ريما عازم من الطيبة تقدم " نصائح ذهبية " للأهل حول تنظيم وقت الابناء خلال العطلة الصيفية

تعتبر العطلة الصيفية فرصة سانحة للطلاب للاسترخاء والاستراحة من الروتين الدراسي واستكشاف اهتمامات جديدة. ومع انتهاء العام الدراسي، يجد الأهالي أنفسهم في مواجهة تحديات جديدة تتعلق بتنظيم وقت ابنائهم وتوجيههم نحو أنشطة ممتعة ومفيدة. صحيفة بانوراما تحدثت الى ريما عازم من الطيبة مختصة بالوالدية ، مرشدة وموجهة أهالي وصاحبة فكرة ومشروع "إبني انسان". وقالت ريما عازم في مستهل حديثها لصحيفة بانوراما حول التحديات التي يواجهها الأهالي خلال العطلة الصيفية: "العطلة الصيفية تُعدّ فرصة للطلاب للراحة من جميع الالتزامات والمهام المدرسية، لكنها تمثل عبئًا كبيرًا على العديد من الأهالي نظرًا للتحديات العديدة التي تواجههم. التحدي الأول هو وجود الأطفال في المنزل معظم ساعات اليوم. أغلب الأهالي يعملون ويشعرون بفقدان السيطرة على الأطفال، مما يؤدي إلى فوضى في نظام اليوم، يومهم يتحول إلى ليل وليلهم إلى نهار، وهذا يعود إلى عدم وجود حدود أو ضوابط واضحة في المنزل خلال العطلة الصيفية، بالإضافة إلى المشاجرات بين الإخوة. من جهة أخرى، هناك التحدي الذي يتعلق بالشاشات، فللأسف الشديد، يلجأ الأطفال مباشرة إلى الشاشات ويقضون ساعات طويلة أمامها، وقد تفاقمت هذه المشكلة منذ فترة جائحة كورونا".

ريما عازم

" المراهقون يتطلبون معاملة مختلفة "

وأشارت ريما عازم الى "أن المراهقين يتطلبون معاملة مختلفة عن الأطفال الأصغر سنًا. الأطفال تحت سن العاشرة يتأثرون بشكل أكبر بنظام اليوم والأهل لديهم تأثير كبير على تنظيم وقتهم، أما المراهقون فوق سن 12 أو 10 سنوات، فيكون التعامل معهم أكثر صعوبة بسبب اهتماماتهم المختلفة وانكشافهم على العالم الخارجي، خاصة مع امتلاكهم هواتف نقالة، والمرحلة العمرية التي يمرون بها مليئة بالفوضى، لذا يحتاجون إلى معاملة خاصة، لهذا أهم شيء هو التخطيط قبل بدء العطلة، اذ يجب علينا كأهل أن تكون لدينا رؤية أسرية واضحة وأهداف للعطلة وكيف نريد أن يستفيد أبناؤنا منها، ومن المفيد أن نستشير أبناءنا حول كيفية رغبتهم في قضاء العطلة، أيضا ضبط ساعات النوم وتناول الوجبات الرئيسية من الأمور الهامة أيضًا". ومضت قائلة: "العطلة الصيفية هي فرصة للأطفال ليأخذوا قسطاً من الراحة بعد فترة طويلة من الدراسة والمهام المدرسية، وفي هذه الفترة، لا يركز الأطفال كثيرًا على المهارات الحياتية التي نحتاجها جميعًا، لذلك، من المهم أن نفحص المهارات التي يحتاج ابننا لتعزيزها أو تقويتها. ودائمًا أنصح بأن نختار مهارة واحدة فقط للعمل عليها خلال هذين الشهرين من العطلة، ونشجع ابننا على تعلمها بشكل صحيح، فالتركيز على مهارة واحدة يساعد على تطويرها بشكل أفضل ويمنح الطفل فرصة للاستمتاع بإتقان شيء جديد".

"برنامج يومي"

وأكدت ريما عازم على "ان وجود برنامج يومي واضح هو أمر هام. بالنسبة لاستخدام الشاشات، يُمنع تماماً أن ينكشف الأطفال تحت سن 3 سنوات للشاشات. للأطفال فوق سن 3 سنوات، يجب البدء بالتدرج في استخدام الشاشات، ويجب تحديد وقت معين لاستخدام الشاشات للأطفال تحت سن 10 سنوات، وأفضل أن لا يكون لديهم هواتف نقالة ذكية لأنهم ليسوا بحاجة إليها في هذا العمر. ويمكننا تحديد وقت معين لاستخدام الشاشات ونعمل مع أطفالنا على أنشطة تقربهم منا وتزيد من التفاعل العائلي. يجب على الأهالي وضع حدود واضحة لأطفالهم فيما يتعلق باستخدام الشاشات لضمان توازن صحي في حياتهم اليومية".

شابة طمراوية تكرس جهودها لتعزيز التطوع :

" هدفي كان وما زال في ظل تفشي الجريمة أن ينشأ الشباب على الأمل والانتماء لمجتمعهم "

تُكرّس مركزة الشبيبة والناشطة الاجتماعية والشبابية دعاء حمادة من طمرة، الكثير من جهودها لتمكين الشباب وتعزيز روح التطوع في نفوسهم لخدمة بلدهم ومجتمعهم.

وتقول دعاء حمادة في حديث لصحيفة بانوراما حول مجال عملها: "كبرت في الحقل الشبابي وأنا أذكر نفسي كأصغر شابة في الحركة الشبابية حيث كنت حينها في التاسعة عشرة من عمري. ومع مرور الوقت، كبرت طموحاتي وتطورت أحلامي، وكنت أتطلع دائمًا إلى تركيز المجموعات الشبابية ودائما ما اتواجد في الميدان".

دعاء حمادة

ومضت قائلة: "واجهت العديد من التحديات منها توجيه شباب وشابات أكبر مني سنًا، لكنني تمكنت من تجاوز جميع التحديات وعملت بكل حب وشغف، وشعرت في مرحلة معينة أنني يجب أن أحقق هذا الهدف وأنه امتحان يجب أن أنجح فيه، وتمكنت من إدارة عدة أطر شبابية رغم صغر سني، وكنت من أصغر المركزين في الشمال". واردفت قائلة: "كنت دائمًا أسعى لأن يكون لنا أثر في كل مكان نذهب إليه. أحد الأنشطة التي أثرت فيّ بشكل شخصي كان اللقاء الذي نظمناه مع بلدة جسر الزرقاء. رغم التعب الذي بذلته في تنظيم هذا اللقاء، شعرت بسعادة كبيرة. كنت أعمل على تنظيم الأنشطة والفعاليات بهدف معين، حيث كنت أركز على تسليط الضوء على فئات معينة لم تكن تحظى بالاهتمام الكافي، خاصة وان هناك مواضيع تحتاج إلى تسليط الضوء عليها، لكنها غالبًا ما تُهمش".

وقالت دعاء حمادة : "من التحديات التي واجهتني كذلك هي اقناع الشباب بترك الشاشات والهواتف والخروج من البيت، ولكن بعد ذلك فهمت أن هناك شيئًا يجب تغييره، يجب أن أتواصل معهم بلغتهم وأن أفهمهم بعمق، أن أتعرف على رغباتهم واحتياجاتهم، وأحتويهم، يجب أن أسأل نفسي لماذا يفضل الشاب استخدام الهاتف بدلاً من الخروج والتطوع، وبالفعل نجحت وفهمت حينها انه عندما تكون متفانيًا في عملك، يمكنك جذب جميع الفئات والأعمار".

" جيل مليء بالطاقة والحيوية "

وأضافت: " "هذا الجيل مليء بالطاقة والحيوية. في الأوقات الصعبة، عندما أحتاج إلى متطوعين، فإنهم يكونون متحمسين للتطوع. عادةً ما يكون هناك إقبال كبير، ولكن في ظل الأوضاع الأخيرة، انخفض الإقبال بعض الشيء بسبب خوف الأهل من إرسال أبنائهم إلى المؤسسات وحركات الشبيبة، ويفضلون بقاءهم في المنزل. ومع ذلك، فإن الشباب بشكل عام هم الفئة التي تحب العطاء والتطوع".

" الحرب اثرت على الطاقات الشبابية "

وأشارت دعاء حمادة الى " ان الشباب الذين كانوا مليئين بالطاقة والحماس قبل الحرب، أصبحوا اليوم يفتقرون إلى نفس القدر من الحيوية. عند متابعة ما ينشر، ألاحظ أن هناك تأثيرات نفسية سلبية على الشباب. الحرب أثرت بشكل كبير، ونعلم أن نسبة من الشباب لا يقدمون نفس القدر من العطاء كما قبل الحرب".

بيير نعمة صاحب " مخبز نينا " في حيفا يتسلم جائزة الصناعات المحلية للعام 2024

في حفل مميز، جرى في فندق انتركونتيننتال في تل ابيب منتصف الاسبوع، وبحضور رئيس الدولة يتسحاق هرتسوغ وكبار المسؤولين في المرافق الاقتصادية في البلاد، تسلم الفائزون من ارباب الصناعة، جائزة الصناعة للعام 2024 وجائزة مشروع الحياة، هذه الجوائز التي تمنح سنويا وفق الإنجازات التي حققها أرباب الصناعة الفائزون، على مدار سنوات للنهوض بالصناعات المحلية الى افاق غير مسبوقة.

ومن بين الفائزين، من الشركات الفائزة، كانت 9 شركات من بينها برزت شركة نصري نعمة للمخبوزات والمعروفة بإسم مخبز "نينا" لصاحبها بيير نعمة، هذه المصلحة التي أقيمت في حيفا قبل حوالي 80 عاما وتختص بإنتاج تشكيلة متنوعة من المخبوزات ذات الجودة العالية والتي تعتبر أحد أفضل منتجي المخبوزات عالميا.

وكانت لجنة تحكيم خاصة مكونة من 6 من ارباب الصناعة وأصحاب الشركات برئاسة رئيس اتحاد ارباب الصناعة السابق دان بروبر قد اختارت الفائزين وفق معايير محددة مسبقا.

تصوير سيفان فراج

وقال بيير نعمة صاحب شركة نصري نعمة للمخبوزات والمعروفة باسم مخبز "نينا" الفائزة بجائزة الصناعة: "اعتقد ان هذه الجائزة مُنحت لنا بسبب تطويرنا لمنتوج بسيط نسبيا والنهوض به الى افاق بعيدة ومتطورة لدرجة اننا أصبحنا بمثابة شركة عالمية نصدّر الى 30 دولة حول العالم. رؤيتنا كانت ان ننتج اجود أنواع الخبز، وهذه الرؤيا رافقتنا على مدار سنوات الى جانب المواظبة والتصميم على تحقيق الهدف. فقمنا بالترويج لمنتوجاتنا عالميا وتحولنا الى مزود كبير لشبكات التسويق الكبيرة ومؤسسات رسمية عاملة في البلاد. ايماننا بهذا المنتوج جعلنا نمضي قدما فقمنا بالتفكير في كيفية ملاءمة هذا المنتوج البسيط نسبيا ليتلاءم مع احتياجات المطاعم والطهاة والمناسبات المختلفة دون التنازل عن الجودة".