

عالم المرأة

العدد الثامن
السنة الثانية



- الأكسسوارات في المقام الأول .
- رابطة العدوية .. شهيدة الحب الالهي .
- استخدامات مستحدثة لتزجيج
- شان أسود مبتكر للأناقة .
- ساندوتشات متنوعة " مملحات " .
- علاج قشر الشعر .
- لعبة لطيفة .. بناء بيت للعروسة .

الإكسسوارات في المقام الأول



تاير بسيط من التويد ، يلبس معه حذاء من الجلد
اللامع البني ، وكذلك تغتار حقيبة صغيرة من نفس اللون .
أما القفاز ، فهو أفتح بعض الشيء في اللون .
بعض الأكسسوارات الأنيقة ، وهي تتكون من :
إشارة من الحرير ، وحقيبة بيد طويلة من جلد العجول
البيج ، ومن قفاز من جلد المسعر ، من القرط الذهبي
اللون .



أناقة

فستان من الكريب الصوف البني ، ومعه حقيبة من الجلد اللامع البني ، بيد مكونة من سلسلة ذهبية ، وكذلك الحال بالنسبة للحذاء .
نفس الحذاء والحقيبة السابق ذكرهما ، ومعهما طقم من اللون الذهبي ، عبارة عن حذاء ، وحقيبة صغيرة . أما القرط فهو من الكريستال البني ، والمعدن الذهبي .

نستمد المرأة الأفكار الخاصة بالأزياء ، ومكملات الأناقة ، من صفحات المجلات المتخصصة ، أو من واجهات العرض بالمحال التجارية ، وفي هذه وتلك ، ما يشبع رغبتها ، في أن تكون أنيقة دائماً ، ومكتملة الزينة .
ومن الناحية النظرية ، نجد أن جميع هذه الإغراءات التي تواجه المرأة في هذا المجال ، يغدو من الممكن قبولها أو رفضها . ولكن إذا نظرنا إلى هذه الناحية ، من الوجهة العملية ، نجد أن بين أيدينا أشياء ، كانت في وقت من



الأوقات ، تبدو لنا ذات أهمية كبرى ، لاغنى عنها ، ولكنها لا تبدو كذلك حالياً . ويتجلى هذا بصورة واضحة ، عندما تكون هناك حاجة لاختيار بعض الأكسسوارات الخاصة بالخاصة بالملابس ، والتي نظراً لما تعرف به من أنها من المكملات ، فإنها تبدو وكأنها غير ذات أهمية . بيد أن هذا التفكير يعتبر خاطئاً ، إذ أن الأكسسوارات ، تعتبر من الأهمية بمكان ، إذ بواسطتها تبرز الأناقة الحقيقية للمرأة ، وتزيد من جمال وبهاء الزي المصاحبة له .

ونخلق التوافق والانسجام التام في هذا المجال ، لا بد من الملاءمة بين الألوان المختلفة المستعملة ، وكذلك طريقة الاستعمال ذاتها . فمثلاً ، في الصباح ، يعتبر التاير ، أو الجونلة والبلوزة ، من أنسب الأزياء وأبسطها . فإذا كان الجو شتاءً ، وكانت هناك بلوزة ترتدى مع التاير ، فيراعى انسجام ألوانها وألوان التاير ، وكذلك الحال بالنسبة للأزرار . أما بالنسبة للحذاء ، وحقيبة اليد ، والقفاز ، والإيشارب ، فكل من هؤلاء ، يجب أن يتناسب بصورة لطيفة مع الزي ، حتى يكون هناك نوع من التوافق





أكسوارات جميلة ، تتكون من حقيبة من الجلد
البني اللامع ، وحذاء من نفس اللون بتوكة أمامية ،
والقفاز ، والإبشارب .

فستان من الفراء الخفيف (البريتشفايز) بحزام من السلاسل
الذهبية ، مع معطف من الجوخ الأسود ، بأزرار ذهبية .
يلاحظ أن الحذاء بوت من اللون الأحمر ، وأنه يتناسب
ولون الحقيبة ، وكذلك القفاز .



والانسجام ، مما يدل على حسن ذوق من ترتديها وأناقها .
ولايفوتنا أن نذكر أيضا ، ضرورة وجود السوار والقرط
المناسبين ، وإذا كان الشعر طويلا ، ويراد جمعه ، فلا بأس
من اختيار توكه مناسبة أيضا .

أما في فترة بعد الظهر ، فالأزياء يجب أن تكون أكثر
مرونة كالحرير ، والكريب ، والأصواف الخفيفة من
ألوان واحدة أو منقوشة ، وبلوزات من الحرير أو الصوف .
أما بالنسبة للأكسسوارات ، فإراعى مدى اتساقها مع
الحذاء ، والحقيبة والقفاز ، ولا بأس من أن يكون كل من
القرط والسوار ، من اللون الذهبي أو الفضي . أما الحزام
فهو مناسب تماما لفترة بعد الظهر ، وقد يكون من الجلد ،
أو من القماش المبطن بالجلد أو الشموه ، أو عبارة عن
مجموعة سلاسل متشابكة . وبالنسبة للقفاز ، يجب أن يكون
رخوا ، ليناً ، ذا خياطات واضحة تحليه ، ويفضل
أن يكون لونه أفتح نوعاً ما من لون الحذاء والحقيبة ،
ومتناسبا مع لون الفستان . أما الحقيبة ، فإنها تكون أصغر
من حقيبة الصباح ، ومن نفس جلد الحذاء الذي يجب
أن يكون ذا حلية كالتوكة ، أو الفيونكة ، أو الأزرار .



حقيبة من جلد الماعز الفضي ، مع حذاء فضي أيضا ،
ثم حذاء من جلد الماعز المذهب ، مع حقيبة من البروكار
الذهبي ، بيد ذات سلسلة ذهبية ، وأخيرا حقيبة من الجلد
اللامع الأسود ، مع حذاء من نفس الجلد ، محلى بمجموعة
من الفصوص الفضية .
فستان أسود من الأورجاندى والثاقفاه ، محلى بفيونكة
وتوكة من الفصوص على الصدر .



أو غير ذلك ، لكي يتميز عن الحذاء الخاص بفترة الصباح . على حين أن الجوارب
يجب أن تكون من لون واحد ، ويفضل اللون الشفاف المقارب للون الجلد الطبيعي .
هذا وبالنسبة للحلى ، فلننا يجب أن تكون أكثر بريقا ، وتتمثل في البروش
الذى يشبك على مقربة من الكتف الأيسر أو على حافة الياقة ، وكذلك الحال بالنسبة
للعقد ، الذى يجب أن يكون له قفل ثمين ، وكذلك السوار .

أما المساء والسهرة ، فلنهما الفترتان اللتان يجب أن يكون الاهتمام فيهما
بالأكسسوارات مضاعفا . في هذه الحالة ، قد يسفر الأمر عن نتيجة تحتل إحدى
ناحيتين ، فإما أن تكون هذه الأكسسوارات غير ذات معنى أو ضرورة ، وإما أن
تكون هي الميزة لجمال صاحبها ، وسمرها ، وأنوثتها . وتبدو الحالة الأولى ،
عندما تكون هذه الحلى ، غير مناسبة البتة لما يصاحبها من ملابس ، أو أن
تخفى تحت طيات الملابس ، فالفستان المزركش ، الكثير الكرائيش ، أو الباندات ،
لا تلزمه إلا حلية بسيطة ، وحذاء لامع وسادة ومن نفس اللون الأساسى للفستان .
أما الحقيبة ، فيجب أن تكون صغيرة الحجم ، ومن المعدن ، ولا يتعين هنا ، أن
تحلى الرقبة أو الذراعين ، ولكن القرط يكون كافيا ، فهو الذى يكمل التسريحه .

رابعة العدوية .. (شاهدة الحب الإلهي) الشاعرة المتصوفة

ولو كان الأمر بيدى ، لما انقطعت لحظة عن مناجاتك ، ولكنك تركتني تحت رحمة هذا المخلوق القاسي من عبادك .

وفزع الرجل مما سمع ، وراعه لفة رابعة وضراعتها ، مما جعله يهب من فوره منادياً رابعة ، ملتصقاً منها أن تصفح عنه ، مطلقاً حريتها ، مخيراً إياها بين أن تبقى في كنفه إذا شاءت ، لكنها آثرت الحرية.. آثرت أن تنطلق في رحاب الله. كانت في البصرة ، في عهد رابعة العدوية ، مدرسة كبرى ذات فروع متعددة في الثقافة ، أقبل على حلقاتها رواد من مختلف القبائل والشعوب التي اعتنقت الإسلام ، مما جعل من البصرة وحدة فكرية ، تعبر عن مذهب عام في الحياة الاجتماعية والأدبية ، في وقت وقعت فيه البلاد العربية في شرك المنازعات المذهبية والسياسية . ولقد كان العلم في ذلك العهد ، هو الفقه المستمد من آيات القرآن ، وأحاديث الرسول صلى الله عليه وسلم ، فيما يتعلق بأصول الحكم ، والمعاملة في البيت ، والمجتمع ، والاجتهاد في التفسير ، والإفتاء ، والرواية ، والتاريخ ، وغيره فيما يتصل بسيرة الرسول وجهاده .

هذه هي نواحي العلم ، الذي كان معروفاً في عصر رابعة العدوية . ومن علماء الموالى المخلصين ، الذين اعترت بهم مجالس العلم والدين ، الحسن البصري الذي ساءه فساد حياة المسلمين ، مما جعله يرفع صوته عالياً ، داعياً إلى الإصلاح ، ثم انصرف إلى الزهد ، وبقي يؤدي رسالته ، ويعملها تلاميذه وأتباعه في حياته ، حتى مات .

وقد شهدت رابعة حلقات هؤلاء التابعين ، وحضرت أذكارهم ، وشاركت في ثقافتهم ، وازدادت معرفة على طول الزمن ، حتى تقدمت أقرانها في هذا الزهد ، الذي وافق هواها . وقد شهدت حوادث عصرها ، وعرفت أطواره ، وأشرفت على الحياة الفكرية والاجتماعية في أيامها ، ولم يفتأ أى شأن من شئونه ، حتى انتهى أمرها إلى المذهب الروحي ، الذي أحدثت به دوياً هائلاً في آفاق الدنيا كلها ، والذي يتلخص في كلمة هي « محبة الله » .

رابعة العدوية إذن ، تختلف عن متقدمي الصوفية ، الذين كانوا مجرد زهاد ونساك ، ذلك أنها كانت صوفية بحق ، يدفعها حب قوى دفاق ، كما كانت في طليعة الصوفية ، الذين قالوا بالحب الخالص . الحب الذي لا تقيد به رغبة سوى حب الله وحده .

لقد تحررت رابعة ، وأخذت تلوذ بحلقات المساجد ، وتتصل بالرعيل الأول من رجال التصوف ، الذين كانوا سادة البصرة في ذلك الوقت . إلا أنها سارعت إلى حياة العزلة ، حيث الكون الواسع العريض ، لا تشغل فيه عن ربها . نذرت رابعة نفسها لله . لم يشغلها عنه البيت السعيد ، والزوج الكريم . لكن ذلك لم يكن معناه أنها تحرم الزواج سنة الإسلام ، وشرعية الحياة ، ولكنها لم تكن أبداً في يوم ، راغبة في ملذة من ملذات تلك الدنيا الزائلة . لقد رفضت الزواج ، على أساس أنه يتنافى مع الوفاء بالحياة الروحية العالية ، وما تقتضيه من التزام وانقطاع إلى الله ، وانصراف عن الدنيا ، وإمالة للشهوات

تعد رابعة العدوية ، ظاهرة من ظواهر التاريخ العربي الحافل ، الذي اثبتت فيه المرأة العربية أنها ليست دون الرجل قوة تحمل ، واتساع أفق ، وإحساساً بالجبال الأسمى ، وعمق الثقافة . ذلك أن الميل إلى التصوف ، لا يظهر عادة إلا لدى المثقفين الذين بلغوا أعلى مراحل الفكر ، كما أنه يتطلب توافر عدة عناصر هامة ، في مقدمتها قوة الإرادة ، إذ تستوجب حياة التصوف ، اتباع نظام يلتزم به في طريق تقربه إلى الله . ولقد سجل التاريخ أن رابعة لم تكن مجرد متصوفة في قائمة المتصوفين والمتصوفات ، بل إنها استحققت بكل جدارة أن يطلق عليها « شاهدة الحب الإلهي » ، إذ لم يكن تقربها إلى الله في سبيل غاية ترجوها منه ، بل إن ذاته العلية ، هي الأمل المنشود .

ولدت رابعة العدوية في البصرة ، في مسهل النصف الثاني من القرن الأول الهجري ، في دار متواضعة ، فقد كان أبوها رجلاً مدقفاً فقيراً ، مجرداً من متاع الدنيا ، إلا أن روحه كانت تفيض إيماناً . ولقد رزقه الله ثلاث بنات ، ثم جاءت الرابعة لكي يسميها « رابعة » ، كما لو أنه رغم إيمانه ، لم يكن ينتظر أن تكون رابع بطون امرأته أنثى هذه المرة أيضاً ، حتى إنه لم يفكر في اسم يطلقه عليها وهي من آل عتيك بنى عدوة ، ولهذا تسمى العدوية . أما كنيهاً فهي « أم الخير » وهي بنت إسماعيل .

كانت رابعة العدوية ، منذ طفولتها الباكرة ، تستيقظ مع خيوط الفجر ، على صوت أبيها يصهر مرتلاً القرآن ، متضرعاً إلى الله ، وهو ما جعلها تدرك إبان تفتحها ، أن هناك مسئولية نحو الخالق العظيم ، ينبغي أن تحسب لها ألف حساب . وهكذا دار على لسانها كلام المتقين والصالحين . ما أساءت يوماً إلى أحد ، ولا تبرمت بشئ ، وكانت تقبل على حفظ القرآن الكريم ، كما أخذت منذ صغرها تربي نفسها على الإيمان ، والعبادة ، والزهد ، وكأنما كانت تستعد لمجابهة ما يخفيه لها الزمن من تقلبات ، ومحن ، وشدائد .

مات أبوها وهي لم تزل صبية ، ولحقت به أمها . وهكذا ذاق رابعة مرارة اليم الكامل أمّاً وأباً ، فوق مرارة الحاجة القاسية ! في ذلك الحين عرفت البصرة جفافاً وقحطاً وصلاً إلى حد المجاعة ، حتى اضطُر أهلها إلى الهجرة منها ، ومعهم هاجرت رابعة وأخواتها ، حيث أخذن يضررن في الأرض ، يلتمسن القوت ، لكن الدهر فرق بين الشقيقات الأربع .

غدت رابعة وحيدة فقيرة ، ثم زاد في حظها التعس ، أنها وقعت في أيدي رجل ظالم ، مالبت أن باعها إلى آخر أشد منه قسوة . فذاقت رابعة في كلا الأسرين ، أشد العذاب ، ولكنها لم تتملل ، وما كانت تشكو عذابها إلا إلى الله . كانت نهارها إرهاقاً وعملاً متواصلاً ، فإذا جن الليل ، خلت إلى ربها تحدّثه . تناجيه مناجاة العبد الأمين . تتضرع ، وتبذل ، وتسبح ، وتستغفر ، كما لو كانت تحمل على كتفها ذنوب البشر . وفيما كانت تتوسل وتتضرع ، أحس سيدها أنها متعبة مكدودة ، وقد تسرب إلى سمعه أنينها ودعاؤها : « إلهي . أنت تعلم أن قلبي يتمنى طاعتك . ونور عيني في خدمتك ،

استخدامات مستحدثة للزجاج في عمليات التأثيث

إنه منظر طبيعي رائع الجمال يبدو من خلف نافذة ،
إنه حل فريد لتجميل إحدى جدران صالة المعيشة -
حتى في لندن - بهذا المنظر الخالد لشهد طبيعي إيطالي
مشيع بالضوء الساطع وباهذوء . وهو مستمد على زجاج
شفاف (الزجاج الفني - إنتاج « رونو » ميلانو) .

الخاصة بالاستخدامات الجديدة التي تسهم في حل
الكثير من المشاكل الخاصة بالتأثيث والتجميل
داخل منازلنا . والصور الفوتوغرافية المنشورة على
هذه الصفحات توضح لنا كم أن هذه الحلول جميلة .

كثيرا ما تشارك الأشكال الزجاجية : التفعية
منها والتجميلية في إثراء عمليات التأثيث والحقيقة
أن استخدامات الزجاج دائمة التجدد .
واليوم نقدم لكم مجموعة من الاقتراحات





إلى أعلى - من أجل الحصول على مصدر للضوء في مدخل خال من النوافذ ،
تم فتح هذه النافذة في وسط الجدار ، وبارتفاعه كله ، وأغلقت بمسطح من
الزجاج الكريستالي المطبوع عليه وحدات زخرفية نباتية . أمام هذه النافذة وضعت
زهرة كبيرة من النحاس ، (الزجاج الفنى - جورج - مورق - ميلانو) - إلى
اليسار - لمبة مستحثة تتكون من مجموعة ضخمة من حلقات كريستال مورانو
المصنعة يدويا ، والتي جاءت في هيئة سلاسل تشكل فاصلا بين ركنين من أركان
صالة المعيشة ، ولتصنع اتساقا بين السقف والمباني .



لتجميل قطع الأثاث التي
تستخدم كبار أو داخل صالة
المعيشة ، إليكن حلا مستحدا
ومنفردا ، وهو عبارة عن
« بانوه » مصنوع من الزجاج
الملون يمثل تكوينا لمجموعة
من الزجاجات والأكواب
والفاكهة ، ومضاء من الخلف ،
أى من داخل قطعة الأثاث ذاتها .

توظيف آخر للسلاسل
المصنوعة من حلقات كريستال
« مورانو » كصدر ضوئى .
الللمبة هنا مثبتة على الجدار الذى
يسود الفراغ المخصص للسلم ،
مما أضفى على المكان مزيدا من
الأناقة (من تصميم « أنجلو
مانجاروتى » - مونزا - إيطاليا)



ساندوتشات متنوعة "مملحات"

الحيوانات في الانفتاح ، وبذلك تستطيعين تقشيرها من أصدافها .

— قطعي الخيار المخلل إلى شرائح طولية ، بحيث لا تنفصل تماماً من طرفها ، فتصيح على شكل مروحة .

— افتحي أوراق الخرشوف على شكل وردة .

— اضربي في سلطانية ، كمية من الزبد ، بملعقة خشبية ، حتى تصبح كالكريمة ، ثم قسمي الزبد إلى ثلاثة أجزاء : أضيفي جزءاً منها إلى مقدار من السجق المهروس في قليل من المستردة . وأضيفي جزء الزبد الثاني إلى البقدونس المفري ناعماً ، والمضافة إليه بضع قطرات من عصير الليمون . أما الجزء الثالث من الزبد ، فأضيفيه إلى مقدار من التونة المهروسة ، أو التي سبق إنزالها عبر منخل سلك ، والمضافة إليها بعض شرائح الأنشوجة المهروسة تماماً .

القشرة الجافة التي تحيط بالخبز ، واستخدي الآلة الخاصة بعمل الأشكال المختلفة في تقطيع هذه الشرائح وتشكيلها إلى مثلثات ، ودوائر ، ومربعات ، ومستطيلات ، وقلوب إلى غير ذلك من الأشكال المختلفة ، ثم حمصي شرائح الخبز على النار تحميصاً خفيفاً .

— اسلقي عدداً من البيض بوضعه في ماء بارد ، ورفعه على النار ليغلي لمدة ٨ دقائق ، على أن تحسبي الوقت ابتداء من بداية غليان الماء .

— ضعي البيض بعد ذلك في ماء بارد ، ليبرد تماماً ، وقشريه . وبالآلة الخاصة بتقطيع البيض ، قطعيه إلى حلقات .

— ضعي بعض الحيوانات الصدفية (كأم الخلول) في طاسة على النار . وبفعل الحرارة ، تبدأ هذه

بدوقك الرفيع ، وتجبرتك ، وبمختلف المقادير وتنوعها ، يمكنك إعداد شطائر « ساندوتشات » متنوعة ، ذات ألوان وأشكال رائعة ، كي تقدميها كفاتح للشهية ، أي كمملحات ، أو مع أطباق أخرى ، أو تقديمها كوجبة خفيفة مع الشاي . والمواد الأكثر استخداماً في إعداد هذه « الساندوتشات » هي : السجق ، والبسطرمة ، واللانشون بأنواعه ، والجبن بمختلف أصنافه ، والبيض ، والأسماك ، والزبد ، والجمبري ، والكابوريا ، والصلصة بأنواعها ، وشرائح الدجاج ، والطيور ، واللحوم ، والكبد ، والكوامخ ، « المخللات » والحيلتين ، وشرائح الخبز (التوست) . أو الخبز المربع الذي يقطع إلى شرائح .

— باستخدام سكين حاد ذي حافة مشرشرة ، قطعي الخبز المربع إلى شرائح رفيعة ، ثم « اكحتي »



المغروس بها الجمبرى ، وشرائح الجبن ،
والحم ، والزيتون ، أن تغرسها بنصف كرتية ،
بأن تضعها في طبق تقديم ، فتبدو على شكل قبة ،
خارجة منها عدة شوك من البلاستيك ، أو الخشب
الملون ، مثبت بأسنانها الجمبرى ، والجبن ،
والزيتون إلخ .

- وبالإضافة إلى شرائح الخبز هذه المغطاة بمختلف
أنواع الأطعمة ، يمكنك أيضا أن تشتري الخبز
الصغير الخاص «الساندوتشات» وتقوى بحشوه
بمختلف أنواع الحشو من الجبن بأنواعه ، أو اللحم
البارد ، أو الكبدية ، أو شرائح الدجاج .. إلخ .
- ويمكنك أيضا ، أن تغطي شرائح الخبز هذه ، بعد
تمام إعدادها ، بطبقة رقيقة من الجيلاتين البارد
الذى لا يزال سائلا . وفي هذه الحالة ، ينبغي
الاحتفاظ بهذه «الساندوتشات» في الثلاجة ، حتى
لحظة استخدامها ، وذلك لكي يتجمد الجيلاتين
فوقها .

أو شرائح الجبن بأنواعه المختلفة .
- غطي جزءاً من شرائح الخبز ، بالبطارخ السوداء ،
أو فواكه البحر على مختلف أنواعها ، أو بأوراق
الحبس ، وحلقات البيض المسلوق .

- قومي بعد ذلك بتجميل طبق هذه «الساندوتشات»
بالطريقة التالية :

- اضربي كمية أخرى من الزبد بملعقة خشبية ، حتى
تصبح كالكريمة ، ثم جملي بها هذا الطبق ،
باستخدام مكبس الكريمة ، أو كيس من قماش
التيل ، مثبتة بنهايته بلبلة ، ووضع وردات فوق
شرائح الخبز ، بالبطارخ السوداء .

- ولإعطاء تأثير رائع ، ولجعل هذا الطبق يبدو
في أجمل صورة ، يمكنك تلوين الزبد ، بإضافة قليل
من الصلصة الحمراء ، أى صلصة الطماطم ، أو
إضافة قليل من البندقي المطحون أو المقرى ناعما .
- وبوسط شرائح الخبز المغطاة بحلقات البيض
المسلوق ، ضعى وردة من الزبد المخفوق ، وضعى

- انزعى الجلد الذى يحيط بالبسطرمة واللانشون ،
وقطعيه إلى ترائشات مستديرة الشكل . ثم قطعي
اللحم البارد إلى شرائح بنفس أشكال شرائح
الخبز المستخدمة في عمل هذه المملحات ، وكذلك
قطعي شرائح السلمون ، ولحم الدجاج ، والكبدية ،
والجبن ، سواء كان أبيض ، أو روميا ، أو
فلمانك ، أو نستو .

- ادهنى جزءاً من شرائح الخبز ، بالزبد المضاف
إليه السجق ، وجزءاً آخر بالمقدونس بالزبد ،
والجزء الثالث بالزبد بالتونة .

- رصى حسب رغبتك وذوقك ، فوق بعض هذه
الشرائح ، أعنى شرائح الخبز المدهونة بالزبد ،
أو بالمقدونس ، أو خلافة ، بعض شرائح
الأنشوجة ، أو اللانشون ، أو البسطرمة ،
أو شرائح اللحم البارد ، أو الدجاج ، أو حلقات
البيض المسلوق ، أو اللحم المقرى المعصج .
أو الدجاج المقرى ، أو جيلاتين الدجاج .

فوقها نصف زيتونة خضراء .

- ويمكنك تكملة ديكور الطبق بصغار البيض المسلوق
والمهروس ، أو باللوز المحمص والمقرى ناعما .

- كما يمكنك استخدام بياض البيض المسلوق .
في تجميل طبق المملحات هذا ، وكذلك حلقات
الزيتون الأسود والأخضر ، المزروع منه النوى .

- ولاتنسى أن تقدمى مع هذا الطبق ، الليمون المقطع
إلى شرائح ، أو حلقات ، لأنه يستخدم عند
الأكل ، خصوصا وأن البطارخ تحتاج إلى بعض
قطرات من الليمون .

- كذلك يمكنك تقديم بعض شرائح الجبن الرومي .
أو الضأن المغروسة في شوك من البلاستيك
ذات الألوان الجميلة المتعددة . ولإعطاء منظر
رائع ، اغرسى هذه الشوك الملونة ، التى تحتوى على
شرائح الجبن ، والزيتون الأسود والأخضر ، في رغيف
من الخبز المستطيل ، أو بوسط برتقالة ، أو ليمونة .
- ومن أروع وأجمل مناظر تقديم هذه الشوك ،



علاج قشر الشعر



كيف تتخلصين من قشر الشعر:

قشر الرأس من الأعراض الواضحة في فروة الرأس والتي تسبب الضيق . وقد أجريت إحصائية تبين منها أن هناك عدة مئات من ملايين الأشخاص في جميع أنحاء العالم ، مصابون بصورة مزمنة بقشر الرأس ، أو يتعرضون له بين الحين والآخر .

ولم يتوصل العلم بعد إلى تحديد الطريقة التي يتكون بها قشر الرأس ، وكل ما يعرفه الطب عن ذلك ، هو أن في الجلد ، كما هو الحال في أي نسيج آخر ، يوجد نوع من التوازن بين الخلايا الجديدة والخلايا الميتة . فإذا كانت هذه الأخرى أكبر عددا من الخلايا التي تنشأ ، ترتب على ذلك تراكم من القشور على الجلد ، يمكن إزالتها في صورة قشور بيضاء ، هي قشر الرأس .

وجود قشر الرأس يكون غالبا نتيجة لاختلال في الوظائف العضوية قد تكون في الأمعاء أو الغدد الهرمونية ، غير أنه غالبا يعتبر ظاهرة ذات طابع موضعي .

وفي أغلب الأحوال ، فإن تكون قشر الرأس واكتشافه يتوقفان على عوامل مختلفة ، تتعاون مع بعضها البعض ، مما يترتب عليه نوع من رد الفعل المتتالي .

ففي بداية الأمر ، وكأنته ما كانت الأسباب ، تتكون مجموعة من الزغب الأبيض الصغير ، الذي يتكسد بعد ذلك بفعل العرق ، فيصبح طبقة صغيرة .

وهذا التكسد من الزغب والعرق ، يشكل البيئة الملائمة لنمو بعض مجموعات الميكروبات ، وبصفة خاصة ميكروب «بيتريوسبوروم» البيضاوي .

إن الإصابة بهذا الميكروب ، وبمساعدة الحرارة الطبيعية التي تحدث نتيجة لكثافة الشعر ، تضاعف من القشور التي تأخذ في التراكم فوق جلدة الرأس ، فتتخذ الظاهرة أبعادا أكبر . والإصابة بهذا الميكروب أيضا أمر سهل ، إذا كثرت إفرازات الغدد الدهنية ، وهذا على الأرجح هو السبب في خطأ شائع ، من أن كلمة التراكم الدهني مرادف لكلمة قشر الرأس .

وقشر الرأس الذي — كما رأينا — يمكن أن ينشأ من عوامل كثيرة ، يمكن تقسيمه أساسا إلى ثلاثة أنواع : قشر الرأس الجاف ، وقشر الرأس الدهني وقشر الرأس المعدى .

أما النوع الأكثر انتشارا (حوالى ٧٠ في المائة من حالات الإصابة) هو النوع الثانى ، ويرجع إلى تآزر العوامل الثلاثة التي سبقت الإشارة إليها ، وهى تراكم القشور ، والإفرازات الدهنية ، والعدوى .

علاج قشر الرأس :

إن تعدد أسباب الإصابة بقشر الرأس لا يتيح ، في أحوال كثيرة ، مكافحة هذه الظاهرة جذريا عن طريق استخدام مستحضرات التجميل وحدها ، ولا عن طريق اتباع الأساليب الصحية .

على أنه في الإمكان مهما يكن الأمر ، يمثل هذه الأعمال ، حصرها في حدود مرضية حتى من وجهة النظر الجمالية . وأول كل شيء ، يتعين الإبقاء على نظافة فروة الرأس ، وذلك بالاستمرار في استعمال نوع من الشامبو الخالى من المواد القلوية (التي قد تزيد تهيج هذا الجزء) والمضاف إليه أحد العناصر المضادة للحشرات . وتوجد في الأسواق أنواع ممتازة من مثل هذا الشامبو . والتي تعرف باسم « الشامبو المضاد لقشر الرأس » .

ويجب استعمال هذا الشامبو مرتين أسبوعيا على الأقل ، مع التدليك الدقيق لفروة الرأس بأطراف الأصابع . فإذا كان الشامبو طبيا ، أى إذا كان يحتوى على عناصر نشطة في علاج قشر الرأس ، فلننا ننصح بترك الرغوة تفعل منعوها فوق فروة الرأس لمدة دقيقة على الأقل ، وذلك قبل إزالتها بالغسيل . والعلاج الحقيقي لقشر الرأس يمكن مزاولته فقط بمواد تظل فوق فروة الرأس ٢٤ ساعة على الأقل : ولذلك توجد أنواع من اللوسيون والكريم

المضاد لقشر الرأس .

وأى تركيب جيد من هذه المجموعة يجب أن يحتوى ما يساعد على الإبقاء على سلامة فروة الرأس ، وأن تكون فيه مضادات لتراكم المادة الدهنية ، وما يمنع تكوين القشر . ومن بين المواد النشطة التي استخدمت في صورة لوسيونات أو كريم أو جيلي مضاد لقشرة الرأس ، فقد ثبت نجاح مادة الكلوروفين وأملاح النشادر وغيرها .

ومن بين العناصر ذات المفعول في التطرية وإزالة المواد الدهنية يستخدم الكحول المستخرج من اللانولين ومشتقاته . وهذا إلى جانب النجاح الذى حققته اللوسيونات التي تحتوى على القطران النباتي ، والنتائج الطبية التي حققها اللوسيونات التي تحتوى على مادة الكورتيزون ، وهذا النوع طرح مؤخرا في الأسواق .

إن جميع هذه المستحضرات يمكن بطبيعة الحال الحصول عليها من مخازن الأدوية أو محلات العطور ، وهى مناسبة للغاية من الناحية الاقتصادية .

ومن أجل الحصول على أفضل النتائج من استعمال هذه اللوسيونات ، يجب أن تبلى قطعة من القطن بالسائل ، ثم تأخذى في تدليك فروة الرأس بركة . أما الكريم والجيلي فإنها تستعمل مباشرة بأطراف الأصابع ، وهى تتطلب تدليكا خفيفا لجعلها تنفذ إلى أعماق الجلد .

والاستعمال المستمر للشامبو واللوسيونات المضادة لقشر الرأس ، إنما يعتبر إجراء صحيا يمكن أن يحد أو يزيل نهائيا احتمالات تكوين هذا القشر . ومع ذلك فإنه في الحالات الخطيرة أو التي يكون فيها قشر الرأس كثيفا ، يجب أن نضع في الاعتبار أن أصل تكوين قشر الرأس غالبا ما يرجع إلى اختلال ما في الوظائف العضوية ، وبالتالي فإنه يتعين أولا علاج العضو المريض ، بالاستعانة بأحد الأطباء .

وفي بعض الأحيان يكون اتباع ريجيم خاص كافيا لهذا الغرض ، وهو هنا يعتبر الأساس الذى لاغنى عنه لعلاج جذرى لقشر الرأس ، والذى يقترن بطبيعة الحال بعملية نظافة صارمة ، مع استعمال الأدوية الصحية والمطهرة والعلاجية .

وفيد الريجيم في حالة وجود علاقة بين أنواع معينة من الأطعمة التي تتناولها ، وبين زيادة القشر في رأسك . وبصفة عامة ، فإنه ينبغي التقليل بقدر الإمكان من المواد الدهنية ، ومن الأطعمة الحريفة ، ومن المحمرات . غير أنه ليست هناك وصفات معينة تصلح في جميع الظروف . عل كل شخص يصاب بقشر الرأس الكثيف ، أن يكتشف بنفسه نوع الريجيم الذى يتعين عليه اتباعه .

لاشك أن تكوين القشر على فروة الرأس عيب شائع ومقلق وهو نتيجة لعملية معقدة ترجع في الغالب لقصور في بعض الوظائف العضوية ، وفي بعض الأحيان يكون ظاهرة ذات طابع موضعي . ومما لاشك فيه أيضا أنه من الصعوبة بمكان التخلص منه نهائيا ، ولكن من السهل علاجه وتقليله ، وذلك عن طريق نظام التغذية والعلاج الموضعي .



للطفل الحق في أن يكون

ذواقا

يعتبر إطعام الطفل أحيانا ، قطعة من العذاب بالنسبة لأبويه ، لذا وجب عليهما ، أن يبادرا بمعرفة سبب إغراضه عن تناول الطعام ، وتحديد ما إذا كان ذلك تصرفاً طارئاً ، ناتجاً عن التذليل ، أو أن أسبابه أكثر عمقا ؟

الصادرة عنه في هذه السن المبكرة ، سيقترن في ذهنه الجلوس إلى المائدة بالعقاب . لذا وجب على الأم ، الإقلال من ملاحظاتها ، والتدرج بالصبر ، عند تلقينه قواعد المائدة . وأصولها .

وفيما بعد ، عندما يبلغ الثالثة من العمر ، يهتم الطفل ، ذكراً كان أو أنثى ، بطريقة إعداد الأطعمة ، فيبدي رغبته في مساعدة والدته في تقشير الخضراوات ، وغسلها ، وضرب القشدة أو البيض ، وإضافة قدر من الزبد ، أو عمل الحلوى . وهذه فرص طيبة لخلق «ذواق» المستقبل . وبالإضافة إلى ذلك ، سيتعلم من خلالها النظافة والنظام . إن ذلك يتطلب من الأم ، بطبيعة الحال ، مزيداً من الصبر في تنظيف المنضدة ، والطفل نفسه ، مع الاحتفاظ بالابتسامة ،

ومن المرغوب فيه ، أن يبدأ الطفل ، في تناول وجباته على مائدة الكبار ، في أقرب فرصة ممكنة . وبذلك يندمج تماماً في المحيط العائلي ، ويتعلم بسرعة ، تناول جميع أنواع الطعام دون «إبطاء» أو تمتنع ، كما سيتعلم ، أنه لا يجب أن يغادر المائدة ، قبل أن ينتهي الآخرون من تناول طعامهم . ومن المستحب أن نشجع الطفل على تناول الطعام دون مساعدة أحد . وعندما يبلغ الطفل الشهر الثامن عشر من عمره ، يصبح قادراً على استخدام المعلقة ، بطريقة سليمة ، وكم يسعد ذلك كثيراً . ويكتشف أن تناول الطعام ، يكون مصدر ابتهاج ، يمكنه تحقيقه بنفسه ، كإشباع جوعه ، ونقل الأشياء إلى فمه ، واللعب بالطعام . ولو نهزت الأم طفلها ، بسبب الحركات السيئة

تستطيع الأم ، منذ السنوات الأولى ، أن تعلم طفلها التذوق ، وذلك بأن تعودده على الأصناف الراقية من الأطعمة ، فتنمى فيه حاسة التذوق ، وتفتح له آفاقاً جديدة . ويجب أن نعلم جيداً ، أن حب الأصناف الجيدة ، والراقية من الأطعمة ، ليس مرادفاً للشراهة والنهم . فالطفل يمكنه أن يتعلم كيف يتذوق الأطعمة العادية ، وكيف يقبل على اختيار الحديد منها . وشيثاً فشيثاً ، يتمكن من التفرقة بين النكهات الصناعية المختلفة ، والمذاق الطبيعي للمواد الغذائية . ونجده يقبل على الجلوس إلى المائدة مبتهجاً ، إذا كانت هذه معدة بعناية . فتناول الوجبات ، من الطقوس اليومية ، التي يجب أن تتم في جو من الاسترخاء والصدقة .

وليس ذلك دائماً بالأمر اليسير. وفي هذه الأحوال ، يجب الاحتراس من النار ، والسكاكين ، والآلات الكهربائية ، والأفران ، وكل ما من شأنه أن يتسبب في جروح . وبخلاف ذلك ، يجب أن يترك الطفل حراً ، فهو في حاجة لتأكيد ثقته بنفسه ، ولذا نجده يرغب في إتمام عدد من الأعمال ، دون مساعدة أحد .

إعراض الطفل عن الطعام :

رغم الاحتياطات التي يتخذها الآباء ، يحدث أن يعرض الطفل عن تناول طعامه ، ويقول المحب للأطعمة الفاخرة ، إن فقد الشهية يرجع إلى رداءة الأطعمة المقدمة . أما الطبيب ، فيؤكد أنه يرجع إلى احتضان الطفل لمرض معد ، بينما يحمل الطبيب النفسى الآباء ، سبب ذلك الإعراض . وفي الواقع ، أن ثلاثهم على حق جزئياً . ومن المؤكد أن العوامل المختلفة ، غذائية كانت أو فسيولوجية ، أو نفسية ، مرتبطة تماماً ، ويصعب الفصل بينها .

فإذا كان الطفل يتمتع بصحة جيدة ، فسبب إعراضه عن الطعام ، وعدوه عنه ، في الغالب إلى سبب نفسى : فقد يصبح تناول الطعام ، بالنسبة له ، التزاماً ، فهو يلاحظ قلق أمه ، ويقابله بقلق مماثل ، يترجم في صورة فقدان الشهية .

وربما يشعر بأن أسرته ترفضه ، ويأمل في جذب الانتباه بهذه الطريقة ، ويصبح الإعراض عن الطعام في هذه الحالة « اضطراباً » مقصوداً .

وفي أغلب الأحيان ، يكتشف الأطباء النفسيون الذين يتولون علاج مثل هؤلاء الأطفال ، أنهم مصابون بحالات خوف شديد ، ترجع إلى علاقتهم بآبائهم . وعلى سبيل المثال ، نذكر خوف الطفل ، من أن يجبر على تناول قدر كبير من الطعام لا تطيقه معدته (ويكون ذلك بمثابة عقاب ذاتي ، نتيجة لحنانه على أحد أبويه حناناً مفرطاً) . ويرتبط فقد الشهية أحياناً ، بتخيلات متصلة بالجنس ،

فعلى سبيل المثال : الطفلة عندما تمتنع عن الطعام ، مدعية أنها تخشى البدانة . وينطبق ذلك أيضاً على الطفل النهم ، الذي لا يستطيع مقاومة التهام ما تبقى من قطعة « الحاتوه » ، أو الذي يسرق الحلوى والمرعى ، وأحياناً الحبز . فهو غالباً ما يكون طفلاً ناعساً ، يبحث عن السعادة ، عن طريق التذوق ، ليعوض الحنان والرعاية التي يفتقر إليها ، أو ليشبع رغبة لا يستطيع تحديدها . صحيح أن هذه الحالات محدودة ، غير أننا نصادفها في الحياة اليومية ، وإن كانت مخفية ووقفية . لكن من واجبتنا الآنستين بها . فإذا كان الطفل يرفض الطعام ، فقد يكون من الأفضل ، أن نغير له البيئة ، بأن ندخله في حضنة مثلاً ، حيث يجد نفسه في صحبة أطفال آخرين ، لا يعانون من نفس المشاكل . وقد يأكل بشهية مفتوحة ، بعيداً عن أمه التي تلاحقه . وعندئذ تتحسن الأحوال ، بزوال العائق النفسى .

ومن المفيد أن يبدى الأبوان عدم اكتراث ، فيترك الطفل ليحل مشكلته بنفسه . فإذا أعرض عن تناول ما بقى في طبقه من طعام ، رفعته أمه من أمامه ، دون توجيه اللوم إليه . ويجب أن تعلم الأم تماماً ، أنه لا جدوى من رواية القصص ، عندما يتناول الطفل وجبته ، أو إحاطته باللعب ، أو تقديم الوعود له ، بقطعة من الحلوى ، إذا أكل الخضر . إنها بذلك تحول انتباه طفلها إلى أمر آخر ، فتمنعه من إمكانية مواجهة مشكلته وحلها على نحو ما يفعل الرجال ، كما تمنعه من أن ينجح في يوم من الأيام ، في تذوق ما يتناوله من مواد غذائية .

البدين والنحيف من الأطفال :

في كثير من الأحيان ، تكون المشاكل الغذائية ، من نسج خيال الأم ، التي ليست لديها فكرة واضحة عن معنى لفظي « البدانة » و « النحافة » . فهناك أطفال يتسمون بالنحافة ، لكنهم يتمتعون بصحة جيدة تماماً . فتجد عضلاتهم قوية ، ولونهم

وردياً ، يستطيعون الجرى واللعب طوال اليوم ، دون أن يشعروا بالتعب . ورغم ذلك ، نجد أمهاتهم يلاحقن الطبيب ، بطلب وصف أنواع من المقويات ، ويجبرن أطفالهن على تناول قدر أكبر من الطعام ، لأنهن يفضلن الطفل « السمين » .

وعلى عكس ذلك ، هناك الطفل البدين الذي يفخر به أبواه ، رغم ما يبدو عليه من إجهاد ، وما يتميز به من بطء في الحركة ، وقلة الحيلة . وعادة لا تعير الأم اهتماماً بكل هذا ، مع أنه يجدر بها أن تعرضه على طبيب أطفال ، وإذا استدعى الأمر ، فعلى إخصائى في الغدد . وكذلك الأمر بالنسبة للطفل الذي يتميز بنحافة مبالغ فيها .

وفي الواقع ، إنه لا يجب أن يوصف الطفل بالبدانة أو بالنحافة ، إلا إذا كان وزنه يزيد أو يقل بمقدار ١٠٪ عن الوزن الطبيعي .

وبعد أن يفحصه إخصائى الغدد ، ويحدد أسباب بدائته ، أو نحافته ، يقوم الطبيب المختص بالنظم الغذائية ، بوضع النظام الغذائي الخاص الذي يجب أن يتبعه . وإذا كانت الضرورة تقتضى بأن تفرض الأم على طفلها قواعد صحية جديدة ، متعلقة بنوعية الأطعمة ، فإنه ينبغي عليها أن تلتزم جانب الحرص الشديد . ذلك أن الطفل ، يجهل تماماً أهمية النظم الغذائية ، ولذا فإنه يعتبر منعه من تناول بعض الأطعمة ، نوعاً من الاعتداء عليه ، أو حرمانه من حقوقه .

وإذا كان الأمر يقتضى تقليل مقدار الطعام الذي يتناوله ، وجب علينا اتباع نظام غذائى مجزأ . أما إذا كان الطفل ، على عكس ذلك ، في حاجة إلى مزيد من التغذية ، فمن الأفضل رفع القيمة الغذائية للوجبات ، دون زيادة الكميات ذاتها .

وحتى تكون هذه الإجراءات سهلة الاحتمال ، يجب على الأبوين إسعاد الطفل من نواح أخرى ، حتى لا يعتقد أن هذا الحرمان ، أو هذا الإجبار ، إنما هو نتيجة لكرامية أبويه له .



لعبة لطيفة ... بناء بيت العروسة

— غطي من الداخل ، حوائط اللعبة بنوع جميل من الورق الملون ، على أن تختاري لذلك لوناً فاتحاً : كالوردى ، البيج ، اللبني الأزرق السماوى ، أو الأزرق المخضر .

— قصي قطعة من قماش الجوخ الثقيل ، بنفس أبعاد أرضية البيت ، أى قاع اللعبة . ثم ثبتي الجوخ عن طريق لصقه بمادة لاصقة كالصمغ مثلاً ، أو النشا المطبوخ ، أو بالخياطة ، وذلك بغرز سراجة صغيرة ، بحيط من نفس لون قماش الجوخ . ويمكنك أيضاً أن تغطي الجدران الخارجية للعبة بالقماش ، ثم تحقّى غرز تثبيت القماش في الورق ، بشريط من الدانتيل ، أو جالون ، حسب رغبتك .

النافذة :

أعدى النافذة على النحو التالى :
في الحائط الأساسى لبيت « العروسة » ، قومى بعمل فتحة أفقية ، ثم الصق

إذا كان أطفالك قد ضاقوا ذرعاً بلعبهم وتضايقوا منها ؛ وإذا كنت لاتعرفين كيف تجعلهم يلعبون بهدوء في فترة مابعد الظهر ، وخصوصاً في أيام الشتاء ، حيث تطول هذه الفترة ؛ وإذا كنت تريدن شغلهم لساعات طويلة ، على مدى سلسلة ممتدة من الأيام ؛ وفي النهاية إذا كنت ترغبين في تنظيم لعبة يشترك فيها جميع الأطفال : الكبار منهم والصغار ، الذكور والإناث ، نقدم لك فكرة رائعة في هذا الخصوص . وتتلخص هذه الفكرة ، في أن تعليمهم كيف يبنون بيتاً « للعروسة » . ولاشك أن الذكور سيسهمون بحماس بالغ ، في صنع بيت الدمية ، لأن ذلك سيتيح لهم فرصة مزاوله نشاطهم اليدوى ، وإبداء ذكائهم .

طريقة تنفيذ بيت « العروسة » :

— إن مكان البيت ، هو لعبة كبيرة من الورق المقوى . اقطعي غطاء اللعبة والحائط الأمامى منها .

فوق فتحة النافذة هذه ، ومن على ظهر العلبة ، قطعة من ورق السلوفان الثقيل .

البلدكان والستائر :

لتنفيذ البلدكان ، خذى قطعة من ورق الكرتون ، وقصى منها شريطاً بطول النافذة ، واثنيه إلى ثلاثة أقسام طولية .

ثم خذى شريطين من قماش الستائر ، بنفس أطوال النافذة ، وهـ كشكشيهما « بفرزة شلاله ، فيقل الطول إلى النصف . ألصق كل شريط على أحد جوانب البلدكان من الداخل ، وبذلك تكونين قد انتهيت من وضع الستائر على النافذة .

ألصق في الجزء الأمامي من البلدكان ، باندته من شريط دانتيل ، أو من الجالون ، وبذلك تكونين قد صنعت برقع الستارة . ثم الصق الجزء الخلفي للبلدكان فوق الحائط .

الرفف :

اصنعي الرف من ورق الكرتون المقوى الصلب جداً ، وذلك بقطع شريط من ورق الكرتون بالطول الذى يكتفى لعمل الرف المراد تنفيذه .

اثنى هذا الشريط بصورة طولية . ثم الصق هذا الجزء المثنى على الحائط ، فى المكان الذى ترغين فى وضع الرف به .

الأريكة أو السرير :

لكى يستند السرير على الحائط ، قومى بإعداده ، مستخدمة فى ذلك علبة من الكرتون بالطول الذى ترغين فيه (كعلبة حذاء الطفل مثلاً) ، ثم اثنى إلى أعلى ، جانبي العلبة الصغيرين (وذلك لعمل ضلعى السرير ، أعنى وجهه ومؤخره) .

— وإذا وجدت أن الأطوال مرتفعة ، قصيها حسب الطول الذى تريدينه . غطى السرير عن طريق لصق قطعة من القماش المرن (ويفضل فى هذه الحالة ، الصوف ذو الوبرة ، الكثيفة) .

— اصنعي الوسادة ، باستخدام علبة كرتون مغطاة بنفس قماش الصوف (والعلبة التى يمكن استخدامها فى هذا الغرض ، هى علبة الباستيلىا الطبية ، أو علب السجائر الفارغة ، أو علب الكبريت) .

المقاعد :

تصنع المقاعد ، من السلك السميك من النحاس أو الحديد (ويباع هذا السلك بمحلات الأدوات الكهربائية ، ويكون مغطى ببلاستيك ملون) . اثنى السلك طبقاً للنموذج الموضح أمامك ، وفقاً لرغبة أولادك وتصنع هذه المقاعد ، عن طريق لف السلك عدة مرات ، أما ظهر وقاعدة المقعد ، فيصنعان من الحصى

الثقيل ، أو من نفس القماش الذى سبق أن غطيت به السرير . أما «الثلث» فتصنع من القماش ، على شكل كيس مستطيل محشو بالقطن .

المنضدة المستطيلة :

تصنع بشريط من ورق الكرتون ، مثنى على شكل كتاب ، ملتصق بوسط سطح المنضدة ، الذى يصنع بالتالى من نفس ورق الكرتون .

المكتبة :

هى عبارة عن علبة حلوى مصنوعة من ورق الكرتون ، وتصنع الأرفف من ورق الكرتون أيضاً ، مستندة على قطع صغيرة من الخشب المستطيل ، الذى يلصق بمادة لاصقة فى العلبة . أما الكتب ، فهى أغلفة الكبريت ، مقطعة إلى أطوال مختلفة . ويمكن تغطية ظهر الكتب بالورق الملون ، ولصق عناوين مقصوصة من المجلات أو الصحف عليها .

نبات الزينة :

عبارة عن فرع صغير أخضر ، يوضع داخل زهرية من البلاستيك الملون . كما توجد زهريات أخرى من الهلاستيك ، توضع فوق الرف والمكتبة .

المنضدة المستديرة :

تصنع قاعدة هذه المنضدة (أعنى رجلها) من علبة أسطوانية من الكرتون ، وإذا كانت أبعاد المنضدة ، تتطلب أن يكون ارتفاع القاعدة أطول من علبة أسطوانية واحدة ، فيمكن لصق عدة علب حسب الارتفاع الذى ترغين فيه . وسطح المنضدة عبارة عن دائرة ورق الكرتون ، مغطاة بمفرش من القماش الملون ، أو أن نفس هذا السطح ملون . وفى هذه الحالة ، لا يحتاج إلى تغطيته بمفرش من القماش .

السجادة :

فى استطاعتك أن تصنعى السجادة من القماش ، أو تشغليها يدويًا بإبرة الكروشيه ، وذلك باستخدام خيط صوف سميك .

الصور واللوحات :

إن الصور واللوحات الموضوعة على الحوائط ، هى عبارة عن صور صغيرة ، ووسائل إيضاح ، مقصوصة وملصقة فوق مستطيلات من ورق الكرتون الأبيض ، أو الأسود .

المسألة :

عبارة عن مستدير من ورق الكرتون المفضض ، محاط بإطار يلصق فوقه .

مصباح الإضاءة :

يتكون من ساق من السلك السميك النحاسى ، أو الحديد ، « وبرنيطة » المصباح من الكرتون المغطى بقطعة من القماش .



شال أسود مبتكر للأناقة

الـمـواـزـم :

قماش جرسية أسود بطول ١٦٦ سم وعرض ٦٢ سم - فرائشة حرير خضراء اللون عريضة جدا - خيط حرير أخضر من نفس لون الفرائشة - كوردون ذهبي وخيط ذهبي - خيط أسود .

الطريقة :

اثنى الأجناب الأربعة للشال بغرزة خفيفة سواء كان على الماكينة أو على اليد بالخيط الأسود . قومي بعد ذلك بتركيب الفرائشة الخضراء على جانبي الشال الأقل طولا (٦٢ مم) للجانب الواحد ، استخدمي في التثبيت الخيط الأخضر أولا ، ثم بالخيط الذهبي قومي بعمل دوائر صغيرة بشكل زخرفي ، ثم استخدمي بعد ذلك الكوردون الذهبي في أن تلفيه حول الجزء العلوي من الفرائشة لمسافة ٤ سم ويثبت بالخيط الذهبي ، وبذلك فلنك قد انتهيت من عمل الفرائشة .

قومي الآن بشف الرسم الموجود على هذه الصفحات وهو بالحجم الطبيعي ، وارسميه على جانبي الشال .

استخدمى بعد ذلك الخيط الحرير الأخضر فى ملء فراغات الرسم بغرزة العقدة المتقاربة جدا بحيث يصبح الرسم كله محشوا ولا يظهر القماش الأسود من تحته ثم ثبى الكردون الذهبى من حوله بغرزة غير ظاهرة ، وأخيرا اشتغلى بالخيط الذهبى الحواف الخارجية للأوراق الصغيرة بغرزة الفرع أو السلسلة .





سعر النسخة

ج ٤٠٣٠ ١٥٠٠ مليم	اليخريين ٩٥٠ فلما	السودان ١٥٠ مليم
ليبثان ١٩٥٠ ق. د.	قطر ٩٥٠ فلما	ليبيا ٩٠ قريشا
موريسيا ١٥٠ ق. م.	درب ٩٥٠ فلما	ستونين ٩٥٠ قريشا
الأردن ١٥٠ فلما	أبوظبي ٩٥٠ فلما	الجزائر ٣ دينار
العراق ١٥٠ فلما	السعودية ٩٥٠ ريال	المغرب ٣ درهم
الكويت ٩٠٠ قس	عبدن ٥ شبات	

© Copyrights pour le monde
Fratelli Fabbri, Milano
© 1974 Copyrights pour l'édition arabe
EDITRADE SA - Genève

الناشر : شركة إيديتريب - شركة مساهمة موبيسرية - جنيف

كيف تحصلين على نسختك

أعطين نسختك من باعة الصحف والأكتشافات والمكتبات في كل مدن الدول العربية

إذا لم تتمكني من الحصول على عدد من الأعداد انصلي ب :

في ج ٣٠٠ : الاشتراكات : إدارة التوزيع - مبنى مؤسسة الأهرام - شارع الجلاء - القاهرة

في البلاد العربية : الشركة الشرقية للنشر والتوزيع - بيروت - ص ب ١٥٥٧٦٥