

## الشخصية «الهشة» الأكثر عرضة لخطر تداول الإشاعات

وحيد مبارك

أكد الدكتور محمد هاشم تيال، أن المرحلة التي يعيشها المغرب والعالم جد دقيقة، في ظل حرب متواصلة ضد فيروس كورونا المستجد، وضد الإشاعة والعديد من المسلكيات السلبية. وأوضح الاختصاصي في الصحة النفسية والعقلية، في تصريح خص به «الاتحاد الاشتراكي»، أن العديد من الأشخاص قد يتعرضون لانتكاسات صحية نفسية في ظل الوضع الذي يحيط بهم، سواء تعلق الأمر بالذين سبق وأن عانوا من مشاكل نفسية، أو الذين لديهم شخصية «هشة»، مما يجعلهم عرضة للتأثر بشكل سريع، بل وحتى بالنسبة للأشخاص الذين ليست لديهم سوابق على المستوى النفسي.

وأوضح الخبير الصحي، أن الأشخاص الذين لديهم شخصية هشة أو لديهم مشاكل نفسية، حاليا أو سبق أن عانوا منها في لحظة من اللحظات، هم عرضة للتأثر بكل ما له صلة بوباء فيروس كورونا المستجد، فهم يعيشونه كما لو تعلق الأمر بـ «عدوان نفسي»، مما يؤدي إلى «كسر» شخصية الإنسان، وتدمير توازنه النفسي إذا لم يكن مستقرا، فتظهر عليه العديد من الأعراض ويصاب بتعبات نفسية متعددة، مما قد يؤدي به إلى الانهيار، الأمر الذي يستوجب عرض نفسه على مختص من أجل العلاج النفسي.

وأبرز الدكتور تيال، أن الأشخاص الذين لم يعانوا يوما من مشاكل نفسية وليست لهم شخصية هشة، هم أيضا قد يتأثرون بما يقع اليوم، وتختلف درجات التأثر والضرر من شخص إلى آخر. هذه الفئة ، يقول المتحدث، تكون عرضة لما يمكن تشبيهه بـ «العدوان النفسي»، وإن كانت ظاهريا تستطيع مقاومته والتعامل معه، لكن مع ارتفاع أرقام الإصابة بالمرض والوفيات، ومع انتشار العدوى، ترتفع حدة التأثر عند الأشخاص، خوفا من احتمال تعرضهم للإصابة رغم التوازن الذي أبدوه لمدة معينة، فيرخي هذا الأمر بظلاله ووقعه عليهم وعلى محيطهم.

هذا الوضع، يؤكد الاختصاصي في الصحة النفسية والعقلية، لـ «الاتحاد الاشتراكي»، أنه يجعل الأشخاص يطرحون جملة من الأسئلة التي تتحول إلى الهواجس، فتغشى عليهم الأفكار السلبية بالأساس، من قبيل احتمال أن يصابوا بالمرض وأن يفارقوا الحياة، ويتركوا أقاربهم، من أمهات وآباء وزوجا وأبناء وغيرهم، ويخشون على مصيرهم ومستقبلهم، فتهيم عندهم هذه الأفكار رويدا رويدا، حتى تغلبهم ولا يستطيعون أمامها القيام بأي شيء. وأكد الدكتور هاشم على أن تحكم الأفكار السلبية في الأشخاص بسبب كورونا المستجد، يؤدي إلى ظهور أعراض نفسية / جسدية، كعدم القدرة على النوم، والخوف، والضيق في التنفس، والإحساس بعقدة في الصدر، وارتفاع وتوارد نبضات القلب، إضافة إلى أعراض في الجهاز الهضمي والإسهال، وعلى مستوى الجهاز البولي، وأخرى عند المرأة العائض، والحال أن الأمر يتعلق بضغط نفسي تمثلت في أعراض عضوية وإن لم تكن صحيحة.

أعراض، يضيف الاختصاصي في تصريحه، أن الشخص سيجد نفسه أمامها، خاصة من لديه شخصية «هشة» أو

## البحث عن الرخصة الاستثنائية يدفع المواطنين

## إلى التجمهر الخطر أمام المقاطعات

خديجة مشتري

عرفت هذه مقاطعات بالدار البيضاء توافد أعداد كبيرة لمواطنين بغية الحصول على الرخصة الاستثنائية التي تسمح لهم بمغادرة منازلهم نحو العمل أو لقضاء أغراضهم في ظل إعلان حالة الطوارئ الصحية حفاظا على سلامة المواطنين من انتشار عدوى فيروس كوفيد19، والتي تفرس على الناس المكوث ببيوتهم وتجنب التجمعات دردا للخطر المترص، إلا أن بعض التصرفات غير المسؤولة تطفو بين الفينة والأخرى على السطح وتظهر مدى الاستهتار بالخطر وتهويته، وما التجمعات التي عرفتها المقاطعات، مساء أول أمس الأحد، إلا خير دليل.

سلوكات ربما ساهم فيها بشكل مباشر بعض أعاون السلطة، وعلى الخصوص المقدمين، الذين قاموا في وقت سابق من يوم السبت بجمع نسخ من بطائق التعريف الوطنية من المواطنين والالتزام بجلب الرخصة المطلوبة حتى البيوت الشئ، الذي لم يحدث بالشكل الناجع وفي الوقت المحدد، وعلى اعتبار أن هناك مواطنين ملزمون بالالتحاق بمقرات عملهم صباح الاثنين فقد رأى عدد كبير منهم أن يلتحق بنفسه بالمقاطعات المعنية لحل المشكل من هناك، لكن الأمور لم تزدد سوى استفحال، إذ تجمع الناس قرب بعضهم البعض



سبق وأن كان يعاني من مرض نفسي، عرضة للانهيار العصبي وإلى تبعات صحية نفسية وخيمة، أو عودة الأمراض النفسية السابقة، مما سيحتم مراجعة طبيبه ومعالجه النفسي، لتلقي المساعدة التي تتطلبها وضعيته والخضوع لحصص العلاج والتقيد بالوصفة الدوائية. وأكد الدكتور هاشم أن هذه الأعراض لا تؤثر على الشخص المعني بها فقط وإنما تؤثر على علاقاته بالمحيطين به، فينقل إليهم تلك السلبيات من خلال تواصله معهم، لهذا يجب عليه حماية نفسه، خاصة من المعلومات القادمة من شبكات التواصل أساسا، فإذا كان من المفيد أن يكون الإنسان على علم بما يقع من حوله، فإنه لا يجب أن يبحث عن أخبار المرض وكل ما يتعلق بتفصيله من أي مصدر وفي أي بقعة من بقاع العالم، خاصة حين يكون أغلبها عبارة عن أخبار خاطئة، والحال أنه يجعلها محور حياته كلها.

ودعا الدكتور هاشم تيال المواطنين والمواطنات، إلى الحفاظ على العادات الصحية، المتمثلة في التغذية المتوازنة، واحترام ساعات النوم، والقيام بحركات جسدية في المنزل، إلى جانب الاستمرار في التواصل مع الأقارب والأهل وإن لم يكن ذلك بشكل مباشر بسبب الإجراءات الاحترازية والوقائية، والانتفاع على مواضيع أخرى من خلال المطالعة، واللعب مع الأبناء، ومشاهدة الأفلام، وخلق نوع من الحياة الإيجابية في المحيط الذي يعيشه الشخص وتطوير الحياة العائلية، مؤكدا على أنه يمثل هذه الخطوات وغيرها يمكن المساهمة بروح المواطنة في التصدي للحرب التي دخلها المغرب ضد الوباء، واختتم الاختصاصي في الأمراض النفسية والعقلية تصريحه للجريدة، بضرورة التقيد بتوصيات منظمة الصحة العالمية، مؤكدا على أن أحسن وقاية تتمثل في تفادي التفاعلات، والحرص على غسل الأيدي والأصابع وما بينهما بالماء والصابون بشكل جيد، والعطاس في منديل ورقي ورميه في القمامة مباشرة، أو في الكوع، والابتعاد قدر الإمكان عن العلاقة المباشرة، مع التشديد على أن الكمادات هي صالحة لمهنيي الصحة في علاقة بالمرضى لا غير.

و.مبارك

عبر عدد من المستخدمين المسؤولين عن المكاتب المباشرة لعدد من شركات التأمينات، عن تخوفهم من إمكانية إصابتهم بعدوى فيروس كورونا المستجد، مشددين على أن تقليلهم من وإلى مقرات عملهم، لاستقبال زبون واحد في اليوم، على أحسن تقدير، بالنظر إلى أن عددا من الأيام لا يتقدم فيها أي زبون، بات أمرا محفوظا بالمخاطر. وأكد الخنيون أن عددا من الشركات قد اتخذت جملة من التدابير تماشيا مع الوضعية الحالية التي تعرفها بلدانا، من قبيل العمل إما عن

### سميرة البوشاوني

في ظل الظروف العصيبة التي تعيشها بلدانا والعالم ككل جراء انتشار فيروس كورونا، عمد المركز الجهوي لتحاقن الدم بوجدة إلى اتخاذ مجموعة من الإجراءات لمواصلة استقبال المتبرعين وتوفير الدم للمحتاجين إليه.

وفي هذا الإطار، ذكرت الذكورة سناء اسماعل في اتصال مع جريدة "الاتحاد الاشتراكي" بأنهم اضطروا إلى توقيف حملات التبرع بالدم، التي كان يقوم بها المركز خارج مدينة وجدة قبل إعلان الحظر الصحي، ويشغلون حاليا من التاسعة صباحا إلى السادسة مساء بفريقين، واحد يشتغل صباحا والآخر مساء، ليبقى المركز مفتوحا طوال اليوم لاستقبال المتبرعين سواء المنتظمين أو الراغبين في التبرع لأول مرة، مع القيام بجميع الاحتياطات من التعقيم والتنظيف الدائم لمكان التبرع وتوفير مواد النظافة للأطر العاملة بالمركز وللمتبرعين.

ولتفادي انتشار الوباء، أبرزت الدكتور سماعيل بأنهم قاموا باستبعاد أشخاص يعملون بالمركز، إما لكونهم كانوا خارج البلاد أو تواصلوا مع شخص عائد لمدة شهر، وذلك كخطوة احترازية لتأكد من أنهم لا يحملون فيروس كوفيد "19".

وفيما يخص الأشخاص الراغبين في التبرع، أفادت الذكورة بالمركز الجهوي لتحاقن الدم بوجدة، بأن المركز الوطني تحدث مع السلطات المعنية في شأن إضافة خانة "الخروج من أجل التبرع بالدم" في شهادة التنقل السنثائية، حتى يتمكن المتبرعون من الالتحاق بالمراكز، مضيفة أنهم يعملون حاليا

وعرفت عملية حالة الطوارئ الصحية في يومها الثالث بمدينة العيون كبرى حواضر الأقاليم الجنوبية، بعد دخولها حيز التنفيذ، مساء الجمعة الماضية، نسبة تجاوب جيدة بلغت 90 %, حسب ما أفاد به مصدر مسؤول لـ «الاتحاد الاشتراكي».

وأكد بلاغ لولاية جهة العيون الساقية الحمراء على« أهمية لزوم السكان لبيوتهم ، حفاظا على سلامتهم الصحية» ، داعيا السلطات المحلية ومختلف المتدخلين إلى «العمل على مزيد من التعبئة و التحسيس للحيلولة دون ظهور أي حالة من هذا الوباء العالمي الفتاك بالجهة» .

وشهدت مدينة العيون على مدى أيام عملية تطهير الأماكن العامة، وذلك في إطار التدابير الوقائية الاحترازية الرامية إلى الحد من تفشي وانتشار وباء كورونا(كوفيد 19)، حيث تم رش وتعقيم وتطهير مجموعة من الادارات العمومية والساحات والشوارع العمومية ومجموعة من محطات المؤقذ المنتشرة بالمدينة بمواد التعقيم.

وعاينت «الاتحاد الاشتراكي» ، تفاعل ساكنة مدينة العيون بمسؤولية مع حالة الطوارئ الصحية بالتعاطي الإيجابي والاستجابة للتقائية للنداء الموجه للسكان من السلطات المحلية بلزوم بيوتهم التزاما بحالة الطوارئ الصحية، حيث ظهرت شوارع مدينة العيون فارغة من المارة باستثناء القوات العمومية والسلطات المحلية المشرفة على عملية انجاح حالة الطوارئ الصحية.

وللحفاظ على عملية استقرار أسعار المواد الغذائية بالمدينة، ترأس والي الجهة عبد السلام بيكرات صباح 22 مارس الجاري، لجنة مراقبة الاسعار رفقة باشا المدينة

## ارتباك في

## حركة التنقلات

## المرخص لها

### باغرم نوكدال

الثلاثاء 24 مارس 2020 الموافق 29 رجب 1441 العدد 12.497

www.alittihad.info

www.twitter.com/Alittihad\_alichtirak

www.facebook.com/Alittihad\_alichtiraki

jaridati1@gmail.com

## العمل بمكاتب مباشرة لشركات تأمين يثير تخوفات المستخدمين

بعد باعتماد التكنولوجيا الحديثة، بخصوصه إلى حين تجاوز بلدانا بالنسبة للمستخدمين في المقرات الأم لهذه الشركات، أو باعتماد تقسيم يقوم «فتح تأمينات» جديدة أصبح أمرا على قاعدة العمل لمدة يوم من أصل أربعة أيام.

المستخدمون «المباشرون» لشركات التأمين، وليس الوكلاء أو ما يعرف إسوة بزملاتهم العاملين في المقرات بالوسطاء، شدد المنتقدون منهم في «الاتحاد الاشتراكي»، والحرص على حمايتهم من كل التبعات على «أنهم أضحوا يعيشون على إقناع الصحية الخطيرة التي قد يتعرضون لها، في ظل الظروف العصيبة التي يعيشونها، والتخوف الصحي، في الوقت الذي انخفضت وتيرة العمل في الوقت الذي انخفضت وتيرة العمل يعرفها العالم وبلادنا، خاصة وأن الذعر إن لم تكن قد انعدمت، بالنظر إلى أن بات يتحكم في سلوكاتهم خوفا من نقل كل المعاملات الممكنة اليوم هي التي المرض إلى داخل بيوتهم، بالرغم من كل تتعلق بالتجديد، الذي تم منح آجال التدابير الوقائية التي يتخذونها.

### إجراءات مؤقتة بالمركز الجهوي لتحاقن الدم بوجدة لضمان استمرارية التبرع بالدم

بالموابع، حيث وضعوا رقما هائفيا تحت تصرف المواطنين والمواطنات للاتصال وتحديد اليوم والساعة التي سيقصد فيها المتبرع المركز "وهكذا نضمن أكبر عدد من المتبرعين وتجنب الاكتظاظ لكي نكون في الوقاية الاحترازية من فيروس كورونا" تقول المتحدثة.

وحثت الدكتور سناء سماعيل في تصريحها، كافة المواطنين والراغبين في التبرع بالدم بإخبار أعوان السلطة، الذين سينتقلون إلى منازلهم لمنحهم شهادات التنقل الاستثنائية بضرورة الخروج من أجل التبرع بالدم مع التقيد بالإجراءات الخاصة بالحظر الصحي.

هذا، وقد وجه الدكتور محمد بنعجيبة، مدير المركز الوطني لتحاقن ومبحث الدم، مذكرة إلى موظفي وزارة الصحة المشتغلين بمراكز تحاقن الدم وبنوك الدم، حثهم فيها على بدل المزيد من الجهد في هذه الظروف الصحية لتوفير الدم للمحتاجين، مشيرا إلى أن هذه الفترة تحتاج إلى الكثير من التضحيات على المستوى الشخصي والعائلي، مع التأكيد على أنهم سيدلون الجهد الواجب "اعتبارا للظطة من أجل تشجيع المواطنين على التبرع بالدم، وجمع الكميات الكافية من أكياس الدم ومعالجتها لتأكد من سلامتها وصلاحيتها للعلاج، باعتماد كل الوسائل اللازمة والضرورية لحفظ صحتها وصحة المتبرعين بالدم".

وأضاف الدكتور بنعجيبة بأنهم سيعونون "بإخلاص وتфан وبكل مسؤولية من أجل العمل على تحقيق مخزون وافر من الدم في جميع مراكز تحاقن الدم وبنوك الدم، وهدفنا في ذلك أن يجد كل مريض عند الحاجة العدد الكافي من أكياس الدم التي يحتاجها لإنقاذ حياته ومساعدته على استرداد صحته".

### تجاوب كبير لساكنة العيون مع حالة الطوارئ ودعوة للتصدي للأخبار الزائفة

وأعوان السلطة، انتقلت إلى أحد أحياء المدينة، أسفرت عن توقيف أحد الأشخاص بسبب تلاعبه في أسعار الدقيق المدعم ومواد غذائية أخرى، وتم اتخاذ الاجراءات القانونية في حقه تحت إشراف النيابة العامة المختصة.

ومن جهة أخرى استحسنّت ساكنة مدينة العيون التجاوب الإيجابي للسلطات المحلية، في إطار تنفيذ حالة الطوارئ الصحية، عملية تجميع جميع المشردين والأشخاص بدون مأوى في مركز للإيواء بحي 84 وتوفير كل ما يلزم من مأكّل و ملابس ومستلزمات النظافة.

والتزمت ساكنة العيون بحالة الطوارئ الصحية، التي خلقت نوعا من الهدوء بالمدينة، غير أن هذا الهدوء تأثر لحظيا بعد ترويج معطيات شخصية لمواطن مريض ( اسم المريض، رقم بطاقةته الوطنية،عنوان مقر سكناه) ، حول حالة اشتباه إصابته بفيروس كورونا المستجد ، وظهور أول حالة بالعيون، وأنه «تم نقل المريض على وجه السرعة إلى مستشفى مولاي الحسن المهدي ، بعد ارتفاع درجة حرارة جسمه» ، وهو ما جعل منصات التواصل الاجتماعي تهتز ، بفعل هذه الأخبار الزائفة ، لكن بلاغا لوزارة الصحة، أول أمس الأحد، أفاد بخلو جهتي العيون والداخلية من أي اصابات مؤكدة بفيروس كورونا المستجد ، وهو ما اعتبرته ساكنة المدينة والسلطات المحلية مكسبا وجب الاعتزاز به، داعية إلى التصدي لمروجي الإشاعة والأخبار الكاذبة والعمل بدليل المعني الهني الذي أعدهته النقابة الوطنية للصحافة المغربية، في كيفية التعامل مع وباء كورونا المستجد إعلاميا والانخراط بشكل إيجابي في التحسيس والتوعية.

المراسل

مكتب مراكس: م. م. البومسهولي

منع رجال درك إغرم نوكدال بإقليم ورزازات، غير بعيد من ممر تشكبا ، السيارات والحافلات التي تم السماح لها بشكل استثنائي للتنقل بين المدن، من كلمة الطريق إلى ورزازات واراغماا للعودة للمرور عبر طريق ثانوي في اتجاه تلوات وايت بن حدو فتلويدرات ومنها إلى ورزازات و الاتجاهات الأخرى، وايضا بالنسبة للقادمين من ورزازات أرغموا على اتخاذ نفس الطريق بشكل معكوس..

رجال الدرك لم يفسروا للمعنيين سبب منع مواصلة السير عبر الطريق الوطنية رقم 9، وما مصرير المتوجهين مثلا الى اكيوم ونديلي وامرزاكان وغيرها، ثم هل هناك مشكل ما في هذه النقط؟ ولماذا لم يكن هناك حاجز للدرك من النقطة التي تتجه نحو تلوات بدل ترك أصحاب السيارات وغرهم يتجهون إلى إغرم نوكدال ثم يرغمون على العودة إلى النقطة المتوجهة نحو تلوات؟

## تأملات من زمن كورونا: أي نموذج تنموي على ضوء الجائحة؟

التمنوي الجديد. فالتخلف الثقافي عائق رئيسي وعقبة أمام أي مشروع نهضوي، لأنه يعطل العقل ومن خلاله يعطل قدرات المجتمع للانخراط في سيرورة البناء. مسيرات الخفافيش بطنجة وفاس وسلا وحدها دليل على أهمية الثقافي وقيمتة الاستراتيجية في كسب المعارك أو خسرانها.

- العبرة الثالثة: كشفت أزمة كورونا عن ضرورة إعادة ترتيب أولويات الاقتصاد الوطني على أساس تشجيع القطاعات الإنتاجية الموجهة للاستهلاك الوطني، بدل أن تكون مكملة لسلسلات إنتاج أجنبية أو موجهة نحو التصدير. وعليه لا بد من العمل على حماية المنتج المحلي والوطني وتنميتنه وتطويره وتصنيعه بعد فتح آفاق الإنتاج على مصارعها أمام خردة العالم أو أمام منتوجات كيميائية فائرة تستنزف قسطا وافرا من العملة الصعبة وتضر بالميزان التجاري.

العبرة الرابعة: أولوية الصحة أضحت يادية للعيان. ربما لم تكن بحاجة إلى كورونا المستجد لتكشف هذه الحقيقة العلمية، غير أن العجز في هذا المجال النقصي بدا صامدا، ولولا الوعي الوطني الراقي للأطر الصحية لكانت الكارثة، إن السلامة الصحية للمواطنين مسؤولية الدولة، وكل تفريط في هذا الجانب هو إصدار لحق الإنسان في الحياة. ومن ثم يمكن الجزم أن بناء مستشفى وتكوين طبيب واحد أهم من الفلار فائق السرعة أو بناء مسجد إلى جانب عثرات في نفس الحي، والحقيقة أن الاستثمار في هذا القطاع لن يأتي أكله دون الاهتمام بالصناعات الطبية، تجهيزات وأدوية.