي الدول، حيث أن وضع البلد له خصوصيته، فنحن لا زلنا تحت الاحتلال، ما يعني أن سيطرة السلطة الوطنية على الموارد محدودة جداً، وهذه القيود طبعاً لها تأثير مباشر على مستوى التنفيذ، فلا توجد حرية لتنقل الأفراد داخلياً وخارجياً وهذا يحد من تبادل الخبرات وعزل المناطق عن بعضها البعض.

وذكرت أن التحكم بالمعابر يحد من حركة الاستيراد والتوريد، ما يعرض الاقتصاد إلى ضغوطات هائلة، بالرغم من سيادة هذا المعيق (الاحتلال)، إلا أنه يوجد العديد من المبادرات نحو تحقيق الأهداف الإنمائية والنتائج لا زالت غير مؤكدة. وأضافت ستافريدس أن هناك العديد من المبادرات من أجل تعزيز المساواة، وقد لمسنا زيادة في نسبة تمثيل النساء في مراكز قيادية، ولكن هناك انتهاكات إسرائيلية لحقوق الإنسان بشكل عام، وانتهاكات من داخل المجتمع الفلسطيني لحقوق المرأة بشكل خاص، وذلك بفعل العادات والتقاليد وسيطرة العقلية الذكورية، لذا فإن النتائج لا ترتقي إلى المستوى المطلوب من حيث نسبة ونوعية المشاركة ومبادرات أخرى من أجل تحسين الصحة النفسية للأمهات.

كما تم تكوين لجنة وطنية لوفيات الأمهات رافقها عمل من قبل جميع القطاعات من أجل إتاحة خدمات الصحة الإنجابية، ورغم ذلك لا زال هناك تقصير مؤسساتي وحكومي في توعية المجتمع حول حقوقهم الإنجابية والجنسية يرافقه ضعف إعلامي لمناصرة ودعم هذه الحقوق، وما زال الشباب معزولين عن المشاركة واتخاذ القرارات المتعلقة بحياتهم، ولا زالت هناك وصمة حول القضايا الحساسة في المجتمع منها المتعاضدين مع فيروس نقص المناعة البشري وحالات الاغتصاب وسفاح القربى والعنف الموجه ضد المرأة، ناهيك عن حساسية التعامل مع محور الإجهاض ومحاربة مخاطره غير الأمن.

وبالرغم من وجود مؤسسات مانحة وداعمة لمواضيع الصحة الإنجابية والجنسية وحقوقها، إلا أن هذا الدعم لا يرتقي إلى المستوى المطلوب من أجل تحقيق الأهداف وخلق التغيير المناسب، وهو في غالب الأحيان لا يكون دعماً ثابتاً بل يتغير حسب الأوضاع في المنطقة، وحسب أجندة الممول نفسه.

أهمية التكامل في السياسات السكانية

وأعربت ستافريدس عن قناعاتها بأن السياسات السكانية يجب أن تكون متكاملة بشقيها الكمي والنوعي، وأضافت «من وجهة نظري الخاصة والمنبثقة من خبرتي كإمراة في موقع اتخاذ القرار، أرى أن الطريق في هذا المجال لا زال طويلاً جداً، وأن ما حققناه لا زال هشاً، وقد لاحظنا زيادة في نسبة تمثيل النساء، ولكن هل هذه الزيادة هي مساواة نسبة تمثيل النساء في المجتمع والبالغة النصف؟»، وتساءلت: هل نحن في موضع قيادي أساسي أم ثانوي؟ هل تم اختيار الكفاءة المناسبة لشغل المنصب؟ مشيرة أن هذه الأسئلة تتطلب إجابات مسؤولة، لكي نحسم مدى التغيير الخاص، وما تحقق من زيادة في العدد هو ناتج عن اتباع نظام الكوتا، ما يعني اقتصر الحديث فقط على الجانب الكمي المرتبط بالعدد، وإغفال نوعية التغيير والمشاركة، وهي الجانب النوعي والأهم والمتعلق بنوعية المشاركة، وهل هي مشاركة فاعلة؟ نحن لا زلنا نناضل بشكل يومي ودائم من أجل الحصول على حقوقنا، وليس من السهل الاستمرار في مواقعنا الإدارية،

الافتتاحية



نعود مجدداً للتلقي بكم على صفحات نشرة صحة الأسرة، التي تصدرها جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية في الضفة الغربية وقطاع غزة، فهي منكم واليكم، لالأخذ بيد الأسرة الفلسطينية إلى بر الأمان والأطمئنان، نضع بين أيديكم هذه النشرة وكلنا أمل أن تكون علامة مضيئة على طريق سلامة صحة الأسرة الفلسطينية وسلامة أفرادها من كافة النواحي.

وتماشياً مع الأهداف الإنمائية للألفية، تطمح جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية من خلال عملها الفعال إلى تخفيض معدل الوفيات النفاسية وتعميم إتاحة خدمات الصحة الإنجابية، ويتضمن ذلك معدل الولادات لدى المراهقات والحصول على الرعاية الصحية قبل الولادة (زيارة واحدة على الأقل)، وكذلك الحاجة غير الملباة في مجال تنظيم الأسرة، كما وتطمح إلى مكافحة فيروس نقص المناعة البشري / الإيدز والملاريا وغيرهما من الأمراض، حيث تعمل الجمعية على وقف انتشار فيروس نقص المناعة البشري / الإيدز، وتعميم الحصول على العلاج من الفيروس للسكان الذين بلغت إصابتهم بالفيروس مراحل متقدمة من خلال توفير العقاقير المضادة للفيروسات الرجعية.

كما تطمح الجمعية إلى تخفيض معدل وفيات الأطفال دون سن الخامسة، وذلك من خلال برامجها وخططها التي تعمل عليها بشكل مستمر. ولن تغفل الجمعية العمل على إزالة التفاوت بين الجنسين من حيث نسبة البنات إلى البنين في مراحل التعليم الابتدائي والثانوي والعالي، وكذلك حصة النساء من الأعمال المدفوعة الأجر في القطاع غير الزراعي، ونسبة المقاعد التي تشغلها النساء في البرلمانات الوطنية. كما تعنى الجمعية بوضع حقوق الإنسان التي هي في قلب أهداف الألفية، حيث التصدي للتمييز وتعزيز المساواة؛ وإيلاء التركيز الكافي للفئات الأكثر تهميشاً وإقصاءاً؛ وضمان حصول كل شخص على الحد الأدنى الأساسي من الرعاية الصحية والسكن والغذاء والماء والصرف الصحي والتعليم؛ والتصدي لانتهاكات حقوق الإنسان التي تقوض ما يتحقق من تقدم نحو إنجاز الأهداف؛ وتمكين المجتمعات المحلية من المشاركة الفعالة في صنع القرارات التي تؤثر على حياتها. فهذه النشاطات التي تعمل عليها جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية تتماشى مع الأهداف الإنمائية للألفية الثالثة والتي تم إقرارها من قبل جميع الدول الأعضاء في الأمم المتحدة والبالغة ١٩١ دولة أقرت جميعها العمل بهذه الأهداف والتزامت بها.

وفي إطار الجهود المبذولة من الجمعية، يتم تقديم خدمات الصحة الجنسية والإنجابية بشكل سليم، فعال ومتواصل، فتركز على تقديم خدمات واستشارات تتعلق في تنظيم الأسرة ووسائلها، رعاية الحوامل، فحص الثدي الذاتي، مسحة عنق الرحم، معالجة قضايا سن الأمان، فحوصات مخبرية، بالإضافة إلى تقديم الإرشاد الاجتماعي والنفسي والقانوني بشكل فردي وجماعي، وغيرها من الخدمات. لكل ما تقدم، حري بكل فرد في مجتمعنا الفلسطيني لتلبية الدعوة للاستفادة من إرشادات الجمعية، ولا تنسى أن سلامتك هي سلامة مجتمعنا الفلسطيني في كل أماكن تواجده، كما أن سلامة مجتمعنا الفلسطيني تعني الرفاهية، والاستقرار، تعني الحضارة والتقدم، تعني بناء الدولة الفلسطينية على تراب وطننا الفلسطيني وعاصمتها القدس الشريف. لذا، تسعى جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية إلى قيام دولة تتوفر فيها حقوق متساوية لكل النساء والرجال والشباب والشابات، وإمكانية الحصول على المعلومات والخدمات الجيدة المرتبطة بحياتهم الجنسية والإنجابية، والتشريعات الضرورية لدعم الجوانب القيمة الخاصة بحق الإنجاب خلال مراحل حياتنا، كما وتسعى إلى مجتمع تتوفر فيه المساواة بين الجنسين، وحرية الإنجاب والخلو من كافة أشكال التمييز.

فليكن كل واحد منكم في موقعه سفيراً متجولاً لهذه الرسالة الإنسانية، رسالة الوقاية والسلامة والإرشاد والوعي، وليعمل جاهداً للتقليل من المخاطر التي قد تصيبنا كالعنود المنقولة بالجنس وغيرها، ولنسعى معاً للقضاء على كل العنود المنقولة بالجنس، وتجنب انتشار فيروس نقص المناعة البشري المكتسب / الإيدز، حتى ننعيم جميعاً بالرفاهية والاستقرار والطمانينة، من أجل الجميع. وختاماً فإننا نؤمن بأن الحقوق الخاصة بالثقافة الجنسية والإنجابية هي حقوق إنسانية أساسية للجميع، كما نؤمن بضرورة العمل التطوعي والجماعي من أجل تحقيق أهدافنا، ولنلتزم بالعمل والشراكة مع المجتمعات والمنظمات الحكومية وغيرها من المنظمات الدولية.

د. عرفات هدمي

الأمين العام

ولا زالت قراراتنا ضعيفة وثانوية، ونسبة العنف لا زالت مرتفعة، وهذا غير مستغرب فالمعظم معنف في هذا الوطن.

الهدف الخامس والمتعلق بتحسين الصحة النفسية

وفيما يخص موقع الجمعية من الهدف الخامس «ب» والمتعلق بتحسين الصحة النفسية، بينت ستافريدس أن تقديرات وإحصائيات وزارة الصحة تشير إلى انخفاض في نسبة وفيات الأمهات، حيث وصلت إلى ٣.٨٪ لكل ١٠٠٠٠ سيدة في عام ٢٠٠٩، ولا نعلم مدى دقة هذه المعلومة، لأنه في السابق لم يكن هناك نظام رصد قوي، ولكن مع تكوين اللجنة الوطنية لمتابعة وفيات الأمهات هناك تقدم ملحوظ في هذا الجانب، فقد تم رصد ومتابعة بعض الحالات والتحقق من أسباب الوفاة. وأشارت إلى ارتفاع في معدل استخدام وسائل تنظيم الأسرة من ٤٥.٢٪ عام ١٩٩٦ إلى ٥٠.٢٪ عام ٢٠٠٦، ومع ذلك فإن هناك عدة عوامل تحول دون استخدام الوسائل الحديثة، وأهمها الاعتبارات الاجتماعية والثقافية، عدا ذلك حاجة المجتمع الفلسطيني إلى المزيد من الأطفال والمرتبطة بالوضع السياسي.

أما بالنسبة للجمعية فإن البند (ب) من الهدف الخامس—وهو الأهم— والمتعلق بإتاحة خدمات الصحة الإنجابية وتعميمها، ما ينعكس بشكل مباشر على معدل الخصوبة والنمو السكاني المتزايد والمشاكل المنبثقة عنها، حيث أن الزيادة في معدل النمو السكاني تؤثر على قدرة المجتمع وموارده المتوفرة، وهناك زيادة في عرض قوة العمل والبطالة، وبالتالي خفض مستوى الأجور وعدم القدرة على رفع مستوى المعيشة للفرد، وضعف الاستقرار في الحياة وخصوصاً الشباب.

وأضافت أن المشكلات الضخمة التي تواجه الشعوب النامية، هي عندما يصبح لديها عجز في الخدمات والموارد، عجز الحصول على فرص العمل والدخل السنوي، بحيث تتركز معظم فرص العمل والنمو الاقتصادي في مدن الوسط، وخاصة مدينة رام الله، وهذا ما تفتقره باقي المحافظات والريف الفلسطيني، مشيرة إلى أهمية ما نلاحظه حالياً في فلسطين من هجرة داخلية وتضمخ سكاني.

توفير خدمات الصحة الإنجابية والجنسية وتمكين دور المرأة

الإنتاجية

وأكدت ستافريدس أن جميع القضايا التي تعمل عليها الجمعية، من توفير خدمات الصحة الإنجابية والجنسية للجمهور، العمل على حقوق المرأة وتمكين دورها الإنتاجي في المجتمع، مساندة الشباب والمساهمة في تلبية احتياجاتهم، وتعزيز دورهم هي بنود مرتبطة بشكل مباشر بالتنمية، كل ذلك يعد من صلب اهتمامات وبرامج الجمعية التي تركز وبشكل كبير على خدمات تنظيم الأسرة، لما لها من أهمية كبيرة على المستوى الوطني، حيث تساعد على التخطيط لتلبية احتياجات المجتمع وضبط الزيادة السكانية بما يتلاءم مع الموارد المتوفرة.

وقالت أن هذا التركيز والاهتمام يحد من الفقر، وبشكل آخر يقلص نسبة البطالة ويساهم في النمو الاقتصادي، ومن الطبيعي أن تركز الحكومات على الرعاية الأولية في برامجها لأن ذلك يؤدي إلى تقليل الإنفاق على خدمات الرعاية على المستوى الثاني والثالث (المستشفيات والمراكز المتخصصة للعلاج)، وتبقى مقولة الوقاية خير من العلاج مرجعاً أساسياً يحتذى به، مؤكدة أن هذه الإجراءات تضع صحة الأفراد في المقدمة على أساس أنها من أهم ركائز التنمية البشرية.

واعتبرت أن ما يسود حالياً من ضعف في المعرفة بالقضايا السكانية والتخطيط، وضعف الوعي بالعلاقة المتبادلة بين السكان والتنمية، وعدم توفر الكفاءات المتخصصة في هذا المجال، أدى إلى إهمال جانب مهم في مسألة تحسين حياة الإنسان وتمكينه نظراً لمفاضلة الحكومات للأولويات الاقتصادية والسياسية، كون مردودها مادي وسريع مقارنة بتلك المتعلقة بالتنمية البشرية، وكون معظم المؤسسات ومعظم الحكومات تفضل الأهداف القريبة المدى، والتي تلي احتياجاتها بشكل سريع ما ينعكس على السياسات الاستراتيجية الحالية، والتي بقيت بها حاجات الفئات المهمشة مضلة مثل فئة الشباب، النساء والأطفال، وأخرى متعلقة بالريف والحضر، التخطيط السكاني، وغيرها من القضايا الأساسية للتنمية البشرية.

٢٠١٠... عام من العطاء اللامتناهي

كان حصاد العام ٢٠١٠ حافلاً بالإنجازات والعطاء والتميز، حيث قامت جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية بتنفيذ سلسلة من الأنشطة والفعاليات والبرامج، في إطار خطتها السنوية ورسالتها الرامية لتحقيق الأهداف والغايات التي من شأنها تحسين مستوى معيشة الفرد الفلسطيني، وتزويده بخدمات ذات جودة عالية للصحة الجنسية والإنجابية، أضف إلى ذلك رفع مستوى المعرفة وتطوير المهارات الحياتية لدى الشباب والاعتراف بحقهم بالمشاركة واتخاذ القرارات المتعلقة بهم. وقد تم التركيز خلال هذا العام على الأسرة بشكل شمولي والرجال بشكل خاص، من خلال تقديم الخدمات والمعلومات حول حقوق كل فرد من أفراد الأسرة، وعقد ورشات عمل مكثفة وأنشطة متعددة من أجل توفير حياة أفضل خالية من العنف والتمييز.

هذا الإنجاز، جاء تنويجاً للجهود الحثيثة التي بذلتها إدارة وطواقم الجمعية بجميع فروعها وفي مقدمتهم المكتب التنفيذي بالقدس، الذين كان لهم الدور الأكبر في تحقيق هذه الأهداف النبيلة، والتي ساهمت في رفع مستوى الخدمات الصحية والتوعوية للمجتمع الفلسطيني.

ولعل باكورة إنجازات جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية في عام ٢٠١٠، النجاح في تنفيذ العديد من البرامج والمشاريع التي سنسلط الضوء عليها في هذا التقرير، بدعم من الشركاء المحليين وبتنظيم من المانحين العالميين وعلى رأسهم الاتحاد الدولي لتنظيم الأسرة.

بدعم من صندوق الثقة الياباني

مشروع صحة الأم والطفل.. خدمات بلا حدود

اختتمت جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية ضمن أنشطة مشروع صحة الأم والطفل الحملة الصحية لمحاربة فقر الدم التي أطلقتها تحت شعار «لنحمي أطفالنا من فقر الدم»، وذلك في قاعة الجمعية- فرع الخليل حيث تم عقد المحاضرة الأخيرة من الحملة، وقد غطت الحملة الصحية محافظة طولكرم فرعون- كفر اللبد- رامين، محافظة الخليل يطا- دير سامت- بيت عوا- بيت كاحل، وقطاع غزة.

وقامت طواقم العمل في جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية، وبشكل يومي وفي عدة مناطق من كافة محافظات الوطن بعقد زيارات منزلية، وجلسات إرشاد فردي وجماعي ومشورة ما قبل الزواج، وصولات طبية، محاضرات الصحة الإنجابية للرجال والنساء، وتقديم خدمات ووسائل تنظيم الأسرة في العيادات بسعر منخفض، توزيع الحديد داخل العيادة وخارجها من خلال الأنشطة الميدانية مجاناً، محاضرات صحية حول صحة الأم والطفل، وغيرها.

وتعمل جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية على توفير إمكانية الوصول لكل الرجال والنساء في مناطق المشروع بما فيهم الشباب للحصول على خدمات جيدة وشاملة حول الصحة الجنسية والإنجابية والقدرة على ممارسة حقوقهم في الإنجاب، وخاصة في المناطق التي لا يتوفر فيها الخدمات الأساسية، وزيادة الوصول إلى خدمات شاملة وجيدة حول الثقافة الجنسية، وتأمّل الجمعية في زيادة الالتزام السياسي والدعم لبرامج الصحة الجنسية، وتقليل الحواجز الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والدينية من أجل الوصول إلى المعلومات والخدمات الخاصة بالثقافة الجنسية، ودعم النساء من أجل ممارسة حقوقهن في الإنجاب.

وكذلك نظمت جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية حفلاً لتكريم الفائزين بمسابقة (تشجيع الكتابة في مواضيع صحة الأم والطفل) في رام الله، في إطار مشروع تحسين خدمات ومعلومات صحة الأم والطفل والممول من صندوق الثقة الياباني وذلك بحضور أعضاء لجنة التحكيم والفائزين، وعدد من ممثلي وسائل الإعلام المحلية، وبمشاركة عدد من المؤسسات الأهلية ومتطوعين من الجمعية، حيث اختتم الاحتفال بتوزيع الجوائز النقدية والشهادات على الفائزين الثلاثة والمشاركين في المسابقة من كافة محافظات الوطن. والفائزون الثلاثة هم: الدكتور عقل أبو قرع عن مشاركة بعنوان «انتقال المبيدات الكيماوية إلى الأم الحامل وخطورة ذلك على الأم والجنين»، والفائز الثاني الأسير جلال عبد الرحمن رمانة من مخيم الأمعري برام الله عن مشاركة بعنوان «المشاكل النفسية التي تواجهها زوجات الأسرى»، حيث تسلمت ابنته الجائزة بالنيابة عن أبيها المعتقل، والجائزة الثالثة كانت للدكتور بسام فاطر من مدينة نابلس، والتي تناول فيها دور وكالة الغوث الدولية في تقديم الخدمات الصحية للاجئين الفلسطينيين، وبخاصة أولئك الذين يقطنون خلف جدار العزل العنصري في محافظة قلقيلية.

وقد قام طاقم المشروع بالمشاركة الفعالة، في الاجتماعات الدورية للجنة الوطنية بالإضافة إلى سلسلة اللقاءات وورشات العمل التي عقدت بخصوص إصدار كتيب صحة الأم والطفل، الذي صدر كمرجعية وطنية بجميع المواضيع المتعلقة بصحة الأم والطفل على المستوى الوطني بالتعاون مع وزارة الصحة الفلسطينية والمؤسسات الأعضاء ضمن مشروع جايا، وكان آخر هذه الورشات تحت عنوان «إدارة كتيب صحة الأم والطفل على المستوى الوطني والمركزي نظام الإحصائيات المنوي استخدامه من قبل الشركاء».

جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية

تكامل بين التوعية والخدمات الصحية



كما تم إصدار بروشور جديد عن التبؤل الالارادي ليضاف إلى سلة المواد الإعلامية الكثيرة والمتنوعة في مواضيع الصحة الجنسية والإنجابية، وقد طبع منه ٣٠٠٠ نسخة ليتم توزيعها على الفروع والميدان، وجاء ذلك بناءً على طلب من السيدات اللواتي قدمت لهن الخدمات في العيادات والميدان، حيث أن البعض يعانون مع أطفالهم من هذه الظاهرة وبحاجة إلى نصائح وإرشادات هامة لهذا الموضوع. وقالت السجديّة أن الجمعية نظمت ٤٠ محاضرة توعية داخل العيادات عن العنف المبني على النوع الاجتماعي بالتزامن مع حملة مناهضة العنف ضد المرأة في الفترة من ٢٥/١١/٢٠١٠ وحتى ١٠/١٢/٢٠١٠، وانسجاماً مع نشاطات منتدى المنظمات الأهلية المناهضة للعنف ضد المرأة الذي تنضم إليه جمعية تنظيم وحماية الأسرة بلغ عدد المستفيدين ٤٠٠ سيدة تقريباً، وكانت هذه المحاضرات فعالة وناجحة، حيث تم تحويل بعض الحالات لدائرة الإرشاد النفسي والاجتماعي وبعضها للإرشاد القانوني لعمل اللازم لهم.

كما تقوم الجمعية بتنفيذ مشاريع عن العنف المبني على النوع الاجتماعي، لتوعية المجتمع حول هذه الظاهرة، وأيضاً عمل تدريب لمقدمي الخدمات الصحية والاجتماعية عن موضوع العنف المبني على النوع الاجتماعي، وكيفية تحويل الحالات للمؤسسات التي تقوم بعمل الإرشاد والتدخل السريع لبعض الحالات.

وقد تم عمل حملة توعية بمناسبة يوم الإيدز العالمي في جميع فروع الجمعية، وتم التعريف بفيروس نقص المناعة البشري، وطرق الوقاية منه، وكيفية الانتقال، وأيضاً تم التحدث عن الفحص الطوعي، وأين يتم إجراؤه. كما تم توزيع بروشور عن فيروس نقص المناعة على الحاضرين، وبلغ عدد المستفيدين ١٠٠ سيدة تقريباً.

تدريب مقدمي الخدمات

وقدمت الجمعية ومن منطلق إيمانها بتقديم الدعم لجميع فئات الشعب وعلى رأسهم الشباب التدريب لـ ٥٢ طالبة في فروع الجمعية، من تمريض وخدمة اجتماعية وطبيبات، ما يؤكد على ثقة المؤسسات والجامعات بالخدمات ذات الجودة العالية والخبرة التي تقدمها جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية الرائدة في مجال الصحة الجنسية والإنجابية، من خلال الإشراف والمتابعة المستمرين لفروعها الموجودة بالضفة وغزة.

قالت رحاب السجديّة مديرة الخدمات لجمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية، أن الجمعية تقدم الخدمات الصحية والتوعوية لفئتين رئيسيتين من المنتفعين، من خلال فروعها الستة المنتشرة في الضفة الغربية وقطاع غزة.

الفئة الأولى هي عبارة عن خدمات ثابتة تقدم على مدار العام وعلى رأسها الخدمات الصحية في مجال تنظيم الأسرة والصحة الجنسية والإنجابية، أما الفئة الثانية فهي عبارة عن أنشطة وبرامج تقدم من خلال تجنيد الموارد عبر طرق مختلفة منها مشاريع محددة المدة يتم تجنيد الأموال لها بشكل منفصل عن الميزانية الثابتة للجمعية من خلال قسم تنمية الموارد والإعلام.

وأضافت السجديّة أن فلسفة الجمعية تستهدف من خلال هذا المحور تمكين الرجال والنساء في فلسطين بما فيهم الشباب من الوصول إلى خدمات جيدة وشاملة حول الصحة الجنسية والإنجابية والقدرة على ممارسة حقوقهم في الإنجاب، وخاصة في المناطق التي لا تتوفر فيها الخدمات أي «المناطق المهمشة».

خدمات لجميع فئات المجتمع

وأشارت أن الخدمات التي تقدمها جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية في مجال الصحة الجنسية والإنجابية (رعاية الحوامل- رعاية واضعاعات- علاج الأمراض المنقولة جنسياً- الكشف المبكر عن سرطان الثدي- مسحة عنق الرحم- وسائل تنظيم الأسرة وموانع الحمل الطارئة- مشورة الصحة الإنجابية- قضايا سن الأمان- علاج العقم- عمل الفحوصات والمشورة النفسية والاجتماعية والقانونية)، وقد بلغ عدد المنتفعات الجدد في عيادات الجمعية من أول العام وحتى شهر تشرين الثاني ٢٩٩٠ سيدة جديدة، وعدد السيدات اللواتي يزرن عيادات الجمعية بانتظام ١١٢٢٠ سيدة، وبلغ إجمالي الخدمات المقدمة تقريباً ٥٢٠٠٠ خدمة.

كما تنفذ الجمعية أيضاً سلسلة لقاءات توعوية في الميدان لفئة السيدات والرجال في قضايا الصحة الجنسية والإنجابية، وبلغ عدد المستفيدين من لقاءات التوعية خارج العيادات ما يقارب ٤٠٠٠ امرأة وبلغ عدد المستفيدين من الرجال ما يقارب ٥٣٠ رجلاً، حيث كان لهذه اللقاءات أثر كبير على المجتمع لا سيما في الوصول إلى المناطق المهمشة التي لا تصلها الخدمات الأساسية، حيث كانت بعض المواضيع تطرح لأول مرة في هذه المناطق، وتم الاستفادة منها بشكل كبير، و تحويل بعض الحالات إلى العيادات لعمل الفحوصات الشاملة، وإعطاء المشورة المناسبة لهم ومتابعتهم.

ووصفت السجديّة المحاضرات للرجال بأنها كانت ناجحة ومؤثرة، حيث تم إعطاؤهم محاضرات في مواضيع تنظيم الأسرة، زواج الأقارب وحقوق المرأة، وتم طلب المزيد من هذه المحاضرات الهادفة. وأيضاً تم عمل حملات طبية مجانية في المناطق المهمشة، خاصة للأطفال والأمهات ضمن مشروع تحسين خدمات صحة الأم والطفل في مناطق الخليل، غزة و طولكرم، مضيفة أن الجمعية نظمت حملة طبية مجانية في جميع فروع الجمعية لفحص الثدي لدى السيدات، واستفادت منها ٢٥٥ سيدة، وتم تحويل بعض السيدات لعمل صورة إشعاعية، كما تم تحويل بعض السيدات للتدخل الجراحي السريع.

موله الاتحاد الدولي لتنظيم الأسرة-IPPF

مشروع سالين بلاس .. الشباب أولاً



وتهدف إلى المساهمة في التحسين الشامل للصحة الجنسية والإنجابية لفئة الشباب في الأراضي الفلسطينية، وزيادة القدرة على الوصول لأكثر عدد من الشباب من كلا الجنسين لتعزيز فرص حصولهم على الخدمات والمعلومات، وتخفيض الحواجز المجتمعية فيما يخص المساواة بين الجنسين والتعاون والعمل مع فئة الآباء، المعلمين، قادة المجتمع من صانعي القرار.

وأصدرت الجمعية كتيباً مرجعياً، لإنشاء مراكز شبابية، حسب سياسات الاتحاد الدولي لتنظيم الأسرة، كما تم إنشاء الخط الهاتفي المجاني (١٨٠٣٣٠٩٠٠) الخاص بالاستشارات بمواضيع ذات صلة بالصحة الجنسية والإنجابية والعنف الأسري وغيره. وقدم هذا المشروع خدمات لكافة المواطنين في الضفة الغربية وقطاع غزة.

وفي هذا السياق، أصدرت جمعية تنظيم وحماية الأسرة ٦ نشرات توعوية وإرشادية ذات صلة بقضايا الصحة الجنسية والإنجابية للشباب الفلسطيني، وتم تنفيذ ٥ لقاءات إذاعية تمحورت حول قضايا الصحة للشباب في إحدى المحطات الإذاعية المحلية، شارك فيها العديد من طواقم العمل وضيوف ذات صلة مباشرة بالموضوع من رجال دين، وممثلين عن وزارة الصحة، وقادة مجتمع، وتم تنفيذ ما يزيد عن مئتي لقاء لتقديم المشورة الفردية والجماعية، لتوعية الفئات المستهدفة في مجال الصحة الجنسية والإنجابية، وتنفيذ ما يزيد عن مئتي زيارة منزلية في مناطق مختلفة للخدمات الصديقة للشباب، وتنفيذ ما يزيد عن ٢٠٠ جلسة تثقيف للأقران من خلال المتطوعين الشباب.

وتم تشكيل عدة لجان من الشباب المتطوعين والمتقنين للأقران، في كل من المراكز والمواقع، حيث تم اختيار (٤٠) متطوعاً ليكونوا أعضاء في أربعة لجان بالمناطق التي يشملها المشروع، تم تقسيمهم بالتساوي حيث خضع المتدربون إلى تدريبات في مجال الصحة الإنجابية والمهارات الحياتية من الجنسين (٢٠ من الذكور ومثلهم من الإناث) ومن الجدير ذكره أن معظم هذه التدريبات استفاد منها كل من طواقم الجمعية والمتطوعين من خلال مركز التدريب الإعلامي للمشروع.

كما تم افتتاح مركز خاص بالتدريب، وتم تجهيزه بـ ١٢ جهاز حاسوب داخل قاعة للمؤتمرات، والتي أصبح يتردد عليها المتطوعون بشكل يومي للاستفادة من خدمات المركز والعروض المقدمة فيه.

استمر العمل مع اللجان الداعمة للشباب، تتألف كل لجنة من ٦ أشخاص (اثنان من المعلمين، اثنان من الآباء واثنان من قادة المجتمع)، وذلك بهدف مساعدة ودعم أنشطة المشروع في المدارس والمجتمع المحلي، وتقديم المشورة لفريق المشروع من خلال توجيه تنفيذ الأنشطة، من خلال الاجتماعات الدورية التي نفذت في كل المراكز.

نشاطات المشروع اليومية

اشتملت النشاطات اليومية على استقبال الشباب في مراكز تقديم الخدمات، سواء العيادات أو المراكز الشبابية، وتقديم الخدمات الصحية للمتقنين، والذين تم تحويلهم من قبل الطواقم العاملة في العيادات والمراكز والخط الإرشادي، واستقبال المكالمات على الخط الإرشادي، ومعظمهم من مدن الضفة الغربية، وتشخيص الحالات وتسجيلها، وتنظيم العديد من اللقاءات اليومية والأسبوعية والشهرية لتوعية الفئات المستهدفة في مجال الصحة الجنسية والإنجابية، وتوزيع كتيبات على أكبر عدد من الطلاب في المدارس والجامعات، وزيارات منزلية ومتابعة الحالات، بالإضافة إلى تقديم المشورة الاجتماعية.

يعتبر مشروع سالين بلاس، واحداً من المشاريع التي تنفذها الجمعية، بتمويل من الاتحاد الدولي لتنظيم الأسرة/ إقليم العالم العربي، عن طريق الحكومة الهولندية، ويأتي تطبيقه ضمن الإطار الاستراتيجي لتنفيذ عدة نشاطات، مع التركيز بشكل خاص على زيادة فرص الوصول لفئة الشباب المهمشة، وتحسين نوعية الخدمات المقدمة لهم. وجاء تمويل المشروع الذي سيستمر لمدة عامين، على أثر استعراض دراسة لاحتياجات المراهقين في عام ٢٠٠٧، وخطة العمل الإقليمية، والخطة الاستراتيجية، علماً بأن جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية، تعمل على تأمين التمويل اللازم للأنشطة المتعلقة بالشباب، تحت اسم مراكز الخدمات الصديقة للشباب.

خدمات صديقة للشباب في الصحة الجنسية والإنجابية في فلسطين

أهداف المشروع:

يهدف مشروع سالين بلاس للوصول إلى الخدمات الصديقة للشباب في الصحة الجنسية والإنجابية في فلسطين من أجل المساهمة في التحسين الشامل لصحة المراهقين الجنسية والإنجابية في الأراضي الفلسطينية المحتلة، وذلك من خلال زيادة القدرة على الوصول إلى (٢٠,٠٠٠) شاب وشابة من الفئة العمرية (١٥ إلى ٢٥) سنة، وذلك بهدف تعزيز فرص حصولهم على الخدمات والمعلومات والتثقيف في مجال الصحة الجنسية والإنجابية، ومساعدتهم على اتخاذ قرارات واعية في هذا المجال على نطاق واسع في كل من غزة، القدس، الخليل، حلحول، وبيت لحم في غضون عامين. كما يهدف المشروع إلى تخفيض الحواجز المجتمعية باتجاه المساواة بين الجنسين في الحصول على خدمات الصحة الجنسية والإنجابية والحقوق بين (٥٠٠) شخص من فئة الآباء، معلمين، قادة المجتمع، والمؤسسات غير الحكومية في كل من غزة، القدس، الخليل، وبيت لحم، خلال سنتين.

وكذلك يهدف مركز الخدمات الصديقة للشباب، إلى زيادة وتوسيع نطاق الخدمات القائمة، وزيادة الالتزام المؤسسي لجمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية ومراكز الخدمات الصديقة للشباب، وتعزيز التثقيف الجنسي والمعلوماتي ونشرها بعدة طرق، وبناء وتطوير المجتمع.

الفئة المستهدفة:

وتشمل الفئة المستهدفة، المراهقين والشباب من الجنسين (١٥ إلى ٢٥) سنة مع التركيز على الشباب المهمشين في المناطق شبه الحضرية والريفية - الشباب المنقطع عن التعليم - الفتيات المتزوجات، المعاقين، والآباء ورجال الدين وصانعي ومتخذي القرار والمعلمين في المدارس، والموظفين والمتطوعين في الجمعية.

مدة المشروع:

بلغت مدة المشروع ١٨ شهراً، بدأت في الأول من حزيران ٢٠٠٩ وامتدت حتى نهاية كانون أول ٢٠١٠.

مناطق تنفيذ المشروع: القدس، بيت لحم، الخليل، حلحول، غزة،

شركاؤنا:

- المنظمات غير الحكومية المحلية العاملة مع الشباب.

- المراكز النسوية

- قادة المجتمع.

إنجازات المشروع خلال ٢٠١٠

وقد تم تفعيل نشاطات المشروع، الذي دخل حيز التنفيذ في شهر أيلول من العام ٢٠٠٩، حيث تم إنشاء وتجهيز ٤ مراكز خدمات صديقة للشباب، في ٤ مواقع من المدن الفلسطينية الرئيسية (القدس، الخليل، بيت لحم، وغزة، ومركز التدريب والإعلام في حلحول)، لتكون ضمن مراكز الخدمات الصديقة للشباب، والتي تتيح للجمعية تقديم مختلف أنواع الخدمات مثل الإرشاد (النفسي والاجتماعي والقانوني، وتقديم المشورة فيما يتعلق بالصحة الجنسية والإنجابية).

ونفذ المشروع دورة تدريبية ثانية، وكانت خاصة بموظفي ومتطوعي مشروع «سالين بلاس»، واستمرت لمدة سبعة أيام، وذلك بحضور موظفي الجمعية ومتطوعين من اللجنة الوطنية للشباب.

وتشمل الخدمات الصديقة للشباب توفير مواد إعلامية وتثقيفية، تتعلق بالصحة الجنسية والإنجابية والحقوق، وقضايا المساواة بين الجنسين، والحياة الجنسية، واهتمامات الشباب لا سيما صورة الجسم، النظافة الصحية التناسلية، الحيض، الاستمناء، وسائل تنظيم الأسرة، بما في ذلك وسائل منع الحمل والإجهاض في حالات الطوارئ. وقد قامت جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية، ضمن مشروع سالين بلاس بتوفير التوجيه الأولي للمتقنين (الجمهور) وخدمات استشارية، والإجابة على الأسئلة وطلب التوجيه من قبل أخصائي اجتماعي، وتوفير الدعم النفسي والاجتماعي لهم مجاناً وبسرية تامة ومضمونة. ونظراً لحساسية الموضوع من ناحية، والخوف من المجتمع من ناحية أخرى، فقد تم توفير هذه الخدمات على خط مجاني لجميع الفئات العمرية ومن كلا الجنسين، دون تحديد فئة معينة.

واختتمت جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية نشاطات الدورة التدريبية الخاصة بموظفي ومتطوعي مشروع «سالين بلاس»، وذلك ضمن مشروع مراكز الخدمات والمعلومات الصديقة للشباب في الصحة الجنسية والإنجابية، بمشاركة خمسة وعشرين متطوعاً من اللجنة الوطنية للشباب، وهي لجنة تم تشكيلها مؤخراً في مناطق تنفيذ المشروع (الخليل وحلحول).

دراسة قاعدية حول الصحة الجنسية والإنجابية

أجرت الجمعية دراسة قاعدية حول الصحة الجنسية والإنجابية والخدمات الصديقة للشباب في فلسطين، وتمت طباعة وتوزيع نتائج الدراسة على كافة الشركاء، كما تم عرض النتائج والتوصيات بحضور عدد من ممثلي وزارة التربية والتعليم، ووزارة الصحة، ووزارة الشباب والرياضة، ووزارة شؤون المرأة، وعدد من المؤسسات الأهلية الفلسطينية.

بتمويل من UNDP

مشروع رعاية الأمهات بعد الولادة.. تفران رغم الصعوبات

رغم كل التحديات والصعوبات التي يواجهها موظفو الجمعية في قطاع غزة، فقد تم تنفيذ مشروع رعاية الأمهات بعد الولادة والمواليد من الـ «UNDP» حول خلق فرص عمل للخريجين الجدد في مجالاتهم في منطقتين من قطاع غزة، حيث تم توظيف ٥ كوادر صحية واجتماعية في مجال الصحة الجنسية والإنجابية من أجل تقديم الخدمات في مناطق المشروع في مدينة غزة وضواحيها - المنطقة الوسطى (مخيمات اللاجئين - دير البلح - المغازي - النصيرات والبريج والزوايدة وقرية المصدر)

هدف المشروع الى رفع الوعي لدى السيدات الحوامل في الشهر الأخير وكيفية الوصول لولادة آمنة إضافة الى الزيارات الدورية للمتابعة ما بعد الولادة وكيفية محافظة السيدة على نفسها، والإجراءات التي يجب عليها اتخاذها من نظافة وتغذية ومتابعة وأيضاً كيفية التعامل مع المواليد وخاصة الرضاعة الطبيعية وضرورة أخذ التطعيمات في أوقاتها، فقد قام موظفو المشروع بعقد العديد من الزيارات البيئية وحلقات التثقيف في فرع الجمعية في غزة، وكذلك تم التشبيك مع المؤسسات الوطنية الشريكة لعمل محاضرات تثقيفية في مجالات صحية عدة فيما يتعلق بصحة الأم والطفل.

ومن الجدير بالذكر انه خلال العام ٢٠١٠ تم عقد ٣٢ لقاء استفاد منها حوالي ٧٠٠ سيدة، و ١٢٨٠ زيارة منزلية رغم بعض الصعوبات والمشاكل التي واجهت الطاقم أثناء التنفيذ ونذكر منها على سبيل المثال: عدم تقبل بعض الأزواج لزيارة زوجاتهم لأسباب شخصية، عدم دقة بعض العناوين للسيدات مما أدى إلى صعوبة الاستدلال على العناوين لعدم مطابقتها لتلك الموجودة في ملفات الحوامل والواضعات في العيادات، والاستعاضة عن تلك الزيارات باستخدام الهواتف النقالة (وهذا مكلف جداً)، علماً بأن أرقام الهواتف المدرجة في الملفات تكون في أحيان كثيرة أيضاً خاطئة أو مغلقة. ومن خلال هذه الزيارات لوحظ ان الكثير من السيدات يعانين من سوء التغذية وبحاجة إلى دعم مادي، والمؤسف هنا كان عدم قدرتنا على تحويلهن لمؤسسات متخصصة بمثل هذه الحالات وعدم الوعي بأهمية التثقيف الصحي لدى بعض الحالات واعتمادهم على خبرات الكبار (الحموات والآباء).

بدعم من الحكومة النرويجية NRO مشروع خفض العنف المبني على النوع الاجتماعي من أجل أسرة أفضل

نفذت جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية مشروع خفض العنف المبني على النوع الاجتماعي، وانتهاك حقوق الصحة الجنسية والإنجابية للنساء والشباب بتمويل من الحكومة النرويجية. وقد ارتكز هذا المشروع على أساس التوعية في عدة مجالات صحية واجتماعية، و الحد من ظاهرة العنف داخل الأسر الفلسطينية، وتوعية أفراد المجتمع من كلا الجنسين، وخاصة الشباب لحقوقهم الجنسية والإنجابية من جهة، وحثهم على ممارسة هذه الحقوق في حياتهم اليومية من جهة أخرى.

و قد تم اختيار مناطق المشروع بناءً على دراسة قاعدية نتج عنها معرفة أهم القضايا والمشاكل السلوكية لدى السكان، فيما تكون طاقم عمل المشروع من عدد من الأخصائيين الاجتماعيين والمتقنين الصحيين وطبيبة نسائية ومستشارة قانونية ومنسقة ميدانية ومدير للمشروع.

أهداف المشروع

هدف المشروع إلى رفع مستوى المعرفة لدى جزء كبير من المجتمع (من كلا الجنسين) ومختلف الأعمار) بحقوقهم الجنسية والإنجابية، ومناقشة هذه المواضيع بشكل علمي و علني دون خجل أو حواجز، وتنمية قدرات موظفي المشروع، وموظفي المؤسسات الشريكة في المنطقة، ومساعدتهم على رفع مهنيتهم وكفاءتهم في العمل، والقدرة على إشراك المجتمع المحلي في قضايا المشروع وسهولة حصولهم على المعلومات كحق أساسي لهم.

ومن أبرز أنشطة هذا المشروع تنظيم الزيارات الميدانية للبيوت، والتعامل المباشر مع المتزوجين الجدد أو المقبلين على الزواج، وتوعيتهم حول أهم القضايا الخاصة بالزواج، وصحة المرأة والحمل والولادة. إضافة للزيارات المتعلقة بالنساء المعنفات، حيث تتم زيارتهن ومناقشة أسباب العنف الموجه لهن، وكيفية التعامل مع الزوج أو الشخص الذي يمارس ضدهن العنف، والأثر القانوني المترتب على ذلك، وتحويل الحالة للتدخل المهني، إذا كان هناك داع للمتابعة. وقد امتد المشروع ليشمل العمل مع المدارس، والطلبة والمخيمات الصيفية، وذلك بدافع العمل مع شريحة الشباب من سن ١٥ إلى ٢٦ سنة، وذلك من خلال أيام ترفيهية، وأيام مفتوحة تنظمها جمعية تنظيم وحماية الأسرة في المدارس، ومراكز التجمعات الشبابية لكلا الجنسين.

حملات التوعية في المناطق المهمشة

نظمت جمعية تنظيم وحماية الأسرة العديد من الأيام الطبية المجانية، والحملات التوعوية الشاملة للأسرة في مناطق المشروع، وقامت بزيارات للمناطق المهمشة والنائية كعرب الجليلين، ومناطق حي الشيخ سعد، ووفرت لهم الخدمات الطبية المتخصصة والأدوية المجانية بكافة أنواعها، بالإضافة إلى توفير الخدمات المتعلقة بفحوصات الكشف المبكر عن سرطان الثدي، وسرطان عنق الرحم.

هذا إضافة للعديد من الأنشطة الأخرى والمتنوعة كتنظيم المجموعات الإعلامية، ومجموعات تثقيف النظير، ومجموعات الدراما والمسرح، الذين تم تدريبهم وتعريفهم بمفاهيم الصحة الإنجابية والجنسية، ومواضيع المشروع المتعلقة بحقوق المرأة والشباب من الناحية الصحية والاجتماعية، ليقوم كل فرد منهم في النهاية بتوعية الوسط الذي يتواجد فيه، عن طريق جلسات توعية يقوم بها الشباب، أو عن طريق العروض المسرحية التي تناقش المواضيع السابقة بطرق فكاهية وهادفة.

ومن أهم الإنجازات التي حققها المشروع خلال عامين من انطلاقه، فتح الباب أمام الشباب من كلا الجنسين، للتطوع في أنشطة المشروع، مما زاد من ارتباطهم بمجتمعهم الفلسطيني، وأشعرهم بالمسؤولية تجاه الوطن وأبنائه، الأمر الذي عاد بالنفع عليهم وعلى المجتمع بشكل عام، من خلال تقديم الخدمات الصحية والنفسية وجلسات التوعية لأكثر من ٧٥٠٠ شخص من مختلف الأعمار ومن كلا الجنسين خلال سنتين من العمل الميداني في المشروع، والمساهمة بشكل غير مباشر في إنجاح خطة التنمية الوطنية، التي تقوم بها السلطة الوطنية الفلسطينية في المنطقة، وتحفيز المواطنين على طرح أسئلة تخص مواضيع الصحة الإنجابية والجنسية.

كما اختتمت جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية نشاطات الدورة التدريبية الخاصة بمتطوعي مشروع «خفض العنف المبني على النوع الاجتماعي وانتهاك حقوق الصحة الجنسية والإنجابية للنساء والشباب» والتي استمرت لمدة ستة أيام، وذلك بحضور متطوعين من المؤسسات الشريكة في منطقة تنفيذ المشروع، والذي ينفذ في كل من القدس، حيث يشمل مناطق (البلدة القديمة بالقدس، شعفاط، الطور والثوري) وفي الضفة (أبو ديس، العيزرية، السوارة الشرقية، الشيخ سعد وعرب الجليلين).

كما عقد طاقم المشروع هذا العام خمس ندوات علمية تحت عنوان «النوع الاجتماعي وحقوق الصحة الإنجابية والجنسية» في جامعة القدس / أبو ديس، وقدمت هذه الندوات بالتنسيق مع عدة دوائر في الجامعة ومنها كلية الطب ودائرة العلوم الاجتماعية، وغيرها.

وتواصلت نشاطات الجمعية بشكل عام على كافة الأصعدة، ولم تستثن الموظفين حيث أقامت يوماً تثقيفياً حول القضايا المتعلقة بفيروس نقص المناعة البشري / الإيدز، وذلك بحضور عشرين متطوعاً وموظفاً من العاملين في كافة فروع الجمعية.

على صعيد آخر فقد عملت جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية على تعميق الشراكة مع المؤسسات التي تعمل بشئتي المجالات الاجتماعية والصحية في منطقة المشروع، فكان للجمعية الأثر الواسع في العمل مع المؤسسات والمراكز المحلية، فمثلاً من خلال مؤسسة بناء المستقبل تم الوصول لأكثر من ٢٠٠ شاب وفتاة وتنفيذ أكثر من ٢٥ جلسة توعية وورش عمل، فقد تم تنفيذ ورشة عمل عن فيروس نقص المناعة البشري / الإيدز الذي قامت به متقنة صحية من جمعية تنظيم الأسرة من خلال بناء المستقبل وبالتعاون مع وزارة الشباب والرياضة. كما تم تدريب أكثر من ٥٠ شاب وفتاة من عدد من المؤسسات الشريكة كنهضة ابوديس الخيرية، نادي شباب ابوديس، بناء المستقبل وغيرها على مواضيع متعددة كالصحافة والإعلام و تثقيف النظير ومهارات حياتية في مواضيع الصحة الجنسية والإنجابية وما إلى ذلك. وترتب على ذلك العديد من الإنجازات الشبابية نتيجة لتلك التدريبات حيث تم إصدار مجلة دورية تصدر كل ٦ شهور يعدها ويجهزها المتطوعين والتدريبيين من الجمعية ومن جمعية نهضة ابوديس الخيرية.

بالإضافة إلى العمل المشترك مع المراكز الطبية كمستوصف المقاصد، والمركز الطبي العربي من خلال الحملات الطبية المجانية كالفحص المجاني للكشف عن سرطان الثدي وعنق الرحم، والأيام الطبية المجانية في المناطق المهمشة. حيث ان الطاقم يسعى إلى العمل مع معظم المؤسسات التي تقدم خدمات على جميع الأصعدة الاجتماعية، الصحية، التعليمية بما يعود بالنفع على أفراد المجتمع ككل.

الإجهاد... حساسية الكلمة وجرأة شرح المضمون



تعتبر حقوق الصحة الإنجابية جزءاً لا يتجزأ من حقوق الإنسان التي تلتزم بها جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية، ولعل الحق في الحياة والحق في الوصول للمعلومات والحق في الرعاية والوقاية الصحية هي من الحقوق السامية التي تكفل حقوق المرأة بالتمتع بالمعرفة الصحية وأماكن الخدمات وسهولة الوصول إليها لدرء أي خطر من المحتمل أن يهدد حياتها وحياة مولودها، ولأن العديد من النساء في الأراضي الفلسطينية يمتن سنوياً لعدم تمتعهن بخدمات الصحة الإنجابية الشاملة لعدم وعيها بما قد يتسبب باعتلالهن ووفاتهن أو لعدم تمكنهن من الوصول بحرية إلى أماكن الخدمة بسبب قلة معرفتهن لأماكن وجودها في كثير من الأحيان أو لمنعهن من الوصول إليها في أحيان أخرى.

ولهذه الغاية عمدت جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية إلى تقديم مبادرة لتشكيل ائتلاف لحماية النساء من مخاطر الإجهاد غير الأمن مع عدد من المؤسسات الحكومية والأهلية ومجموعة من الباحثين/ات من أجل توحيد جهود عمل المؤسسات الأهلية والحكومية الداعم لحقوق المرأة الإنجابية وتجنبها مخاطر الإجهاد غير الأمن، واستكمالاً لجهود الجمعية لدعم ائتلاف "حماية" شرعت بتنفيذ مشروع

تقديم خدمات العناية الشاملة للإجهاد (GCACP) وبدعم من الاتحاد الدولي لتنظيم الأسرة (IPPF)، فمشروع تقديم خدمات العناية الشاملة للإجهاد يهدف بشكل عام لتحسين الوصول إلى خدمات ما بعد الإجهاد والخدمات ذات الصلة بالجودة وبأسعار معقولة، وذلك باعتبارها جزءاً لا يتجزأ من الصحة الجنسية والإنجابية إلى أقصى حد تسمح به القوانين من خلال تعزيز قدرات الجمعيات الأعضاء في منطقة العالم العربي. ومن أهم الأنشطة والإنجازات التي تم تنفيذها في العام الحالي من خلال هذا المشروع، تنفيذ اجتماعات دورية للائتلاف في شهر شباط، نيسان، حزيران، وكانون أول، حيث تم عرض الخطة للعام الحالي والاتفاق على مرجعية مشتركة للائتلاف، وتمت طباعة المرجعية على شكل بروشور خاص بائتلاف "حماية" يحتوي على معلومات عن الائتلاف من حيث تاريخ التأسيس والتعريف بالائتلاف، الرؤيا والغاية والأهداف والمخاطر التي يعمل عليها، وتعريف للمخاطر (الصحية، النفسية، الاجتماعية، القانونية والإعلامية) كما يحتوي على شروط العضوية والمؤسسات الأعضاء وهي: (جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية، وكالة الغوث الدولية، جنود للإثناء الصحي والاجتماعي، مركز المرأة للإرشاد القانوني الاجتماعي، المبادرة الفلسطينية لتعميق الحوار العالمي والديمقراطية "مفتاح"، سوا لدعم النساء والأطفال ضحايا العنف الجنسي والجسدي، جمعية المرأة العاملة الفلسطينية للتنمية، مركز الدراسات النسوية، جامعة القدس، ولجان العمل الصحي).

كما وتم تشكيل لجان فرعية في مناطق شمال وجنوب فلسطين تهدف إلى توسيع دائرة التوعية المتعلقة بالإجهاد، وعقد عدد من الاجتماعات للجان المنبثقة عن الائتلاف، وقد تم طرح العديد من المسائل الهامة في الاجتماعات وتم وضع العديد من التوصيات من قبل اللجان حتى تتم مناقشتها من قبل مؤسسات الائتلاف، ومن أهمها إدراج محور الائتلاف كمحور رئيسي ضمن برامج المؤسسات الشريكة في الائتلاف والمؤسسات الأعضاء في اللجان الفرعية، علماً بأن عدد المؤسسات الأعضاء في اللجان الفرعية خمسة عشر في الشمال ومثلها في الجنوب. وتم تنفيذ الدورات التدريبية بعنوان "خدمات ما بعد الإجهاد" وقد تم التدريب على ثلاثة محاور "صحية ونفسية اجتماعية وقانونية" وذلك ليوم في الشمال وآخر في الجنوب ولخمس شخصاً من مقدمي الخدمات في مؤسسات أهلية وحكومية، قام بتدريبهم طاقم جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية، بهدف رفع وعي وقدرات مقدمي الخدمة في تقديم خدمات ما بعد الإجهاد.

ومن أهم الأنشطة بالمشروع تنفيذ ثلاث ورشات وطنية في الخليل، رام الله، وطولكرم بحضور ٥٥ مشاركاً/ة من مؤسسات حكومية وأهلية وقضاة ومجلس تشريعي، وهدفت الورشات إلى الضغط على صناع القرار لتعديل المواد القانونية المتعلقة بالإجهاد في مشروع قانون العقوبات الفلسطيني، وتم في هذه الورشات توزيع بروشور ائتلاف "حماية"، وعرض دراسة الدكتور سمية صايح، حيث تعرضت الدراسة نظرة عامة عن حدوث حالات الإجهاد في جميع أنحاء العالم، ثم تعرف مفهوم الإجهاد وأنواعه والمواقف منه، وتقدم ملخص الدراسة الاستقصائية الوصفية المنهج والتي نفذت من قبل جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية لمعرفة قضايا الصحة الجنسية والإنجابية ولا سيما الإجهاد الأمن/ غير الأمن بين النساء اللاجئات والمتزوجات وعمرهن في سن الإنجاب (١٥-١٩ سنة) ويعشن في مخيمات الضفة الغربية وكذلك للتعرف على الخدمات الصحية والاجتماعية المقدمة لهن، كما تناولت الورشات ورقة قوانين للأستاذة المحامية سناء عرانكي، وفيها استعرضت القوانين النافذة في فلسطين المتعلقة بموضوع الإجهاد والمتضمنة التمييز ضد المرأة، في قانون العقوبات الأردني رقم ١٦ لسنة ١٩٦٠ الساري المفعول في الضفة الغربية وقانون العقوبات الفلسطيني رقم ٧٤ لسنة ١٩٣٦ الساري المفعول في قطاع غزة، وقانون الصحة العامة الفلسطيني رقم ٢٠ لسنة ٢٠٠٤ النافذ في الضفة الغربية وقطاع غزة، بالإضافة لمشروع قانون العقوبات الفلسطيني، المعد بالقراءة الأولى من المجلس التشريعي الفلسطيني الأول، وقامت منسقة المشروع المحامية سلوى أبو عياش بعرض ورقة القوانين التي تم إعدادها لإرسالها إلى المجلس التشريعي لتعديل المواد المقترحة تعديلها والمتعلقة بالإجهاد ضمن مشروع قانون العقوبات الفلسطيني، والتي شاركت المؤسسات في إقرارها والموافقة عليها.

ومن قصص نجاح المشروع قامت إحدى المؤسسات الأعضاء في اللجان الفرعية باتخاذ قرار أن محور الإجهاد سيتم التعامل معه كأحد المحاور الرئيسية للتوعية في المرحلة المقبلة في المؤسسة، بالإضافة لحماس المشاركين من اللجان الفرعية إلى العمل على موضوع الإجهاد من خلال اقتراحهم عمل دورات تدريب مدربين في الموضوع وتبادل الخبرات بين المؤسسات.

ومن أهم التحديات لهذا العام كان تنفيذ تشكيل اللجان الفرعية في المناطق وذلك لصعوبة التواصل بين الشمال والجنوب وارتباط المؤسسات بعدد كبير من اللقاءات والأنشطة المختلفة، بالإضافة إلى أن محور الإجهاد هو محور جديد وموضوع صعب التطرق إليه في بعض المناطق، وأن بعض المؤسسات تعمل في مواضيع كثيرة تتعلق بالصحة الإنجابية ولكنها للمرة الأولى تنطرق إلى موضوع الإجهاد وما فيه من تحديات في الأراضي الفلسطينية.

من خلال النشاطات التي نفذت خرج المشاركون بعدد من التوصيات والمقترحات ومنها:

- مطالبة السلطة الفلسطينية بإقرار مشروع قانون العقوبات الفلسطيني ووقف المتابعة في القوانين القديمة.
- وضع لوائح تنفيذية للقانون لتوضيح معنى الإجهاد وتفصيل كل المواد التي يتم شرحها.
- إضافة المؤسسات الحكومية إلى مؤسسات الائتلاف.
- الطلب من الإحصاء المركزي الفلسطيني عمل دراسة مسحية كاملة للإجهاد في الوطن.
- شن حملة لتعديل القانون واقتراح نصوص من قبل لجنة متخصصة من قانونيين وأطباء ومشرعين لسن نصوص قانونية جديدة، متعلقة بالإجهاد.
- توعية النساء والرجال على حد سواء لمخاطر الإجهاد غير الأمن، وإشراك الرجال في التوعية واتخاذ القرار في كل مواضيع الصحة الجنسية والإنجابية وغيرها من المواضيع الاجتماعية.
- بعد وصول المرأة سن الأمان يجب سن قانون يضمن لها الرعاية الصحية والاجتماعية بشكل كامل ومجاني، ومتابعة المرأة بعد الإجهاد والولادة من الناحية الصحية والاجتماعية.
- الخروج ببروتوكول موحد لتحويل حالات الإجهاد التي تصل إلى المستشفيات أو المؤسسات الخاصة وكيفية التعامل معها بشكل متكامل.
- التأكيد على التعامل بسرية في هذه القضايا وتدريب العاملين في هذا المجال.
- التوعية بالعمل بشكل متكامل في قضايا المرأة وربطها بحقوق الإنسان عموماً.
- اعتبار الإجهاد من الحقوق التي يكفلها القانون وتحميها الدولة طالما أن القانون يسمح لها بالإجهاد في ظروف محددة.
- التأكيد على تحمل الدولة مسؤولياتها في حماية حياة المرأة سواء من ناحية صحية بتحديد أماكن للإجهاد الأمن ضمن ما سمح به القانون، ومن ناحية أخرى حمايتها من القتل إذا تعرضت حياتها للخطر بسبب الحمل.

الحقوق الجنسية ما ب



المبادئ التوجيهية: تتكون من ستة مبادئ عامة توفر إطار لجميع الحقوق الجنسية المدرجة في الاعلان وسوف تقوم بارشاد وضمان احترام وحماية وتطوير الحقوق الجنسية داخل الاتحاد. تقع الحقوق الجنسية ضمن شريعة حقوق الانسان التي هي على حد سواء عالميه وغير قابله للتجزئه، وهي متوافقه مع مبادئ عدم التمييز.

- المبدأ ١: الجنسانية هي جزء لا يتجزأ من شخص كل كائن بشري، ولهذا السبب يجب خلق ظروف مواتية يستطيع فيها كل فرد التمتع بجميع الحقوق الجنسية كجزء من عملية التنمية.
- المبدأ ٢: الحقوق والحماية المضمونين للأشخاص الذين تقل أعمارهم عن ثمانية عشر تختلف عن تلك المضمونة للبالغين ويجب أن تؤخذ بالاعتبار قدرات الطفل الأخذ بالتطور على التمتع بحقوقه بالنيابة عن نفسه.
- المبدأ ٣: عدم التمييز يؤكد على حماية وتعزيز جميع حقوق الإنسان.
- المبدأ ٤: الجنسانية والسعادة المتنبئة عنها هي أحد الجوانب الأساسية للحياة البشرية إذا اختار أو لم يختار الفرد الإنجاب.
- المبدأ ٥: ضمان الحقوق الجنسية للجميع يشمل التزام بالحرية والحماية من الأذى.
- المبدأ ٦: يمكن أن تخضع الحقوق الجنسية فقط للقيود التي يحددها القانون.
- المبدأ ٧: الالتزامات الخاصة بالاحترام والحماية والضمنان تنطبق على جميع الحقوق والحريات الجنسية.

الحقوق الجنسية حقوق انسان تتعلق بالجنسانية: يوجز الحقوق الجنسية العشرة. تتكون الحقوق الجنسية من مجموعه من الحقوق المتعلقة بالجنسانية تنبع من حقوق الحرية والمساواة والخصوصية والاستقلاله والزاهه والكرامه لجميع الناس.

المادة ١: الحق في المساواة والتمتع بحماية قانونية متكافئة والتحرر من كافة أشكال التمييز القائم على اختلاف النوع الجنسي أو الجنسانية أو اختلاف النوع الاجتماعي.

المادة ٢: الحق في المشاركة لجميع الأشخاص بغض النظر عن النوع الجنسي أو الجنسانية أو النوع الاجتماعي.

المادة ٣: الحق في الخصوصية

المادة ٤: الحق في الاستقلالية الذاتية واعتراف القانون

المادة ٥: الحق في حرية الفكر والرأي والتعبير؛ الحق في تكوين الجمعيات

المادة ٦: الحق في الصحة وفي الانتفاع من التقدم العلمي

المادة ٧: الحق في التعلم والمعلومات

المادة ٨: الحق في الزواج أو عدمه وفي تأسيس أسرة والتخطيط لها.

المادة ٩: وفي تقرير إنجاب أو عدم إنجاب أطفال وكيفية وأوقات إنجابهم.

المادة ١٠: الحق في المساءلة والإنصاف

الاتحاد الدولي لتنظيم الأسرة ملتزم برؤية أن تكون حقوق الإنسان عالمية لا يمكن تحويرها أو تجزئتها، بما في ذلك الحقوق الجنسية. ومع ذلك يدرك الاتحاد أن السياقات في البلاد قد تؤثر على توقيت وأسلوب ومدى تنفيذ المبادئ والحقوق الواردة في هذا الإعلان. لذلك سيتم وضع إجراءات خاصة من أجل إدراك مثل هذه الحالات وأخذها بعين الاعتبار.

وبصفة الجمعية الفلسطينية كعضو بالاتحاد الدولي لتنظيم الاسره كان لا بد لنا من القاء الضوء على القوانين الفلسطينية ودراسة مدى توافقها مع اعلان

إعلان الاتحاد الدولي لتنظيم الأسرة حول الحقوق الجنسية

لمحة تاريخيه

في تشرين الثاني نوفمبر/٢٠٠٦، قامت اعلى هيئة لصنع القرارات في الاتحاد الدولي لتنظيم الاسره -المجلس الحاكم- بإنشاء هيئة معنية بالحقوق الجنسية مكلفة بتوجيه ودعم الاتحاد في وضع اعلان بشأن الحقوق الجنسية. وكان من المتصور ان يكون الاعلان مبني على ميثاق الاتحاد الدولي لتنظيم الاسره بشأن الحقوق الجنسية والنجابه الذي هو وثيقه تاريخيه حازت على شعبيه كبيره ونجحت باحراز تقدم في دمج حقوق الانسان في جميع خدمات ونشاطات الدعوه الخاصه بالاتحاد الدولي لتنظيم الاسره وعليه تم تشكيل لجنة الحقوق الجنسية على المستوى المركزي والتي ضمت ممثلين عن كل الاقاليم، خبراء دوليين، رئيسة الاتحاد والمديره العامه. خرجت اللجنة بمسودة اعلان الحقوق الجنسية. تم توزيعها على كافة الجمعيات الاعضاء لعرضها على مجالس الإدارة وأخذ رأيهم حولها، بالنسبة لاقليم العالم العربي قام بنقل وجهة نظر الجمعيات الاعضاء حول الموضوع للجهات المركزيه. اعتمد المجلس الحاكم للاتحاد خلال اجتماعه في مايو/ أيار ٢٠٠٨ إعلان الحقوق الجنسية. وقام المكتب الإقليمي بتوزيع النسخة النهائية، في عام ٢٠٠٨ قام المكتب الإقليمي في تونس بتكوين لجنة تهتم بمناقشة كيفية تطبيق الإعلان بما يتوافق مع العادات والتقاليد في إقليمنا العربي وقد قامت الجمعيات بإرسال دراسة حول هذا الموضوع وكيفية تطبيقه.

يتفق اعلان الاتحاد الدولي لتنظيم الاسره بشأن الحقوق الجنسية في صميم اتفاقيات حقوق الانسان الدولي والمواثيق والتفسيرات الرسمية للمعايير الدولية هذه الحقوق الإضافية المتعلقة بالنشاط الجنسي للانسان والتي يتعتقد الاتحاد انها متضمنه فيها. ويستند الاعلان من نتائج وتوصيات العديد من هيئات معاهدات الامم المتدهوالمقربين الخاصين بالامم المتدهه، بشكل خاص تقرير المقرر ٢٠٠٤ بشأن الحق في التمتع باعلى مستوى ممكن من الصحة وقد وضع الاعلان فريق من الخبراء بما فيهم خبراء معترف بهم دوليا كقاده في مجال الصحة الجنسيهوالانجابيه وحقوق الانسان. ليس المقصود من الموجز التنفيديان يكون بمثابة بديل عن الاعلان وانما مقدمة للاقسام المختلفه للاعلان ومحتوياته. وينبغي ان يترافق الموجز التنفيذي دائما مع الاعلان الكاملتي تكون التفاصيل الكامله للحقوق الجنسيه وخلفياتها متوفرة بسهولة.

يتضمن اعلان الاتحاد الدولي لتنظيم الاسره بشأن الحقوق الجنسية ثلاثة اجزاء:

الديباجه: تقدم الاعلان في سياق مهمه رؤيه الاتحاد الدولي انتظيم الاسره والتنفاقيات الدولي والمواثيق المتعلقة بالحقوق والصحة الجنسيه والانجابيه وحقوق الانسان وتبين ايضا القصد الاساسي لاطار حقوق الانسن. ويشجع الاتحاد الجمعيات الاعضاء على الإسترشاد بالإعلان من أجل دمج التزاماتها باحترام وحماية وترقيه الحقوق الجنسية ضمن أنشطتها. تعزيز وتدعيم سياساتها واستراتيجياتها وبرامجها الجارية إن الإعلان يُشكل إطاراً لفهم تطبيق الحقوق الإنسانية الأساسية على الجنسانية. و يمكن لجمعيات الاتحاد دمج هذا الإطار ومبادئه الأساسية ضمن أنشطتها، وخدماتها وبرامجها من أجل ترقية الحقوق الجنسية والدفاع عنها.

بإدعم من صندوق الأمم المتحدة للسكان

يوم المرأة العالمي... مناسبة للمساواة بين الجنسين

بمناسبة يوم المرأة العالمي، أعدت جمعية تنظيم و حماية الأسرة الفلسطينية برنامجاً خاصاً للاحتفال بهذا اليوم، تميز بعقد جلسات توعوية ومحاضرات تثقيفية للسيدات حول مختلف القضايا والمواضيع المتعلقة بالصحة الجنسية والإنجابية للمرأة، وتوزيع المواد التثقيفية على السيدات، وتنفيذ العديد من الفحوصات الصحية المجانية لهن في مواقع تقديم الخدمات المنتشرة في أنحاء فلسطين.

ولم تتوانى الجمعية عن تنفيذ عدد من النشاطات بالشراكة والتعاون مع المؤسسات الحكومية والأهلية، حيث شاركت الجمعية باليوم المفتوح الذي نظمه مركز برج اللقلق بالتعاون مع الجمعية في البلدة القديمة في القدس تحت عنوان «حماية النوع الاجتماعي وإنصافه».

واختتمت جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية ممثلة بأمين الصندوق للجنة التنفيذية في الجمعية الدكتور محمد صالح نيابة عن الأمين العام للجمعية الدكتور عرفات هدمي، وبالتعاون مع ديوان قاضي قضاة فلسطين ممثلاً بنائب رئيس المجلس الأعلى للقضاء الشرعي فضيلة الشيخ يوسف ادعيس الفعاليات الخاصة بالدورة التدريبية، وتم تسليم شهادات التخرج لأربعة وعشرين قاضياً ومرشداً أسرياً، شاركوا في الدورة التدريبية السادسة «نحو تعزيز قضايا الصحة الجنسية والإنجابية والنوع الاجتماعي لقضاة المحاكم الشرعية وموظفي الإرشاد والإصلاح الأسري» على مدار خمسة أيام متواصلة. وجاءت هذه الدورة نتاج تعاون مشترك ومثمر بين الجمعية وديوان قاضي القضاة ضمن مشروع الخدمات والمعلومات الصديقة للشباب في مجال الصحة الجنسية والإنجابية، بتمويل من صندوق الأمم المتحدة للسكان، وتهدف الى المساهمة في حصول الشباب على الخدمات والمعلومات الصحيحة من مصادر دقيقة، لتعزيز فرص حصول أكبر عدد من الشباب من كلا الجنسين على الخدمات والمعلومات الصحية، وتخفيض الحواجز المجتمعية باتجاه المساواة بين الجنسين في مجال خدمات الصحة الجنسية والإنجابية في الأراضي الفلسطينية، من خلال ديوان قاضي القضاة، والعمل المباشر مع قضاة المحاكم الشرعية وموظفي الإرشاد والإصلاح الأسري.

وفي إطار تعزيز دور الإعلام والاعلاميين اختتمت الجمعية الدورة التدريبية حول «قضايا العنف المبني على النوع الاجتماعي والصحة الجنسية والإنجابية لدى فئة طلبة الإعلام» ضمن فعاليات مشروع الشباب «نحو تحقيق الأهداف الألفية للإمضاء» الذي نفذته الجمعية وبإدعم من صندوق الأمم المتحدة للسكان UNFPA، وهدف المشروع إلى إعداد مجموعة من الإعلاميين المهتمين بقضايا العنف المبني على النوع الاجتماعي والصحة الجنسية والإنجابية والقادرين على معالجتها بطريقة علمية غير نمطية، بالإضافة إلى تنمية مهارات الاعلاميين المكتوبة، المسومة والمرئية.

وفي هذا السياق، قامت الجمعية بعقد دورة تدريبية لتعزيز قضايا العنف المبني على النوع الاجتماعي والصحة الجنسية والإنجابية لدى العاملين/ات وطلبة الإعلام، بهدف تعزيز الوعي لدى عدد من العاملين والطلبة في مؤسسات الإعلام (المرئي، المسموع والمقروء) في فلسطين. وذلك تماشياً مع رؤية الجمعية بأهمية ودور الإعلام في توصيل المعلومات الصحيحة المتعلقة بمواضيع العنف المبني على النوع الاجتماعي والصحة الجنسية والإنجابية من خلال توعيتهم بحقوق المرأة والعنف الأسري وبالصحة الإنجابية مثل العدوى المنقولة جنسياً، وفيروس نقص المناعة البشري/ الإيدز، وأمور أخرى مثل تنظيم الأسرة، حيث تم إنتاج ٥ ومضات إذاعية و ٣ ومضات تلفزيونية وكذلك مقالين صحفيتين في نفس المواضيع، وتم بثها ونشرها عبر وسائل الإعلام.

بتمويل من اليونيسف

الإيدز والصحة الإنجابية.. وغياب الوعي اللازم

بإدعم من منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونيسيف) عملت الجمعية خلال هذا العام على تنفيذ عدد من الأنشطة والفعاليات التي هدفت بشكل أساسي الى دعم المعرفة والوعي في مجال الصحة الإنجابية وفيروس نقص المناعة البشري / الإيدز لدى فئة المعلمين والميسرين .

حيث اختتمت الجمعية ٤ دورات تدريبية استهدفت معلمي التربية والتعليم ووكالة الغوث في كل من الضفة وغزة، و هدفت الى ضمان معرفة المعلومات الصحيحة لدى المشاركين عن موضوع فيروس نقص المناعة البشري / الإيدز، حيث شارك في هذه الدورات ٩٩ مشاركاً/ة، وعقدت في كل من رام الله، نابلس، الخليل وغزة. كما تم العمل على تنفيذ ٩ ورشات عمل استهدفت الميسرين والطلاب في مراكز الشباب، وهدفت الى زيادة الوعي والمعلومات لديهم في مواضيع الصحة الجنسية والإنجابية وفيروس نقص المناعة البشري / الإيدز، استفاد منها ١٤٥ مشاركاً/ة من الفئة العمرية (١٥-٢٥) سنة في كل من الضفة الغربية وقطاع غزة.

كما تم عقد أربع دورات تدريب مدربين في مجال الصحة الإنجابية و فيروس نقص المناعة البشري / الإيدز استفاد منها (٨٠) مشاركاً/ة من المعلمين وميسري المهارات الحياتية، وهدفت الى تدريب مدربين لضمان معرفة أساليب تعليمية صحيحة في مجال التوعية ب فيروس نقص المناعة البشري / الإيدز.

و خلال هذا المشروع أيضاً تم عقد أربعة أيام وطنية لكسب التأييد حول «الوقاية من فيروس نقص المناعة البشري / الإيدز ومحاربة الوصمة»، في كل من الضفة الغربية وقطاع غزة، وبحضور عدد من ممثلي الوزارات والمؤسسات والجمعيات الوطنية في فلسطين، وتم رفع التوصيات والاقتراحات حول أهمية العمل والتعاون في سبيل محاربة الوصمة والتمييز للمتعاشين مع فيروس نقص المناعة البشري / الإيدز. هذا وقد تم العمل على إعادة طباعة دليل الشباب التثقيفي حول الصحة الإنجابية و عدوى فيروس نقص المناعة البشري / الإيدز وكتيب مرجعي عن هذا الدليل لاستخدامه من قبل الشباب.

بين العادات والتقاليد والقانون الفلسطيني

والرأي والتعبير، الحق في تكوين جمعيات، والتي تضمنتها المواد ١٩ من القانون الأساسي نصت هذه المواد «لا مساس بحرية الرأي، ولكل إنسان الحق في التعبير عن رأيه ونشره بالقول أو الكتابة أو غير ذلك من وسائل التعبير أو الفن مع مراعاة أحكام القانون».

وكذلك المادة ٢٦ من القانون الأساسي المشار إليها سابقاً، وكذلك المادة ١ من قانون الجمعيات الذي سبق ذكرها. بالإضافة إلى المادة ١٨ من القانون الأساسي والمتعلقة بحرية العقيدة والعبادة والممارسة شريطة عدم الإخلال بالنظام العام والآداب.

وحول المادة ٧: «الحق في الصحة والانتفاع من التقدم العلمي» تضمنت جزء من هذا الحق المادة ٢٢ من القانون الأساسي «١- ينظم القانون خدمات التامين الاجتماعي والصحي ومعاشات العجز والشيخوخة» بينما لا يوجد نصوص واضحة تتضمن هذا الحق خصوصاً ما يتعلق بالانتفاع من التقدم العلمي.

الحق في التعلم والمعلومات

وبينت المادة ٨: «الحق في التعلم والمعلومات»، انه لا يوجد مواد واضحة لحماية هذا الحق، وكل النصوص الموجودة تتعلق بالحق في التعليم، و لكن يوجد إشارة في قانون الطفل الفلسطيني عن حق الطفل بالحصول على المعلومات وذلك في المادة ٣٣ من القانون الفصل السادس الحقوق الثقافية. وهنا يؤكد القانون على عدم مخالفة هذا الحق للنظام العام والآداب.

وأشارت المادة ٩: «الحق في الزواج أو عدمه وفي تأسيس أسرة والتخطيط لها، وفي تقرير إنجاب أو عدم إنجاب أطفال وكيفية وأوقات إنجابهم»، إلى الحق في الزواج واختيار الشريك حق كفه القانون ولكن الحق في عدم الإنجاب أو الإنجاب دون زواج، والإجهاض المتعمد سواء في إطار الزواج أو عدمه هو مخالف للقانون خصوصاً قانون العقوبات الذي يجرم الممارسات الجنسية خارج إطار الزواج والاعتداءات الجنسية كما أنه يجرم الإجهاض المتعمد سواء كانت السيدة متزوجة أم لا، إلا أنه خفف العقوبة على الإجهاض الذي يتم انقاء للعار، أو قتل الوليد اتقاء للعار.

الحق في المساءلة والإنصاف

وأشارت المادة ١٠: «الحق في المساءلة والإنصاف»، والتي تضمنتها المادة ١٠ من القانون الأساسي والمتعلقة بحقوق الإنسان والتزام السلطة الفلسطينية دون إبطاء على الانضمام إلى الإعلانات والمواثيق الإقليمية والدولية التي تحمي حقوق الإنسان.

وفي النهاية فلا بد لنا من التأكيد على عدد من المبادئ التي سبق وأشرنا إليها، والتي إذا تعارضت معها أي مبدأ أو حق مهما كان فلا يمكن تطبيقه: المادة ٤ من القانون الأساسي الفلسطيني، والتي تنص على أن الإسلام هو الدين الرسمي في فلسطين وللسائر الديانات السماوية احترامها وقيادتها، ومبادئ الشريعة الإسلامية مصدر رئيسي للتشريع، واللغة العربية هي اللغة الرسمية، فيما المادة ١١٠ من القانون الأساسي تلغي كل ما يتعارض مع أحكام هذا القانون الأساسي، وكذلك كل ما يتعارض مع النظام العام والآداب لا يجوز تطبيقه ولا الإشارة إليه.

٢٠٠٤، قانون العمل الفلسطيني رقم ٧ لسنة ٢٠٠٠، قانون الأحوال الشخصية الأردني المطبق لدينا، وقانون رقم ١ لسنة ٢٠٠٠ بشأن الجمعيات الخيرية والهيئات الأهلية.

ونصت المسودة الثالثة لمشروع الدستور الفلسطيني، على الحق في المساواة والتمتع بحماية قانونية متكافئة والتحرر من كافة أشكال التمييز القائم على اختلاف النوع الجنسي أو الجنسية أو اختلاف النوع الاجتماعي. وتضمنت المادة ٢: «الحق في المشاركة لجميع الأشخاص بغض النظر عن النوع الجنسي أو الجنسية أو النوع الاجتماعي». ونصت المواد ٢١ من القانون الأساسي الفلسطيني:

«أن يقوم النظام الاقتصادي في فلسطين على أساس مبادئ الاقتصاد الحر، ويجوز للسلطة التنفيذية إنشاء شركات عامة تنظم بقانون، وإن حرية النظام الاقتصادي مكفولة، والملكية الخاصة مصونة، ولا تنزع الملكية ولا يتم الاستيلاء على العقارات أو المنقولات إلا للمنفعة العامة وفق للقانون في مقابل تعويض عادل أو بموجب حكم قضائي، ولا مصادرة إلا بحكم قضائي»، و الحق في ممارسة النشاط الاجتماعي والثقافي والمهني والعلمي بحرية بما في ذلك الحق في تشكيل وتسيير الجمعيات الأهلية وفق لأحكام هذا القانون، و حرية الإقامة والتنقل مكفولة في حدود القانون، ولللسطينيين الحق في المشاركة في الحياة السياسية أفراداً وجماعات.

ونصت المادة ٣: على الحق في الحياة والحرية والأمن الشخصي والسلامة الجسدية، فيما تضمنت المادة ١١ من القانون الأساسي، على أن الحرية الشخصية حق طبيعي وهي مكفولة لا تمس، ولا يجوز القبض على احد أو تفتيشه أو حبسه أو تقييد حريته بأي قيد أو منعه من التنقل إلا بأمر قضائي وفقاً لأحكام القانون، ويحدد القانون مدة الحبس الاحتياطي، ولا يجوز الحجز أو الحبس في غير الأماكن الخاضعة للقوانين الصادرة بتنظيم السجون.

وتؤكد نصوص قانون العقوبات الأردني المطبق لدينا على حماية الحق في الحياة والحماية من العنف بشكل عام وليس العنف داخل الأسرة، باستثناء المواد القانونية التي تبجح العذر المحل والعذر المخفف في حال القتل غسلاً للعار وحال وقوع الفعل، ومن خلال قراءة متعمقة لهذا الحق، فإن حق اختيار الشريك محمي من خلال قانون الأحوال الشخصية الأردني المطبق لدينا.

ولابد هنا من الإشارة إلى أن بعض الحقوق المذكورة في ديباجة المادة لا يمكن تطبيقها لدينا بسبب مخالفتها لبعض القوانين المطبقة لدينا، ومنها قانون العقوبات وكذلك مخالفتها للنظام العام والآداب.

الحق في الخصوصية

وفيما يتعلق بالحق في الخصوصية، فقد تضمنت المادة ١٧ من القانون الأساسي: «للمساكن حرمة، فلا يجوز مراقبتها أو دخولها أو تفتيشها إلا بأمر قضائي مسبب ووفقاً لأحكام القانون، يقع باطلاً باطلاً كل ما يترتب على مخالفة أحكام هذه المادة، ولئن تضرر من جراء ذلك الحق في تعويض عادل تضمنه السلطة الوطنية الفلسطينية»، وكذلك تضمنتها مواد قانون الأحوال الشخصية المتعلقة بحق كل زوجة بسكن مستقل حتى وإن كانت أكثر من زوجة.

وأكدت المادة ٥: على

الحق في الاستقلالية الذاتية واعتراف القانون بالخصوصية القانونية مدعماً بشكل عام بالنصوص القانونية السابقة الذكر، إلا أن تفاصيل الملحق به تخالف في مجملها النظام العام والآداب والقوانين المطبقة لدينا خصوصاً قانون العقوبات، إلا فيما يتعلق بعدم جواز تعريض الشخص لأي بحوث علمية أو إجراءات طبية بشكل غير طوعي، وهذا البند نصت عليه صراحة المادة ١٦ من القانون الأساسي الفلسطيني «لا يجوز إجراء أي تجربة طبية أو علمية على أحد دون رضاه قانوني مسبق، كما لا يجوز إخضاع أحد للفحص الطبي أو للعلاج أو لعملية جراحية إلا بموجب قانون»

وفي المادة ٦ حول الحق في حرية الفكر

الحقوق الجنسية لكي نعزز عملنا في المستقبل على هذه الحقوق أخذين بعين الاعتبار العادات والتقاليد في فلسطين.

وفقاً للقوانين الفلسطينية، ليس هناك نص واضح ومباشر ينص على الحقوق والمبادئ المذكورة في إعلان الحقوق الجنسية في أي من القوانين المطبقة لدينا فلسطين، إلا أن القوانين المطبقة لدينا تنص بشكل واضح ومفصل على عدد من هذه المبادئ والحقوق بشكل منفصل وبدون دمج، والملفت وجود تعارض بين بعض هذه الحقوق والمبادئ، والتي تتعارض بشكل واضح مع العادات والتقاليد المتبعة لدينا وبالتالي تتعارض مع النظام العام والآداب.

مبادئ عامة

أن الجنسية هي جزء لا يتجزأ من شخص كل كائن بشري، ولذلك يجب خلق ظروف مواتية يستطيع فيها كل فرد التمتع بجميع الحقوق الجنسية كجزء من عملية التنمية، والقانون الفلسطيني أكد على حقوق الإنسان بشكل عام، ومنها الحقوق الجنسية، وفقاً للمادة ١٠ من القانون الأساسي الفلسطيني «١- حقوق الإنسان، حيث أن حرياته الأساسية ملزمة وواجبة الاحترام».

كما أن الحقوق والحماية التي تضمنها القانون للأشخاص الذين تقل أعمارهم عن ١٨ سنة تختلف عن تلك للبالغين، مع الأخذ بعين الاعتبار قدرات الطفل الآخذة بالتطور على التمتع بحقوقه بالنيابة عن نفسه. ويتمتع الأطفال في فلسطين بنصيب كبير من الحماية من خلال النصوص التشريعية، ومنها: قانون الطفل الفلسطيني رقم ٧ لسنة ٢٠٠٤، والذي تم إقراره بناءً على القانون الأساسي الفلسطيني المعدل، وقانون المجرمين الأحداث رقم ٢ لسنة ١٩٣٧ المعمول به في غزة، وعلى قانون الأحداث رقم ١٦ لسنة ١٩٥٤ المعمول به في محافظات الضفة وعلى اتفاقية حقوق الطفل لسنة ١٩٨٩ وعلى المرسوم الرئاسي رقم ٢ لسنة ١٩٩٩ الصادر بإنشاء المجلس الأعلى للطفولة والأمومة وعلى مشروع القانون المقدم من مجلس الوزراء، وبناءً على ما اقتره المجلس التشريعي بجلسته المتعددة بتاريخ ١٩/٨/٢٠٠٣ صدر قانون الطفل الفلسطيني، والمادة ٢٩ من القانون الأساسي الفلسطيني «رعاية الأمومة والطفولة واجب وطني».

حق الأطفال في الحماية والرعاية الشاملة

وللأطفال الحق في الحماية والرعاية الشاملة، ولا يسمح القانون بان يستغل الأطفال لأي غرض كان أو القيام بعمل يلحق ضرراً بسلامتهم أو بصحتهم أو بتعليمهم، والقانون يوفر لهم الحماية من الإيذاء والمعاملة القاسية، ويحرم القانون تعريضهم للضرب والمعاملة القاسية من قبل ذويهم، ويتوجب أن يتم فصلهم إذا حكم عليهم بعقوبة سالبة للحرية عن البالغين، وأن يعاملوا بطريقة تستهدف إصلاحهم وتناسب مع أعمارهم، وقانون العمل الفلسطيني رقم ٧ لسنة ٢٠٠٠ الباب السادس ينظم عمل الأحداث المواد من (٩٣ حتى ٩٩) / المسودة الثالثة لمشروع الدستور الفلسطيني.

ويؤكد مبدأ عدم التمييز على حماية وتعزيز جميع حقوق الإنسان، والقانون الأساسي الفلسطيني المادة ٩ من الباب الثاني المتعلق بالحقوق والحريات العامة «اللسطينيون أمام القانون والقضاء سواء، لا تمييز بينهم بسبب العرق أو الجنس أو اللون أو الدين أو الرأي السياسي أو الإعاقة»، وقد أكد على ذلك مشروع الدستور الفلسطيني.

ونص المبدأ الرابع من إعلان الحقوق الجنسية أن الجنسية والسعادة المنبثقة عنها، هي احد الجوانب الأساسية للحياة البشرية سواء اختار الفرد الإنجاب من عدمه، ومن خلال الاطلاع على تفسير هذا المبدأ نجد أنه يتعارض وبشكل واضح مع العادات والتقاليد ومع دين الدولة الإسلامي كما أنه مخالف للنظام العام والآداب الأمر الذي لا تسمح به القوانين المطبقة لدينا، فيما ينص المبدأ الخامس على ضمان الحقوق الجنسية للجميع و الالتزام بالحرية والحماية من الأذى.

وجاء في المبدأ السادس أنه يمكن أن تخضع الحقوق الجنسية فقط للقيود التي يحددها القانون، وهذا مبدأ عام وهو صحيح في محتواه ورغم أنه لم ينص عليه صراحة فهو مطبق، فأي حق لا يتعارض مع القوانين المطبقة محمي بقوة القانون الذي ينص عليه، ويشير المبدأ السابع من هذه الحقوق على الالتزامات الخاصة بالاحترام والحماية والضمنان تنطبق على جميع الحقوق والحريات الجنسية.

والمادة ١٠ من القانون الأساسي الفلسطيني «١- حقوق الإنسان وحرياته ملزمة وواجبة الاحترام، وتعمل السلطة الوطنية الفلسطينية دون ابطاء على الانضمام الى الاعلانات والمواثيق الدولية التي تحمي حقوق الإنسان»، وبالتالي فإن السلطة الوطنية تعمل بحدود القوانين المطبقة على حماية الحقوق الجنسية بشكل لا يتعارض مع العادات والتقاليد والدين والقوانين المطبقة لديها.

الحقوق الجنسية جزء من حقوق الإنسان

إن الحقوق الجنسية هي حقوق إنسان تتعلق بالجنسانية، وعليه فإن الحقوق الجنسية جزء من حقوق الإنسان التي تنص على حمايتها القوانين المحلية والعربية والاتفاقيات والأعراف الدولية، وإن هذه الحقوق كما نص عليها الاتحاد الدولي، لا يوجد عليها نص كما سبق وذكرنا في المبادئ ولكنها بشكل عام مدمجة في مواد القوانين المحلية المطبقة لدينا وهي:

القانون الأساسي الفلسطيني، قانون العقوبات والعقوبات الأردني غير المعدل المطبق لدينا في الضفة الغربية، قانون الطفل الفلسطيني رقم ٧ لسنة



من ضمنها صحافة دولية.. ووفد الاتحاد الدولي لتنظيم الأسرة- لندن

ضيوف جمعية تنظيم وحماية الأسرة.. وعمل دؤوب



استقبل وفد من جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية / إقليم العالم العربي وفداً من المكتب المركزي للاتحاد الدولي لتنظيم الأسرة مكون من السيد Paul Bell كبير مسؤولي الاتصالات، والسيدة Yuri Nakamura مسؤولة تنمية الموارد، وبحضور ثلاثة صحفيين من وكالات أنباء يابانية مختلفة خلال الفترة ما بين ٢٥ تشرين ثاني ولغاية ٢ كانون أول للعام ٢٠١٠. في اليوم الأول والثاني، توجه الوفد الضيف الى موقع تقديم الخدمات في منطقة الخليل، تم اعداد برنامج لمجموعة من نساء المنطقة تعرفوا من خلاله بكافة مرافق العيادة وشرح بالتفصيل عن الخدمات المتعددة التي تقدمها. ثم قامت النساء بزيارة مركز الخدمات الصديقة للشباب. انتهت الجولة بمشاركة الوفد الضيف الامهات في الإستماع إلى محاضرة صحية حول تنظيم الأسرة والوسائل المستخدمة في تنظيم الأسرة. اما في اليوم الثاني، فقد حضرت المنتفعات وبمشاركة الوفد الضيف محاضرة بعنوان العدوى المنقولة عن طريق الجنس. ثم انطلق الضيوف بمرافقة منسق مشروع صحة الأم والطفل، طبيب الأطفال والمرضة الصحية الى بلدة دير سامت / محافظة الخليل لتقديم خدمات كشف طبي مجاني لـ ٤٠ طفل. ثم اجتمع الضيوف بحوالي ٢٠ أم وسيدة شاركن في عدد من أنشطة الجمعية وناقشوا طرق تنفيذ المشروع والفائدة الصحية التي تعود للبلدة.

في اليوم الثالث، توجه الوفد الضيف برفقة مديرة الخدمات وطاقم مشروع صحة الأم والطفل الى مدينة يطا للالتقاء بمجموعة من المتطوعات وتنفيذ فحص طبي مجاني لـ ٤٠ طفل. ثم حضرت الامهات وبمشاركة الاغاثة الطبية محاضرة حول التغذية الصحية. انتهت الجولة بزيارة الى منطقة عرب الهذالين اطلعوا من خلالها على طبيعة حياتهم ومعاناتهم وخاصة انهم يعيشون ضمن سياج مستوطنة الكرمل.

في اليوم الرابع، توجه الوفد الضيف برفقة مديرة الخدمات إلى بلدة دير سامت / محافظة الخليل لعمل زيارتين منزليتين لعائلات تعاني من ظروف صحية واقتصادية صعبة. ثم رافق الضيوف حافلة الامهات المتوجهة الى العيادة التي قامت الجمعية بتوفيرها للمشاركة. تم تعريف النساء باقسام العيادة ومركز الشباب، ثم جلسوا لمحاضرتين حول الاجهاض الغير آمن ومخاطره، وحول العنف ضد المرأة. ثم قدم طبيب الأطفال خدمات فحص طبي مجاني لـ ٢٢ طفل. من بعد ذلك التقى الوفد عدد من الشركاء المحليين من

خلال اجتماع تم عقده في مركز الخدمات الصديقة للشباب في الخليل دعيت إليه المؤسسات المحلية التي تعمل في مناطق عمل المشروع الأربعة وهي: بيت كاحل، بيت عوا، دير سامت ويطا. وفي نهاية اليوم قابل الضيوف الفرقة المسرحية لجمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية التي يشرف عليها بشكل مباشر مركز الخدمات الصديقة للشباب.

في اليوم الخامس، حضر الوفد الضيف ومجموعة من المنتفعات حلقة نقاش داخل عيادة الخليل حول تنظيم الأسرة ووسائل تنظيم الأسرة. وبعدها توجه الوفد برفقة منسق المشروع، طبيب الأطفال والمرضة إلى منطقة الهذالين لتنفيذ يوم طبي مجاني لـ ٣٥ طفل، وتجول الوفد داخل المنطقة مضطلعاً على الظروف المعيشية الصعبة التي يعيشها السكان، وبعدها توجه الوفد إلى منطقة المثنى في مدينة يطا لتنفيذ زيارتين منزليتين يعاني أصحابها من الفقر المدقع والوضع الصحي الصعب.

تم عقد لقاء آخر مع المنتفعات في المركز النسوي في يطا / محافظة الخليل حضره الوفد بمشاركة ٢٥ أم وسيدة استفدن من الخدمات التي قدمها المشروع، كما تم فتح باب النقاش أمام المنتفعات حول المواضيع التي تهمهم.

جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية تفتتح فرعها الجديد في طولكرم



افتتح رئيس الوزراء الدكتور سلام فياض المقر الجديد لجمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية في طولكرم بحضور عدد من المؤسسات والبلديات والشخصيات المحلية في محافظة طولكرم، وعدد من أعضاء اللجنة التنفيذية للجمعية من مختلف محافظات الوطن، حيث رحب رئيس اللجنة الإدارية للجمعية في فرع طولكرم الدكتور سعيد حنون برئيس الوزراء والحاضرين واستعرض الخدمات التي تقدمها الجمعية للمنتفعات الفلسطينيات. كما قدمت المديرية التنفيذية للجمعية أمينة ستافريدس لوسائل الإعلام أهم النشاطات التي تقدمها الجمعية ودورها في المجتمع وكيفية التركيز على فئة الشباب وإنشاء مراكز الخدمات الصديقة للشباب وتثقيف الأقران في عدة مجالات وأهمها في مجال الصحة الإنجابية والجنسية.

كما وعد رئيس الوزراء بتقديم الدعم للجمعية لتمكينها من تادية رسالتها على أكمل وجه، وذلك لتلبية طلب الجمعية بتقديم المساعدات المعنوية والمادية من أجل الاستمرار في تادية واجبها تجاه المجتمع الفلسطيني فيما يتعلق بقضايا الصحة الإنجابية والجنسية والنشاطات الأخرى التي تقوم بها الجمعية.

وفد من الإتحاد الدولي لتنظيم الأسرة من لندن يزور جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية



استقبلت جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية وفد ممثل عن مكتب الإتحاد الدولي لتنظيم الأسرة ممثل بالسيدة دروجي، حيث زارت المكتب التنفيذي للجمعية خلال اليوم الأول وقدمت لها المديرية التنفيذية لجمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية السيدة أمينة ستافريدس شرح عن الوضع الصحي في فلسطين بشكل عام ووضع الشباب بشكل خاص والصعاب المشاكل التي تواجههم وكذلك احتياجاتهم في مجالات عدة وأهمها الصحي، كما شرحت المديرية التنفيذية إلى السيدة دروجي دور الجمعية في تحسين المستوى الصحي للأفراد وتعزيز دور الشباب في المشاركة واتخاذ القرار، وقد تم ترتيب برنامج كامل للزيارة التي قامت السيدة دروجي من خلاله بعمل جولة على عدة فروع للجمعية، اطلعت خلالها على الخدمات المقدمة والطريقة المتبعة في تقديم الخدمات، وقد دار نقاش بين الوفد والموظفين والمتطوعين في مواضيع العمل التي تتعلق بمجال الصحة الجنسية والإنجابية وذلك لمعرفة اقتراحاتهم واحتياجاتهم.

حيث قدمت دروجي دورة تدريبية للموظفين والمتطوعين بالجمعية في مركز التدريب والإعلام في حلول حول منهجيات وطرق المشاركة في التثقيف الجنسي، وهدفت هذه الزيارة إلى رصد نشاطات مشروع ساليين بلاس الذي تنفذه جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية بتمويل من الإتحاد الدولي لتنظيم الأسرة، وتقديم المساعدة التقنية وكذلك وضع توصيات محددة بشأن الخدمات الصديقة للشباب، والعمل على مشاركة الشباب في الحياة العملية، وعمل ورشات حول تثقيف الأقران، ومن جانب آخر قامت بالرقابة على فعاليات تقوم بها جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية، كما عقدت لقاء مع مجموعة متطوعين من أعضاء اللجان الوطنية للجمعية وقدمت لهم توضيح لطبيعة الموضوعات التي يقدمها الإتحاد الدولي لتنظيم الأسرة، وناقشت رؤية الشباب في كيفية تغير الأفكار والمعتقدات الخاطئة، كما وتابعت السيدة دروجي مناحي الحياة اليومية في المناطق الفلسطينية وشاهدت اوضاع الشارع الفلسطيني عن قرب.

وفي نهاية زيارتها أبدت السيدة دروجي تفاعلها وانطباعاتها الإيجابية للنشاطات التي ينفذها طاقم مشروع ساليين بلاس حيث أكدت أن معظم الأنشطة تسير في الاتجاه الإيجابي للمشروع.

جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية هي أولى الجمعيات الفلسطينية غير الربحية المتخصصة في مجال الصحة الجنسية والإنجابية، واستكمالاً لسلسلة الخدمات الصحية والاستشارات النفسية والاجتماعية التي تقدمها الجمعية من خلال مراكز الخدمات الصديقة للشباب، تعلن عن استمرار تقديم الخدمة المجانية من خلال خط الإرشاد على الرقم المجاني ١٨٠٠٣٠٠٩٠٠.

يقوم المختصون على تلقي مكالماتكم الهاتفية وتقديم الحلول والإرشاد النفسي والاجتماعي في مواضيع الصحة الجنسية والإنجابية لكافة الأعمار مع الحرص الشديد على التعامل بسرية تامة والإرشاد نحو الطريق الأمثل والسليم لفئة الشباب ذكوراً وإناثاً في مجتمعنا الفلسطيني.

يمكن استقبال مكالماتكم من الهواتف الأرضية الثابتة ومن الجوال مجاناً دون أي مقابل من الضفة الغربية وقطاع غزة على الرقم المجاني ١٨٠٠٣٠٠٩٠٠ جميع أيام الأسبوع عدا الجمعة، من الساعة ٨:٠٠ صباحاً وحتى ٢:٠٠ بعد الظهر.

تهدف هذه الخدمة للوصول إلى صحة جنسية وإنجابية خالية من أي أمراض ومعوقات قد تشكل عقبة في حياة الأسرة الفلسطينية، ومن أجل تأمين أوسع مشاركة للخدمات التي تقدمها الجمعية.



HELLO

الخط الهاتفي المجاني

من أجل أسرة سعيدة ... من أجل غد مشرق

فلا تترددوا بالاتصال على 1800300900، لتلقي الإرشاد والتوجيه والمساندة

رحلة الجنين من التكوين وحتى الولادة

الدورة الدموية، ويكتمل النمو للكبد ويزداد حجم الجنين ولكن هذا لا يعطيه إمكانية البقاء.

الأسبوع العاشر للجنين: تنمو العضلات ويظهر الشعر على الرأس بغزارة، وتلاحظ حركة نشطة من قبل الأم، ويمتلك الجنين كمية كبيرة من السائل الأمنيوني الذي يسهل له الحركة.

الأسبوع الرابع والعاشر: تنمو أعضاء الجنين بشكل يمكنه من العيش لمدة وجيزة إذا ما تعرضت للولادة المبكرة، ويمكن عدم تمكنه من العيش طويلاً إلى عدم اكتمال نمو الرئتين، كما يبقى الجنين حياً إذا ما ولد في هذه الفترة نظراً لقلّة الدهون المخزنة تحت الجلد، ويبلغ وزن الجنين ٥٧ غم.

الأسبوع الخامس والعاشر وحتى الولادة: يزداد وزن الجنين ٧٪ منذ الأسبوع السادس والثلاثين، بمعدل ٢٨ غراماً في كل يوم، ويبلغ وزن الجنين في هذه المرحلة ٣,٤ كغم تقريباً. المشيمة: ذلك العضو ذو الفائدة الحيوية والذي يصل الجنين بأمه، ومن خلال هذا الاتصال يتمكن الجنين من الحصول على غذائه. تتكون المشيمة عندما تستقر المضغة في غشاء الرحم، في الأسبوع الثاني من التلقيح، حيث تعمل هذه الطبقة على نشر نتوءات كثيرة تشبه الأصابع، وهي التي تكون المشيمة فيما بعد. كما يزداد حجمها شيئاً فشيئاً، ولكن بمعدل يقل عن مدة نمو الجنين. وتصل من خلالها إلى الجنين ثلاثة مواد مهمة لاستمرار حياته عبر شرايين، وهي السكر والأكسجين والأنسولين، فالأكسجين يعمل على التنفس الذاتي ويساعد على حرق السكر، والسكر الذي يحترق بواسطة الأوكسجين يشكل المصدر الأهم للغذاء، كما أن الأنسولين يساعد على النمو بالشكل الأمثل. تجدر الإشارة هنا إلى أن دم الأم لا يدخل إلى الجنين بذاته، ونستدل بذلك أن دم الأم من الممكن أن يكون من نوع A+ ودم الجنين AB أو B+، وهكذا.

ويمكن تلخيص أهمية المشيمة للجنين بما يلي:

- تؤمن بالتنفس ما بين الأم والجنين من خلال الغازات التي تعمل على تبادلها فيما بينهما. تطلق بعض الهرمونات كالاستروجين أو الاستريول وبعض الخماض التي من شأنها المشاركة في تنظيم عملية الحمل. نقل المواد الغذائية من دم الأم إلى الجنين كعصير الحوامض الأمينية والسكريات والمواد المعنوية والغازات الهامة. تعمل على نقل مواد الأيض بطريقة اختيارية بما في ذلك نقل ثاني أكسيد الكربون واليوريا من الجنين إلى الأم. تنقل بعض الأجسام المضادة لبعض الجراثيم، وذلك خلال الثلث الأخير من الحمل.
- هي سد يمنع دخول المواد الضارة إلى الجنين.
- بعض الأدوية التي من الممكن أن تنتقل إلى الجنين:
- الأدوية المخدرة كالأثير والكوروفورم، وغيرهما.
- الأدوية المسكنة كالأسبرين وغيره.
- البنسلين ومشتقاتها والتي تسمى المضادات الحيوية.
- الأدوية المضادة للصرع.
- الأدوية المضادة للحساسية.
- الأدوية المضادة لفرط ضغط الدم.
- أدوية المعالجة الكيماوية.
- كل الأدوية ذات العلاقة بالهرمونات.
- الأدوية المنومة.
- المخدرات بكافة أشكالها.
- الغازات السامة كالتدخين أو استنشاق أول وثاني أكسيد الكربون.



على انقطاع الحيض المقبل، وتحول بطانة الرحم إلى الشكل النشط المميز بقابليته للإفراز بشكل كبير، ويبقى هذا الحال طيلة مدة الحمل.

الأسبوع الخامس للجنين: يبلغ طول الحمل في نهاية هذه الفترة ٢ ملم تقريباً ويكون مرئياً بالعين المجردة، إذ تبدأ الأعضاء الرئيسية للجنين بالبروز.

الأسبوع السادس للجنين: يتشكل الرأس وتجويف البطن والصدر، ويتم تكوين جهاز الدماغ البدائي والنخاع الشوكي، كما تظهر الأيدي والأرجل بوضوح شديد، ويبدأ القلب أيضاً بالظهور، وتتشكل الأوعية الدموية من المعدة والأمعاء ضمن التجويف البطني.

الأسبوع السابع للجنين: تنمو براعم نهايات الأطراف، وتمتد الأوعية الدموية إلى الرأس ويبدأ القلب بالنمو والقوة وضخ الدم، وتتشكل الأمعاء بشكل كامل بالرغم من أنها لم تأخذ موقعها الأساسي، وانخفاض الأذن يبدأ بالعمق، وتنمو العينان ويكون طول الجنين ما يقارب ١,٣ سم.

الأسبوع الثامن للجنين: تبدأ الدورة الدموية بالسير وتبدأ الرئتان بالنمو، وتنمو العينان وتركيب الأذن من الداخل والأذن الوسطى دونما ظهور الصوان الخارجي لها، ويكون طول الجنين في هذه الفترة ٢,٢ سم تقريباً.

الأسبوع التاسع إلى الأسبوع السادس عشر: تستمر الأطراف بالنمو ويتشكل الحبل السري بشكل مكتمل تماماً وتتميز الأصابع عن بعضها وتنمو المشيمة ويصبح الجنين بيئة كائن بشري صغير وتظهر الدورة الدموية بشكل تام، ويكون الجنين عرضة للتشوهات أكثر في هذه الفترة، وبالأخص ما بين الأسبوع الحادي عشر والثالث عشر، ويكون الماء المحيط بالجنين في الكيس الأمنيوني، وتكتمل أعضاء الجنين ولكن دون القدرة على العيش إذا ما ولد في هذه اللحظة، ويبدأ الجنين باكتساب الزغب «الشعر الرقيق الناعم»، ويكون طول الجنين في هذه المرحلة ١٦ سم بوزن ١٣٥ غرام.

الأسبوع السابع عشر إلى الأسبوع التاسع عشر: كل يوم يبقى الجنين فيه في بطن أمه يزيد من فرصته بالحياة والبقاء، ويصبح قلبه قادراً على التحكم بجريان

يمر الجنين في مراحل عديدة، وما نصبو إليه هنا هو التعرف بشكل أكبر على هذه المراحل، وكيفية تطور الجنين بدءاً بالتلقيح، وهو مجموعة المراحل التي تؤدي إلى التقاء الحيوان المنوي من الرجل والخلية البيضة من الأنثى، واتحادهما في خلية واحدة تدعى الخلية الملقحة «الزيجوت» والتي تبدأ نشاطها بالتقسيم والتكاثر لتكوين الجنين، الذي يحمل الصفات الوراثية للزوجين.

في كل دورة شهرية يخرج أحد المبيضين بويضة واحدة تمضي من المبيض إلى قناة فالوب، وتستقر بها لبعض الوقت في انتظار النطف، حيث يقذف الرجل في كل اتصال جنسي بملايين النطف التي تقدر بـ ٤٠٠ مليون نطفة، يبقى معظمها في المهبل ويتجاوز القليل منها الجسور المخاطية التي تفرزها غدد عنق الرحم حتى لا تصل فوهة عنق الرحم الظاهرة، وتسير النطف من خلالها بفضل الانقباض والارتخاء في عضلات عنق الرحم التي تعمل على جذب النطف من المهبل إلى داخل الرحم، كما أن حركة ذيول النطف تعمل على تسهيل الوصول بالشكل الأسرع والأمثل، إذ يكون عدد النطف في هذه المرحلة بالألاف، فيعلق الكثير منها على جدار الرحم ولا يصل موطن التلقيح، ويكون عدد النطف التي وصلت البويضة في قناة فالوب ما بين ٥٠٠ إلى ٢٠٠٠ نطفة تقريباً.

ولا ينتهي الأمر بذلك بل أن النطف التي تصل إلى البويضة لا تستطيع الإلقاح إلا إذا نضجت، ويتحقق هذا النضج بفضل مفرزات غدد الرحم والأنبوب التي من شأنها إزالة المواد المبطنة لقدرة النطف على التلقيح والتي يتم اكتسابها من خلال النشأة للنطف والمسير في الجهاز التناسلي الذكري، لذا لا بد للنطفة من المكوث من ساعة إلى سبع ساعات من أجل إتمام ذلك، كما وأن رأس النطفة يحتوي على مواد ضرورية من أجل تفريق خلايا الإكليل المشع الذي يحيط بالبويضة بعد الإباضة، كما ويجب أن تلتقي النطفة بالبويضة في الثلث الأقرب إلى الرحم، وذلك لكبر حجم البويضة وكثرة عدد النطف. البويضة تطلق مادة الإخصاب، والنطف تطلق مادة تسمى مولدة الإخصاب، ويعتبر اتحاد الإخصاب مع مولدة الإخصاب هو التفاعل الأولي الذي تبدأ به سلسلة من التبدلات الحيوية في البويضة ليتم الإلقاح، ويتحقق ذلك باختراق النطفة لثلاثة حواجز تحيط ببؤة البويضة، وهي طبقة الإكليل المشع، الطبقة الشفافة، وهي كجاذب المغناطيس للحديد إذ تجذب النطفة وتلتصق بها وهي أيضاً التي تمنع دخول أكثر من نطفة إلى البويضة، إضافة لالتحام الغشاء الهيليولي لكل من النطفة والبويضة معاً. لا تبقى البويضة صالحة للتلقيح إلا لفترة محدودة قدرها ثلاثة أيام فقط، وكذلك النطفة تلتصق بحيويتها تدريجياً، بحيث تصبح غير قادرة على التلقيح إذا مر على وجودها ثلاثة أيام في المهبل.

الأسبوع الأول للجنين: تصل البويضة إلى التجويف الرحمي بعد سبعة أيام من تلقيحها حيث تنغرس في الغشاء المبطن للرحم، كما وتنمو الطبقة المغذية التي تحيط بالجنين وهي المسؤولة عن تثبيته في خلايا الأم، وهي مكونة من خلايا بدائية من شأنها أن تتحول إلى الجنين والحبل السري والخلاصة.

الأسبوع الثاني للجنين: تختفي الطبقة الواقية وتزول، ويحل مكانها نمو غير منتظم لأهداب صغيرة لتلتصق بها المضغة بالغشاء الذي يبطن الرحم، وهي بداية تكون الخلاصة.

الأسبوع الثالث للجنين: تبدو مجموعة الخلايا التي تكون الجنين على شكل قطعة مقلطحة مستطيلة بها قناة في الوسط، وتكبر إلى حجم يمكن للمرء رؤيته بالعين المجردة، والكثير من بدايات الأعضاء تبدأ بالظهور، والقليل من التفرغ في منطقة العينين.

الأسبوع الرابع للجنين: تزداد نسبة إنتاج هرمون البروجيسترون، والذي يعمل

حمل التوائم

يلاقي حمل التوائم عناية خاصة من قبل الأم الحامل، عائلتها، وكذلك من طبييها المشرف عليها أثناء فترة الحمل، وقد يكون حمل التوائم بجنينين أو أكثر. وفي السنوات الأخيرة لوحظ تزايد في مثل هذه الحالات، و يعد تزايد استخدام الأدوية المنشطة للخضوبة، أحد أهم الأسباب لحدوث حمل التوائم أو أكثر، ولكنه ليس السبب الوحيد.

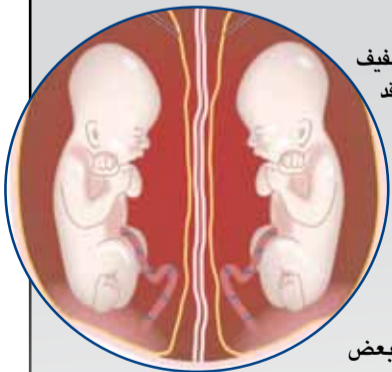
كيف يحدث حمل التوائم

يتم إنتاج أكثر من بويضة في فترة التبويض، أو أنه يحدث تبويض لأكثر من مرة خلال الدورة الشهرية الواحدة لدى المرأة، وعندها يحدث تخصيب لهذه البويضات، ويتم الحمل بتوأمين أو أكثر حسب عدد البويضات المنتجة والمخصبة، ويمكن حصول هذه الحالة بعد استخدام أدوية منشطة للتبويض، أو بشكل طبيعي دون أي مؤثرات خارجية. وفي حالة التوائم المتشابهة، يتم إنتاج بويضة واحدة، وبعد تخصيبها تنقسم إلى اثنتين، وبذلك ينتج جنينين يحملان نفس الصفات الوراثية، وأيضا يمكن حدوث مثل هذه الحالة، باستخدام الأدوية المنشطة أو بدونها. أما في حالة أطفال الأنابيب، يتم إعادة ثلاث بويضات ملقحة أو أكثر إلى رحم المرأة، والسبب في ذلك أنه عادة لا تتم عملية الزرع داخل الرحم لها جميعاً، وفي بعض الحالات تحدث الزرعة، وينتج عنها توأمين أو أكثر.

ما هي علامات الحمل بتوأمين أو أكثر

- فحص الترأساوند أو الأمواج فوق صوتية: هو أكثر طريقة تؤكد للطبيب، ولأم الحامل حدوث حمل بأكثر من جنين، حيث تكون الصورة واضحة، بوجود كيتين حمل أو أكثر.
- طريقة دوبلر لقياس نبض الجنين، وهو جهاز صغير يستخدم في العيادات الطبية، ويمكن أن يكون مقدم الرعاية الصحية مثل الطبيب أو القابلة يُعد

بقلم: إيمان جادو



النشاطات الجسدية، كالتخفيف من ساعات العمل الرياضية، وقد يزيد الطبيب من هذه الخطوات الوقائية كلما تقدمت مرحلة الحمل، وذلك لمنع حدوث الولادة المبكرة.

المخاطر التي قد تتعرض لها الأم الحامل بتوأمين

كما في أي حمل قد تتعرض بعض الأمهات لمخاطر معينة ومنها:

- ارتفاع ضغط الدم: وتعد الحوامل بتوأمين أكثر عرضة من غيرهن للإصابة، وخاصة إذا ترافق ذلك مع ارتفاع نسبة البروتين في البول.
- الولادة المبكرة: كلما زاد عدد الأجنة كلما زادت احتمالية الولادة المبكرة، وأيضا يمكن أن يترافق ذلك مع وزن مواليد أقل من الطبيعي.
- الولادة القيصرية: نتيجة لوضع الأجنة داخل الرحم، قد يضطر مقدمي الرعاية الصحية إلى عمل ولادة قيصرية، ولكنها ليست الطريقة الوحيدة لولادة التوائم، حيث أنه من الممكن أن تتم الولادة بشكل طبيعي.
- إن ولادة أطفال توأمين أمر غير متوقع دائماً، ولذلك علينا الأخذ بعين الاعتبار الحالة النفسية للأم أثناء الحمل وبعد الولادة، وخاصة أن الأم بحاجة أن تضاعف الجهد المطلوب منها للعناية بطفل واحد مرتين وربما أكثر، لذا دعونا لا ننسى أن وجود الدعم العائلي، وخاصة من الزوج، الأقارب والأصدقاء يساعد الأم كثيراً ويعطيها الوقت الكافي للعناية بنفسها، ويشعرها بممتعة وجود التوائم في حياتها.

- نبض لأكثر من جنين، وعندها يتم تحديد إذا كانت الأم حامل بتوأمين أو أكثر. قياس الرحم يكون أكبر من الطبيعي مقارنة مع عمر الحمل.
- زيادة الوزن بشكل أكبر مما هو متوقع عند الأم الحامل، فعندما تكون الزيادة الطبيعية للأم الحامل من ٩-١٢ كغم خلال أشهر الحمل التسعة، تكون الزيادة عند الأم التي تحمل بتوأمين أكثر وأسرع من ذلك.
- الإعياء الصباحي والاستفراغ الذي تعاني منه الأم الحامل، تكون شدته أكبر عند الأم الحامل بتوأمين، ولكن هذه النسبة تختلف من سيدة إلى أخرى.
- الشعور بحركة الجنين في مراحل مبكرة أكثر: مع العلم أن عدد من الأطباء لا يؤيدون هذه العلامة إلا أن عدد من السيدات الحوامل بتوأمين أو أكثر قد ذكرنها كعلامة مميزة.
- التعب والإرهاق الزائد: وهذا أمر طبيعي حيث أن الجسم سيعمل ضعف ما يحتاجه لتنمية جنين واحد، وربما أكثر وهذا يزيد من الحاجة إلى الطاقة والمواد الغذائية، وعليه تشعر الأمهات الاجهاد الإضافي.
- التاريخ العائلي: يعد من العوامل التي قد تزيد من احتمالية الحمل بتوأمين.

كيف تعتنى الأم الحامل بتوأمينها

- إن أفضل وسيلة للعناية بالتوائم هي اهتمام الأم بصحتها الشخصية، وعليها القيام بالخطوات التالية:
- عمل زيارات متكررة لطبييها الاختصاصي، والقيام بكافة الفحوصات التي يطلبها منها.
- التركيز على التغذية، مع التأكد من تناول مجموعة من العناصر الهامة مثل الحديد، الفيتامينات، الكالسيوم والبروتينات الضرورية لنمو الجنين.
- الحفاظ على زيادة وزن طبيعية: من المعروف أن الأم الحامل بتوأمين يزداد وزنها أكثر من الأم الحامل بجنين واحد، ولكن عليها الأخذ بعين الاعتبار، أن هذه الزيادة تتراوح بين ١٦-٢٠ كغم.
- أخذ وسائل وقائية صحية إضافية: قد يطلب الطبيب المشرف الحد من بعض

التبول اللاإرادي



التبول اللاإرادي ظاهرة معروفة لكثير من الآباء والأمهات فإما لمسوها عند أبناءهم أو سمعوا بها من المحيطين. ويعرفه المختصون بـ «التبول اللاشعوري» بعمر لا يكون حدوث مثل هذه الظاهرة فيه طبيعياً. معظم الأطفال يستطيعون التحكم في البول أثناء الليل بعمر يتراوح بين ٤ إلى ٥ سنوات، بينما يعاني ١٠٪ من الأطفال بسن السادسة من العمر من التبول اللاإرادي وتنخفض النسبة إلى ٣٪ بسن الثانية عشرة، والى ١٪ عند الشباب بسن ١٨ عاماً فما فوق. هذه الظاهرة موجودة عند الصبيان أكثر من الفتيات، كما يلعب العامل الوراثي دوراً في الإصابة، فإذا كان أحد الأبوين قد عانى من التبول اللاإرادي يكون عامل الخطر لدى الطفل ٤٥٪، وإذا كان عند كلا الأبوين فقد يزيد معدل الإصابة إلى حوالي ٧٥٪.

يمكن تقسيم التبول اللاإرادي إلى قسمين أساسيين:

ملازمة التبول اللاإرادي: أن التبول اللاإرادي يكون مترافقاً أو متلازماً مع تشوهات خلقية في الجهاز البولي أو العصبي ويكون هذا في حوالي ٣-٥٪ من الحالات. التبول اللاإرادي الأساسي:

الشرب. الفحص السريري / فحص الأعضاء التناسلية ومنطقة الشرج، العمود الفقري، وتقييم الجهاز العصبي. فحص تحليل للبول والسكر في الدم.

فحوصات أخرى حسب الضرورة مثل فحص الكلى والمثانة بالأشعة فوق الصوتية وفحوصات أشعة وفي الحالات النادرة يتم فحص تخطيط المثانة.

العلاج: برنامج تعليمي تدريجي لكل طفل بمفرده وذلك لفترة من ثلاث إلى ستة أشهر يتم تصويب الخطأ الرئيسي في نظام الشرب والتبول خلال النهار. تدعيم الطفل والاهتمام به من الناحية النفسية والاجتماعية وتنمية ثقته بنفسه، تعزيز وجوده بين أفراد عائلته وفي مجتمعه كعضو كامل و نسبه نجاح هذه الطريقة قد تصل إلى ٩٠-٩٢٪. تعليم الطفل على الاحتفاظ بالبول لفترة أكثر في المثانة خلال النهار والتشجيع على شرب السوائل أثناء النهار.

العلاج النفسي والاجتماعي: جلسات علاجية للطفل والديه. السرير أو اللباس الرنان: بعد استعمال فترة ثلاثة أشهر نسبة النجاح ٨٥٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

العلاج الدوائي نسبة النجاح بين ٥٠-٦٠٪.

سكري الأطفال مرض شائع ومزمن



وغير المسموحة، ولا بأس باستشارة أخصائي في التغذية لأخذ النصائح اللازمة، فالتغذية السليمة جزء مهم من العلاج، ولا ينصح مريض السكر بتناول المشروبات الغازية، أو السكريات الأحادية بكثرة، وعليه بأخذ احتياجه من السكريات من النشا، ومن السكر المعقد التركيب. ويعتبر مرض السكر من الأمراض طويل الأجل والمزمنة. ولأنه يرافقه مدى الحياة، على المريض أن يتكيف معه في حياته اليومية، وقد يؤدي المرض عند الأطفال إلى مضاعفات نفسية إذا لم يفهم المريض طبيعة مرضه. وعلى المريض أن يلتزم بالعلاج باستمرار، وأن يقوم بفحوصات دورية لمتابعة مستوى السكر في دمه، وعليه أن يتابع حالته عند الطبيب الاختصاصي، بشكل دوري.

ولتجنب الوصول إلى المرحلة التي يرفض فيها الطفل النوم، ينصح بمراقبة الطفل لمكان النوم يومياً الأمر الذي يعطيه نوعاً من الأمان، ووضع برنامج منتظم يومياً قبل النوم الأمر الذي يجعل النوم جزءاً من البرنامج ويشغل الطفل قبل النوم ويعطيه السعادة، وقراءة قصة قصيرة قبل النوم الأمر الذي يسرع في عملية النوم، وينصح بعدم ذكر القصص التي تضمن كلاماً مخيفاً أو مرعباً للأطفال بل تلك التي تحمل المرح والأشياء المريحة للأطفال.

وينصح باستخدام الألوان الفاتحة في غرفة الطفل، وترغيب الطفل بالنوم وتجذب جعله يأخذ الشكل السلبي مثل الحالات التي يتحول فيه النوم لشكل من العقاب أو الحرمان مما يحبه الطفل، ما يجعل الطفل يرفض النوم ويبطئ فكرة سلبية حوله.

ولجعل الطفل ينمو بالطريقة الاجتماعية المثلى ينصح بدمجه مع أقرانه في العمر الأمر الذي يساعده في الشعور بالانتماء للمجموعة والأمان ويساعده في تكوين العلاقات الإيجابية.

الاجراءات الصحية

النوم ضرورة للطفل ولا يمكن أن يقلل الأهل من أهميته لما له من أثر في حياة الطفل المستقبلية الصحية والنفسية منها، ولا بد من أن يأخذ النوم الشكل الصحيح والطبيعي، بحيث يصبح جزءاً داعماً وليس حاجزاً ومعيقاً. وقد يقلل البعض من أهمية النوم، ولكن الكثير من الأطباء النفسيين يؤكدون أن العديد من المشاكل التي تنمو مع الطفل ترتبط بطريقة نومهم في الصغر وبالأفكار التي كونوها عن النوم، وخاصة في بدايات اكتشافهم للحياة والبيئة المحيطة، وهنا لا بد من التأكيد أن اتباع الإجراءات الصحية وتجذب بعض الأمور البسيطة يؤمن الوقاية المستقبلية، ويضمن الحياة الهادئة والأسرة السعيدة.

أي أن التبول اللاإرادي لا يكون مترافقاً مع تشوهات خلقية ويكون المصاب سلبياً من الناحية التشريحية والعصبية ويكون في ٩٥٪ من الحالات.

التبول اللاإرادي الأساسي يقسم إلى ثلاثة أنواع:

تبول لا إرادي ليلي مستمر: أي أن الطفل بعد عمر السادسة لا يستطيع أن يتوقف عن التبول الليلي أكثر من ثلاثة أشهر متواصلة. تبول لا إرادي ليلي متقطع: الطفل الذي يتجاوز السادسة من العمر يعود ثانية إلى التبول اللاإرادي الليلي بعد انقطاع دام فترة تتجاوز ثلاثة أشهر.

تبول لا إرادي ليلي ونهاري. أسباب التبول اللاإرادي:

العامل النفسي: من الأخطاء الشائعة اعتبار العامل النفسي هو العامل الأساسي وراء التبول اللاإرادي، فالعامل النفسي يشكل سبباً بنسبة لا تزيد عن ١٪، والعامل النفسي يظهر واضحاً بعد الإصابة مما يؤدي إلى عزلهم اجتماعياً فيعانون من الخوف أن يفصح أمرهم بالإضافة إلى أنهم يتعرضون للتأنيب من ذويهم.

بعض الأسباب النفسية:

الخوف من أشياء يسمعاها ولا يراها أثناء الليل.

الأحلام المزعجة. اضطراب في النوم.

الإهمال من قبل الأسرة على تدريب الطفل على استعمال المراض.

الغيرة كولدادة طفل جديد في الأسرة.

اضطراب العلاقات الأسرية.

العنف الجسدي أو النفسي ضد الطفل.

الانتقال من مكان لآخر في السكن أو تكرار تغيير المدرسة.

ضغط من الكوارث والحروب واختلال الوضع الأمني.

العامل الوراثي العامل البيئي / العنف الجسدي والجنسي

اضطرابات هرمونية، وهي من الأسباب النادرة كوجود نقص في هرمون (ADH). خطأ في نظام الشرب وخطأ التبول (التدريب الخاطئ للمثانة) أثناء النهار.

ما هو هرمون (ADH)؟ وما هي وظيفته؟
هرمون (ADH) واسمه العلمي Anti-diuretic hormone وهو هرمون يفرز من الغدة الجاركلوية (فوق الكلوية) ووظيفته إرجاع السوائل للجسم.

الفحوصات اللازمة: السيرة المرضية، تفصيل عن العائلة، البيئة، المدرسة/ عادات

التقيؤ، الغثيان، الجفاف، وفقدان الوزن، وفي بعض الحالات قد يدخل المريض في غيبوبة من فرط زيادة السكر في الدم.

و يقوم الطبيب بتشخيص الحالة بناء على عدة أمور، منها الأعراض المتوافقة مع ارتفاع السكر، وفحص السكر في الدم، وفحص البول، وبعض الفحوصات الأخرى الضرورية.

الأنسولين

يحتاج سكري الأطفال للعلاج بالأنسولين، لتعويض نقص هذا الهرمون الضروري لتنظيم السكر، ويعطى هذا الهرمون على شكل حقن تحت الجلد بمعدل مرتين في اليوم. وفي بداية العلاج، يحتاج الطبيب لإعطاء هذه الحقن بالوريد لتنظيم الطارئ والسريع للسكر، وإعطاء السوائل الوريدية لمعالجة الجفاف الناتج عن المرض. ويقوم الطبيب أو الممرض بتدريب الأهل أو المريض نفسه على إتقان إعطاء الحقن في البيت للمريض كل يوم للسيطرة على المرض، وتنظيم سكر الدم، وفي البيت يقوم المريض بعمل فحوصات دورية لمستوى السكر في الدم للسيطرة على الأعراض، وتنظيم الجرعة المناسبة، ومنع المضاعفات في المستقبل.

مضاعفات وظيفية

للسكري مضاعفات كثيرة، فهو يؤثر على وظائف الكليتين، شبكية العين، الأوعية الدموية، ونهايات الأعصاب، كما تزداد المضاعفات حدة وخطورة كلما كان تنظيم السكر عند المريض رديئاً. وتعتبر التغذية عند مريض السكري مهمة وأساسية، وعلى مريض السكري أن يكون على معرفة بأنواع الأغذية المسموحة،

بقلم: رندة صباح

برنامج صحة الأم والطفل - فرع طولكرم

سكري الأطفال، هو مرض شائع ومزمن يلزم المريض مدى الحياة، وقد يؤدي إلى مضاعفات خطيرة، وسببه نقص شديد في أنسولين الدم، أو انقطاع في إفراز هذا الهرمون. و الأنسولين هو هرمون ضروري لتنظيم مستوى السكر في الدم، وتوزيعه إلى أنسجة الجسم والخلايا، والأنسولين تفرزه غدة البنكرياس في الجسم من نوع خاص من الخلايا فيها تسمى خلايا بيتا.

ويحدث السكري نتيجة لتلف في خلايا بيتا التي تحدثنا عنها، وسبب هذا التلف في الخلايا المذكورة قد يكون لأسباب مناعية، أو التهابات فيروسية تهاجم هذه الخلايا، كما أن العوامل البيئية لها دور في هذا التلف، وتحدث بعض الأبحاث عن دور حليب البقر غير مناسب لتغذية الرضع في هذه الأسباب. وحين تتلف هذه الخلايا لا يستطيع البنكرياس إفراز الأنسولين، فيتراكم السكر في الدم، ويرتفع مستواه كثيراً، وتظهر الأعراض الناتجة عن هذا الارتفاع.

أعراض المرض

بعض المرضى لا يكتشف السكري عندهم إلا عند ظهور الحموضة الشديدة في الدم، وهذه حالة خطيرة، وتستدعي العلاج في المستشفى تحت إشراف اختصاصي في مثل هذه الحالات. أما معظم الحالات فتظهر عندها الأعراض المعتادة، وهي التبول الزائد، والشرب الزائد وأحياناً السلس البولي في الليل،

اضطراب النوم عند فئة الأطفال أمر شائع وكثير الحدوث، وهو حسب بعض الدارسين عبارة عن عدم الانتظام في النوم أو في عدد ساعات النوم خلال اليوم الواحد، ويشار إلى أن الطفل في عمر السنتين ينام ثلاث عشرة ساعة، وفي عمر الست سنوات ينام بمعدل عشر ساعات يومياً. وتعتبر ساعات النوم هذه ضرورية لنمو صحي وطبيعي للأطفال والأم، التي تحتاج بدورها لهذا الوقت لإنهاء أعمالها وأخذ قسط من الراحة.

إن اضطرابات النوم تنشأ غالباً بسبب بعض العادات أو السلوكيات، ومن أهمها رفض النوم عند الأطفال، حيث أن الطفل الصغير يرتبط منذ ولادته بوالديه، ويكون ملاصقاً لهما في كل لحظة، وخاصة أنه يجهل ما يحيط به في هذا العالم، ويمثل الوالدان مصدر الأمان والحنان. ويعتبر الطفل خاصة في عمر الأربع و الخمس سنوات النوم من الأشياء التي تبعده عن الوالدين الأمر الذي يدفعه للقيام ببعض الحيل التي يظن أنها تؤجل النوم وتبقيه قريباً منهما، مثل ادعائه بعدم شعوره بالنعاس، أو تأجيل النوم كلما طلب منه ذلك.

الشعور بالقلق

وتسود الفكرة القائلة أن الطفل في عمر الخمس سنوات يصبح أكثر إدراكاً ووعياً بالمحيط، ولكن في الواقع فإن غالبية الأطفال في هذه الفئة العمرية يبقى لديهم الشعور بالقلق الذي يظهر من خلال تصرفاتهم وأقوالهم ومخاوفهم، مثل

اضطرابات النوم عند الأطفال

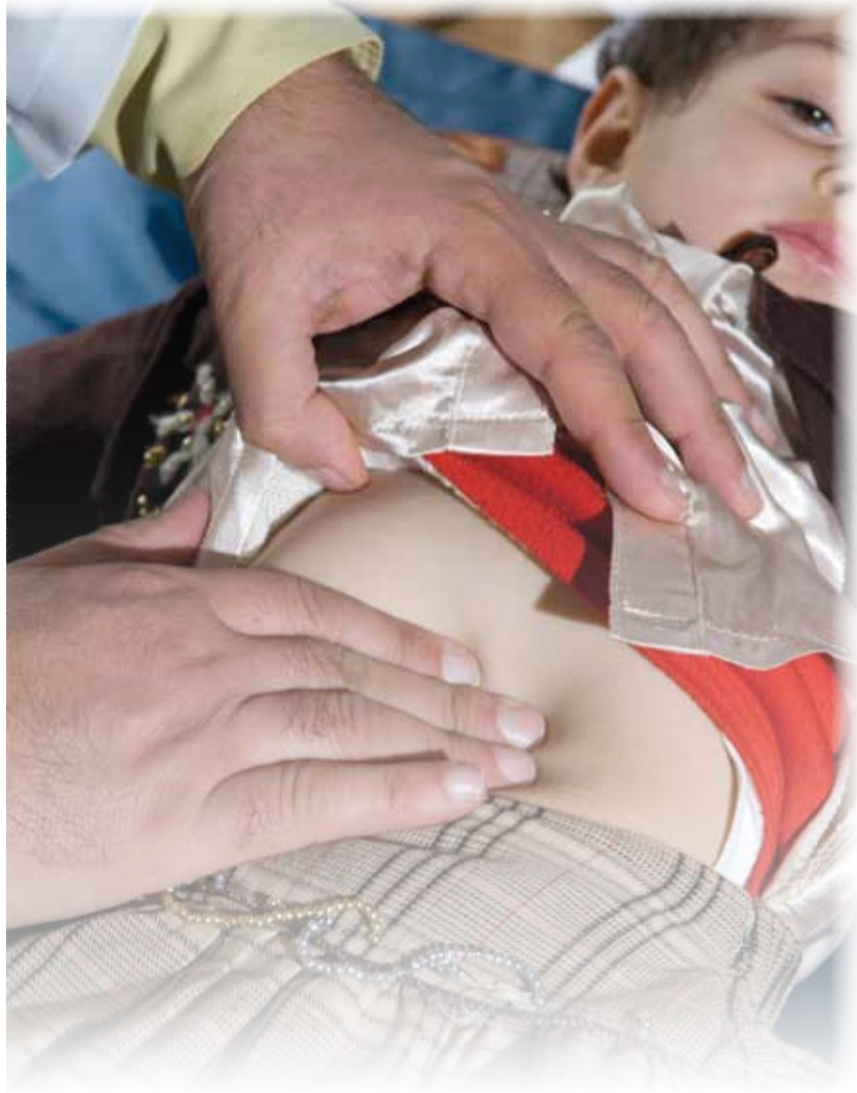
أن يقول الطفل أن الوحوش خلف النافذة، والرجل الأسود في الخزانة.. إلخ. ويستخدم الأطفال عدداً من الطرق للتعامل مع هذه المخاوف، منها ما هو لاشعوري كالتمسك بلعبة طوال الليل.

ولمرحلات النمو العمرية دورها، ففي هذه المرحلة يبدأ الطفل بالتعبير عن نفسه وعن احتياجاته ومشاعره، وينشغل كثيراً في إيجاد كيان مستقل له، وخاصة عند وجود الأخوة حوله، لا سيما إذا كانوا في نفس العمر تقريباً، ويعمل على رفض بعض القوانين، وخاصة قوانين النوم التي تفرض عليه من قبل الأهل بدافع المحافظة على صحته وتعليمه النظام، ما يدفع الأهل في البداية إلى إجباره على النوم، ولكن مع تكرار المقاومة والرفض يستسلمون لرغباته الأمر الذي يفاقم الأمر ويجعله أسوأ.

تغيير البيئة

و من أهم الأشياء التي تسبب رفض النوم، حدوث تغيير مهم أو حدث كبير في حياة الطفل، مثل تغيير مكان السكن أو تغيير الناس المحيطين به فجأة، الأمر الذي يزيد من القلق لديه ويعيده إلى التمسك بأساسيات الأمان، وبالتالي يرفض الانفصال عن الأهل أو النوم بمفرده. وينصح هنا بالبقاء بالقرب من الطفل خلال هذه الأحداث، لتجنب تركه فريسة سهلة للقلق والمخاوف، التي تدفعه لرفض النوم والمرض فيما بعد.

فقر الدم



الضعف العام في المهام الاعتيادية اليومية
الغثيان وفقدان التوازن
آلام في الرأس
شحوب البشرة وخاصة منطقة محجر العين
سرعة في ضربات القلب
سرعة في التنفس
في حال كان فقر الدم شديد ينتفخ الوجه
والقدمان
في حالات الأطفال فان فقر الدم الشائع هو فقر
الدم الناتج بسبب نقص كميات الحديد وغالبا
ما يتركز حدوثه خلال الفترة ما بين تسعة
أشهر ولغاية عمر أربعة وعشرون شهرا

العلاج والوقاية من فقر الدم :

إن عملية اكتشاف فقر الدم تعتمد على ملاحظة ومتابعة الاعراض الظاهرة على المصاب، ثم عمل الفحوصات المخبرية (CBC) التي بدورها تشير إلى طبيعة تركيبة الدم وقوته بالإضافة إلى أنواع المواد الموجودة فالعلاج يعتمد بدرجة كبيرة على معرفة السبب المؤدي للإصابة بفقر الدم وخاصة أن هناك العديد من أنواع فقر الدم المختلفة وكل نوع له خصوصيته في العلاج، كما أن الأجسام تختلف استجابتها إلى الأدوية من شخص إلى آخر .

إن فقر الدم مشابه للأمراض الأخرى من حيث إمكانية الوقاية منه قبل الإصابة ، كما أنه بالإمكان تقليل الآثار الصحية الناتجة عنه من خلال الانتباه والمتابعة الصحية منذ البداية من قبل الطبيب المختص، وينصح دائما بالوقاية لأنها الطرق الأفضل، ولكن في بعض الحالات التي يحدث فيها فقر الدم بشكل متكرر مثل حالات الحمل والتي تفقد

فيها الحامل كميات كبيرة ن الحديد من جسمها يتوجب عليها أن تعوضها، لتحافظ على صحتها وصحة الجنين، وتستمر هذه الحالات في كل عملية حمل تقوم بها المرأة.

وفي حياتنا اليومية يحدث فقر الدم نتيجة أسباب خارجية غالبا تعتمد على سلوك الطفل أو الشخص اليومي وخاصة نظامه الغذائي والشروط الصحية التي يستخدمها وهنا ينصح المختصين بالأمور التالية لتجنب فقر الدم:

- تناول الأطعمة الغنية بالحديد بشكل منتظم وخاصة اللحوم، الأسماك، البيض، الكبد، الخضروات الخضراء الداكنة مثل السبانخ، البقدونس، البقوليات مثل الفاصوليا، العدس، الذرة وغيرها
- تناول الفواكه الطازجة وخاصة عصائر الحمضيات لان لها دور مهم في تنشيط الدم وتحسينه وحمايته وخاصة عصير البرتقال والليمون، كما أن لها دور مهم في تسهيل عملية امتصاص الحديد من هذه الأطعمة.
- تجنب شرب الشاي والقهوة بكميات كبيرة وخاصة في الفترات القريبة

فقر الدم هو حالة تنخفض فيها عدد كريات الدم الحمراء الصحيحة إلى مستوى اقل من الطبيعي أو تنخفض فيها نسبة المادة الحمراء التي تعرف باسم الهيموجلوبين الأمر الذي يؤدي بدوره إلى أضعاف قدرة الدم على نقل الأكسجين إلى خلايا الجسم المختلفة، ويقلل من قدرة الجسم على مقاومة الأمراض والجراثيم، ويعتبر فقر الدم يعتبر أكثر أمراض الدم انتشارا، وتعد النساء والأطفال الفئة الأكثر عرضة للإصابة بفقر الدم، ويحدث عند الأطفال غالبا نتيجة نقص كميات الحديد في الجسم وخاصة في الفترة العمرية من تسعة أشهر ولغاية 24 شهر وذلك لكون الطفل في الأشهر الأولى بعد الولادة يعتمد على الحديد المخزن في جسمه، ولكن بعد ذلك يبدأ في البحث عن الحديد من خلال الوجبات الغذائية التي يتناولها، ولذلك يجب أن يتم التركيز على التغذية الصحية المتوازنة في هذه الفترة.

يحدث فقر الدم نتيجة أسباب مختلفة منها ما هو وراثي ومنها ما هو مكتسب ولكن بشكل عام فان نسبة فقر الدم المكتسب هي الغالبة وخاصة عند فئة الأطفال لأنها تحدث نتيجة عوامل خارجية أهمها سوء التغذية وخاصة في البلدان النامية.

وبشكل عام فان هناك العديد من الأسباب التي تؤدي إلى حدوث فقر الدم الموروث منذ لحظة الولادة، وفقر الدم المكتسب مع الأيام بفعل التأثيرات والظروف المحيطة، وسنركز على فقر الدم المكتسب لان الحديث يطول حول فقر الدم الموروث ولأنه النوع الأكثر شيوعا في فلسطين.

الأسباب الرئيسية لإصابة الأطفال بفقر الدم :

نقص الحديد في الجسم ويأتي غالبا من سوء التغذية وافتقارها إلى العناصر الغذائية، بعض العادات الغير صحية مثل شرب الشاي في وقت تناول الطعام الأمر الذي يمنع امتصاص الحديد من الغذاء

نقص بعض الفيتامينات والأحماض التي تساعد على امتصاص الحديد وإنتاج كريات الدم الحمراء مثل فيتامين B12 ، ومن الأسباب التي تؤدي إلى نقص الفيتامينات المساعدة في عملية الهضم كثرة تناول الأدوية، وجود الأمراض المعوية. ضعف إنتاج كريات الدم في نخاع العظام، ويحدث ذلك عندما لا يستطيع نخاع العظام إنتاج ما يكفي من كريات الدم الحمراء بأعداد كافية تسد احتياجات الجسم المختلفة.

مرض الثلاسيميا وهو وراثي ينتقل إلى الطفل من الوالدين، وفيه تكون كريات الدم الحمراء مشوهة غير مكتملة النمو لا تستطيع أن تقوم بوظائفها الطبيعية وتكون ضعيفة. فقر الدم الناتج عن التعرض للرصاص ويحدث لدى الأطفال نتيجة العادات السيئة مثل وضع الطفل للأدوات المطلية بالرصاص في فمه. يصاحب فقر الدم علامات تظهر على ملامح الشخص المصاب وعلى نشاطه اليومي، ويشترك معظم المصابين بفقر الدم بهذه الأعراض حتى مع اختلاف نوع فقر الدم الموجود لدى كل منهم، وهذه أهم هذه الأعراض وخاصة لدى فئة الأطفال والسيدات الحوامل:

- الإرهاق
- القلق والاضطراب في النوم
- ضعف الشهية لتناول المواد الغذائية
- فقدان سريع للطاقة وعدم القدرة على تحمل النشاط البدني
- صعوبة في التركيز
- تقرح الفم وتشقق في زوايا الشفاه

العادة السرية

قبل الحديث عن العادة السرية، يجب علينا أن نتناول بعض المعلومات المضللة التي من شأنها أن تبعدنا عن أهمية الموضوع، ودرجة تقبل المعلومات التي توارثناها من عاداتنا وتقاليدنا، وهي تدخل في أساس التربية التي نتلقاها في كل مجالات حياتنا، والتي تأخذ كل المراهقين والشباب في شرك أخطاء المعلومات التي تتوفر بشتى الطرق، سواء كانت صحيحة أم خاطئة.

ما نحن بصدد هنا هو إظهار بعض المعلومات التي يحتاجها كل الناشئة، وتوجيههم إلى التوعية الصحيحة بطرق علمية هادفة، لا تؤثر على النفوس المتعطشة للمعرفة. وقد كان هناك الكثير من التخوف من هذه العادة، والتي ينسب إليها الكثيرون جهلاً مجموعة كبيرة من الأمراض كالرجفة والنهب الجمجمة، وانهيار الأعصاب والجنون، وغيرها من هذا القبيل .

تعريف العادة السرية :

العادة السرية هي عبارة عن عملية يتم من خلالها مداعبة الأعضاء التناسلية عند الذكر والأنثى، مع وجود خيالات وتهيبات بأنه يمارس الجنس مع شريك، أو بمشاهدة صورة أو مقطع يتم من خلاله عرض إثارة جنسية معينة، والتي تنتهي بنزول مادة المنى لدى الذكر، ووصول الأنثى إلى أكبر درجة من الإثارة .

إن الأسباب التي تقود الفرد ذكراً كان أم أنثى إلى العادة السرية، هو عدم وجود الشريك ، أو عدم الرغبة بإقامة علاقة جنسية، أو الروتين الذي اعتاد/ت عليه، أو إلى جانب آخر وهو فشل هذا الشخص في حياته الزوجية التي لا يصل إلى الإشباع الكامل جنسياً بها، أو عدم

من تناول الوجبات الغذائية، حيث ينصح بعدم شرب الشاي أو القهوة أو المواد التي تحتوي على الكافيين لمدة ساعة بعد كل وجبة غذائية.

- عمل الفحوصات الطبية من فترة لآخرى وخاصة أنها تساد في علاج المرض قبل ظهور الأعراض.
- في حال يتم تناول الحديد على شكل دواء يجب أن يكون بالكميات المناسبة وبمتابعة الطبيب المختص وخاصة عند الأطفال أو السيدات الحوامل.

وختاماً، فإن مرض فقر الدم مرض بسيط منتشر في البيئة المحيطة لنا نتيجة أسباب مختلفة يتفق معظم الأطباء والمختصين أنه يمكن تجنبها، وعلاج غالبيتها من خلال الانتباه إلى إرشادات الطبيب المختص ووضع البرنامج الغذائي الصحي الشامل لكل المواد التي يحتاجها الجسم وبالكميات الكافية، كما أن عمل الفحوصات والزيارات الدورية للطبيب تفيد كثيراً في اكتشاف فقر الدم وعلاجه منذ البداية في وقت وجهد أقل.

للعادة السرية حسنات:

إن العادة السرية تخلص الفرد من كبت جنسي يلازمه لفترة، أو تعطيه بديلاً مؤقتاً للعملية الجنسية. وفي حين أن الإحجام عن العادة السرية هو الحل الأنجع، إلا أن الابتعاد عن ممارستها يؤدي بالفرد إلى كبت جنسي شديد ووفرة للمني الذي يجب أن يتخلص الجسم منه لتكوين شيء جديد .

وهي نوع من أنواع التفريغ للشحنة الجنسية الكامنة، وراحة للأعصاب من التوتر، كما ومن شأنها منع البرود الجنسي الذي تعاني منه كثير من النساء في العالم، ولذلك فإن ممارسة العادة السرية بانتظام وبشكل غير مفرط، ليس له أي تأثيرات سلبية على صحة الفرد .

إرشادات للمدمنين على العادة السرية :

- ضرورة الابتعاد عن تناول المواد المهيجة ، كالبهارات والأطعمة الحارة ، والابتعاد عن كل الوسائل التي من شأنها التسبب بالإثارة .
- ممارسة الأنشطة الرياضية صباحاً ومساءً .
- الابتعاد عن المنبهات كالشاي والقهوة، واستبدالها بالسوائل الدافئة الأخرى .
- اللجوء إلى الطبيب في الحالات الحرجة، حيث يصف بعض المهدئات التي تعمل على التخفيف منها .

الشعور بالحميمية أو العاطفة تجاه الشريك .

وسميت بالعادة السرية لأنها تمارس ما بين الفرد ونفسه سراً، ولا يجب أي شخص أن تكون بالعلن أمام أشخاص آخرين حتى وإن كانوا مقربين منه، وتعتبر منفذاً جنسياً طبيعياً للمراهقين والشباب في مجتمعات تتعقد فيه إجراءات الزواج أو وجود العادات والتقاليد، التي تمنع مجرد الحديث في هذا الموضوع، كما ولا تعتبر هذه العادة دليلاً على الانحراف، إلا إذا نشأت في مجتمعات تتراخي فيه القيم الأخلاقية، أو أن يبقى الفرد يستخدمها بعد الزواج مثلاً أو كبديل دائم .

مضار العادة السرية:

تنحصر بعض مضار العادة السرية بأن يتعلمها الطفل قبل نضجه الجنسي، والمبالغة والإكثار منها دون مبرر، وافتعال التهيج الجنسي بطرق غير طبيعية كان يستثير الشخص نفسه، والشعور بالذنب وتآنيب الضمير الذي ينجم عن سوء التوجيه والرغبة المبالغ بها، ولا تصل العادة السرية بالشخص الذي يمارسها إلى إشباع جنسي حقيقي، بل تبقى لذته في حدود التصور والخيال .

وهي تخلق في ذات الشخص ميلاً للانطواء، والعادة السرية تعود الألياف العصبية على التهيج البدوي الذي يتم على درجة حرارة معينة، والتي سيصعب إروائها بالتهيج العادي من خلال عملية الجماع الطبيعي، وهي تدفع إلى الإفراط، مما يؤدي بالمكثرتين من استخدامها إلى الرغبة الدائمة بالمزيد، تماماً كمن يشرب الماء المالح الذي يحتاج إلى المزيد من الماء، وليس للعادة السرية أي أضرار مباشرة، بل يمكن أن تأتي لاحقاً بعد فترة من الممارسة .

دور الإعلام في رفع مستوى الخدمات الصحية والجنسية

عام والتنمية السكانية بشكل خاص ، كونها مفهوم غير متداول على المستوى الشعبي، وفي دعم هذه الثقافة ونشرها لتصبح عرف وسلوك اجتماعي من الدرجة الأولى ، خاصة أن الصحة الإنجابية هي أحد الاهتمامات الرئيسية لأي مجتمع كونها تتصدر قائمة المعالجات للمشكلات الصحية والاقتصادية ، وتعتبر مدخلا أساسيا من أجل خلق وضع صحي سليم إذا أولتها وزارة الصحة الرعاية الكاملة في توسيع شبكة خدمات الصحة الإنجابية لتبلي تطوعات وطموحات المواطن بالمفهوم الواسع للكلمة .

ولذلك فإن من مهمات وسائل الإعلام من جهة تقوم بدورها الوطني والإنساني في نشر الثقافة الصحية الأسرية ، ومن جهة أخرى فان التنسيق والتعاون والتكامل بين الجهات ذات العلاقة لكي تحقق أنشطة فعالة والوصول إلى أهدافها ، و اعتماد منهج ورؤية موحدة للعمل في هذا الحقل ، خاصة فيما يتعلق بالرسالة الإعلامية المراد إيصالها للجمهور عبر قنوات الاتصال ، أي بمعنى أن يكون هذا الخطاب الإعلامي موحداً للمتلقين حول أهمية تنظيم الأسرة ، سيعزز مصداقية ماطرحة أولئك الأفراد ويرسخ القناعة لدى المتلقي ، بأهمية المواضيع سواء للأسرة أو المجتمع ، وعليه فإن دعوة ندعوه وسائل الإعلام في المحافظات الفلسطينية ، بأن تلعب دوراً هاماً ومحورياً ، بسبب التباين في بعض العادات والتقاليد واللهجات الدارجة وهذا نعتبره تنوعاً في مستوى العمل وتنوع الجهود المستهدفة لأنشطة الإعلام وتحقيق الاتصال .

تاريخ عريق وصرح وطني شامخ

إن جمعية تنظيم وحماية الأسرة اليوم ذات تاريخ عريق و صرح وطني شامخ ، لديها شبكة واسعة من العلاقات الشريكة مع المؤسسات والمنظمات الفلسطينية والعربية والإقليمية والدولية ، وهي تقدم خدماتها الصحية والتوعوية إلى فئتين من المتنفعين ، من خلال فروعها الستة المنتشرة في الضفة والقطاع ، في مجال تنظيم الأسرة والصحة الإنجابية والجنسية ، وتنظيم الأنشطة والبرامج ، من خلال تجنيد الموارد عبر طرق مختلفة بما يخدم فلسفة الجمعية التي تستهدف تقديم خدمات صحية للمرأة و للمجتمع الفلسطيني بدون تمييز ، وتمكين الرجال والنساء في فلسطين بما فيهم الشباب للوصول إلى خدمات جيدة وشاملة حول الصحة الجنسية والإنجابية والقدرة على ممارسة حقوقهم في الإنجاب، وخاصة في المناطق التي لا يتوفر فيها الخدمات، وزيادة الوصول إلى خدماته وشامله وجيدة حول الثقافة الجنسية، وتأمال الجمعية زيادة الالتزام السياسي والدعم لبرامج الصحة الجنسية ، وتقليل الحواجز الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والدينية من أجل الوصول إلى المعلومات والخدمات الخاصة بالثقافة الجنسية ، و دعم النساء من أجل ممارسة حقوقهن في الإنجاب.

تعزيز دور المرأة ودمجها في عملية التنمية الوطنية

وتعتبر أمينة عويضات المدير التنفيذي لجمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية ، أن تنظيم وحماية الأسرة ، وتعزيز دور المرأة ، له ارتباط وثيق بالتخطيط السكاني الذي يمر بمراحل على مستوى المؤسسات التي تضمن مثل هذه المواضيع ضمن برامجهم التنموية ، ودور صناع القرار الفلسطيني في تسليط الضوء على أهمية التخطيط السكاني. ويقول د. عرفات الهدي الأمين العام لجمعية تنظيم وحماية الأسرة في فلسطين بأن الجمعية هي من أوائل الجمعيات التي أسست لحماية ورعاية الأسرة الفلسطينية منذ عام ٦٣ والتي تعمل على خدمة الأسرة الفلسطينية كاملة ، مشيراً إلى أن المسيرة لا زالت مستمرة حتى يومنا هذا للرعاية الأسرية ورعاية المرأة وحقوقها والمدن والشباب والشابات ، معتبراً أن إجراءات الاحتلال والجدار حول القدس والمدن والقرى الفلسطينية كافة ، من أبرز المعوقات التي تهدد بناء الأسرة الفلسطينية ، وتنفيذ الجمعية لبرامجها ، ومشدداً على حرص جمعيتها بالمساهمة بوضع النقاط على الحروف ولفت النظر للفقر الحالي في مجتمعنا نتيجة للظروف السياسية الحالية ، وفي نفس الوقت وضع المجتمع الفلسطيني بما يتعلق بالصحة الإنجابية وإنشاء العائلة ودعم العائلة الفلسطينية من خلال المساهمة الفعالة وبالتنسيق مع مختلف الوزارات ووزارة التخطيط بشكل خاص ، وأيضا وزارة شؤون المرأة .

حاجة ملحة لإعلام متخصص

ونظرا لأهمية دور المؤسسات الإعلامية والصحافية ، والإعلاميين والصحفيين ، في استخدام سلاح الإعلام في التصدي لإجراءات الاحتلال ، وفي مواجهة الظواهر السلبية المختلفة في المجتمع الفلسطيني ، إلا أن الحاجة لبناء إعلام متخصص في المجالات الاجتماعية والاقتصادية والصحية والتعليمية ، أصبح ضرورة ملحة ، لمعالجة الكثير من القضايا والظواهر التي تجتاح مجتمعنا الفلسطيني ، الأمر الذي يتطلب من المؤسسات الإعلامية ، ونقابة الصحفيين ، والقطاع الخاص ، ومؤسسات المجتمع المدني ، والمؤسسات الحكومية ، تغطية الاحتياجات الإعلامية الملحة لمختلف القطاعات والفئات والشرائح ، التي تتطلب مختصين ذو خبرة ودراسة في العمل بأولويات القضايا المجتمعية في فلسطين .

وفي هذا السياق ، يمكن القول أننا أمام إشكالية إعلامية ، عندما نواجه تحديات لها علاقة بقضايا تتعلق بالأسرة الفلسطينية ، والمرأة ، والطفولة والشباب، وتبرز مثل هذه الإشكاليات عندما نبحث على سبيل المثال ، عن العلاقة الجدلية بين موضوع الصحة الإنجابية والجنسية ، والتنمية ، والتخطيط الديمغرافي ، والفقر، علما بأن وسائل الإعلام المرئية والمسموعة والمقروءة ، تختلف في تناولها لمثل هذه الموضوعات من حيث الأدوات والآليات .

دور الإعلام في دعم القضايا التنموية

ولا بد من الإشارة إلى أهمية دور الإعلام في دعم القضايا التنموية ، وقدرتها على الترويج لقضية الصحة الإنجابية والجنسية ، بحيث تصبح سلوكيات عامة بالرغم من أهمية تكامل الإعلام الحكومي والخاص في دفع عملية التنمية بشكل

تعتبر وسائل الإعلام والصحافة على اختلاف أشكالها ، وفي ظل التطور التكنولوجي الذي شهدته في العقد الأول من الألفية الثالثة ، من أهم الوسائل القادرة على اختزال الزمن والمكان والجهد الإنساني ، وتوظيف الأخير في تطوير الوعي ، وبناء مؤسسات التنمية المجتمعية المستدامة ، في الدول الغنية والفقيرة على السواء ، والمساهمة في تكريسها كآليات عمل في الدفاع عن قضايا الشعوب العادلة التي تتعرض منذ عقود لاستغلال متواصل عابر للقارات ، يستهدف استمرار السيطرة والتحكم في برامج التطوير والتنمية على خارطة العالم الاقتصادية والسياسية والتنموية . وقد نجحت العديد من الدول، والمؤسسات التي تعنى ببرامج التنمية ، في إطار خططها السنوية ، في تجاوز جملة من العراقيل والصعوبات ، والتقدم إلى الأمام خطوات نحو البناء الاجتماعي والاقتصادي ، باستخدام وسائل الإعلام وتكنولوجيا المعلومات كركيزة رئيسية ، في توصيل فلسفتها ورسالتها ، لتعزيز التعددية الفكرية والسياسية لبناء مجتمعاتها ومؤسساتها الحكومية وغير الحكومية في الاضطلاع بترجمة وتنفيذ برامجها وخططها الإستراتيجية المتعلقة بدور المرأة ، والشباب ، وحرية وصول الخدمات الاجتماعية والصحية والتعليمية ، على المستوى الوطني ، فيما ذهبت حكومات ومؤسسات ومنظمات باتجاه خيار الطرف المعادي لوسائل الإعلام والصحافة، وفضلت سياسة الإغلاق والتعتيم على نفسها، بدل الانفتاح على التنوع والتطور الذي يجتاح العالم بلا حدود . وأكدت التطورات التي شهدتها منظومة المؤسسات الفلسطينية في العقد الأخير ، بحكم عدة عوامل أبرزها تأثير العامل السياسي، والاقتصادي ، والاجتماعي ، أهمية دور وسائل الإعلام في تعريف الجمهور بماهية الرسالة الوطنية التي تضطلع بها المؤسسات الاجتماعية والتعليمية والاقتصادية ، وتعزيز مكانة ودور هذه المؤسسات ، في رفع مستوى الوعي لدى مختلف القطاعات والفئات المجتمعية في المدن والريف والمخيمات الفلسطينية .

دور الإعلام في تطوير المفاهيم الاجتماعية والثقافية

وفي هذا المجال برز دور مميز لجمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية في مجال الصحة الإنجابية والجنسية ، وإبراز دور الإعلام في تحقيق الوعي لدى الأسرة الفلسطينية ، وتعزيز الجهود لدمج المرأة في عملية التنمية الوطنية على مختلف الصعد الاقتصادية والاجتماعية والثقافية ، والتأكيد على دور الإعلام في القضايا الأسرية والسكانية وخاصة تنظيم الأسرة ، و في تطوير المفاهيم الاجتماعية والثقافية ، رغم الصعوبات التي تواجه الجمعية خلال عملها في مناطق عملها ، حيث تسعى لنشر الوعي الأسري في هذه المناطق ، من خلال إقامة دورات محو الأمية والاهتمام بتعليم المرأة على وجه الخصوص وتدريبها على مهارات معينة. وقد وضعت الجمعية في سياق عملها المتواصل منذ عقود استراتيجيات لتنفيذ هذه الأهداف تمثلت بالعمل على إيجاد مجتمع يستطيع كل إنسان فيه امرأة كان أم رجلاً الوصول إلى المعلومات والخدمات التي يحتاجها ، والعمل على القيام بحملات توعية من أجل الصحة الإنجابية والثقافة الجنسية بهدف عدم الوقوع بالخطأ ، ما قد يؤدي إلى إصابتهم بالأمراض المنقولة ، ما يتطلب إعطاء وسائل الإعلام اهتماماً متزايداً ، ونسج علاقات معها على اختلاف توجهاتها ، من أجل إيصال رسالة الجمعية المرتبطة بالتنمية لمختلف الفئات المستهدفة .

اصدارات 2010



جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية

المكتب التنفيذي: القدس شارع الأختل الصغير ص.ب. 19999، هاتف: 02-6283636 ، فاكس: 02-6261675

البريد الإلكتروني: info@pfppa.org ، الفيس بوك: "PFPPA" ، الصفحة الإلكترونية: www.pfppa.org

مراكز الخدمات الصديقة للشباب

هاتف	العنوان	الضروع
٠٢-٢٣٧١١٦٧	وادي الجوز- المنطقة الصناعية عمارة التنوير	القدس
٠٢-٢٢١٩١٨٧	عين سارة - عمارة الأمل بالله - الطابق الرابع	الخليل
٠٢-٢٧٧٠٤٣٨	باب الزقاق - بجانب مستشفى الحسين	بيت لحم
٠٢-٢٢١٧٢٨٤	مبنى سيدات حلحول	حلحول - مركز التدريب الإعلامي
٠٨-٢٨٤٨٦٦٧	حي الرمال - شارع النصر	غزة

العيادات

هاتف	العنوان	الضروع
٠٢-٢٧٩٢٢٦٠	باطن الزيت	القدس - مركز أبو ديس
٠٢-٢٢٢٨٨٥٧	عين سارة - عمارة الأمل بالله - الطابق الثالث	الخليل - مركز صحة المرأة
٠٢-٢٧٧٠٤٣٨	باب الزقاق - بجانب مستشفى الحسين	بيت لحم
٠٢-٢٢١٧٢٨٤	مبنى سيدات حلحول	حلحول
٠٩-٢٦٧٥٠٢٦	مقابل مجمع الكراجات - عمارة عبد المعطي	طولكرم
٠٢-٢٩٨٠٣٢٠	شارع الإرسال - فوق مخبز الأمين - الطابق الأول	رام الله
٠٨-٢٨٤٨٦٦٧	حي الرمال - شارع النصر	غزة