بلادي

صحيفة شبابية شهرية

"يوث تايمز"

العدد الثاني

تموز/ آب ١٩٩٨

ألعاب الأتاري تسلية أم إدمان

تقرير: حمدي حمامرة

بالرغم من أن المجتمعات العربية عامة والمجتمع الفلسطيني خاصة ما زالت تركّز معظم اهتمامها على النواحي الاجتماعية، إلاّ أن هذه المجتمعات شهدت تغييرات عديدة في الآونة الأخيرة، من أهمها ظهور العديد من النوادي ذات الطابع الغربي والتي تتركز في شارعي صلاح الدين والزهراء في القدس الشرقية، ويبلغ عددها حوالي أربعة.

لمعرفة المزيد عن هذه النوادي، كانت لنا زيارة إليها...

من أين جاءت الفكرة لفتح هذه النوادي؟ وأي نوع من الألعاب يترددون عليها؟ وكم من النقود يصرفون على اللعب فيها؟ وهل تؤدي إلى الإدمان عليها؟

أسئلة كانت محور الحديث مع أصحاب هذه النوادي ومع المترددين عليها.

يقول السيد زياد الجولاني، صاحب نادي "ديزني لاند" الواقع في شارع الزهراء، إنّ فكرة فتح هذا النادي خطرت له أثناء وجوده في الولايات المتحدة.

ويقول أبو عصب، صاحب ناد آخر، إنّ الفكرة راودته لدى مشاهدته لهذا النوع من النوادي في إسرائيل.

ورغم أن هذه النوادي ذات طابع غربي فقد لاقت رواجا لدى العديد من الشباب الفلسطينيين الذين تتراوح أعمارهم بين١٢ و٤٠ عاما. البعض يترددون على هذه النوادي بهدف اللعب، والبعض الآخر للمشاهدة والتواجد مع الآخرين... وهناك من يعتبرون هذه النوادي أمكنة للقاء الأصدقاء.

وقد أجمع أصحاب هذه النوادي على أن الألعاب فيها لا تؤدي إلى أي نوع من الإدمان، وقالوا إن معدل ما يصرفه الشخص الواحد يقارب العشرين شيكلا في اليوم.

الشاب حسن علي، الذي ترك المدرسة وهو في الصف الحادي عشر، ويعمل حاليا كهربائي بيوت، يمضي ما لا يقل عن ساعتين يوميا باللعب في أحد هذه النوادي، ومعدل ما يصرفه يوميا على اللعب هو ٣٠ شيكلا. ويؤكد حسن أن هذه الألعاب لا تؤدي إلى إدمان ولا تؤثر على النواحي الاجتماعية، إذ أنها تقوم على أساس التسلية فقط.

ويوافقه الرأي الشاب زكي محمد، الذي ترك المدرسة وهو في الصف السابع، ويمضي قرابة الساعة يوميا في هذا النوع من الألعاب.

بينما كنت أتحدث مع زكي شاهدت شابا وقد تملكه الغضب الشديد لأنه خسر عدّة مرات. وحين اقتربت منه لمحادثته والوقوف على وجهة نظره في هذه الألعاب غادر النادي مسرعا.

أما منير علي، البالغ من العمر ١٦ عاما، فلا يتفق مع هذه الآراء، إذ يقول: "إن لهذه النوادي تأثيرا سلبيا على النواحي الاجتماعية خاصة عندما يتردد الشخص عليها باستمرار. فبينما يفكر الشخص في قضاء ساعة واحدة تجده يمضي ثلاث أو أربع ساعات دون أن يشعر، ويصعب عليه بالتالي مغادرة النادي".

ويضيف قائلا: "أنا شخصيا اصرف معظم فلوسي على هذا النوع من الألعاب لدرجة أنني أقترض فلوسا من أصدقائي، وبمجرد أن أنهي اللعبة أشعر بالندم وأقطع عهدا على نفسي بأن لا أعود ثانية، إلا أنني أجد نفسي أعود في اليوم التالي... بصراحة: اشعر أنني أصبحت مدمنا على هذه الألعاب تماما كما يدمن شخص ما على المخدرات".

يتفق خليل خضر، ابن الأربعة عشر عاما مع منير ويقول: "كان لهذه النوادي تأثير سلبي على تحصيلي العلمي، وأقول وكلي أسف إنني أصبحت مدمنا عليها، حيث أنني أصرف كل نقودي عليها، وكذلك كل وقتي... لدرجة أنني لا أذهب إلى المدرسة في معظم الأحيان".

ويرى د. ذياب عيوش، وكيل وزارة الشؤون الاجتماعية، أنّ هناك حاجة ملحّة لمراقبة هذه النوادي وإدارتها من قبل الشؤون الاجتماعية... ولا مانع من التعامل مع هذه النوادي، ولكن ضمن شروط معينة.

أولا: عدم السماح لأطفال تحت سن معينة بارتياد هذه النوادي واللّعب فيها.

وثانيا: يجب على إدارات هذه النوادي أن تكون على قدر من المسؤولية بحيث تأخذ في الاعتبار مصلحة الشباب واحتياجاتهم وأن لا يكون هدفها الربح المادي فقط.

فبعض الشباب قد يلجأون للسرقة من أجل دفع ثمن اللعب في هذه النوادي، وأنا شخصيا سمعت من الأهالي العديد من الشكاوى حول تغيّر سلوك أبنائهم في الوقت الذي بدأوا فيه بارتياد هذه النوادي، التي قد تؤدي إلى إدمان الأطفال عليها، لذلك يجب بذل كل ما نستطيع من أجل مراقبتها.

نعتقد أن الوقت قد حان للتفكير ملها وبجدية في احتياجات هؤلاء الشباب. ونحن لا ندعو إلى إغلاق هذه النوادي بل يجب توفير النوادي الأخرى كمراكز الكمبيوتر وشبكة الإنترنيت، ليتسنى لهؤلاء الشباب قضاء وقت فراغهم في الأمور المفيدة.

•أحد المترددين على نوادي الأتاري- تصوير: نصري مقبول

•فلسطينيو الشتات المتطوعون في رام الله - تصوير: نصري مقبول

كانت رام الله أكثر نظافة

الأعمال التطوعية في فلسطين

جولة بين القدمين من الشتات بسواعدهم البانية

بقلم: حمدي حمامرة

يحلول فصل الصيف تحضر مجموعة أخرى من فلسطينيي الشتات للقيام بأعمال تطوعية في فلسطين، متخلين بذلك عن قضاء إجازة صيفية جميلة وهادئة في مكان آخر. وعلى الرغم من

زراعة شجرة أو زهرة في مدينة رام الله مثلا لأمر يبعث على السرور، خاصة وأن في هذا العمل خدمة للوطن، حيث كان من الصعب على تجاهل حماسهم الشبابي وهم يقومون بعملهم التطوعي.

وقد عبر هؤلاء المتطوعون عن وجهات نظر مختلفة حول زيارتهم إلى مدينة رام الله والعمل التطوعي الذي يقومون به.

يقول "يوسف سابا" البالغ من العمر خمسة عشر عاما وهو يعبر عن وجهة نظر المتطوعين الآخرين: "نحن أوفر حظا من الشباب الذين يعيشون هنا، والعمل التطوعي هو أقل ما يمكن أن نقدمه لخدمة الوطن."

البقية ص ٥

بلادي "يوث تايمز"

صحيفة فلسطينية شابة شهرية تصدر باللغتين العربية والانجليزية

تأسست عام ١٩٩٨

الناشر: حنا سنبورة

رئيسة التحرير: هانيا البيطار

علاقات عامة: طوان فان تيفلن

ترجمة وتنسيق: حمدي حمامرة

القدس - ١٩ شارع نابلس - ص.ب. / ٢٠١٨٥

تلفون: ٠٢-٦٢٧٣٢٩٣ /٠٢-٦٢٦٤٨٨٣

فاكس: ٠٢-٦٢٨٧٨٩٣ /٠٢-٦٢٦٤٩٧٥

e-mail: youthtimes@jerusalem-times.com

تطبع في مطابع القدس

فيض من الأفكار

بقلم: فوزية صغير

المغرب

MOROCCO

لا أدري إن كان من حقي أن أتحدث عن نفسي، خاصة وأنني أواجه في بعض الأحيان أزمة تتعلق بكنه وجودي. إنني أشعر وكأنني ضللت الطريق إلى الحد الذي لا أعرف فيه من أنا أو من أين أتيت أو ماهية وجودي في هذا العالم أو... إلى أين أسير.

وبما أنني الآن بكامل حواسي- وهذا أدنى ما أشعر به في هذه اللحظات- فاعتقد أنني أستطيع الإجابة عن هذه التساؤلات، ولكن هل أستطيع حقا؟

أتذكر أنني اجتزت مرحلة الطفولة، حيث كنت أشعر بسعادة غامرة في كل مرة تلقيت فيها هدية، كلعبة أو فستان جديد، وفيما بعد أصبح الذي يفرحني هو تلقي وردة أو سماع كلمة جميلة من شخص ما. والآن تغيرت الأدوار وأصبحت أنا التي أقوم بتقديم هدية إلى أقربائي. لا شيء أغلى قيمة أو مدعاة للارتياح من الإدراك الحقيقي لماهية النفس.

إن القناعة والسعادة والنفس معايير نسبية وليست مطلقة. فالسعادة ليست مطلقة لأن هناك أشياء تمنع الشعور بها. والأمر المحزن هو أنه خلال العقد الأخير من حياتي طغى على شعور بانعدام السعادة: إذ أنني أعطيت كل طاقة ممكنة لهذه الحياة دون أن تحقق لي أدنى أمنياتي.

فلنتحدث الآن عن موضوع الدراسة لكونها منعطفا مركزيا في حياة فتاة شابة مثلي:

عندما حصلت على درجة البكالوريوس في الآداب لم أشعر بأي سعادة. فرغم أن الشهادة قد تمثل للآخرين نقطة النهاية أو بداية النهاية، إلا أنها بالنسبة لي بداية التغيير، نقطة تحول، جسر يربط بين ضفتي النهر، علاقة بين الماضي والمستقبل... المستقبل؟! أي مستقبل هذا؟

إنني أعيش على مساعدة أهلي الآن... أسكن في البيت مع العائلة طبعا... فلماذا كل تلك السنوات التي أمضيتها في الدراسة؟

الجواب هو، يا صديقي، أن كل شيء ذهب مع الريح... وماذا في ذلك؟

مع كل هذه التنازلات أحس بأن صوتا داخلي يقول... ليكن كذلك...

إنني أعيش فترة "البين بين" كما يقول" كرامسكي" ... بمعنى آخر إنني أنتظر وأنتظر، ولكن ماذا؟ لا أعرف، الأمر الذي أعرفه جيدا هو أن الشباب في جميع أنحاء العالم يواجهون مصاعب جمة في البحث عن عمل. ولكن على الإنسان أن لا يفقد الأمل.

والظروف السيئة التي أمر بها وسوء حظي هي مجرد مثال على الظروف السيئة نفسها التي يمر بها الجنس البشري.

إننا قد كبرنا على الاعتقاد بأن الشهادة تؤدي إلى الوظيفة، فالحياة أعظم من ذلك.... على الإنسان أن يمتلك الحافز لتعزيز وجوده من خلال المشاركة بكل ما هو خلاق ومفيد للمجتمع. وعلى الإنسان أيضا تجاوز الصعاب ومواصلة المشوار.

إن هذه الفكرة تبدو مثالية وجميلة، حيث أن الواقع الذي أواجهه هو عكس ذلك تماما. فالأحلام التي تعودت على رؤيتها لم أعد أراها الآن خوفا من أن لا تتحقق، فحتى طعم وانسجام وجمال حياتي لم يعد موجودا. لقد أصبحت حياتي جرداء كالأرض البور وباردة كجبل جليدي، وهادئة هدوء الصحراء. لم يعد لديّ حافز أو حماسة. إنها مجرد رتابة وروتين فقط.

ورغم شعوري بتشبثي بالحاضر، إلاّ أنني في الوقت نفسه أعمل جاهدة لتجاوز هذه المرحلة... مرحلة "البين بين"، إذ لا بدّ من وجود بصيص أمل خلف الجدران.

ماذا فعلت في العطلة الصيفية...؟

بعد بضعة أسابيع تنتهي العطلة الصيفية لنعود مجددا إلى مقاعد الدراسة. وكالعادة، كثيرا ما نضع قوائم بالأشياء التي نريد إنجازها خلال هذه العطلة... كالقراءة، والذهاب في رحلات، وكتابة الرسائل، وزيارة الأصدقاء والأقارب... لكنّ الأيام تمضي سريعة، ونكتشف على حين غرة، أننا هدرنا أيامنا بالجلوس أمام شاشة التلفاز بدون توقف، أو هدرناها بالثرثرة اللامتناهية على الهاتف، أو بالتشاجر مع أخقائنا وشقيقاتنا في المنزل.

لكن، علينا أن نتذكر أنّ المجال لا يزال متاحا أمامنا لنفعل شيئا نافعا في هذه العطلة...

فإذا كنت من هواة القراءة مثلا، ولا تستطيع شراء كتب جديدة، فعليك أن تتذكر أن بإمكانك تبادل الكتب مع أصدقائك أو الاشتراك في إحدى المكتبات العامة.

وإذا كنت من هواة الرحلات ولكن يمنعك الوضع المادي والسياسي من الذهاب في مثل هذه الرحلات، فتذكر أن بإمكانك الذهاب مع أصدقائك في رحلات لاستكشاف المناطق الطبيعية القريبة من مناطق سكناك...

وإذا كانت لديك هوايات لم تتمكن من صقلها وبلورتها فتذكر أن الوقت لا يزال أمامك لتفعل ذلك...فدعونا نصمم على الاستفادة خلال الأيام المتبقية من العطلة الصيفية بفعل ما هو مفيد وخلاق.

عندي مشكلة!!

السيد مصطفى عبد النبي النتشة، رئيس بلدية الخليل المحترم...

يعاني مواطنو مدينتنا الحبيبة - الخليل- من مشاكل عديدة، وهم بلا شك يقدرون الجهود التي تبذلونها في سبيل التخفيف من وطأة المعاناة التي تثقل كواهلهم. ومن هذه المشاكل:

عدم وجود متنزه عام في منطقة الخليل، عدم وجود أرصفة على الشوارع، النقص في عدد حاويات القمامة... وأخيرا وليس آخرا وجود المصانع في المناطق المأهولة بالسكان!

فأرجو، ويشاركني المواطنون في الخليل الرجاء، أن تجد هذه المشاكل الحلول المناسبة والناجعة لها بهمتكم وهمم العاملين في بلديتنا على مختلف وظائفهم ومسؤولياتهم.

علاء شبانة

مدرسة ابن رشد الأساسية

الخليل

السيد مصطفى عبد النبي النتشة،

رئيس بلدية الخليل المحترم

ثمة مشكلة تتفاقم يوما بعد يوم في مدينتنا الحبيبة -الخليل- ألا وهي مشكلة أنابيب المياه المتفجرة في الشوارع. وهذه المشكلة ناجمة عن إهمال عمال الحفريات الذين يتركون الأنابيب وراءهم دون إصلاحها. فأرجو أن تجدوا حلا لهذه المشكلة خاصّة وأن بلدية الخليل تعاني من نقص في الموارد المالية.

راتب شرباتي

مدرسة ابن رشد

الخليل

وقد رد السيد عفيف التميمي سكرتير بلدية الخليل قائلا:

من المؤكد أن المشكلة الرئيسية التي تعاني منها بلدية الخليل هي النقص في مواردها المالية، في حين نحتاج من أجل بناء متنزه عام إلى ميزانية ضخمة ليست متوفرة حاليا لدينا. ونحن في البلدية نبحث عن تمويل لهذا المشروع الحيوي...إلا أنني لا أرى إمكانية لتنفيذه في المستقبل القريب. أما الأرصفة فإن العمل جار بخطى حثيثة لإقامتها سواء بترميم الشوارع القديمة أو بعمل أرصفة جديدة. وبخصوص حاويات القمامة فإننا، وبالتعاون مع الحكومة الاسبانية، تمكنا من الحصول على ٤٢٠ حاوية قمامة، إضافة إلى سبع شاحنات لنقل القمامة، وسيتم توزيعها في القريب العاجل على المناطق المحتاجة لهذه الخدمة كما تمكنت البلدية من الحصول على تمويل مشروع لتأسيس عدد من المصانع الصغيرة في منطقة الخليل الصناعية. وقد تم الإنتهاء من بناء المرحلة الأولى من هذا المشروع والتي اشتملت على ٤٦ مصنعا، والعمل جار الآن على المرحلة الثانية، التي ستشتمل على ٢٠٠ مصنع.

وإنني أتفق مع "راتب" بشأن الإهمال من بعض عمال الحفريات، وأعد بأن يكون حلّ هذه المشكلة قريبا، كما أنّ مثل هذه الأخطاء لن يتكرر.

المنهاج التعليمي بين النظرية والتطبيق

فيكي أبكريان وحمدي حمامرة

لا يزال النظام التعليمي في المدارس والجامعات الفلسطينية يسير على النمط القديم، حيث أن ٩٠٪ من المنهاج الدراسي يعتمد على الجزء النظري مقابل ١٠٪ فقط للجزء التطبيقي. وقد صرحت زينب حبش أمينة سر التعليم في وزارة التربية والتعليم: "بأن وزارة التعليم تدرك مدى أهمية النواحي التطبيقية والعملية في المنهاج الدراسي. وقد باشرت الوزارة منذ تسلمها مهام منصبها بالسعي لتزويد المدارس بالمختبرات وأجهزة الحاسوب ليتسنى للطلبة التدرب عليها واستخدامها." إلا أن هذا لا يعني حقيقة معاناة العديد من المدارس الفلسطينية من نقص حاد في المختبرات وأجهزة الكمبيوترات ناهيك عن مستلزمات التعليم الأساسية.

أحد هذين الموقعين هو جامعة بيت لحم حيث عقد فيها خلال الفترة من ٣-٤ نيسان معرض علمي دعي إليه طلبة من مختلف المدارس.

والموقع الثاني هو مؤتمر سلام حول الشرق الأوسط عقد في جامعة بيرزيت في ٢٠/ ٦/ ١٩٩٨.

وقد غطى المعرض العلمي مواضيع عديدة منها، العلوم التطبيقية، تكنولوجيا المعلومات، وسائل الاتصال... وتكنولوجيا الطب والكيمياء، حيث أتيحت للطلاب الفرصة للقيام بالتجارب التي يرغبون بها. وذلك تحت إشراف طلاب من جامعة بيت لحم وبعض المدرسين.

لقد فرح الطلاب كثيرا بهذا المعرض، حيث قالت الطالبة "ميرا عابدين" من مدرسة بيت لحم الثانوية للبنات: "إن الفكرة من عقد هذا المعرض عظيمة، فقد منحتنا فرصة للتعرف على تجارب جديدة لم نكن نعرفها من قبل."

أما شيلي سمعان، الطالب في كلية تيراسنطا للبنين في بيت لحم فقال: "زودنا المعرض بمعلومات قيمة، وأعطانا فرصة للتعرف على التجارب التي تتم في المختبرات، وهي فرصة لم تكن متوفرة لنا سابقا."

وعلق أحد الطلاب قائلا: "إن المعرض رائع، فنحن بحاجة لمثل هذه التجربة العملية. وأتمنى أن تقوم مدارسنا وجامعاتنا باتباع نمط التدريس الغربي في التركيز على النواحي العملية."

ويجدر القول إن جامعة بيت لحم بمختلف كلياتها تسعى إلى التركيز قدر الإمكان على التعليم التطبيقي، حيث أفاد مصدر من كلية العلوم في الجامعة بأن هذه الكلية طرحت أربعة تخصصات فرعية تطبيقية لطلبة العلوم وهي:

الطب المخبري، وكمبيوتر الرياضيات، وبيولوجيا المختبرات بالإضافة إلى الكيمياء الصناعية بمعنى آخر سيتم توفير مختبرات لكل التخصصات العلمية.

أما مؤتمر السلام الذي عقد في جامعة بيرزيت على غرار المؤتمرات التي تنظمها الأمم المتحدة فإنه يعتبر الأول من نوعه في الجامعات الفلسطينية. وقد أشرف على جلسات المؤتمر كل من د. إبراهيم أبو لغد و د. روجر هيكوك، وبلغ عدد المشاركين فيه نحو عشرين طالبا وطالبة وهم من طلبة الماجستير في العلاقات الدولية.

وفي تعليق له على انعقاد هذا المؤتمر قال د. أبو لغد: "إن الهدف من عقد هذا المؤتمر هو تعريف المشاركين بالإجراءات والتدابير التي تتخذها الأمم المتحدة والدول الأعضاء فيها بهدف الوصول إلى قرارات، وكيفية حصول هذه القرارات على دعم وتأييد الدول تجاه قضاياها."

وفي سياق المؤتمر كان على الطلاب والطالبات اختيار البلدان التي يودون تمثيلها، وجمع معلومات كافية عنها للدفاع عن مواقفها. وبالتالي كان على المشاركين الاستعداد الكافي والتزود بالمعرفة التامة خاصة في ما يتعلق بالسياسة الخارجية للدول التي يودون تمثيلها.

وقال: د. روجر هيكوك: "تهدف من وراء هذا المؤتمر التجريبي إلى تدريب النخبة الفلسطينية على كيفية تمثيل ودعم الوقف الفلسطيني في الساحة الدولية، ويعتبر هذا البرنامج مجرد بداية، وآمل أن يتم تبنيه في جميع الجامعات الفلسطينية. ونحن نود عقد هذا المؤتمر سنويا في جامعة بيرزيت، كما نفكر في دعوة ممثلين عن الدول في المرات القادمة لإضفاء جو حقيقي عليه."

لقد تجاوب المشاركون في هذا المؤتمر تجاوبا كبيرا مع فكرة عقده.

ويقول احمد مقبول الذي قام بدور ممثل ليبيا: " درست الميكيافيلية في ليبيا وتوفرت لي معلومات عن هذه الدولة. وقد حصلنا على تجربة رائعة من خلال هذا المؤتمر حيث عشنا جو مؤتمر حقيقي. إنني أرغب بأن تكون القسمة العملية اكثر إذ أن القسم النظري من الدراسة يشكل ما نسبته ٩٠٪ وسنتعلم من الأخطاء التي وقعنا فيها خلال هذا المؤتمر لتكون اكثر جاهزية لمؤتمرات أخرى قد تعقد في المستقبل."

أما المشاركة سنية الحسيني من غزة التي مثلت إيران في هذا المؤتمر فتقول إنها استفادت كثيرا من خبرتها في الإعلام والتي استطاعت من خلالها زيارة مقر الأمم المتحدة عدة مرات ولكن دون أن تشترك في جلساتها.

وأشارت إلى أنها لم تتعود على مثل هذا النوع من المؤتمرات التجريبية. وقالت: "ذهبت إلى مصر من اجل الحصول على مراجع حول إيران، وتفحصت كذلك شبكة الإنترنيت لأحصل على القدر الكافي من المعلومات لأكون مستعدة بشكل جيد. لقد حرمنا الاحتلال من أشياء كثيرة، وقد حان الوقت لتعويض ما فات. إنني أود التقدم بالشكر لجامعة بيرزيت لأخذها زمام المبادرة في إقامة هذا البرنامج، وأرغب في رؤية العديد من المؤتمرات المشابهة مستقبلا وبصورة مستمرة."

• الطلبة المشاركون في مؤتمر بيرزيت- تصوير: نصري مقبول

الحركة الرياضية في فلسطين: خطوة في الاتجاه الصحيح

بقلم: ماريان ألبينا

يشكل الشباب في فلسطين ما نسبته ٧٠٪ من مجموع السكان، ومما لا شك فيه أن مساهمتهم في النشاطات الرياضية تشكل أحد العناصر الهامة في خلق مجتمع فلسطيني يتمتع بصحة جيدة، لكن وللأسف لم يعر الشباب اهتماما للرياضة في السنوات الماضية... ناهيك عن ارتفاع رسوم الاشتراك في النوادي الرياضية الخاصة، الأمر الذي ترك الشباب بلا نشاط يقومون به بعد انتهاء العام الدراسي.

وبعد وصول السلطة الوطنية الفلسطينية إلى قطاع غزة والضفة الغربية، زاد عدد المؤسسات المعنية بأمور الشباب وأكثر تلك المؤسسات نشاطا هي جمعية الشبان المسيحية المعروفة باسم "YMCA" وكذلك وزارة الشباب والرياضة.

•تفتح "YMCA" -في القدس الشرقية- أبوابها لكل الشباب، وبشكل خاص لأولئك القادمين من الضفة الغربية والقدس الشرقية، وبتعبير أدق لكل أولئك الذين يستطيعون عبور الحواجز الإسرائيلية للوصول إلى القدس. وتقدم هذه المؤسسة العديد من النشاطات الرياضية مثل لعبة التنس، كرة السلة، والمخيمات الصيفية. وبما أن الجمعية مؤسسة عالمية فإنها تعطي لأعضائها فرصة للإطلاع على جميع أنواع الرياضة والنشاطات الجديدة، وفي نفس الوقت تهتم بالألعاب التقليدية لتحافظ عليها من الاندثار.

• تعتبر المخيمات الصيفية من أهم المشاريع الناجحة التي تقوم بها الجمعية حيث يسبق هذه المخيمات برنامج تدريبي للقياديين ليكونوا على أتم استعداد لقيادة هذه المخيمات.

• وتقوم الجمعية كذلك بإيفاد الشباب إلى الخارج ضمن برنامج التبادل بين الدول ليتعرفوا على أنماط حياة الشعوب الأخرى.

أما وزارة الشباب والرياضة والتي تأسست عام ١٩٩٤ فإنها تقوم بنشاطات مشابهة لتلك التي تقوم بها الجمعية، وقد حققت الوزارة إنجازات كبيرة في هذا الصدد، من بينها: برنامج التبادل بين الطلاب في كل من مصر والأردن والمغرب والعراق وتونس وسعت إلى تذليل الصعوبات أمام مشاركة فلسطين في النشاطات الرياضية مع الدول الأوروبية. ونظمت دورات للمدربين في مجال النشاطات الرياضية وذلك بالتعاون مع بريطانيا وفنلندا.

وتستقطب البرامج التدريبية التي تقوم بها الوزارة شبابا من الضفة الغربية ومنطقة القدس وكذلك من فلسطينيي الداخل.

• بالإضافة إلى هذه المؤسسات يقوم صندوق رعاية الطفولة التابع للأمم المتحدة بدعم المخيمات الصيفية بمعدل ٣-١٠ مخيمات صيفية يشارك فيها ما بين ٣٠٠-٤٠٠ شاب وشابة. وهناك مخيمات عالمية يشارك فيها العديد من الشباب من مختلف الدول، حيث شارك في مخيم السنة الماضية شباب من بريطانيا والأردن وقطر وفلسطين وبعض المشاركين الفلسطينيين في هذه المخيمات هم في الحقيقة سجناء سابقون في سجون الاحتلال.

من الواضح أن الأمور تسير نحو الأفضل، خاصة في ما يتعلق بالوعي العام والرسمي لاحتياجات وضرورة توفير النشاطات الرياضية لهم، وكذلك النشاطات التي من شأنها أن تملأ أوقات فراغهم. ومن الجدير بالذكر أن القدرة الاستيعابية لهذه المراكز محدودة.

لهذا فإن العديد من الشباب الفلسطيني، لا سيما الشبات، يعانون من عدم استغلال المطل الصيفية وأوقات الفراغ في سفل مواهبهم أو المشاركة في برامج رياضية فعّالة.

لذلك فإنه بالرغم من أن الكثير قد أنجز في هذا الصدد، إلا أن الطريق لا يزال طويلا.

أريد أن أصبح.. .. ..؟!

تقرير: مارغو سابيلا

ماذا ستعمل بعد الانتهاء من الدراسة الثانوية؟ هل ستذهب إلى الجامعة؟ ما المهنة أو الموضوع الذي تنوي دراسته؟ ماذا تحلم أن تصبح في المستقبل؟ مدرسا، طبيبا، ميكانيكيا، طيارا، حلاقا، مهندسا، صاحب متجر؟

في كل عدد من أعداد هذه الصحيفة سنختار طالبا أو طالبة للقاء يوم كامل في المهنة التي ترغبون في معرفة المزيد عنها. اتصلوا بنا على هاتف ٠٢٦٢٦٤٨٩٣ أو ٠٢٦٢٧٣٢٩٣ لتسجيل أسمائكم للمهن القادمة.

"أريد أن أكون مرشدة سياحية"...

تمارا أحمد أبو الخير ١٤ عاما، من مدرسة الرجاء الإنجيلية الثانوية في رام الله، وقد أجرت "اليوت تايمز" الترتيبات اللازمة حتى تتمكن تمارا من ممارسة هذه المهنة ليوم واحد لتأخذ فكرة عنها، وذلك بعد أن قالت بقرعة "أريد أن أصبح". وهي تريد أن تصبح مرشدة سياحية في المستقبل.

• تمارا، كيف كان يومك؟

-لقد استمتعت كثيرا بهذه التجربة حيث استرعى انتباهي العديد من الأماكن السياحية التي لم أشاهدها من قبل. وسرعان ما أدركت أن الدليل السياحي عبارة عن موسوعة معارف متنقلة.

• إلى أين ذهبت؟

-لقد زرت كنيستين في عين كارم، ورأيت مجسم الأراضي المقدسة، وذهبت إلى جبل هيروديون وكنيسة المهد ومتحف إسرائيل ومتحف "ياد فاشيم" عن الكارثة اليهودية إبان الحكم النازي.

• هل كانت هذه التجربة مختلفة عن توقعاتك؟

-لقد سرنا مسافات قصيرة، ولم أكن مشيت مثل هذه المسافات في أي رحلة مدرسية قمت بها، لأن الرحلات المدرسية غالبا ما تكون إلى نفس الأماكن.

• متى فكرت في أن تصبحي مرشدة سياحية؟

-بدأت أفكر في هذه المهنة عندما سمعت صديقتي تتكلم عنها وتصفها بأنها مهنة ممتعة حيث أنها تؤدي إلى التعرف على أناس جدد، وأفكار جديدة. إضافة إلى الراتب الجيد.

• ماذا تعلمت من الرحلة التي قمت بها كونك تريدين أن تصبحي مرشدة سياحية؟

-أدركت أن هذه المهنة تتطلب الخروج من المنزل، وتعلم الاستقلالية والصبر والقدرة على تقديم المساعدة، والحرص على مشاركة الآخرين في كل ما يحدث. كما أدركت أن الدليل السياحي بحاجة إلى مجهود كبير من الدراسة ليتمكن من الحصول على إجازة عمل. وأن عليه استغلال كل المصادر المتوفرة بما فيها شبكة الإنترنيت لتنمية معلوماته.

• كيف كان تجاوب أهلك بشأن هذه المهنة؟

-لقد عارضوا.. خاصة وأن هذه الوظيفة تتطلب النوم خارج المنزل من حين لآخر. أمل أن تتغير وجهة نظرهم في الوقت الذي أبدأ فيه الدراسة كمرشدة سياحية.

وقد أجرينا اللقاء التالي مع المرشدة السياحية رولا شبيطة التي استضافت تمارا:

• رولا، كيف أصبحت مرشدة سياحية؟

-لقد حصلت على درجة البكالوريوس في اللاهوت والأدب الإنجليزي، وعملت مدرّسة في هذين الموضوعين. وعندما انتقلت للعمل في وكالة سياحية اكتشفت أنني أحب السفر ومقابلة أناس جدد وتمضية الوقت في الهواء الطلق.

• ماذا بشأن الحصول على رخصة مرشد سياحي؟

-عندما قررت الالتحاق ببرنامج السياحة لدى وزارة السياحة الإسرائيلية، رفضوا طلبي لأنني لم أكن ملمة باللغة العبرية. وحين تحسنت لغتي التحقت بالبرنامج.

• كم كان عدد الطلاب الفلسطينيين في هذا البرنامج؟

-بشكل عام، تجد من بين ٥٠ إسرائيليا ثلاثة أو أربعة فلسطينيين فقط.

• ماذا كانت ردة فعل الأهل عندما اخترت هذا الموضوع؟

-لقد قدم أهلي وأصدقائي الدعم والتشجيع لي، لا سيما أن بعض أفراد أسرتي يعملون في السياحة. وأنا فخورة بالقول إنني الفلسطينية الوحيدة التي استطاعت أن تصبح مرشدة سياحية خلال العشرين سنة الأخيرة.

• هل شعرت بالقلق خاصة وأن هذه المهنة مقتصرة على الذكور؟

-لا، بل على العكس تماما، فإن زملائي الذكور يعاملونني بكل احترام، وهم مستعدون دائما لتقديم أي مساعدة لي. السؤول عن وكالة السياحة التي أعمل فيها شجعني كثيرا خاصة وأن بعض السياح يفضلون مرشدة سياحية لأنها تشعر أكثر باحتياجاتهم...

• هل تتقاضين نفس الراتب الذي يتقاضاه الذكور؟

-نعم، حيث أن لكل وكالة سفر نظام رواتب ينطبق على الجنسين.

• ما هي سلبيات هذه المهنة؟

-إنها متعبة حيث تتطلب النهوض مبكرا والعمل حتى ساعة متأخرة من الليل. إضافة إلى أنها تتسبب في إهمال بعض النواحي الاجتماعية خاصة وأن معظم السياح يأتون لأسبوع بأكمله وعلي أن أبقى معهم طوال الوقت. من المتع رؤية السياح يعبرون عن آرائهم بطرق مختلفة حول موقع معين مما يعني أن عملي نادرا ما يكون مملا.

• كيف يتعامل زملاؤك الإسرائيليون معك؟

-إننا نحترم بعضنا البعض ونحن على اتصال وثيق. وإذا لم يكن الأمر كذلك فإننا سنواجه مشاكل لا حصر لها.

• كيف تصفين شعورك عندما ترافقين السياح إلى متحف "ياد فاشيم" وتحدثينهم عن الكارثة التي تعرض لها اليهود؟

-على الدليل السياحي المحترف أن يكون موضوعيا خاصة إذا تعلق الأمر بالمواضيع الحساسة. وأنا أحاول أن أكون موضوعية قدر الإمكان. بعض السياح يحترمونني أكثر عندما يعلمون أنني فلسطينية.

• هل تعتقدين أن بإمكان المرأة المتزوجة العمل بهذه المهنة؟

-نعم، أعتقد أن ذلك ممكن، حيث أنها تستطيع العمل مع سياح لا يبتعدون كثيرا عن منطقة القدس مثلا، وبالتالي لا تمضي وقتا طويلا خارج منزلها. وتستطيع أيضا أن تتوقف عن العمل إلى حين يكبر أبناؤها ومن ثم تعود إلى مزاولة المهنة.

• هل تنصحين الشباب والشابات بالعمل كمرشدين سياحيين؟

-نعم ولكن عليهم أن يكونوا جاهزين للدراسة بشكل جاد، فهذه الدراسة ليست سهلة كما يتصور البعض. ويستطيع الطالب الدراسة في جامعة بيت لحم أو كلية الكتاب المقدس في بيت لحم أو في وزارة السياحة الإسرائيلية حيث أن هذه الأماكن تقدم برامج دراسية ممتازة.

أسماء الدوائر والجامعات التي تدرس منهاج الأدلاء السياحيين

١. كلية الكتاب المقدس	مدة الدراسة: سنة ونصف المؤهلات المطلوبة: درجة البكالوريوس على الأقل أو ما يعادلها. لغة ثالثة بالإضافة إلى الإنجليزية والعبرية وامتحان القبول هاتف رقم: ٠٢٧٤١١٩٠ فاكس: ٧٤٣٢٧٨
٢. جامعة بيت لحم	مدة الدراسة: سنتان المؤهلات المطلوبة: حاصل على بكالوريوس في أي مجال مع الإلمام باللغتين العربية والإنجليزية الفئة العمرية المطلوبة: فوق ٢٢ عاما هاتف رقم: ٠٢٧٤١٢٤١
٣. جامعة النجاح [مركز الدراسات والاستشارات]	مدة الدراسة: ٩ أشهر بالمقاعد المؤهلات المطلوبة: درجة البكالوريوس أو ما يعادلها. الإلمام باللغتين العربية والإنجليزية ويفضل لغة أخرى هاتف رقم: ٠٩٣٨١١١٣٧
٤. دار الندوة الدولية	مدة الدراسة: ١٥ شهرا المؤهلات المطلوبة: الإلمام باللغتين الإنجليزية والعبرية بالإضافة إلى لغة أجنبية ثالثة هاتف رقم: ٠٢٧٤٢٣٠٢

افتح لي قلبك

أعزاءنا الطلبة، لا تترددوا في إرسال مشاكلكم إلى زاوية "افتح لي قلبك". اكتبوا لنا المشاكل ولا حاجة لكتابة الاسم الحقيقي، ونحن سنعرض مشاكلكم على مختصين ونوافيكم بالحل.

الرياضيات... الرياضيات!

لأول وهلة.. قد تبدو مشكلتي بسيطة، إلا أنها تسبب لي الكثير من التعب والإزعاج. ففي كل مرة يكون عندي امتحان رياضيات أجدني عاجزا عن تذكر أي شيء... فعلى سبيل المثال تهيأت جيدا لامتحان الرياضيات الأخير، حيث تمكنت من حل كل التمارين التي أعطاني إياها المعلم ووالدتي. وفي اللحظة التي جلست فيها للامتحان ورأيت الأسئلة، شعرت بأنني أعرف كل الأجوبة، ولكن.. وعندما بدأت في الإجابة، لم أتذكر شيئا.

إنني لا أعرف سببا لهذه المشكلة، علما بأن تحصيلي جيد في المواضيع الأخرى كالإنجليزي والعربي والألماني... الخ.

فأرجو المساعدة.

ف. أ

الصف الثامن

اللوثرية/ رام الله

عزيزي ف. أ

من المؤكد أنك طالب ذكي ومجد. ومشكلتك في الواقع هي مشكلة العديد من الطلبة الذين ما أن يجلسوا لتقديم امتحاناتهم حتى يشعروا بأنهم نسوا المادة التي جلسوا ساعات متواصلة في دراستها. يجب أن تدرك أن المشكلة تصبح أكثر تعقيدا إذا ما تعاملنا معها وكأنها مشكلة كبرى. فكما يقولون "كبرها بتكبر وصغرها بتصغر". حاول أن تتعامل مع مادة الرياضيات وكأنها موضوع عادي وليس موضوعا يسبب لك الكثير من القلق والضغوطات النفسية. حاول أن تفهم المسائل الرياضية بتشبيهها بأمثلة من الواقع ولا تتعامل معها كأرقام بحتة. حاول أن لا تبحث المسائل بل أن تحللها. كما يجب أن تناقش معلمك أو معلمتك في التفاصيل الدقيقة التي تربكك.

حاول قبل الذهاب إلى الامتحان أن تركز جيدا في دراستك وأن تراجع المادة وأن ترتاح وتنام جيدا قبل الامتحان.

وقبل أن تبدأ الإجابة خذ نفسا عميقا واقرأ السؤال جيدا... وإذا شعرت أنك لا تعلم شيئا عنه حاول أن تقارنه بالمادة التي قمت بدراستها وبالتأكيد ستجد الخيط الذي سيربط أسئلة الامتحان بالمادة التي قمت بدراستها. تأكد من فهمك للسؤال وما هو مطلوب منك قبل أن تسرع في الإجابة.

في أحيان كثيرة يحتاج الإنسان إلى أن يتعامل مع المشكلة على أنها عقبة صغيرة يستطيع التغلب عليها بالصبر والمثابرة.

أرجو لك النجاح والتوفيق. أنظر أيضا إلى الصفحة الثامنة لمعرفة المزيد من النصائح بهذا الصدد.

والدها سيرفضني

...فماذا أفعل؟

أحببت فتاة حبا شديدا، وكنت أحرص على أن أراها أو أكلمها عبر الهاتف بشكل يومي تقريبا. ولكن وقع ما لم يكن بالحسبان، وبشكل مفاجئ.. فقد اتصلت بي عائلة منتي أن أنساها وأن لا أحاول الاتصال بها. فشعرت بصدمة شديدة عندما سمعت هذه الكلمات منها، وحاولت معرفة السبب... فأخبرتني بأن والدها شخص غير لطيف، وهو سيرفضني عندما أتقدم لخطبتها!! إنني أتفق معها على أن والدها شخص غير لطيف، ولكن الذي يعنيني هو أنها طيبة وجميلة جدا... وأنا متعلق بها إلى أبعد الحدود. ومنذ ذلك الوقت وأنا لا أستطيع الأكل أو النوم. وأقول ببساطة إنني غير قادر على نسيانها... فماذا أفعل وكيف أتصرف؟

أ. س

الصف العاشر

مدرسة ابن رشد/ الخليل

عزيزي أ. س

إن مشاعر الحب من أنبل المشاعر وأجملها، لا سيما إذا شكلت سلاحا يدفعنا نحو التقدم والنجاح والشعور بالسعادة. ولكن هذه المشاعر قد تتحول إلى سلاح يدمرنا ويشل تفكيرنا وتقدمنا إذا ما سمحنا لها بالسيطرة على تفكيرنا وحياتنا.

الشباب في جيلك يختبرون مشاعر الحب للمرة الأولى، لهذا فإن هذه المشاعر تكون قوية وجياشة.

وطبعا الزواج هو الطريق السليم الذي يجب أن يتوج مشاعر الحب. ولكن يجب أن تدرك أنك لا تزال في سن غير مناسب للزواج. ويجب أن تنهي دراستك بنجاح أولا ومن ثم تقرر ما إذا كنت ستتابع دراستك الجامعية أم غير ذلك. عندما يصبح سنك مناسبا للزواج وعندما تكون قد أنهيت دراستك وأصبحت قادرا على مزاولة مهنة، تستطيع حينها أن تختار الشريكة المناسبة لك.

من الطبيعي أن تشعر بعدم الرغبة أو القدرة على الأكل والنوم... لكنك إذا فكرت بصورة عقلانية سترى أنه لا داعي لأن تفكر بالزواج من الآن. لا أحد يستطيع أن يضع حدا لمشاعر الحب التي تشعر بها ولكن حاول جهدك أن تركز على دراستك وعلى مستقبلك... الشهادة والمهنة المناسبة سيشكلان السلاح الذي سيمكنك من الزواج من الفتاة التي يهواها قلبك.

حبوب الضوابير...

كابوس حياتي

أعاني منذ نحو عامين من كابوس حب الشباب. فهذه الحبوب تغطي وجهي ورقبتي وتسبب لي الكثير من الحرج والاكتئاب. أرى الشظف في عيون زملائي وهم ينظرون إلى وجهي وكثيرا ما أشعر بأنهم يشمئزون مني. كثيرا ما أتمنى أن ألزم غرفتي وأن لا أغادرها أبدا... وكثيرا ما لا أجرؤ النظر على إلى نفسي في المرآة.

طالب

غزة

عزيزي ط. ب.

أدرك تماما كم هي صعبة مشكلة حب الشباب. ولكن تذكر أن هذه المشكلة ليست مستعصية. انظر إلى من حولك من نساء ورجال بالعين، وأنظر كيف أن وجوههم نقية مع أن معظمهم عانى من مشكلة حب الشباب في صغره. إنك تستطيع بكل تأكيد التغلب على هذه المشكلة إذا ما تعاملت معها بحذر وعناية.

وبما أن العديد من الشباب يعانون من نفس المشكلة، فقد قامت "اليونك تايمز" باستشارة الدكتور سميرو طمس من بيت لحم، الذي زودنا بالنصائح التالية:

- الحفاظ على نظافة البشرة بغسلها بصابون طبي خاص عدة مرات في اليوم وتنشيف البشرة بلطف.
- الامتناع قدر الإمكان عن تناول الأغذية الدهنية مثل الشيكولاتة والكسرات والقالي والمشروبات الغازية.
- عدم استخدام الأصابع في حك الحبوب أو اللعب بها لأن هذا سيترك علامات دائمة على البشرة.
- الإكثار من تناول الفواكه والخضراوات الطازجة.
- استشارة أخصائي جلد قبل تناول أية أدوية أو وضع مراهم أو دهون على البشرة.

"كانت رام الله" - بقية

وتقول "كريستينا أزرق" التي تزور فلسطين لأول مرة: "إن فلسطين بلد جميل ولكنها بحاجة إلى الكثير من العمل والتطور".

أما "لورين امرح" التي تزور رام الله باستمرار فترى أن الأمور تسير نحو الأفضل وتتحسن بشكل تدريجي... وهي تشعر بالفرح والتفاؤل في كل مرة تزور فيها قرية في أرض فلسطين.

ويود بعض المتطوعين زيارة فلسطين باستمرار.

حيث يقول "بول طوطح": "تعتبر هذه زيارتي الثالثة على التوالي"، وهو يعبر عن وجهة نظر تختلف عن وجهة نظر "لورين". فبالنسبة له لا تسير الأمور في تحسن حيث أن رام الله كانت أكثر نظافة في السنوات السابقة ويضيف: "إن على المواطنين الاهتمام أكثر بالبيئة من خلال عدم رمي النفايات في الشوارع".

أما "إياد شاكر" الذي عاد إلى رام الله بعد غياب دام ست سنوات فيقول: "إن ما لاحظته بعد عودتي إلى رام الله هو الأبنية الجديدة والوجوه الجديدة أيضا... والتي أستطيع التكهن بأنها وجوه الأخوة العائدين إلى فلسطين... وأنا أحب القيام بالعمل التطوعي وخدمة المجتمع المحلي. إلا أنني في نفس الوقت أخشى أن لا يعتني المواطنون بالنباتات التي أزرعها في حال سفري".

أما "جوانا عيدة" فهي أكثر تفاؤلا من إياد، إذ تقول: "إن ما نقوم به من عمل تطوعي هو بمثابة الشرارة، فالعمل المشترك من شأنه أن يصنع الأمل... إن المشكلة التي يعاني منها الناس هنا تكمن في نظرتهم السلبية إلى الأمور وتفضيلهم العيش على أساس يومي بدلا من التخطيط للمستقبل... إنني أرغب في العودة ثانية إلى رام الله لرؤية الشجرة التي زرعتها حيث أنها تمثل جذوري في فلسطين".

بالرغم من الاختلاف وجهات نظر المتطوعين حول بعض القضايا إلا أنهم يتفقون على ثلاثة أمور رئيسية هي:

- ضرورة فرض غرامة على كل من يرمي النفايات في الشارع.
- تعظيم العمل التطوعي في المدارس.
- زيادة الوعي لدى الشباب الفلسطيني من حيث الاهتمام بالبيئة وحمايتها.

وقد كان لنا لقاء مع "لورين أمرو" المشرفة على هذه المجموعة والتي صنفت كثيرا في هذا المجال، حيث قالت إنها طرحت فكرة العمل التطوعي على السادة أبناء رام الله في الولايات المتحدة، وقد رحب الأعضاء بالفكرة وقد بعض المساعدات المالية للمتطوعين.

وترغب لورين في أن تأتي السنة القادمة مع ٢٠٠ متطوع. وتأسف لورين لعدم اهتمام الناس بالعمل التطوعي، وتقول: "نود أن نكون مثالا لهم من خلال العمل التطوعي الذي نقوم به".

وبينما كانت أتحدث مع لورين شاهدت ثلاثة شبان فلسطينيين يرافقون مراهقاتهم وما كان منهم إلا أن تركوا المراهقات وانضموا إلى المتطوعين لمساعدتهم.

أما عن رأي بلدية رام الله فيقول عاطف عبد العال، المشرف الزراعي في البلدية: "إن البلدية تعمل جنبا إلى جنب مع الشباب الآن تحت شعار "رام الله الخضراء"... والبلدية ترحب بأي شخص يرغب في تجميل المدينة من خلال العمل التطوعي".

وأخيرا لا نستطيع سوى الإعراب عن الأمل بأن يؤدي هذا العمل الذي يقوم به فلسطينيو الشتات إلى التجمع السكاني على الاهتمام أكثر مما يشير إليه عبد العال، وإضفاء اهتمام أكبر برام الله، أجمل مدن فلسطين.

ظاهرة تعاطي المخدرات في الضفة الغربية والقدس

تقرير: حمدي حمامرة

الإدمان على المخدرات ظاهرة عالمية، وقد بادرت جميع الدول إلى سن التشريعات والقوانين للحد من انتشارها نظرا لما تنطوي عليه من خطورة بالغة. وهنا في فلسطين أخذت هذه الظاهرة تتسع إلى درجة مشاهدتنا متعاطي ومروجي المخدرات وقد انتشروا في الأماكن العامة، وبشكل خاص في حي "المصرارة" في القدس، الذي يعتبر نقطة لقاء وتجمع لهؤلاء.

لمعرفة المزيد عن هذه الظاهرة الخطيرة، كان لنا اللقاء التالي مع د. جابي كيفوركيان أخصائي طب العائلة والصحة النفسية المجتمعية والذي كتب العديد من الدراسات حول هذه المسألة:

● ماذا يعني اصطلاح "الإدمان على المخدرات"؟

-الاصطلاح الصحيح، المتعارف عليه في المجتمعات الغربية، هو "التعلق بالمخدرات" حيث أن الإنسان يتعلق بها إلى أن تصبح جزءا لا يتجزأ من حياته إلى درجة أن متعاطيها لا يشعر بأنه في حالته الطبيعية إلا إذا تناولها. والتعلق بهذه المادة الخطيرة قد يأخذ شكل التعلق الجسمي أو النفسي.

● كيف يصبح الإنسان مدمنا؟

-قد لا يؤدي تعاطي المخدرات مرة أو مرتين إلى الإدمان، ولكن يتم الإدمان من خلال الاستمرار في تناول هذه المادة إلى حد يشعر معه الشخص المدمن بأنه لا يستطيع العيش بدون المخدرات، هذا في حين يسعى مروجو المخدرات إلى كسب "الزبائن" من خلال تزويدهم ببعض الجرعات المجانية. وتجدر الإشارة هنا إلى أن الأشخاص المتعلقين بالمخدرات يكونون على استعداد لعمل أي شيء للحصول عليها. فهم يلجأون إلى الكذب والسرقة، بل ولا يتورعون عن دفع زوجاتهم وأفراد أسرهم إلى ممارسة الدعارة من أجل الحصول على المال. وكثيرا ما نجد أن المدمنين من متعاطي المخدرات يكذبون عندما يقولون إنهم توقفوا عن التعلق بها!!

● هل تعاطي المخدرات مقتصر على ديانة أو جنس معين؟

-في مجتمعاتنا العربية نجد أن نسبة الذكور الذين يتعاطون المخدرات تفوق نسبة الإناث، إلا أن هذا الفارق آخذ في الانحسار في المجتمعات الغربية وتعاطي المخدرات في المجتمع الفلسطيني موجود سواء عند المسيحيين أو عند المسلمين.

● هل يمكن علاج متعاطي المخدرات بصورة جذرية؟

-للأسف لا، حيث أن ٩٩٪ من متعاطي المخدرات يعودون إليها بعد أن يكونوا قد توقفوا. إنني شخصيا أؤمن بالوقاية قبل العلاج. ومن الضروري أن يتم العلاج في بيئة طبية ونحن غير محظوظين لعدم وجود العديد من العيادات المتخصصة لعلاج المدمنين. حيث توجد عيادة واحدة فقط في القدس الشرقية، وفي القدس الغربية هناك أيضا عيادة واحدة فقط لخدمة المدمنين الإسرائيليين والفلسطينيين على السواء.

كيفوركيان: الوقاية قبل العلاج

الشيخ السلوادي: علماء الفقه يحرمونها قياسا

د. جابي كيفوركيان

أفنى جهدها لاجتثاث واستئصال ظاهرة ترويج وتعاطي المخدرات.

وقد كان لنا اللقاء التالي مع محمد إسماعيل نائب رئيس شعبة مكافحة المخدرات في بيت لحم:

● ما مدى انتشار هذه الظاهرة في بيت لحم وباقي المدن الفلسطينية؟

-يمكن ملاحظة هذه الظاهرة في العديد من المدن الفلسطينية، إلا أن حجمها يختلف من منطقة لأخرى، وتكون أكبر نسبة تعاطي مخدرات بين الشباب الذين تتراوح أعمارهم ما بين ١٧ و٣٠ عاما، ويتناول معظمهم مادة الحشيش، فيما يتناول عدد قليل الأنواع الأخرى مثل الكوكائين وذلك نظرا لارتفاع ثمنها. ويكثر تعاطي المخدرات في المدن ويقل في القرى بطبيعة الحال.

● لماذا يلجأ البعض إلى تعاطي المخدرات؟

-لقد أدى الاحتلال الإسرائيلي الطويل إلى ظهور العديد من المشاكل داخل المجتمع الفلسطيني. وهناك عدد غير قليل من متعاطي المخدرات الذين يتعاونون مع السلطات الإسرائيلية فالمخدرات سلاح تستخدمه هذه السلطات لضمان بقاء المنحرفين على تعاونهم معها. وتستخدم السلطات الإسرائيلية هذه المادة لتجنيد متعاونين آخرين. ومن جهة أخرى يلجأ بعض الناس إلى المخدرات للهرب من مشاكلهم.

● ما الإجراءات التي تقوم بها شعبة مكافحة المخدرات للحد من انتشار هذه الظاهرة؟

-قبل قدوم السلطة الوطنية إلى منطقة بيت لحم كانت ظاهرة ترويج وتعاطي المخدرات واسعة الانتشار إلى حد ما ومنذ دخولها إلى هذه المنطقة، عملت السلطة على وقف هذه الظاهرة وقد نجحت. ونتيجة لذلك نجد أن معظم الذين يتعاطون المخدرات يذهبون إلى المناطق غير الخاضعة لسيطرة السلطة الوطنية الفلسطينية للقيام بالترويج والتعاطي. وعلى الرغم من أن السلطات الإسرائيلية تشجع انتشار هذه الظاهرة داخل المناطق الفلسطينية، إلا أنها تعاقب وبشدة كل من يبيع المخدرات للإسرائيليين. وفي حين تعرف السلطات الإسرائيلية أماكن تجمع مروجي ومتعاطي المخدرات إلا أنها لا تحرك ساكنا. فلاحظ أن الشرطة الإسرائيلية تكون موجودة في حي "المصرارة" حيث يتم الترويج والتعاطي ولكنها لا تعمل شيئا.

● هل يوجد قانون فلسطيني للحد من هذه الظاهرة؟

-عندما تلقي القبض على أي مشبوه توقفه لمدة ٤٨ ساعة وتحوله إلى المدعي العام الذي يقوم بتحويله إلى المحكمة وغالبا ما يتم الإفراج عن المشبوهين بكفالات مالية... ولكن للأسف، لا يوجد حاليا أي تشريع فلسطيني يعالج هذه الظاهرة بصورة فاعلة.

المخدرات والدين

تقف الأديان السماوية الثلاثة المسيحية واليهودية والإسلام ضد أي تصرف من شأنه أن يتعارض مع التعاليم التي جاءت بها. وقد حرمت الأديان المخدرات لتأثيرها السلبي على عقل الإنسان وصحته.

عن وجهة النظر الإسلامية يحدثنا فضيلة الشيخ فتح الله السلوادي مفتي رام الله فيقول:

-لا توجد في القرآن الكريم آية تتحدث عن المخدرات، غير أن علماء الفقه يحرمونها قياسا على تحريم الخمر. وقد ورد في سورة "المائدة"، آية ٩٠ قول الله تعالى: "يا أيها الذين آمنوا إنما الخمر والميسر والانصاب والازلام رجس من عمل الشيطان فاجتنبوه لعلكم تفلحون."

ويضيف الشيخ السلوادي: "من الممكن أن يكون لبعض أنواع الكحول فائدة إلا أن ضررها أكثر من نفعها ولذلك تم تحريمها. ونستطيع فهم هذه المسألة إذا نظرنا إليها من المنظورين الشخصي والاجتماعي، وبهذه الطريقة تتم معاملة المخدرات شأنها شأن الكحول".

أما رأي الديانة المسيحية في شأن المخدرات فهو شبيه إلى حد ما برأي الإسلام. إذ يقول الأب إدوارد تامر، كاهن رعية اللاتين في القدس، "إن المخدرات محرمة... فقد ورد في الوصية الخامسة "لا تقتل"... والقتل لا يعني فقط قتل الغير بل يعني أيضا قتل النفس سواء أكان هذا القتل مقصودا أم غير مقصود، فمن شأن المخدرات أن تؤدي إلى الموت، ولهذا السبب فإن بيعها وتعاطيها والترويج لها حرام وممنوع من وجهة نظر الديانة المسيحية".

ويعبر الحاخام موشيه هيرش عن رأي الديانة اليهودية في هذا الشأن فيقول: "إن المخدرات تؤدي إلى مرض اجتماعي، وهي تعتبر رذيلة، كما أنها تؤدي إلى تدمير صحة الفرد وعقله".

السلطة الوطنية الفلسطينية ومكافحة المخدرات

لبدل السلطة الوطنية الفلسطينية

تجربتان.. .. في الإدمان على المخدرات

تجربتي مع المخدرات

عمران علي... مدمن مخدرات سابق... من سكان مخيم شعفاط، وهو أب لثلاثة أبناء.

"لقد توقفت عن تناول المخدرات بعد ١٣ عاما من تعاطيها"... قال عمران وهو يروي قصته ل "اليوث تايمز"...

وأضاف: "ترعرعت في بيئة تعتبر المخدرات فيها شيئا (عاديا) حيث كان جيراني وأقربائي يتعاطونها. في البداية أخذت أدخن السجائر وأشرب الكحول... وكنت في التاسعة من عمري... أهلي لم يعترضوا على هذا الأمر، أما أبناء عمي فكانوا يعطونني المخدرات لأخبئها لهم مقابل مبلغ من المال كانوا يعطونني إياه كمصروف شخصي...

"وعندما بلغت الخامسة عشرة من العمر بدأت أدخن الحشيش الذي كان يزودني به جيراني... كنت أشاهد المتعاطين باستمرار، وبدأت أتعاطى أنواعا أخرى من المخدرات كالهروين بمعدل ثلاث جرعات يوميا...

"عندما كنت أتعاطى كنت أفكر في كيفية الحصول على الجرعة التالية، وكنت على استعداد لعمل أي شيء للحصول عليها حتى ولو وصل الأمر بي إلى الاستدانة، بل وحتى السرقة...

"لم يخطر ببالي يوما أنني سأتوقف عن التعاطي إلى أن جاء اليوم الذي اشتريت فيه هيروين بمبلغ ٥٠٠٠ شيكل، وفي ذلك الوقت تناولت جرعات كبيرة، ولاحظت أنني لم أشعر بأي تغيير... عندها فقط قررت أن الوقت قد حان لترك المخدرات...

"وهكذا قررت التوقف وكان ذلك عام ١٩٩٧، وكنت بدأت عام ١٩٨٤، فلم يكن هذا بالأمر السهل، حيث أمضيت أسوأ ثلاثة أيام في حياتي طريح الفراش أعاني خلالها من آلام في جسمي لدرجة شعرت فيها أن الجزء الوحيد الذي يتحرك في جسمي هو عيناي فقط. بعد ذلك بدأت أشعر بتحسن، وشعر أهلي بالفرحة لأنهم رأوا التغيير الذي حصل على حالتي النفسية والجسمية...

"عندما أستذكر الماضي... أشعر كم كنت غبيا، فحياتي الآن مختلفة جذريا عما كانت عليه في الماضي...

"أعمل الآن مقاول بناء، وأدخر نقودا، لكنني مع ذلك لا أفكر في الرجوع إلى المخدرات قطعا... وأعتقد أن باستطاعة كل مدمن ترك المخدرات إذا توفر لديه التصميم الكافي".

قصة متعاطي مخدرات

لم يكن أحمد البالغ من العمر خمسة عشر عاما مختلفا عن أبناء جيله، إذ أنه تعرض للسّجن في أثناء الانتفاضة لقيامه بنشاطات سياسية. وقد تعرّف أحمد في السّجن على مجموعة من الشباب في مثل سنه وكانت المخابرات الإسرائيلية قد زوّدتهم بالماريجوانا مقابل تعاونهم معها.

عندما خرج أحمد من السّجن بدأ يعمل كحرفيّ خشب زيتون، وسرعان ما بدأ يتناول أنواعا جديدة من المخدرات، ولكن نظرا لارتفاع ثمنها لم يكن أحمد قادرا على شرائها، الأمر الذي دفعه إلى تهديد أسرته ليدفعوا ثمن هذه المخدرات. ونتيجة لخوف الأسرة على نفسها وعلى ابنها قامت بإرساله إلى مركز مكافحة المخدرات في العيزرية، حيث خضع لفترة علاج استمرت قرابة الخمسة أشهر إلى أن شفي وتحرر من المخدرات.

عمت الفرحة الأسرة لأن أسوأ صفحات حياتها قد طويت، ولكن هذه الفرحة لم تستمر، حيث أن أحمد وقع في حب فتاة من بلدته وتقدم لخطبتها، غير أن أهلها رفضوا طلبه لأنهم لا يستطيعون تزويج ابنتهم من مدمن مخدرات سابق، وبالتالي عاد أحمد إلى تعاطي المخدرات تحت تأثير هذه الصدمة.

وبما أن مركز العيزرية الذي كان يعالج فيه أحمد والذي يعتبر المركز الوحيد في الضفة الغربية قد أغلق، فإن هذا الوضع دفع عائلته إلى محاولة إقناعه بمراجعة طبيب نفساني، غير أنّ محاولاتهم باءت بالفشل. وأخيرا، استطاعوا إقناعه بضرورة تناول عقار مضاد للمخدرات من شأنه أن يجعله ينام عدة أيام. وافق أحمد على تناول العقار المضاد، وعائلته الآن في انتظار نتائج هذا العلاج.

إن ما تتمناه عائلة أحمد هو أن يؤدي هذا العقار إلى إنهاء حالة الكوابيس التي يعانون منها.

بأقلامهم...

الثمن الحقيقي للشعور ب "الانتشاء"

تعتبر ظاهرة تعاطي المخدرات ظاهرة خطيرة، وهي للأسف آخذة بالتفاقم والانتشار في العديد من دول العالم. ومن الخطورة بمكان أن المدمنين على المخدرات يستمرون في تناولها إلى أن يدمروا أنفسهم جسميا وعقليا، وهذه كارثة لهم قد يشعر أولئك الذين يتعاطون المخدرات لأول مرة شعورا عظيما في البداية، يصل إلى حد الانتشاء والعربدة، إلاّ أنهم سيحتاجون فيما بعد لكميات أكبر ليحصلوا على نفس الشعور، الأمر الذي يتطلب منهم أن يدفعوا مبالغ اكبر للحصول على ما يسد احتياجاتهم من المخدرات، فتكون نهاية المطاف بطبيعة الحال تدمير صحتهم وتخريب مقوماتهم الشخصية.

إن إحدى المشاكل الرئيسية التي يسببها تعاطي المخدرات بصورة مستمرة "إلى حد الإدمان" هي تسمم الدم، وبالتالي تضاؤل قدرة الجسم على مقاومة الامراض والآلام التي يعاني منها المدمنون.

عمر كيجي ونهاد حموري

يجب أن نمنع انتشار السم

العقل... هو جوهرة وهبها الله للإنسان. والإنسان السوي هو الذي يحترم ويقدر هذه الهبة الإلهية، ويبذل جهدا خاصا واهتماما صادقا وقويا للحفاظ على اتزان عقله وسلامته.

ولأن المخدرات تعني المعاناة وتؤدي إلى الإحباط واليأس، بعد تدميرها للصحة وتخريبها للعقل الذي قلنا إنه هبة من الله للإنسان... ولأن المخدرات تؤدي إلى ارتكاب الجرائم، وقد تجعل المدمن عليها يفكر في الانتحار، فيجب أن نعمل على وقف ظاهرة تعاطيها.

أجل... علينا أن نشن حملات ضد الاتجار بالمخدرات ومعاقبة مروجيها لردعهم. ومن الضروري توعية المواطنين من خلال عقد لقاءات وإعطاء محاضرات حول مساوئ تعاطي المخدرات.

يجب أن يتسم عملنا بالإخلاص والإصرار لنتمكن من منع انتشار هذا السم، وبهذا نجنب مجتمعنا المآسي الكثيرة، وخراب البيوت الذي تتسبب فيه آفة المخدرات.

محمد حجازي / الصف السابع
مدرسة ابن رشد / الخليل

وقاية وليست علاجا

هناك نوعان من المخدرات، فمنها ما هو ضار ومنها ما هو نافع. أما النوع النافع فهو الذي يصفه لنا الطبيب وتكون الغاية من تناوله الشفاء من المرض أو وقف الألم. ومن الطبيعي أن هذا النوع لا يؤذي الجسم.

وأما النوع الضارّ فهو الذي لا يصفه الطبيب ويكون استعماله خطيرا جدا، حيث أن استعمال المخدرات غير المسموح بها قانونيا- مثل الكوكائين والهروين.. الخ- من شأنه أن يؤدي إلى قتل الإنسان الذي يتعاطاها... ولذلك يتوجب على الإنسان أن يتجنب استعمال المخدرات غير القانونية وان يقاوم كل الاغراءات التي قد يواجهها... بل ويكون من الأفضل للإنسان أن لا يتناول المخدرات في الأساس ليتجنب ما قد يلحق به في المستقبل من الأذى ومضاعفاته.

أحلام الكاتب / الصف العاشر
مدرسة الرجاء اللوثرية/ رام الله

يرجى ممن نشرت مساهماتهم في هذا العدد الاتصال ب "بلادي" للحصول على جائزة، وذلك على الرقمين التاليين: ٠٢٦٢٦٤٨٨٣ أو ٠٢٦٢٧٣٢٩٣

كيف تنشط ذاكرتك؟

أنواع الذاكرة

للذاكرة صفات عديدة... فهناك على سبيل المثال الذاكرة الرقمية والفوتوغرافية. وصاحب الذاكرة الرقمية يتذكر الأرقام والمسائل الرياضية بسهولة. أما بالنسبة للذاكرة الفوتوغرافية فصاحبها إذا قرأ صفحة يتذكرها فورا بعد قراءتها. وهناك من يتذكر التفاصيل، فمثلا يتذكر اللامح، قطعة موسيقية، والألوان...الخ

وبالنسبة للدراسة فالأنواع الثلاثة من الذاكرة ضرورية ولها دور أساسي فيها، مع أنه قد يطغى جانب على آخر.

كيف تدرس؟

للدراسة عدة حالات وطرق، والخطوات التالية هي من الطرق الجيدة للدراسة:

-*أولا*: التركيز، فهو أهم عنصر في الدراسة وعدم السرحان في أمور أخرى.

-*ثانيا*: توظيف أكثر من حاسة أثناء الدراسة ،فلا تقرأ لمجرد القراءة ولكن اقرأ بفهم وتركيز... ولا تنتقل إلى نقطة جديدة ما لم تفهم المادة التي قبلها.

-*ثالثا*: إستعن أو استعيني بالرسم كرسم خطوط أو أشكال تذكر بالمادة الدراسية، لأنه ما أن تنظر إليها حتى تتذكر المادة وهذا يساعد كثيرا في دراسة التاريخ والعلوم والجغرافيا.

-*رابعا*: أحبب المادة التي تدرسها، فإن أحببتها حتما ستفهمها. ولذلك نحن نتذكر فيلما معينا أو رقم تلفون صديق.

خامسا: المراجعة، فالمراجعة عنصر أساسي في الدراسة ويجب القيام بها لكي لا ننسى ما ندرس.

سادسا: قسم وقتك بشكل منسق، ولا تدرس مواد دراسية من حقل واحد في أوقات متقاربة، فذلك يؤدي إلى اختلاطها.

سابعا: ضع لنفسك برنامج دراسة خاصا أول بأول، حتى يكون ذهنك نشطا وتتذكر كل شيء.

ثامنا: خير أسرتك بجدول دراستك منعا للإزعاج، وبذلك تشجعك عائلتك على تحقيق هدفك في الدراسة، وهكذا يتوفر لك الوقت الكافي والهادئ للدراسة.

النسيان: مشكلة يعاني منها الكثيرون

إن المرء ينسى فعلا إذا لم يراجع ما درس أولا بأول ولم يركز في دراسته. وهناك من يؤجل الدراسة إلى أن يحين إليها، وذلك أيضا يتسبب في النسيان حتى لو كانت المعلومات بسيطة. قد ينتاب الطلاب الخوف من النسيان إلى جانب الخوف من الامتحانات، وفي هذه الحالة من المفيد أن يركز الطالب على النقاط التي يشعر أنه قد ينساها أثناء الدراسة. ولا تنسى التلخيص فهو مهم أيضا شيء آخر مهم أيضا هو التحضير، فله فوائد كثيرة. فعندما تحضر الدرس قبل الشرح يكون عندك فكرة عن ما سيشرح. وهكذا تستطيع مناقشة الأستاذ أثناء الشرح وأيضا سؤاله عن الأشياء أو النقاط التي لم تفهمها أثناء تحضيرك وأثناء الشرح. لا تخجل من سؤال الأستاذ عن النقاط التي لم تفهمها. ولا تنس أن تقسيم الوقت وعمل جدول دراسة يساعدك أولا. فالتحضير ثم الدراسة أولا بأول والمراجعة أخيرا.

أصدقاء بالمراسلة

الاسم: خالد عبد العزيز إسماعيل
العمر: ١٥ سنة
الهوايات: الرسم والتلوين+ المراسلة
العنوان البريدي: قطاع غزة- مدينة غزة حي الزيتون- شارع علي بن أبي طالب

الاسم: رمزي رامز المحتسب
العمر: ٢٠
الهوايات: اللغة الإنجليزية والعلوم التكنولوجية
العنوان البريدي: ص. ب. ٧١٤
الخليل/ الضفة الغربية

إذا كنت من هواة بناء صداقات بالمراسلة، فاملأ القسيمة التالية وأرسلها لنا لنقوم بنشرها في العدد القادم...

مسابقه العدد

عزيزي القارئ:

يمكنك المشاركة في هذه المسابقة والفوز بإحدى الجوائز من خلال كتابة تعليق على شكل مقالة أو قصيدة .. على هذه الصورة بما لا يزيد عن عشرة أسطر،

و إرساله على العنوان التالي:

The Youth Times
P.O.Box 20185
East Jerusalem

زي الحلم أصالة

زي الحلم بقيت أيامك
زي الحلم في بالي يا غالي
بحلم بيها بصحوي ونومي
وليلي ونهاري طوالي
زي الحلم لكن دي حقيقة
أيوه حقيقة حقيقة
مالي علي خيالي
زي الحلم فبالي الحلم الحلم

كنت بظن حلاقي السلوى على مر الاعوام
بس أتاري الذكرى الحلوة أقوى من الايام
وأنا في الغربة وبرة بلادي
طيفك بيعدي الدنيا دي
زي الحلم بشوفه قصادي
أو جمبي كخيالي
حتى كمان صبحت أيامك
زي الحلم فبالي

Answers to the previous quiz

- The musical term alto means voice or instrument between tenor and soprano.
- Vincent Van Gogh was a Dutch painter
- Daniel Defoe wrote Robinson Crusoe
- A ballad is a form of traditional narrative poetry widespread in the USA and Europe
- Buddha's title was Prince Gautama Siddhartha. He founded Buddism in India in about 500 BC.
- Jean-Jacques Rousseau.
- The Miranda Rule is the requirement that a suspect should receive warnings prior to any questioning.
- William Shakespeare.
- The seven wonders are: a. The Pyramids of Egypt; b. The Hanging Gardens of Babylon ; c. The Temple of Artemis at Ephesus; d. The Statue of Zeus at Olympia; e. The Mausoleum at Halicarnassus; f. The Colossus of Rhodes; g. The Pharos (Lighthouse) at Alexandria.
- Wolfgang Amadeus Mozart.

The winners of the previous quiz are:

1- Rami Deeb, Ramallah

2- Serin Duzdar, Schmidt's Girls College, Jerusalem

Please call *The Youth Times* at 02-6264883 or 02-6273293 to receive your prizes.

HERO By : Mariah Carey

There's a hero
If you look inside your heart
You don't have to be afraid
Of what you are
There's an answer
If you reach into your soul
And the sorrow that you know
Will melt away

And then a hero comes along
With the strength to carry on
And you cast your fears aside
And you know you can survive
So when you feel like hope is gone
Look inside you and be strong
And you'll finally see the truth
That a hero lies in you

It's a long road
When you face the world alone
No one reaches out a hand
For you to hold
You can find love
If you search within yourself
And the emptiness you felt
Will disappear

And then a hero comes along
With the strength to carry on
And you cast your fears aside
And you know you can survive
So when you feel like hope is gone
Look inside you and be strong
And you'll finally see the truth
That a hero lies in you

Lord knows
Dreams are hard to follow
But don't let anyone
Tear them away
Hold on
There will be tomorrow
In time
You'll find the way

And then a hero comes along
With the strength to carry on
And you cast your fears aside
And you know you can survive
So when you feel like hope is gone
Look inside you and be strong
And you'll finally see the truth
That a hero lies in you

THIS ISSUE'S COMPETITION

Enter our competition . Win a prize by writing the best article or poem on this picture. Your contribution should not exceed eight to ten lines. Send contributions to:

The Youth Times
PO Box 20185
East Jerusalem

Thank Your Lucky Stars

AQUARIUS January 21 – February 19

You **enjoy being** independent and **like saying** what you think. You have **difficulty in accepting** other people's opinions. You **like belonging** to clubs and **talking** to people. You have original ideas and are **good at inventing**.

PISCES February 20 – March 20

You **love dancing** and you are **fond of writing** poetry and **making** music. You are not very **good at organizing**. You **dislike planning**. You **enjoy helping** people, but you try to **avoid taking** responsibility.

ARIES March 21 – April 20

You **hate following** a routine. You **enjoy playing** energetic sports and you **like taking** part in races. You **don't mind taking** risks. You don't **worry about hurting** the feelings of others.

TAURUS April 21 – May 21

You **prefer doing** quiet things, like **painting** and **listening** to music. You **avoid doing** things that are energetic. You **don't mind accepting** routines and rules.

GEMINI May 22 – June 21

You are **quick at picking up** new ideas and are **better at doing** mental work than manual work. You are easily **bored with doing** the same things. You **enjoy discussing** things with people.

CANCER June 22 – July 23

You **like looking after** and **protecting** people. **Collecting** is often a hobby. You **love swimming** and all water sports.

LEO July 24 – August 23

You usually **succeed in getting** what you want. You are **fond of playing** games and you **enjoy taking** risks. You are **good at organizing**. You often **insist on doing** what you want. You **love acting**.

VIRGO August 24 – September 23

You are not **keen on taking** the lead. But you always do things that **need doing**. **Making** things is a favourite activity. You **like paying** attention to detail.

LIBRA September 24 – October 23

You are **good at being** diplomatic. You **hate quarrelling**. You **prefer** quiet activities, such as **sunbathing**, **painting**, **writing** and **reading**.

SCORPIO October 24 – November 22

You sometimes have **difficulty in controlling** your temper. You are a good detective. You **love finding out** answers and **solving** puzzles. You **like** active sports such as **boxing**, **karate** and water sports.

SAGITTARIUS November 23 – December 21

Being free is important to you. You **hate being** forced into a routine. You are **capable of putting** a lot of enthusiasm into your interests. You **like walking**, **riding** and doing outdoor sports.

CAPRICORN December 22 – January 20

You are **capable of working** very hard. You **dislike** people **being** untidy. You **can't stand wasting** time on unnecessary things. You **like organizing** and you **don't mind being** alone. You **enjoy reading**.

independent free to do things yourself and make your own decisions

mental with your brain

manual with your hands

Rami Dweik and **Maram Bukhari** extend their best wishes to the readers of *The Youth Times* and invite other children to send their photos to be published in the cocktail page.

YOUR OPINION ON DRUGS

Protecting our Country's Wealth

Human beings are the real wealth of our country, and keeping them in the best condition should be the shared responsibility of the government and the general public.

The selling and taking of drugs constitute a very serious problem that can endanger lives and threaten the future of our society. It is for this reason that governments have gone to such great lengths to formulate and implement laws that restrict the use and circulation of drugs.

It is extremely important that we avoid taking drugs, which have the ability to damage our brains and other major organs and which pose a serious threat to our general well-being. A more recent problem is that many drug addicts run the risk of contracting Aids if they use a needle that has already been used by someone with the virus. This fact is but further proof that there is an ever-increasing need for us to join the fight against drug- taking and trafficking.

Abd Al-Rahman Said Herbawi
8th grade
Ibn Rushd School
Hebron

STOPPING THE SPREAD OF POISON

The human brain is a precious jewel that was bestowed upon man by God. A good person appreciates this gift and treats this symbol of the Creator's generosity and kindness with respect.

Illegal drugs, on the other hand, are a poison that can lead to depression, self-destruction, and even suicide. In order to limit the existing phenomenon of the widespread use of illegal drugs, we should do two very important things: one, campaign against drug trafficking and punish those guilty of distributing their deadly goods, and two, prevent more individuals from risking their lives by holding meetings and lectures on the topic of drugs and their effects on the individual.

As caring human beings, it is our duty to do whatever we can to stop all those who try to circulate this poison in our society.

Mohammed Hijazi
7th grade
Ibn Rushd School
Hebron

PLANTING THE SEEDS OF DANGER

Due to the continuous developments in the fields of microbiology and biochemistry, scientists have managed to discover many kinds of medicine that are capable of curing most known diseases. Unfortunately, many kinds of drugs can have negative effects on humans and, in extreme cases, can pose a serious threat to their lives.

Some illegal drugs are produced from plants. A good example is opium, which is popular amongst drug addicts. This and similar drugs can have dreadful consequences for the addict, such as loss of consciousness, impaired mental ability, heart and lung problems, and damage to the immune system. It should not be forgotten, however, that certain of these potentially dangerous drugs, such as morphine, might actually be used in hospitals in alleviating pain and during various operations.

Many people become addicted to drugs because they want to experience nice and exciting feelings. Their wish might come true, but the consequences could be lethal. Perhaps the worst thing of all is that even though an addict might decide to give up taking drugs, he is confronted with an almost impossible task. As a result, hospitals regularly become home to people who are trying to give up drugs and put their lives in order.

Drugs are extremely dangerous. It is up to us to ensure that we stay as far away as possible from those who have become addicts or sell drugs to others.

Michael Zoughbi
Freres School
Bethlehem

THE TRUE COST OF FEELING GREAT

The use of drugs is a dangerous phenomenon that is growing rapidly in many countries. In many instances, people continue using drugs until they ruin themselves both mentally and physically. Those who use drugs for the first time may feel great at the beginning, but they will gradually require greater quantities in order to experience the same feeling. As a result, they will have to spend more and more money to satisfy their needs, thereby running the risk of seriously damaging their health.

One of the major problems of drug-taking is that the constant use of dangerous drugs will cause the blood to become poisoned, which means that the body's resistance to various diseases will be jeopardized. This will put addicts at even greater risk of experiencing unnecessary pain and suffering.

PREVENTION NOT CURE

Drugs can be either good or bad. The good ones, which are prescribed by doctors, include the kinds of drugs that are used to cure illnesses and stop pain. These kinds of drugs do not harm the body. On the other hand, drugs that are not prescribed by a doctor can be extremely dangerous. The use of illegal drugs such as cocaine and heroine, etc., can prove very harmful and may even kill the individual who is using them. Indeed, many Palestinian drug addicts have lost their lives over the years because of their addiction to drugs.

People should not be tempted to use illegal drugs. Once they do use them, it becomes nearly impossible for them to give them up.

Ahlam Al-Katib
10th grade
Lutheran School of Hope
Ramallah

Those whose contributions have been selected for this page, please call *The Youth Times* at 02/6264883 or 6273293 to receive your prizes.

REAL EXPERIENCES WITH DRUGS

The Story of a Drug Addict

Like so many other young Palestinians, Ahmad was imprisoned during the Intifada at the age of 15 for his political activities. Whilst in prison, he was to join many other prisoners of his age who were supplied with marijuana by their Israeli interrogators, the idea being that they would become dependent on drugs and thus, would be only too glad to provide their services as collaborators in return for something to satisfy their addiction.

After leaving prison, Ahmad - then working on an irregular basis as an olive wood craftsman - soon became addicted to hard drugs. His addiction was expensive and far beyond his means, and within a short period of time he took to threatening his family with physical violence if they refused to pay for his drugs. Frightened for their own safety as well as that of their son, his family eventually took him to a specialized center for drug users in Azzariya (to the south of Jerusalem). By the end of his five-month period of treatment, Ahmad was declared clean of drugs and his family truly believed that this most terrible episode in their lives had come to an end.

Sadly, they were to be badly disappointed. Ahmad fell in love with a young woman from his native town, but his attempts to court her were thwarted by her family who had no intention of allowing their daughter to marry a former drug addict. Frustrated and angry, Ahmad turned once again to drugs.

Today, the center in Azzariya no longer exists. There being no other center in the entire West Bank, Ahmad's family decided that their only option was to persuade Ahmad to see a psychiatrist, but their pleas went unheard. As a last resort, they encouraged him to take a new prescription-only anti-drug medication that puts its users to sleep for several days. Ahmad agreed to take the medication, but the results remain to be seen. Meanwhile, his family can only hope and pray that this rather unorthodox treatment will put an end to their nightmare.

My experience with drugs

Umran Ali, a father of three from Shu'fat is a former drug addict who managed to give up drugs after using them for almost 13 years. He tells his story to *The Youth Times*.

I grew up in an environment in which drugs were a normal part of life. My neighbors and relatives all used drugs, and at the age of nine I started smoking cigarettes and drinking alcohol. My family didn't object; on the contrary, my cousins used to give me pocket money for hiding their drugs in my home.

At the age of 15 I started using Hashish, which I could always obtain from my neighbors. Before long and due to the influence of the people around me I started using hard drugs such as heroine, sometimes as much as three doses a day. Even as I took one dose I would be thinking about how I could obtain the next one, and there was nothing I was not prepared to do to guarantee my fix. I was working in construction and my wages were not enough to cover the cost of the drugs, which meant that I was often forced to borrow money or, in some cases, steal it.

It never crossed my mind that I should give up drugs until one day, after spending around 5,000 NIS on heroine and taking a huge quantity but still not feeling any better for doing so, I decided that enough was enough. It wasn't easy to stop. This was in 1997, and I had begun taking drugs in 1984. I ended up spending an entire three days in bed feeling really terrible and as if my eyes were the only parts of my body that were still alive. At the end of the three days I felt much better, and my family were relieved to see such a difference in my mental and physical well-being.

Whenever I think about my past, I think to myself how stupid I was. My life now is very different. I am a contractor and am able to save a lot of money. There is no way that I would ever think of taking drugs again, and I truly believe that any addict can give up drugs if he has enough determination.

Drug Use and Addiction in East Jerusalem and the West Bank

By: Hamdi Hamamreh

DRUG addiction is a universal phenomenon, although both the use of drugs and the laws that restrict their usage vary from country to country. In recent years, this phenomenon has become so widespread in Palestinian society that drug abusers and addicts can often be seen in public places, while certain areas, such as Jerusalem's Al-Musrara Quarter, have become established meeting places for addicts and dealers.

In order to learn more about this phenomenon, TheYouth Times interviewed ***Dr. Gabi Kevorkian,*** *a specialist in family medicine and community mental health who has carried out many studies on the issue of drug or substance abuse.*

What does the term drug addiction mean?

In most Western countries the term has been replaced by drug dependence, which implies that a person has become dependent on any one of a number of illegal substances to the extent that he or she needs this particular substance in order to feel normal. Drug dependence can be of either a physical or psychological nature.

How does a person become dependent on drugs?

People do not become addicted after taking only two or three doses but when they have experienced the effects of drugs so many times that they feel they are unable to live without them. In many instances, drug-dealers try to win the custom of people who are still new to drugs by offering them free samples.

It should be noted that people who are dependent on drugs will do whatever is necessary to obtain

Dr. Gabi Kevorkian

their next fix, even if it means telling lies, stealing, or pushing their wives and other family members into prostitution, etc. Unfortunately, one of the greatest problems we face in dealing with drug-taking is that many users will insist that they are no longer taking drugs even when they are.

Is drug dependence restricted to one sex or religion?

In the Arab World, men are generally heavier users of all types of drugs than women, whereas the gap in Western countries is narrowing. In Palestine, drug dependency exists in both Muslim and Christian communities.

Is it possible for a drug dependent to ever be fully cured?

The answer is no, and I would say that 99 percent of former drug dependents will eventually suffer a relapse. This is why I believe in prevention not cure.

When helping drug dependents to get clean, the most important thing you can offer them is support. Ideally, addicts should be helped to withdraw from drugs and overcome the withdrawal symptoms in a medical environment. In this respect, we are unfortunate because we have only one clinic in East Jerusalem and only one in West Jerusalem serving both Israeli and Palestinian patients.

PNA COMBATING DRUGS

The Palestinian National Authority is doing its best to eradicate the phenomenon of drug-taking, addiction and trafficking. The following interview was conducted with Mohammed Ismael, the Assistant Director of the Anti-Drug Authority in Bethlehem.

To what extent does this phenomenon exist in Bethlehem and other Palestinian cities?

The phenomenon is noticeable in many Palestinian cities but the number of drug addicts varies from one area to another. The majority of drug addicts are males who are between 17-30 years of age, most of whom use cannabis. Only a few addicts tend to use other types of drugs, which are relatively expensive. Drug users usually live in cities and towns rather than rural areas.

Why do people use drugs?

The lengthy Israeli occupation has created numerous problems among Palestinian families. Many drug addicts or dealers cooperated with the Israelis, who used drugs as a means to encourage more Palestinians to become or remain collaborators. Other Palestinians tried to run away from their problems and drugs became their last resort.

Drug Addict

What procedures are followed by the Palestinian anti-drug squad?

Drug-use and trafficking was practiced on a large scale in the Bethlehem area prior to the arrival of the Palestinian Authority, although both have since decreased. Nowadays, the majority of drug users tend to use drugs in areas that are not under the control of the Palestinian Authority such as East Jerusalem and areas in Israel. Although Israel encourages the use of drugs in the Palestinian areas, it punishes anyone found selling drugs to Israelis. There is no doubt whatsoever that the Israelis know of the existence of many drug addicts and dealers in certain parts of Jerusalem, such as Al-Musrara Quarter, yet they do nothing to punish them.

Is there any Palestinian law that restricts the use of drugs?

Anyone caught using or selling drugs is detained for 48 hours and then seen by the Attorney General prior to being transferred to court and released on bail. Until now, unfortunately, there is no Palestinian legislation that can deal with drug cases in an efficient way.

Drugs and Religion

Christianity, Judaism and Islam prohibit any behavior that contradicts their teachings. Drugs inevitably affect the mental state of their users, which means that from the point of view of all three religions, they are unlawful.

Islam is against drugs and their users, says Sheikh Fathallah Silwadi, the Mufti of Ramallah. There is no specific verse in the Quran that deals with drugs, although there are many that deal with wine and alcohol. Nevertheless, several Muslim jurists issued rulings that prohibit the taking of drugs. In doing this, they derived this legislation from Al-Qiyas (analogy).

The Quran says, "O, ye who believe! Intoxicants and gambling, sacrificing to stones and divination by arrows, are an abomination, of Satan's handiwork. Eschew such (abomination), that you may prosper (Al-Ma'idah, Verse 90)

Although the Arabic word *khamr* literally means the fermented juice of the grape, its meaning was applied to all fermented liquor and by further analogy to any intoxicating liquor or drug. It may well be that such substances may possess certain benefits, but the harm is clearly greater than the benefit, especially if we look at the issue from a social as well as a personal perspective. Therefore, drugs are considered unlawful.

The view of Christianity is similar to that of Islam. Father Edward Tamir, The Latin Community Priest in Jerusalem, says that drugs are unlawful. The prohibition is based on the fifth commandment "Thou shall not kill." Killing does not only mean killing another person, but also killing oneself. Drugs may cause death; therefore, selling, using or even campaigning for drugs is forbidden.

According to Rabbi Moshe Hirsh, the view of Judaism is as follows: "Drugs lead to social sickness and they are viewed as a vice. Drugs cause damage to the health and the mind of all those who are addicted to them."

On the Couch

REJECTION

I am madly in love with the girl with whom, until recently, I was speaking on the phone every day or meeting in person. Suddenly, however, she called me and asked me to forget her, adding that I should never contact her again. Her words caused me to nearly go out of my mind, and I could not stop myself from pressing her for a reason.

My girlfriend told me that her father is not a very nice person and would certainly reject me if I approached him to seek his daughter's hand. I have to admit that what she said about her father is true, but my girlfriend is so very nice and beautiful that each time I remember her words, I can barely stop myself from going crazy. I have hardly slept or eaten since our conversation, and I just cannot get her out of my mind.

Please advise me as to what I should do.

A.S.
10th grade
Ibn Rushd
Hebron

Dear A.S

In spite of the fact that the emotions associated with love are so beautiful and can result in a lot of happiness at the same time as they encourage us to follow our dreams and achieve so much, these emotions may also be considered a lethal weapon that may lead to destruction.

Youngsters of your age may experience love for the first time. As a result your feelings will be very strong. Marriage is the natural consequence of a romantic relationship, but you have to realize that you are very young to be considering marriage. It would be much better if you concentrated on your studies and passing all your exams. Then, you will be in a better position to decide if you wish to pursue your higher education or not. When you finish your education you will be able to depend on your own abilities and get a job, then you can think of getting married.

It is normal for young people in your situation to feel that they don't have the appetite for food or the desire to sleep... Think about it carefully, and you will soon discover that now is not really the time for you to be thinking of marriage.

Nobody can force you not to love, but your education and your career are the keys that will open the doors to your future and allow you to marry the girl of your choice.

I wish you the best.

MATHEMATICAL MISERY

The problem with which I am faced might appear simple, but it really bothers me. Whenever I sit for a math exam, I find that I have forgotten everything I studied. Take my last math exam, for example. In spite of all my preparation, which included answering questions posed to me by both my teacher and my mother, when I saw the questions I was sure that I knew the answers, yet when it came to actually answering them, my mind went blank. I have no idea why I have such a problem, especially as I am very good in other subjects such as English, Arabic, and German, etc.

Please help.

F.A.
8th grade
Lutheran School
Ramallah

Dear F. A.

It is clear from your letter that you are a clever and a hard-working student. Many students face the same problem especially during the exams. They feel as if they have forgotten everything they have studied. You have to realize that your problem will become more complicated for you to not keep things in perspective. Try to treat mathematics as any other subject, not as a subject that causes a lot of trouble and psychological pressure. Try to understand mathematical exercises by comparing them with real examples from nature; don't deal with them as nothing more than digits.

Try not to memorize, but instead do your best to analyze examples in order to understand them fully. I would suggest that you discuss what worries you with your teacher. Moreover, it is important that you prepare yourself for the exam, not only by studying but also by relaxing and sleeping well during the weeks that precede it.

Before answering the questions, have a deep breath and try to understand the question well. If you feel you don't know the answer try to compare the question with what have you prepared. Sometimes it is necessary for a person to consider a problem as a simple thing that he/she can overcome using persistence and patience.

I wish you all the luck in the World. (Please look at the cocktail page "In Arabic" and you will find more tips there about this matter.)

Acne Nightmare

My nightmare for the past two years has been my problem with acne. My face and neck are all covered with acne, which causes me great embarrassment. I see sympathy in my schoolmates' eyes, but at the same time I see a lot of disgust. I am so depressed, and wish I didn't have to leave my bedroom. Then, at least, I would not have to see myself in the mirror.

T.B.
Gaza

Dear T. B.

We understand how hard and difficult it is to suffer from acne. Look at the grown-up people around you and remember that many of them suffered at a certain period of their lives from acne. Look at their faces and see for yourself how acne is a problem that can be solved without leaving any traces.

Since many young people suffer from acne, The Youth Times consulted Dr. Spiro Tams from Bethlehem, who gives you the following advice.

_ Keep your skin clean all the time by washing regularly with special soap and drying it gently.

_ Refrain as much as possible from eating fatty foods like chocolate, peanuts, fried food and sodas.

_ Don't use your fingers to extract pus from the pimples; this will leave permanent scars on your skin.

_ Keep a special towel for your own usage.

_ Change your towels and pillow-cover on regular basis.

_ Drink at least eight cups of water per day.

_ Eat lots of fruits and vegetables.

Consult a dermatologist before applying any medication.

"the pros..." p.1

"These clubs affected my school grades" says Khalil, "and I am sorry to say that I have become an addict. I often waste every single shekel I have on the machines and the situation has now reached the stage where I sometimes waste all my time in the arcades instead of going to school"

It is clear that the time has come to devote more time and energy to thinking about the needs of young Palestinians and provide suitable alternatives to amusement arcades, such as computer centers and Internet cafes. Only by having access to such alternatives will our youth be persuaded to spend their free time in a more constructive and educational manner.

Dr. Diab Ayush, the Under Secretary of the Ministry of Social Affairs, says, "These clubs and their administration should be controlled by the Ministry of Social Affairs. In order to reduce their negative effects, two main conditions have to be taken into consideration: First, under age children must not have access to the games inside these clubs. Secondly, the administration of these clubs must be a responsible one and must take into consideration the interest of our children and their needs. Financial benefit should not be their utmost goal."

Ayush continued, "Some children may steal in order to have enough cash for these games. I personally heard many complaints from some families about the misconduct of their children who began to steal and tell lies after they started going to these arcades."

"A person may become addicted to this sort of club. Therefore, we have to make every effort possible to control them. I think visiting these clubs once or twice a week is enough."

"theory..." p.3

"I am sure that what we learned from our mistakes during this conference will prepare us for any similar conferences that we attend in the future."

Saniya Al-Husseini, who represented Iran, agreed that the students had benefited a great deal from this particular experience. "My work in the field of media has enabled me to visit the UN many times," she told *The Youth Times*, "but I have never participated in any of its sessions. We are not accustomed to this type of thing." Al-Husseini continued, "I went to Egypt to collect information on Iran and I also scanned the Internet in order to be fully prepared. The Israeli occupation has deprived us of so many things and it is time to compensate for what we have lost. I would like to express my thanks to Birzeit University for taking the lead in conducting such a project on its campus. It is my hope that similar conferences will take place every year."

"young diaspora..." p.1

"Nevertheless, I have every intention of returning to see the tree that I planted; for me, it represents my roots here in Palestine."

Although the volunteers differ in their opinions concerning certain issues, there are three things on which they agree: the need for litterbugs to be fined; the need for the school curricula to include a voluntary work program, and the need to develop awareness amongst young Palestinians with regard to the importance of the environment and how we, as caring Palestinian citizens, must do everything within our power to protect and take care of it.

Group supervisor Terry Ahwal says that it was her background in voluntary work that encouraged her to approach the American Federation of Ramallah with a view to bringing a group of Diaspora Palestinians to Ramallah to work as volunteers. "The federation welcomed the idea and even provided us with money for some basic expenses," says Terry, who intends to return next year with up to 300 volunteers.

"The people here do not know a lot about voluntary work," continues Terry. "Perhaps it is up to us to educate them and set an example." Even as she speaks, three young Palestinian cyclists get off their bikes and join the volunteers.

According to Akif Abdul-Al, agricultural supervisor with the Ramallah Municipality, the municipality has been working under the slogan "Green Ramallah" since January 1998. "We welcome anyone with an interest in beautifying Ramallah to come and volunteer," adds Abdul-Al.

One can only hope that the sight of their fellow countrymen from the Diaspora dirtying their hands and getting down to some really hard labor will encourage local Palestinians to accept Abdul-Al's offer and help take care of what is, after all, one of the most beautiful cities in Palestine.

Career Watch: Tour Guide

By: Margo Sabella

WHAT do you want to do after you finish your education? What do you want to be in the future: a teacher, a doctor, a mechanic, a pilot, a hairdresser, a singer, a TV announcer? Simply write to us and name the career or profession you want to know more about. Each month we will select a letter and arrange for its writer to work in the profession of his or her choice for a day.

The Youth Times gave 14-year-old student **Tamara Abu Al-Khair** a chance to get a taste of her future career as a tour guide by arranging a one-day tour with a professional tour leader, **Rula Shbeita.** *At the end of the day, Margo Sabella, from iThe Youth Times conducted the following interview.*

Nasri Maqbul

Tamara Abu AL-Khair and tour guide Rula Shbeita

> **"A TOUR GUIDE IS A WALKING ENCYCLO-PEDIA""**

Tamara, how did you find the day?

I enjoyed it very much. My attention was drawn to so many things and places that I had never even noticed in the past, and I soon came to realize that a tour guide is in many ways like a walking encyclopedia.

Where did you go?

We visited two churches in Ein Kerem, the Holy Land Model, Herodium, the Church of the Nativity, the Israel Museum and the Holocaust Museum.

Was the trip very different from how you expected it to be?

It is amazing how much we walked; we never walk this far on school trips! Moreover, our school trips usually take us to the same old places.

When did the idea of becoming a tour guide first occur to you?

I first thought about it when a friend of mine started going on about what a great career this must be as it allows one to meet plenty of new people and be introduced to different things and ideas whilst earning a good income.

What did your trip teach you about being a tour guide?

I learned that a tour guide needs to be outgoing, independent, patient, helpful, and careful to include everyone in whatever is happening. I also realized that a tour guide has to study very hard in order to obtain a license to practice his or her job and must make the most of all available resources, including the Internet.

What was your family's reaction when you told them that you want to be a tour guide?

My family objected, mainly because I will have to sleep away from home now and then. I am hoping that by the time I start studying to become a tour guide their attitude will have changed.

Rula Shbeita, who hosted Tamara, gave us the following interview.

Rula, how did you become a tour guide?

After studying theology and gaining a BA in English Literature, I became an English and religious studies teacher. It was during the time that I spent working in a tourist agency that I realized that I like to travel, meet new people and spend time in the open air more than I like being indoors.

Was it difficult to obtain a license?

Yes, my applications were turned down several times because I didn't know Hebrew very well. Once I had improved my Hebrew I was accepted as a member of the Israeli Ministry of Tourism program.

How many Palestinians were in your class?

As a general rule, out of a group of 50 there will only be three or four Palestinians.

What did your family and friends say about your career choice?

My family and friends were really supportive and encouraging, which has a lot to do with the fact that some of my family members are also in the tourism industry. I am proud to say that I am the only Palestinian woman in 20 years to become a tour guide.

Did you worry about the reaction of your male colleagues, bearing in mind that we are talking about a field that is dominated by men?

No, on the contrary, my colleagues have always treated me with nothing but the greatest respect and are always ready to help. In fact, the manager of the tourist agency really encouraged me as there are actually some groups who prefer to have female guides because they believe them to be more sensitive to the needs of the group.

My only real concern was that people who know me might come up to me in the street while I was working to say hello, but even that was never really a problem. My first time out with a group was the most difficult; after that, it was all plain sailing.

Do you and your male colleagues receive the same salary?

Yes, each agency has its own salary scale, which applies to male and female employees alike.

What are some of the more negative aspects of your work?

Well, the work is extremely tiring and very difficult, and I usually have to rise early in the morning and stay out until very late at night. Another drawback is that I have no social life to speak of as most groups come for a one-week tour and I have to accompany them at all times.

What is so interesting is that each group reacts in an entirely different way to each site, which means that my work rarely becomes monotonous.

How do your Israeli colleagues relate to you, being a Palestinian woman?

I feel that they respect me and I in turn respect them; after all, we are in such close contact that for it to be any other way would lead to no end of problems.

How do you go about explaining things when you visit places such as the Holocaust Museum?

A professional tour guide should be objective, especially when it comes to sensitive issues. I try to be as objective as I can and I believe that the tourists - who know that I am Palestinian - respect me for this.

Do you believe it is possible for married women with children to work as tour guides?

Yes, I believe it is possible to organize one's work so as to avoid spending too much time away from one's family, such as by only accepting groups that do not want to travel far from Jerusalem. Alternatively, women with young children could always leave work for a while and then return once the children are older.

Do you encourage young people and especially young women to consider becoming tour guides?

Yes, but they must be prepared to study hard. Being a tour guide is not quite as easy as people think. There are plenty of places where would-be tour guides can study, examples being Bethlehem University, the Bible College in Bethlehem and the Israeli Ministry of Tourism all of which have excellent programs.

Where to study tourism

The Bethlehem Bible College
Duration of course: Eighteen months
Criteria for acceptance: BA degree or its equivalent
Knowledge of Arabic, English and a third language
Contact number: 02-741190

Bethlehem University
Duration of course: Two years
Criteria for acceptance: BA degree in any field
Knowledge of both Arabic and English
Applicant must be over 23 years of age
Contact number: 02-741241

An -Najah University
Duration of course: Nine months intensive
Criteria for acceptance: BA degree
Knowledge of Arabic,English and a third language
Contact Number: 09- 3811137

The International Nadwa Center/Bethlehem
Duration of the course: Fifteen months
Criteria for acceptance: Knowledge of Arabic, English and a third language
Contact Number: 02-742312

Theory and Practice

By: Vicky Apkarian and Hamdi Hamamreh

TODAY, the educational system in both Palestinian schools and universities still follows the traditional method of teaching, according to which some 90 percent of the curriculum is based on theory, while only ten percent is devoted to practical experience. *The Youth Times* had the opportunity to hear the points of view of a number of students in the wake of two fairly recent practical sessions: the first, a scientific exhibition held at Bethlehem University and the second, a simulated United Nations Peace Conference held at another major Palestinian university, Birzeit.

The scientific exhibition, held between 3-4 April, covered various subjects such as applied science, information technology, telecommunication, medical technology and industrial chemistry. It provided groups of school students with a rare opportunity to carry out their own experiments under the supervision of experienced university students and professors.

"The exhibition was great because it introduced us to completely new experiments that were previously unknown to us," said Mira Abdeen from Bethlehem Secondary Girls School. Shibli Saman from Terra Sancta School agreed with what Mira had said before adding that the exhibition had provided him with valuable new information. Meanwhile, another student commented by saying, "The exhibition was wonderful. We certainly need this type of practical experience, and I wish that our schools and universities would adopt the Western method of teaching, which is based mainly on practice."

Bethlehem University, being acutely aware of the need for students to undergo more practical experience, is already involved in changing the theory-practice imbalance. "As far as the Department of Science is concerned, four new minors have been introduced," said a source from the university's science department, who went on to name the minors in question: telecommunication, computer information technology, medical technology and industrial chemistry. The source added that all science courses now have their own laboratories.

Simulated United Nations Conference at Birzeit University — Nasri Maghul

The simulated United Nations peace conference was held at Birzeit University on June 20. An important component of a course supervised by Dr. Ibrahim Abu Lughod and Dr. Roger Heacock, the conference was attended by approximately 20 students of political science and international relations.

Dr. Abu Lughod explained that the aim of the conference was to familiarize would-be Palestinian diplomats with the procedures that are followed by the UN and its member states in reaching a resolution. Another important aim, he noted, was to show students how the various states lend each other their support regarding certain issues.

Prior to the conference, each student was instructed to select the country he or she wanted to represent, gather information on that country and be ready to give a speech and defend its position. This process required careful preparation and an excellent working knowledge of the foreign policy of the state in question.

"We are training the future Palestinian elite on how to represent and reinforce the Palestinian position in the international arena," said Dr. Roger Heacock.

"This course is just the beginning, and I hope that similar courses will eventually be offered by all Palestinian universities. It is our intention to hold one such course every year here at Birzeit, and we are hoping to invite representatives from various countries so as to create a real atmosphere."

Students reacted enthusiastically to the conference. Mahmoud Makhoul, one of the students who represented Libya - Makhoul lived in the Arab country whilst studying for his BA - said, "This was a wonderful experience that provided us with a realistic atmosphere. I would like us to have more practical experience, bearing in mind that 90 percent of our course is currently based on theory."

Continued p.5

Sports Support in Palestine: A Step in the Right Direction

By: Marianne Albina

PALESTINIAN youngsters comprise roughly 70 percent of the total population in Palestine and it is an undisputed fact that their active participation in sports is one of the keys to a healthy society. Although young people were not paid sufficient attention in the past, with the establishment of the Palestinian Authority in the West Bank and Gaza Strip, there has been a rapid increase in the number of organizations that work for the benefit of young people, two of the most active being the YMCA and the Ministry of Youth and Sports.

The East Jerusalem YMCA serves Palestinians from Jerusalem and the West Bank - or at least those who are lucky enough to reach its premises. It offers various kinds of activities including tennis, basketball, camping trips, leadership training programs, specialized workshops and summer camps. Through its contacts across the world, the 'Y' - as it is commonly known- is constantly implementing interesting projects, thereby keeping its members up to date concerning new games and activities whilst familiarizing them with more traditional games, which, were it not for the efforts of the 'Y', could otherwise be forgotten.

Palestinian youngsters swimming at the YMCA — Ahmad Bakkari

One of the 'Y's' most successful projects to date has been its summer camp program. The annual camp is preceded by a leadership training program, which empowers its enthusiastic participants with the leadership skills upon which they will come to depend whilst serving as efficient leaders during the summer camp itself. The 'Y' also sends young people abroad as part of its exchange program to allow them to experience lifestyles and surroundings that are different to their own.

Like the YMCA, The Ministry of Youth and Sports, which has been operating since 1994, has also accomplished a great deal. Its activities include exchange programs with students from Egypt, Jordan, Morocco, Iraq and Tunisia and facilitating the participation of Palestinian sports teams in international Arab championships and competitions with European countries. In addition, it has arranged training programs for sports coaches, thanks to the cooperation of Britain and Hungary.

The ministry offers leadership training courses and a number of camps involving other youngsters from specific West Bank areas or from Jerusalem, Arab Israelis or in some cases, a combination of youngsters from all over Palestine. UNICEF, the United Nations' Children Fund, supports three to ten summer camps in the West Bank with some 300-400 young people participating in each.

As for the international camps, last year's involved young people from Britain, Jordan, and Qatar as well as Palestine. The Palestinian participants in such camps often include young Palestinians who were imprisoned for resisting the occupation.

It is clear that things have changed for the better when it comes to public and official awareness of the need for our young people to have easy access to sports grounds and other leisure facilities. It is also clear that although a lot has already been achieved, we still have a long way to go, particularly with regard to broadening the reach of the current programs.

THE YOUTH TIMES
A Palestinian Monthly
Established: 1998
Publisher: Hanna Siniora
Editor in Chief: Hania Bitar
Public Relations: Toine Van Teeffelen
Translation & Coordination:
Hamdi Hamamreh
Sponsored by Bilance
19 Nablus Road, P.O.Box 20185,
Jerusalem
Tel: 02-6264883/6273293
Fax: 02-6287893
e-mail:
youthtimes@jerusalem-times.com

What did you do this summer?

IN a few weeks time, the summer vacation will come to an end, and you'll be back at school. For most of us, the question that immediately comes to mind is "What did I achieve this summer?"

As usual, before the vacation started, we had a long list of things that we wanted to accomplish: books to read, letters to write, trips to take, friends to visit, studies to catch up on... However, the days passed quickly, and suddenly, the vacation is over... and all we did was sit and watch endless hours of T.V., gossip over the phone, or argue with our siblings. But all is not lost! Please remember that the few weeks left before the new school year starts can always be used to your benefit. If you cannot afford to buy books to read, exchange books with your friends or join a public library. If you didn't get the chance to go on a real trip, form a group of friends and go for nature excursions in your surroundings. If you have hobbies that you didn't get the chance to cultivate, remember, you can always start today.

Use the remaining days of the summer vacation to make yourself feel better and to put an end to these feelings of guilt and laziness.

SHATTERED DREAMS

By Fawziya Sghir , MOROCCO

I don't know whether I even have the right to talk about myself for there are times when I feel totally disoriented, not knowing who I am, where I come from, nor my destination. For the time being, however, I believe I am in control of my senses and can answer those questions - or can I?

As far as I can remember, I come from childhood. As a child I always felt happy to receive a new toy or dress, although as I grew older, it was from gifts such as flowers or sweet words that I derived the greatest pleasure. Now, the time has come for the roles to reverse and for me to give something to my fellow humans, and I truly believe that the greatest gift I can give to others relies on my ability to consistently realize my true self. Unfortunately, however, satisfaction, happiness and self-realization are all relative, and they are never absolute; there is always something there to break the flow of our happy moments.

Sadly, the last decade of my life to which I have devoted so much energy has been marred by the realization that my life has not even granted me the least of my wishes. Let us talk about studying, for instance, which is central to the life of a young woman like myself. When I received my BA, I didn't feel happy at all. For other students, it was the end, or at least the beginning of an end. But for me, it was the beginning of change, a moment of transition, a bridge leading from one bank of the river to the other, from the past to the future. But what kind of a future lies ahead of me? Staying at home with the family, unable to find a job that suits my qualifications and talents. What a terrible waste of so many years of studying... Having resigned myself to my fate, I hear a small voice inside my head repeating over and over again,"Let it be! Let it be!"

I feel I am living in a void, waiting, but for what I am not sure. All I know is that young people throughout the world are having a hard time finding work, which means that all one can do is to hope and never let go of that hope. The great tragedy is that we have been brought up with idea that to obtain a degree in some way guarantees one a job and a charmed existence. But there is more to life than that! One needs to be motivated enough to reinforce one's own being by contributing something useful and creative to society. One has to transcend all difficulties and keep going.

The words sound logical and beautiful, but the reality of our situation is so sad. The dreams I used to have no longer visit me, so scared are they of never being realized. The taste, the harmony and the charm my life used to have no longer exist, and it has become as barren as wasteland, as cold as an iceberg and as silent as the desert. There is no motivation or enthusiasm, just monotony and sameness.

Although I feel stuck in the present, I am doing my best to see a light at the end of the tunnel.

A Letter To ...

DEAR OFFICIAL

Dear Mr. Mustafa Al-Natsheh,
the Mayor of Hebron,

I am writing to you in the hope that you will take note of my complaints and provide a solution. The residents of Hebron, including myself, face two major problems: namely, the absence of a public park and the almost total absence of pavements, of which the majority of our roads are in the direst need.

Apart from these two problems, there is also a need for an increase in the number of dustbins or skips, as well as for transferring factories from populated areas to a suitable remote location.

Alaa Shabana
Ibn Rushd School / Hebron

Dear Mr. Al-Natsheh,

I would like to draw your attention to a problem that has worsened in recent days, namely, the problem of damaged water pipes. The damage has resulted from the irresponsible behavior of workmen working on local roads, and I trust that you will deal with this serious problem immediately, especially in light of the current water shortage in the city.

Ratib Sharabati
Ibn Rushd School / Hebron

RESPONSE

In response to the above mentioned problems, Atif Tamimi, the secretary of Mayor Natsheh replied as follows:

Our major problem as a municipality is the shortage of financial resources. To establish a public park would require a substantial budget, which is currently not available. Although we are seeking financial aid for such a project, it is very unlikely that a park will be established in the near future. As for the pavements, work on repairing the old road system, which includes adding new pavements, is already progressing at a steady rate.

With regard to the shortage of dustbins and skips, I am glad to inform you that thanks to the cooperation of the Spanish government, we have succeeded in obtaining 420 skips and seven garbage trucks, all of which will be distributed soon.

The municipality also managed to obtain funding that will enable us to establish many small factories in the Hebron industrial zone. The first stage of the project, involving the establishment of 46 factories, has already been completed, while plans for the second stage involving 200 factories are already underway. The basic idea behind this project is to eventually transfer all local factories to the area.

I agree with Ratib that some workmen are careless, and I promise that we will make every effort to ensure that no further mistakes are made and that the problem is solved immediately.

The Pros & Cons of Amusement Arcades

By : Hamdi Hamamreh

Young man playing in an amusement arcade *Nasri Maqbul*

Although Arab societies in general and the Palestinian society in particular are still considered socially oriented, they have witnessed many changes in recent years. One such change has been the appearance of Western-style amusement arcades, such as those in Salah Al-Din Street or Al-Zahra Street in the center of East Jerusalem. In order to discover more about these arcades, *The Youth Times* decided to pay a few a visit.

There are four arcades of this kind in East Jerusalem. Where did the idea come from? What sort of people visit the arcades? How much money do they spend on the games and do they ever become addicted? These are the questions to which we tried to find answers by speaking to the owners of these clubs and to those who visit them on a regular basis.

The owner of the Disney Land Arcade in Az-Zahra Street, Ziad Al-Joulani, told *The Youth Times* that he first thought about opening an amusement arcade whilst living in America. On the other hand, the owner of another arcade, M. Abu Assab, came up with the idea of opening an arcade of his own after seeing how popular such places are in Israel.

In spite of being very Western, amusement arcades have become very popular with many Palestinians, whose age may be anywhere between 12 and 40. Some visit the arcades to play on the machines themselves, while others prefer to watch others or sit and chat. For some, the arcades are simply a place where they can meet their friends and exchange news.

All of the arcade owners insist that their games do not lead to any kind of addiction. Nevertheless, the fact that the average amount spent by each customer is some-NIS 20 and that many younger Palestinians visit the arcades on a daily basis is clearly a cause for concern.

Seventeen-year-old Hassan Ali spends at least two hours per day in the arcades. He left school while he was still an eleventh-grade student and is currently working as an electrician. According to Hassan, he spends most of his spare time in the arcades and some NIS 30 per day on games. He rejects the idea that the arcades can lead to addiction and insists that they are a valid source of amusement and a suitable place for friends to meet.

Zaki Mohammed is also a fan of the arcades. He left school at the end of the seventh grade and now spends a minimum of one hour per day in the arcades. Whilst talking to Zaki, I happened to notice a particular teenager who was becoming increasingly angry as he lost time after time to the machines. Just as I was about to approach him, he stormed out in a rage; my chance to interview him was lost.

Sixteen-year old Muneer Ali is of the belief that amusement arcades have a negative effect on an individuals social life if visited too often. "You start off by saying that you only intend to visit the arcade for an hour or so and then end up spending three or four hours trying to pull yourself away from the machines," says Muneer. "I personally spend most of my money on these games. When my own money finishes, I borrow from my friends and inevitably regret it the minute I lose and make a vow never to play again. Of course, I always come back. In short, I am addicted to these machines in much the same way that some people are addicted to drugs."

Khalil Khadir, 14, is also rapidly losing his enthusiasm when it comes to amusement arcades. **Continued p.5**

Young Diaspora Palestinians Hope to Start a "Fire" in Ramallah!

By: Hamdi Hamamreh

Diaspora Palestinian volunteers at work in Ramallah *Nasri Maqbul*

ONCE again, summer is upon us and a group of young Palestinians from the Diaspora have given up a peaceful, relaxing summer vacation to come work as volunteers in Palestine. All of them - in spite of the heat - say that planting trees and bulbs in Ramallah is a really great way to have fun whilst contributing something to "the homeland." Indeed, it is hard to avoid being caught up in their youthful enthusiasm.

"We are clearly more fortunate than the people who live here," says 15-year-old Paul Saba, who goes on to echo the feelings of other volunteers by adding that volunteering is the least he can do as a Diaspora Palestinian. As Christina Azrak, one of the first-time visitors to Palestine from amongst the group explains, "Palestine is a very nice place, but it certainly requires a lot of work and development."

In the eyes of Lorraine Araj, a seasoned visitor to Palestine, things are gradually improving. "I feel that things are changing for the better," says Lorraine, who adds that she always feels excited and optimistic whenever she plants something in Palestine.

Many of the volunteers would like to return to Palestine on an annual basis. "This is my third year in a row," says Paul Totah. Paul then goes on to contradict Lorraine by saying, "Unfortunately, things are not improving. In fact, Ramallah used to be cleaner. People should show more responsibility and not throw their litter in the streets."

"The thing I noticed most upon returning to Ramallah after a six-year absence was that there are so many new buildings and new faces, but then I guess that is due to the influx of returnees."

Eyad Shqair agrees that taking care of Ramallah will require careful attention. "I like to do voluntary work and help the local people," says Eyad, "but I always feel worried that once we are gone, no one will look after our plants and all our work will be wasted."

Julia Eadeh is somewhat more optimistic than Eyad. "It is like we set the spark, and now all people have to do is keep the fire going," says Julia. "If we work together, there is hope. The only real problem is that the people here have a rather negative kind of attitude and consequently, they tend to live for today without planning for the future. **Continued p.5**

The Youth Times* extends its congratulations to all those who passed the Tawjihi exam. To all those who didn't, please remember that with some more effort and determination *YOU CAN DO IT!

A Palestinian Monthly

Second Issue

JULY / AUGUST 1998