

حملة ضد التدخين بجامعة الملك سعود وفحص لنسبة النيكوتين للحاضرات

<http://www.al-jazirah.com/20101219/ln3.htm>

المصدر: صحيفة الجزيرة

الجزيرة- هبة اليوسف

نظمت طالبات الخدمة الاجتماعية بجامعة الملك سعود بالتعاون مع جمعية نقاء لمكافحة التدخين يوم الأربعاء الماضي حملة عن التدخين تحت شعار (التدخين وباء دمر الرجال ويستهدف اليوم النساء) بمقر كلية الآداب، مستمدين الشعار من البرنامج الذي أطلقته وزارة الصحة في اليوم العالمي لمكافحة التدخين، وسعيًا منهم لإظهار وإبراز نوايا شركات التبغ التي تستهدف النساء كشريحة جديدة وجدت لديها القابلية والغفلة للأسف وصاحب المعرض ندوة قدمتها الأستاذة نائلة النابلسي ممثلة الجمعية عن التدخين.

تقني البنات بالسيح يكافح التدخين

<http://www.al-jazirah.com/20101219/ln94.htm>

المصدر: صحيفة الجزيرة

الخرج - عزيزة القعيب

نفذ المعهد العالي التقني للبنات بمدينة السيح حملة توعوية لمكافحة التدخين تحت شعار: (التدخين آفة) بمقر المعهد بهدف رفع الوعي الصحي في المجتمع وتوحيد الجهود لمكافحة التدخين والاستفادة من الخبرات المتبادلة بين القطاعات الحكومية وتعزيز التعاون لمكافحة هذه الآفة وما تحمله من سلبيات على الصحة العامة، وقد جاءت الفعاليات ثقافية وتوعوية ما بين محاضرات ومسابقات وعروض مرئية بالإضافة إلى لوحات تشكيلية من قبل المتدربات ضمن مسابقة: (عبري بالصورة عن نهاية مدخنة)

تكريم المتفوقين وحفظة كتاب الله في أبحاث

<http://www.al-jazirah.com/20101219/as13.htm>

المصدر: صحيفة الجزيرة

النبهانية - خالد المطرفي

احتفلت مدرسة ثانوية ضليع رشيد التابعة لمكتب التربية والتعليم بمحافظة النبهانية بتكريم طلابها الحافظين لكتاب الله والمتفوقين دراسياً بحضور محافظ المحافظة صالح اليحيى ومدير مكتب التربية والتعليم الاستاذ فهد المطرفي وقاضي محكمة أبنات الشيخ عمر العقيل ومدير شرطة أبنات نواف المشدق والمشرفين التربويين وعدد من المسؤولين وأولياء الأمور. وقد بدئ الحفل بالقرآن الكريم ثم كلمة لمدير المدرسة بعدها استمع الجميع لنماذج من قراءات الطلاب، ثم قصيدة ترحيبية، بعدها كلمة قاض محكمة أبنات، ثم كلمة مدير مكتب التربية والتعليم. وقد افتتح المحافظ معرض مكافحة التدخين والمخدرات بقسم الإرشاد الطلابي بالمدرسة وقاعة التوعية الإسلامية، بعدها تفضل المحافظ ومدير المكتب بتقديم الهدايا والشهادات للمكرمين من طلاب متفوقين وحفظة كتاب الله والمعلمين والمشاركين والداةمين للحفل.

الإقلاع في ثلاثة أيام فقط!

<http://www.al-madina.com/node/278969>

المصدر: صحيفة المدينة

محمد السحيمي

ليس على خطوط «النسخ والرقعة»؛ فالزميل/ «عرقوب» نفسه لم يعد يضبط مواعيدها المفتوحة «على» الجميع، رغم أن الزميل/ «كعب بن زهير» هجاها قائلاً: كانت مواعيد «عرقوب» لها مثلاً!

وإنما المقصود هو الإقلاع عن التدخين، والحشيش، والمخدرات! وقد ارتبط تعاطيها بالمبدعين المميزين! ومن يستعرض سير كثير من النجوم والمشاهير، في شتى المجالات، يجد أنه «لا دخان من غير نار»، ولكن هذا لا يعني إطلاقاً أن التدخين أو المخدرات تصنع إبداعاً، بل على العكس هي تدمر صحة المبدعين، وتقصف عمر العشرات منهم، وتحرمنا إبداعهم مبكراً!

وبالمقابل هناك كثير من النماذج التي أبدعت بلا «إدمان»: فأعظم شاعر عرفته العربية، الزميل الصدايقي/ «أبو الطيب الكذابي» تواتر عنه: أنه لم يشرب الخمر، ولم يعاشر غير زوجته، ولم يكذب! لماذا لا تصدقون الأخيرة؟ وصفه بـ«الكذابي» له سياق آخر، ربما تحدثنا عنه لاحقاً!

أما الأزل منه، موسيقار الأجيال/ «محمد عبدالوهاب» فلم يكن يشرب حتى الشاي والقهوة؛ لأنه مؤمن بأن «المبدع» بحاجة إلى كل «فتقوتة» من صحته، وحيويته، ونشاطه!

ولكن مالك ولهؤلاء وأولئك؟ المهم: كيف نخلص من يريد الإقلاع فعلاً عن هذه «البلوى» أو تلك؟

أمامك ثلاث خطوات:

الأولى: خذها من «الأخ/ أنا»، الذي يرى أن نبادر «الميليين» بالحسد! وترجمتها بالنجدي: «ننحتهم»، و«ننزلهم»! وبالمصراوي حضرتك: «نقُر» عليهم، حضرتك! من أين يأتي المدخن بهذه «الرنّة»، التي لا تكتفي بالصمود في هذا الجو الملوّث بعوادم السيارات، والغبار، وزيت المطاعم، بل وتتناول «الهباب الأزرق» مركّزاً، ثم تعيده مكرّراً لمن قدر الله عليهم أن يكونوا جلساءه؟ جرّب أن تبادل من تراه يهم بإشعال سيجارته بقولك: «إهَبْ يا صاحته»، وصدقني لن يشعلها أمامك على الأقل!

والخطوة الثانية خذها من الزميل/ «الحسن بن هاني»، واسمه الحركي/ «أبو نواس» بقوله:

دع عنك لومي فإن اللومَ إغراءً * وداوني بالتي كانت هي الداءُ!

الشرط الأول تؤكد الدراسات التي أجرتها «الأمانة الوطنية لمكافحة المخدرات»، حيث كشفت أن عبارة: «لا للمخدرات»، التي طالما رددناها صادقين، جاءت بمفعول عكسي تماماً، ونبهت كثيراً من الغافلين على هذه الالفة! لكن الشفاء في الشرط الثاني.. كيف؟ نحفّز المدخن - مثلاً - ليقلع بجائزة «مغرية»، عبارة عن «كرز» سجانر فاخر! تماماً كذلك «البخيل» الذي كان يعلم ابنه «الاقتصاد» منذ أيام الدراسة، فيعطيه «ريالاً» للفسحة ويقول له: إن أعدته لي كما هو أعطيتك ريالاً آخر! أي: نعطي المدخن «بكتّاً»؛ فإن أعاده كما هو كافأناه بـ«بكت» آخر وهكذا! «أبو نواس» ما يلعب ياناس!

أما الخطوة الثالثة، فخذها من عمنا/ «بيرم التونسي»، أمير شعراء الزجل، حيث ظل «حشاشاً» (15) عاماً! وأقلع في (3) أيام فقط، وصفها بقوله: الأول: صداع! والثاني: قرف! والثالث: اشتهاؤ كاذب! ثم الشفاء نهائياً، لتردد معه: «من يشتريك يا حشيش يستاهل الإعدام»! وصدق حضرتك من قال حضرتك: «اسأل «بيرم» ولا تسأل طبيب»، حضرتك!

آفة التدخين

التدخين ومستقبل الأطفال

http://www.aleqt.com/2010/12/19/article_480365.html

المصدر: صحيفة الاقتصادية

أوضحت إحدى الدراسات أن المرأة الحامل لا تعرض نفسها فقط للخطر عندما تدخن، بل تعرض جنينها إلى خطر النيكوتين وغاز أول أكسيد الكربون المسببين لتعطل النمو ونقص الوزن، ما يؤثر في نموهم الجسماني والنفسي خلال مراحل الطفولة، إضافة إلى خطر وفاة الجنين داخل الرحم أو بعد الولادة مباشرة.

كما يعاني أطفال المدخنات اضطرابات عاطفية وعقلية، إضافة إلى الاضطرابات العصبية الخفيفة. كما أنهم أكثر حساسية وحدة وأسهل استثارة وأقل مقدرة على ضبط النفس، ولا يملكون القدرة نفسها على التركيز والعناية بما يعملون. وبينت دراسة إحصائية بريطانية على 17 ألف طفل لأمهات مدخنات عند تمام السنة السابعة أنهم أقصر من سواهم بمقدار 1.5 سنتيمتر، وأنهم متأخرون بمقدار تسعة أشهر في قدرتهم على القراءة والحساب.

للقاش: ما هو السبيل لتقليص أعداد المدخنين في السعودية؟
http://www.aleqt.com/2010/12/19/article_480367.html

المصدر: صحيفة الاقتصادية

فكرة النقاش تم استقبالها عبر البريد الإلكتروني من إبراهيم الحميدي يتحرك العالم كله وبشكل مستمر لمكافحة ظاهرة التدخين، إلا أن الإحصائيات الرسمية تشير إلى زيادة متواصلة في واردات المملكة من التبغ. فوفقاً لتقارير مصلحة الإحصاءات العامة كانت واردات المملكة من التبغ 1848 مليون ريال عام 2007 ارتفعت إلى 2073 مليون ريال في عام 2008 بزيادة قدرها 12% ثم زادت الواردات من التبغ في عام 2009 لتصبح 2104 ريال بزيادة قدرها 1% عن السنة التي قبلها. يقترح البعض إضافة المزيد من الرسوم على استيراد التبغ يعود ريعها لبناء مستشفيات ومصحات لعلاج الراغبين في الإقلاع وأولئك المتضررين من الدخان كالمصابين بسرطان الرئة وغيرهم. ما الذي يجب عمله للحد فعلاً من ظاهرة التدخين؟ ما أبرز طرق الإقلاع عن التدخين؟ هل تلحظ فعلاً زيادة عدد المدخنين بين المراهقين والنساء؟ ما هي الأماكن التي تتمنى أن يتحكم منع التدخين فيها؟

شاركنا النقاش.

الموافقة على زيادة الضرائب المفروضة على منتجات التبغ في ألمانيا
http://www.aleqt.com/2010/12/18/article_480127.html

المصدر: صحيفة الاقتصادية

برلين : الألمانية تشهد أسعار السجائر في ألمانيا زيادة ابتداء من العام المقبل بعد موافقة مجلس الولايات (بوندسرات) الألماني أمس الجمعة على زيادة الضرائب المفروضة على منتجات التبغ. يبدأ تطبيق الزيادة التراكمية الجديدة في أيار/مايو 2011 وترفع متوسط سعر علبة السجائر إلى أكثر من 5 يورو (6 دولار) بحلول 2015. ستتم زيادة الضريبة بما يتراوح بين 4 و8 سنتات لكل علبة سجائر سنوياً على مدى السنوات الخمس المقبلة. تهدف هذه الضريبة إلى تعويض الخزانة العامة عن النقص في حصيللة الضرائب نتيجة الإعفاءات الضريبية للصناعات

شارك معنا في رفض آفة التبغ عبر منتدى المشاركات المجتمعية

<http://forum.sa-tcp.com/>

نجران: افتتاح أول عيادة نسائية لمكافحة التدخين تستهدف الأجنبيات

<http://www.aawsat.com/details.asp?section=43&issue>

المصدر: صحيفة الشرق الأوسط

مدير برنامج مكافحة التدخين لـ«الشرق الأوسط»: بنات المنطقة لا يدخن

نجران: عبد الله آل شيبان

كشف أحمد حسين صياح، مدير برنامج مكافحة التدخين بنجران لـ«الشرق الأوسط»، عن اتجاه صحة نجران لافتتاح عيادة نسائية لمكافحة التدخين في مستشفى الولادة والأطفال تدشن خلال الفترة القريبة المقبلة، مشيراً إلى أن اختيار الموقع جاء بهدف إبعاد الحرج عن المدخنات، بحيث يكون في مكان يرتاده عدد من النساء.

ونفى آل صياح قطعياً إدمان بنات المنطقة للتدخين، مبيناً أن هناك أجنبيات مدخنات داخل المنطقة، وقد أنشئت العيادة بهدف التوعية الصحية وتفعيل البرنامج الخارجي، ومنها زيارة المدارس.

وقال: «في البداية ستكون العيادة صغيرة، وبها ممرضة وفنية، وإذا استلزم الأمر مستقبلاً فسنعمل على توسعتها.»

وأشار إلى أن من أبرز الحالات التي مرت عليه خلال فترة عمله في العيادة، زيارة شخص من خارج المنطقة، جاء يبحث عن علاج لأم زوجته التي تتعاطى مادة «الشمة»، وعمرها 60 سنة، وقال «قمنا بإعطائه العلاج المناسب والطريقة السليمة للإقلاع ليوصلها ويشرحها لها.»

كما حذر من استخدام مادة «التنباك»، مبيناً أنها مخلوطة بمادة مخدرة، وأيضاً مادة الشمة تتكون من تبغ مطحون، وبهارات هندية وزجاج مطحون وتراب ناعم. وأوضح آل صياح أن عدد المراجعين لبرنامج مكافحة التدخين بصحة نجران خلال العام الماضي بلغ 492 مراجعاً، منهم 344 مراجعاً سعودياً، و148 مراجعاً مقيماً، وأقلع منهم عن التدخين 314 مراجعاً، بنسبة 63.82 في المائة.

وقال إن من أهم مرتكزات البرنامج تكثيف الدور التوعوي للمجتمع، وخاصة فئة الشباب الأكثر استهدافاً من قبل شركات التبغ، حيث قام البرنامج بتقديم برامج توعوية للمدارس بالتعاون مع إدارة التربية والتعليم، واستفاد منها أكثر من 2250 طالباً.

وأشار إلى أن البرنامج شارك في الكثير من الفعاليات المهمة، منها معرض وعيادة متنقلة في سجون نجران لمدة ثلاثة أشهر، وقدم خلالها 10 محاضرات استفاد منها أكثر من 460 نزيلاً، وعيادة ثابتة بمعدل يومين بالأسبوع، واستفاد منها أكثر من 170 نزيلاً، بالإضافة إلى المشاركة في صيف نجران من خلال معرض

متكامل وغيرها من الفعاليات، مؤكداً أنه سيتم قريباً افتتاح عيادات لمكافحة التدخين في عدد من المستشفيات، منها مستشفى «شرورة» العام، و«حبونا»، ومستشفى «يدمة».