

وقفات حول الوقت (١)



عبدالله بن محمد بن عبدالله الشكيلي *

■ الوقت هو الثروة ، بل عدّه البعض أعلى من المال . ولقد عني الإسلام بالوقت والحفاظ عليه ، ففي الحديث عن ابن عباس عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال (نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس، الصحة والفراغ) رواه البخاري، وكان الصحابة رضوان الله عليهم يحرسون كل الحرس على ألا يمر يوم أو برهة من الزمن دون أن يتزودوا فيها يعلم نافع أو عمل صالح أو مجاهدة للنفس حتى لا تضعف أعمارهم وأوقاتهم سدى . فالوقت هو ثروة الأمم، وسلاحها الفعّال نحو التقدم والازدهار، إذا أحسن أفرادها استغلال كل جزئته منه. وسنقف اليوم وقفة مع بعض مضيعات الوقت في وقتنا الحاضر.

* كل ما يمنعك من تحقيق أهدافك بشكل فعّال يعد من مضيعات الوقت:

فالإهمالة بقيمة الوقت عند كثير من الناس تمنعهم من تحقيق أهدافهم، فتراهم يرددون بأعلى صوتهم بان ليس لديهم وقت كاف ولم لا؟ وهم يعدون لوقت ساعة رخيصة فإذا غاب جزؤه أو كله في نظرم فلن يغير ذلك من مجرى حياتهم.

* سوء أو غياب التخطيط:

فالواحد منا ينفق عليه أن ينظم وقته وأن يجعل له أولويات وأهدافاً يصبو للوصول إليها كما أن التّأجيل والتسويف وعدم إنجاز المهام الموضوعية في وقتها المحدد من أهم المضيعات للوقت.

يمكك المرء في السنة حوالي ٨٧٦٠ ساعة، يستقطع جزء منها في الأوقات التي يصعب تنظيمها مثل أوقات العبادة والأكل والنوم والأمور الأساسية في حياة الإنسان، في حين أن الجزء العتيق يستنفد في الأوقات التي يمكن تنظيمها فنجد البعض لا يحسن استغلال هذه الساعات بكفاءة وفعّالية ، فتراه يضع وقته في الاتصالات الهاتفية غير الضرورية ، وجلسات السمرا التي يكون ضررها أكثر من نفعها، وكذلك في تصفح الجرائد والمجلات غير الهادفة وفي اللهو والمزاح والضحك، كما أن المناسبات الاجتماعية في مجتمعنا تأخذ الكثير من الوقت كحضور حفلات الأعراس والولائم وغيرها.

* هناك البعض ممن ليس لديهم الجرأة على قول "لا" للحافظ على أوقاتهم ، فعلى سبيل المثال نجد الواحد منا قد خطط للقيام بعمل مهم في يومه وفجأة يلقى صاحباً له في الشارع ويدعوه للحضور إلى منزله فيقبل ذلك الشخص عند رغبة صاحبه ويلبى دعوته ولا يستطيع القول له "لا" مما ينتج عن هذا التصرف عدم القدرة على إدارة الوقت بالطريقة المخطط لها.

وختاماً نذكر أن أمّتنا العربية والإسلامية بحاجة لأفراد يدركون قيمة الوقت وطرق إدارته بالطرق الناجحة، ولعلنا أن نشخص هممنا من الآن ونعاهد أنفسنا على الحفاظ على أوقاقتنا وعدم تضيعها فيما لا فائدة منه ■

دائرة الشؤون المالية والإدارية

يشكل إضافة جديدة لخدمات واستثمارات الجامعة

«مركز جنى الطبي» .. سعي نحو تقديم خدمات أفضل لمنتسبي جامعة نزوى



■ امكانيات واجهزة عالية التقنية يقدمها مركز جنى الطبي

المركز مجهز بأحدث الوسائل الطبية التي تتواءم مع التطور المتنامي في المجال الصحي

■ حرصاً من جامعة نزوى على تقديم أفضل الخدمات لطلبتها ومنتسبيها بالإضافة الى التواصل مع المجتمع والنظر في احتياجاته كون ان رسالة الجامعة لا تقتصر على التعليم وانما ايضا تركز في جانب اخر وهو تنفيذ المشاريع الاستثمارية التي تسهم في توفير الفرص المناسبة من المشاريع الناجحة التي تعزز من دور الجامعة بما يتماشى مع توجهات الجامعة.

ولتسهيل تقديم الخدمات الطبية والعلاجية للطلبة والمنتسبين ارتأت جامعة نزوى إنشاء (مجمع جنى الطبي) الذي يضم أقساماً طبية متعددة يقوم على الإشراف عليها ومباشرتها أطباء أكفاء متخصصون اختيروا بعناية فائقة لتأدية الخدمة المثلى للمجتمع وتوفير العلاج المناسب لهم ليكون هذا المركز رافداً مع المستشفيات والمراكز الحكومية والخاصة في المنطقة ويدعم دعم الحكومة لاقامة المشاريع الصحية الخاصة ■■

بتوفير سبل الراحة لمنتسبيها وقد لاحظنا من خلال زيارتنا للمركز تميزه في تقديم العلاج للطلاب الجامعة وخدمة المرضى ونوعية العلاج والأدوية المقدمة.

ونطمح إلى اضافة وتوفير أقسام أخرى في المركز لتكون الخدمات متكاملة ولا يستلزم الأمر التوجه للمستشفيات في المستقبل وتتمنى التوفيق لإدارة الجامعة على كل ما تقدمه من عناية ورعاية لنا.

نور سالم السعيدى قالت ان المركز خطوة ايجابية ضمن انجازات الجامعة المتميزة فهو إلى جانب خدمته للطلاب فهو يعد نوعاً من التفاعل مع المجتمع وخدمة له مع حرص الجامعة على توفير العيادات الضرورية في البداية كعيادة الطب العام والباطنية والأسنان لقرابه من الجامعة فيسهل عملية النقل للحالات الطارئة وكذلك فإن المركز يخدم المجتمع وهذا دليل على تفاعل الجامعة مع المجتمع ومن خلال زيارتنا للمركز لاحظنا الخدمات المتوفرة والأجهزة المتطورة التي تسهل عملية العلاج ونطمح إلى توسعة المركز وإضافة عيادات تخصصية جديدة وتتمنى التوفيق للجامعة في حال مشاريعها المتميزة التي تخدم الطلبة والمجتمع معا.

فاطمه المعمرى طالبة قالت اننا فخورون باهتمام الجامعة بنا وتوفيرها لهذا المركز الصحي فيه دلالة واضحة على اهتمام الجامعة بجميع داخل الجامعة وخارجها ■

النصف صباحاً حتى التاسعة ليلاً بدوام مستمر غير منقطع، في كل أيام الأسبوع عدا يوم الخميس يكون الدوام من الساعة التاسعة صباحاً حتى الثامنة ليلاً ، وتكون الجمعة عطلة العيادة.

وعما يمكن أن يقدمه المركز للمجتمع اجاب: المركز يقدم العلاج الضروري لجميع شرائح المجتمع الراغبين في القدوم إليه في جميع الفحوصات الطبية سواء ما يتعلق بفحوصات الدم المختلفة أو فحوصات الهورومونات والزرع والتحصن المتعددة.

٤- قسم الأشعة والسونار حيث يبشتر متخصصون في المجالين بأحدث الأجهزة الطبية. وملحق بمجمع جنى الطبي صيدلية متكاملة فرع من صيدلية مسقط تشتمل على جُل ما يحتاج إلى وصفه الطبيب خدمة لمرضاه من أفضل منشآت الأدوية والعلاجات.

وعن النظرة المستقبلية للمركز وما يمكن اضافته مستقبلا قال: من المؤمل أن يكون مجمع جنى الطبي مركزاً لعلاج أمراض السكري والغدد الصماء وأمراض الدم كما ينتظر فتح قسم متخصص بالأمراض النسائية والحمل والتوليد . وأضاف قائلاً: بأن جميع هذه الخدمات تقدم لطلبة الجامعة ومنتسبيها بطريقة التامين الصحي المدفوع من قبلها بواسطة شركة OCILA

فاطمه المعمرى طالبة قالت اننا فخورون باهتمام الجامعة بنا وتوفيرها لهذا المركز الصحي فيه دلالة واضحة على اهتمام الجامعة بجميع داخل الجامعة وخارجها ■

الأمامية بواسطة الليزر كما تقوم بتركيب الأسنان الثابتة والمتحركة بالتعاون مع أفضل المختبرات في صناعة الأسنان في مسقط وتحرس العيادة على تعقيم المواد المستخدمة حيث زودت العيادة بأحدث التقنيات وأجهزة التعقيم .

٣- قسم المختبر: يقوم بتلبية جميع الفحوصات الطبية سواء ما يتعلق بفحوصات الدم المختلفة أو فحوصات الهورومونات والزرع والتحصن المتعددة.

٤- قسم الأشعة والسونار حيث يبشتر متخصصون في المجالين بأحدث الأجهزة الطبية. وملحق بمجمع جنى الطبي صيدلية متكاملة فرع من صيدلية مسقط تشتمل على جُل ما يحتاج إلى وصفه الطبيب خدمة لمرضاه من أفضل منشآت الأدوية والعلاجات.

وعن النظرة المستقبلية للمركز وما يمكن اضافته مستقبلا قال: من المؤمل أن يكون مجمع جنى الطبي مركزاً لعلاج أمراض السكري والغدد الصماء وأمراض الدم كما ينتظر فتح قسم متخصص بالأمراض النسائية والحمل والتوليد . وأضاف قائلاً: بأن جميع هذه الخدمات تقدم لطلبة الجامعة ومنتسبيها بطريقة التامين الصحي المدفوع من قبلها بواسطة شركة OCILA

فاطمه المعمرى طالبة قالت اننا فخورون باهتمام الجامعة بنا وتوفيرها لهذا المركز الصحي فيه دلالة واضحة على اهتمام الجامعة بجميع داخل الجامعة وخارجها ■

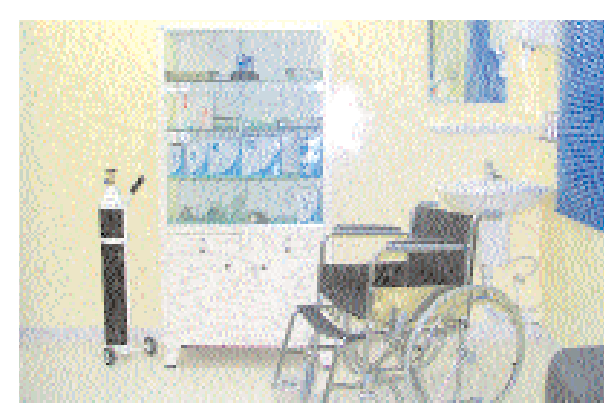
متابعة- محمد العدوي وأحمد الحضرمي وسالمة الناصري:

■ وللإطلاع عن قرب على مركز جنى الطبي زارت (اشراق) المركز للتعرف على الأقسام الموجودة والامكانيات والاجهزة الحديثة المستخدمة حيث يقول الدكتور حيدر طه العبيدي مدير المركز: حرصت الجامعة على توفير مجموعة من الأقسام الضرورية في بداية افتتاحها لهذا المركز لتقديم خدمة أفضل لمنتسبيها ومن هذه الأقسام:

١- قسم الباطنية بإشراف أطباء وطبيبات متخصصين والذي يقدم عددا من الخدمات ومنها: تشخيص وعلاج ومتابعة مرضى السكري والسيطرة على مضاعفات المرض .

علاج ومتابعة حالات ارتفاع ضغط الدم والسيطرة على المضاعفات الناتجة عنه مثل قصور الشريان التاجي وتضخم القلب كما يتم الكشف المبكر عن زيادة نسبة الدهون مثل الكوليستيرول والدهون الثلاثية والوقاية من جلطة الدماغ والقلب . الكشف عن أمراض الغدة البنينية والدرقية . علاج جميع أمراض الجهاز التنفسي والحساسية وأمراض الجهاز الهضمي وقرحة المعدة وتشخيص وعلاج حالات الأنيميا.

٢- قسم الأسنان : تقوم عيادة الأسنان بتقديم جميع الخدمات من تنظيف الأسنان وتلميعها وعمل الحشوات العامة وحشوات الجذور والأسنان



■ جانب من الحضور

تحت شعار حافظ على هويتك .. واعتز بتراثك .. وتسامح مع الآخرين

الجامعة تستضيف حفل ختام فعاليات المخيم الكشفي

كتب - أحمد الحضرمي ومحمد العدوي :

■ استضافت جامعة نزوى الحفل الختامي لأنشطة وبرامج المخيم الكشفي السنوي الثاني والعشرين تحت رعاية سعادة الشيخ هلال بن سعيد بن حمدان الحجري والي بهلاء بحضور سعادة المكرم الدكتور أحمد بن خلفان الرواحي رئيس الجامعة وعمداء الكليات وروساء الأقسام وأساتذة وموظفي الجامعة ونخبة من مديري الدوائر الحكومية بالمنطقة الداخلية.



■ فقرات متنوعة قدمت في حفل الختام

وجوالا من مختلف أنحاء السلطنة كما شارك في المخيم وفد كويتي يضم نخبة للكشافة والمرشدين بصفة خاصة لدعم وخدمة الحركة الكشفية قدم الكشافة في دولة الكويت الشقيقة بدأ الأسبوع الكشفي مساء يوم الأربعاء بتجمع الجوالاة والكشافة من مختلف مناطق السلطنة في المخيم الكشفي الدائم بالمنطقة الداخلية للمخيم. وحمل المخيم الكشفي السنوي الثاني والثلاثين شعار حافظ على هويتك .. واعتز بتراثك .. وتسامح مع الآخرين هذا الشعار وقد شارك في المخيم الكشفي السنوي جوالاة جامعة نزوى بتنظيم عدة الهيئة القومية للكشافة والمرشدين في ليعود الجميع مساء يوم الجمعة لمواصلة السلطنة وبمشاركة أكثر من ١٨٠ كشافا



■ راعي الحفل يكرم احد المشاركين في المخيم

قادة وكشافة وجوالاة ■