

الأمريكي اليوم

April 2020 - Volume : 8 - Issue :88

WWW.ARAB AMERICAN TODAY.NET

سياسية * ثقافية * اجتماعية * شهرية * شاملة * مستقلة

مجلة العربي

أبريل 2020 م - السنة الثامنة - العدد: 88

THE ARAB AMERICAN TODAY *magazine*



رمضان كريم
كل عام والجميع بخير



رمضان في زمن الكورونا

RAMADAN AT THE TIME OF CORONA

ادعموا أطفال اليمن في رمضان

END HUNGER
THIS
RAMADAN

DONATE NOW





EVERY PERSON In Michigan Deserves Access To Good **HEALTHCARE**

To fund life-saving programs like MICHild, urgent care, Medicaid and Medicare YOU and YOUR FAMILY must be counted in the 2020 CENSUS this spring.

*The **2020 CENSUS** Is quick and **EASY** to fill out. Use it to count **EVERYONE** in your home. And by law, it is **100% CONFIDENTIAL***



m.n.a.
Michigan Nonprofit Association

For more information go to
www.mivoicerecounts.org



**END HUNGER
THIS
RAMADAN**

ادعموا أطفال اليمن في رمضان

DONATE NOW

Contents

العربي الأمريكي اليوم مجلة عرب أمريكا الأولى

مجلة عربية أمريكية . سياسية . ثقافية .
شاملة . شهرية . مستقلة .
تصدر عن المركز العربي الأمريكي للإعلام
والثقافة والتراث
ديربورن - ميتشغان - الولايات المتحدة

الناشر ورئيس التحرير
عبدالنصر مجلي

Publisher & Editor -in-Chief
ABDULNASSER MUGALI

يتم إرسال جميع المشاركات والرسائل باسم
رئيس التحرير
وما ينشر في المجلة لا يعبر بالضرورة عن رأي
المجلة أو المركز

للإعلان والإشتراكات

313-409-9541

arabamericantoday@yahoo.com

THE INTERNATIONAL MAGAZINE OF ARAB AMERICANS

INDEPENDENT ARAB
AMERICAN MAGAZINE
PUBLISHED BY THE ARAB
AMERICAN MEDIA & CULTURE &
HERITAGE CENTER
DEARBORN-MICHIGAN - U.S.A

ALL ARTICLES, OPINIONS AND
LETTERS ARE SENT IN THE NAME
OF THE EDITOR AND DO NOT
NECESSARILY EXPRESS THE
OPINION OF THE NEWSPAPER OR THE
CENTER. CONTACT THE ADVERTISER IN
THE ARAB AMERICAN TODAY MAGAZINE
please call : 313- 409-9541

العنوان: ADDRESS
THE ARAB AMERICAN TODAY
MAGAZINE
P.O.BOX 1464
DEARBORN MI 48126
USA

الإخراج الفني /
ART DIRECTION
THE ARAB AMERICAN TODAY
MAGAZINE TEAM



8



12



10



18



34



14



26

ثقافة cultur



28

نقد Criticism



26

ثقافة cultur



30

تشكيل ART



29

نصوص Provision



32

كتب BOOKS



31

سينما CINEMA

عرب أمريكا Arab America 10

العرب اليوم Arabs Today 18

دين ودينا Religion & life 24

قضية Issue 34

كتابات Opinion 38

تقارير Reports 44

سياسة POLITICS 46

صحافة عالمية Global Press 47

نساء رائدات Women Pioneering 48

تكنولوجيا TECHNOLOGY 51

الرجل THE MAN 52

صحة وطب Health Medical 66

سيارات CARS 68



31

41



39



صيدلية سبأ
3 فروع لخدمتكم
3 locations to serve you
Abdulla Shariff, Pharmacist
Fast & Friendly Care



SHEBA PHARMACY Rx
10136 Vernor Hwy
Dearborn MI 48120
Phone : 313-841-8820
Fax : 313-841-8846

HOURS
MON - FRI . 9AM - 6PM
SAT . 10AM - APM



SHEBA PHARMACY Rx
4132 Schaefer Rd.
Dearborn MI 48126
Phone : 313-406-4006
Fax : 313-551-4799

HOURS
MON - FRI . 9AM - 6PM
SAT . 10AM - APM



PACKARD PHARMACY Rx
4726 Greenfield Rd. Ste. 101
Dearborn MI 48126
Phone : 313-633-9310
Fax : 313-551-9706

HOURS
MON - FRI . 9AM - 6PM
SAT . 10AM - APM



Ramadan
kareem

رمضان كريم

بداية ليالي رمضان

مع تحيات مجلة العربي الأمريكي اليوم
WWW.ARABAMERICANTODAY.NET



"يتصدى للفيروس".. فاوتشي ييشر العالم من البيت الأبيض بدواء لكورونا

واشنطن- أعلن أنتوني فاوتشي، كبير خبراء مكافحة الأمراض المعدية في الولايات المتحدة، الأربعاء، أن عقار رمديسيفير المضاد للفيروسات أظهر أثراً "واضحاً" في علاج فيروس كورونا المستجد.

وقال من البيت الأبيض إن "المعطيات تظهر أن دواء رمديسيفير ترك أثراً واضحاً، مهما وإيجابياً في تقليص فترة شفاء" مرضى فيروس كورونا المستجد.

وكانت شركة "غيليايد ساينسز" الأمريكية قد أعلنت، الأربعاء، أن عقارها رمديسيفير أظهر نتائج "إيجابية" على مصابين بكوفيد-19 في إطار تجربة سريرية واسعة، وتمت بالتشارك مع معاهد الصحة الأمريكية.

وقالت في بيان إن "غيليايد ساينسز تلقت نتائج إيجابية من الدراسة التي أجراها المعهد الوطني للأمراض الحساسية والأمراض المعدية على عقارها المضاد للفيروسات رمديسيفير لعلاج كوفيد-19، من دون إعطاء المزيد من التفاصيل.

وكان من المتوقع أن تطل التجربة 800 مريض في الولايات المتحدة.

وتقام عدة تجارب سريرية في العالم لإيجاد علاج فعال ضد كوفيد-19. وكان رمديسيفير طوّر بداية لمواجهة وباء إيبولا ولكنه لم يعتمد لأي مرض، وهو أحد الخيارات المطروحة حالياً إلى جانب غيره من العقاقير المضادة للفيروسات أو هيدروكسي كلوروكوين.

وبدأت المعاهد الأمريكية التجربة في 21 شباط/فبراير. وسبق لموقع منظمة الصحة العالمية أن نشر على موقعه، يوم الجمعة الماضي، نتائج تجربة أضيقت نطاقاً من الحالية (237 مريضاً) أجريت على العقار نفسه في الصين ولكنها تظهر أنه لم يظهر فعالية. ولم تنشر هذه الدراسة بعد في دورية طبية.

ونشرت "غيليايد ساينسز"، الأربعاء، أيضاً نتائج لتجربة سريرية، "سيميل"، جرت في الولايات المتحدة، آسيا وأوروبا، وكانت تهدف إلى مقارنة جرعتين مختلفتين من رمديسيفير. وبحسب النتائج، فإن من شأن علاج من خمسة أيام تحسين الحالة السريرية للمرضى، وكذلك علاج من 10 أيام.



CDC says second wave of coronavirus in winter could hit US harder than outbreak now

Robert Redfield, the Director of the Centers for Disease Control and Prevention in the United States, said that while the US might appear to be near reaching the peak number of coronavirus cases during the current outbreak, a second wave could hit during the winter and may even be worse.

In an interview with The Washington Post, Redfield said another outbreak of the novel coronavirus in winter could be more disastrous because of the strain it would place on hospitals, even if preparation and treatment options improve.

"There's a possibility that the assault of the virus on our nation next winter will actually be even more difficult than the one we just went through," Redfield said. "And when I've said this to others, they kind of put their head back; they don't understand what I mean."

"We're going to have the flu epidemic and the coronavirus epidemic at the same time," he added, predicting a dual assault on the health care system.

Last year, the flu killed at least 34,200 Americans, according to the CDC, and made an estimated 35.5 million people sick.

Redfield stressed the need for measures to emphasize the importance of flu shots to reduce hospitalizations due to the flu.

He said that getting a flu vaccine "may allow there to be a hospital bed available for your mother or grandmother that may get coronavirus."

The US is currently the hardest hit country, with the highest number of infections and deaths in the world. It has more than 840,000 confirmed cases and over 46,000 fatalities according to the Johns Hopkins tally. "I think it's really important to emphasize what I didn't say: I didn't say that this was going to be worse," Redfield said.

"I said it was going to be more difficult and potentially complicated because we're going to have flu and coronavirus circulating at the same time."

ترامب يتفاعل على تغريدة لمعارض إيراني ويهاجم بايدن «النائم»

تفاعل الرئيس الأمريكي، دونالد ترامب، على تغريدة نشرها المعارض الإيراني، حشمت علوي، مستغلاً إياها لمهاجمة المرشح الديمقراطي بسباق انتخابات الرئاسة الأمريكية، جو بايدن.

علوي قال في تغريدته: «نظام الملا الذي يحكم إيران يتحرش بسفن UN لأغراض دعائية، الرئيس ترامب، شكراً لك لتذكير هذا النظام بأن سنوات أوباما مضت.. وعلى فكرة هذا النظام لا يمثل الشعب الإيراني».

وعقّب ترامب على التغريدة قائلاً: «جو النائم يعتقد أن هذا لا بأس به، ليس أنا».

وكان الرئيس الأمريكي، دونالد ترامب قد أعلن، أنه أصدر توجيهها يقضي بتدمير كل القطع البحرية الإيرانية التي تقتري و«تتحرش» بالسفن الأمريكية في البحر.

من جهته عقب علي رضا مير يوسف، مدير المكتب الإعلامي بالبعثة الإيرانية في الأمم المتحدة، بتغريدته على صفحته بموقع التواصل الاجتماعي، تويتر، قائلاً: «وسط جائحة كوفيد-19، السؤال هو ماذا يفعل الجيش الأمريكي في الخليج الفارسي، 7000 ميل بعيداً عن الوطن، أثبتت إيران أنها لن تخضع للتهيب والتهديد ولا أنها ستتردد بالدفاع على أراضيها من أي وكل الاعتداءات».





تحالف المنظمات اليمنية الأمريكية يطلق حملته الخيرية في عموم الولايات المتحدة الأمريكية

تعنى بمساعدة الناس في المجتمع. يذكر أن من سينفذ برنامج الحملة هي جهات أو منظمات مرخصة بشكل رسمي تضطلع بهذه المهمة، أما 50 بالمائة من المبلغ الكلي للتبرعات فمن المؤمل أن يذهب ريعه لأهلنا في اليمن، الذين يواجهون أزمة مزدوجة تكمن في الحرب المدمرة، التي تدور رحاها هناك منذ سنوات، والتي خلفت وراءها نتائج كارثية عدة أبرزها الأمراض والفقر وتحطيم الكثير من البنى التحتية لليمن، حيث سيتم صرفها في القنوات الصحية والغذائية وفي برامج التوعية من خطر إنتشار فيروس كورونا.

والجدير بالذكر بأن الناشط محمد الحجاجي عضو الحملة الوطنية اليمنية لمواجهة فايروس كورونا، قد ذكر عدداً من أسماء المنظمات والناشطين اليمنيين الذين يعملون في ولايات أمريكية مختلفة، على تفعيل الجهود لضمان نجاح الحملة ومنهم مسؤول الجالية اليمنية في نيويورك فتح عالية، وعبد السلام مبارز رئيس لجنة المراقبة في نيويورك والأمين العام للتحالف المذكور، وفواز الرياشي رئيس الاتحاد العام للمغتربين في كاليفورنيا، والسكرتير العام للحملة د. دحان النجار وهو المسؤول التنفيذي للمجلس العالمي للحقوق والحريات، وإبراهيم المنتصر الناطق الرسمي للتحالف و رئيس الجالية اليمنية في ولاية تنسي، وفي عضوية كيان

خاص - العربي الأمريكي اليوم - أكد الاستاذ الناشط والمسؤول التنفيذي لمنظمة (الأيادي النقية)، بأن منظمته تشرف على الحملة الخيرية للتبرعات، التي أطلقتها تحالف المنظمات الوطنية اليمنية الأمريكية، وذلك بهدف جمع مليون دولار أمريكي، وقد إنطلقت الحملة المذكورة في بداية شهر أبريل الجاري، الذي يتزامن مع شهر شعبان للسنة الهجرية 1441 وتمتد إلى نهاية شهر رمضان المبارك، وبالنظر لإمتثال الجميع لأوامر الحجر الصحي فقد تم تنسيق الإجراءات التنظيمية بين تحالف المنظمات التي تنشط في عموم الولايات المتحدة الأمريكية، وتم فتح حساب مصرفي لجمع التبرعات وإطلاق العنان لصفحات التواصل الاجتماعي، للترويج إلى الحملة وحث الناس على التبرع لأهداف خيرية وإنسانية.

حيث يأمل منظمو الحملة إلى تقسيم مبلغ المليون دولار الذي يسعون لجمعه إلى تقسيمه 50 بالمائة، لصالح قطاع من أبناء الجالية اليمنية، من المعوزين والمحتاجين أو الذين تضرروا من إجراءات الحجر الصحي، ولم يتمكنوا من الحصول على المساعدة المالية المخصصة للتحفيز الاقتصادي التي أقرتها الحكومة الاتحادية، كما سيتم تخصيص بعض الأموال لتأمين الاحتياجات الطبية والدعم المالي للمؤسسات الصحية والاجتماعية التي

التحالف المعني بالحملة، ممثل منظمة الأيادي النقية في تكساس طارق القادري، وسمر ناصر من منظمة (يمن أيد) وعزالدين حمراي رئيس منظمة (أيادي الكرم) في كاليفورنيا، وممثل الجالية اليمنية في واشنطن ديسي محمد الغيلاني، وهشام معزب في غرب ألباما، وفي ولاية نيويورك محمد طاهر البنا ممثل الجالية اليمنية هناك، وفي غرب ألباما معاذ الرفاعي. وحث الناشط محمد الحجاجي على المساهمة الفعالة في

الحملة

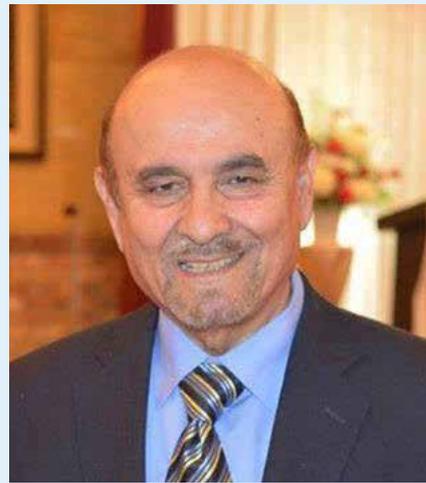
لغرض تقديم يد

العون للمحتاجين هنا في الولايات المتحدة، من خلال بعض المؤسسات الصحية والاجتماعية، بوصفها البلد الذي فتح ذراعه لنا، ولمختلف المهاجرين ولاشك أن حق المواطنة يحتم علينا المساهمة في مواجهة الظرف الاستثنائي، الذي أنتجه فايروس كورونا، إلى جانب ضرورة الوقوف إلى جانب الشعب اليمني المنكوب.

تحالف المنظمات اليمنية الأمريكية يطلق حملة إغاثية واسعة في ولاية ميتشغان

ديربورن - العربي الأمريكي اليوم -
إستبرق عزواوي

المذكورة التي يديرها قد شاركت مع التحالف في عمليات إغاثية في مدينة هامتراكم من خلال تأمين الاحتياجات الطبية لـ 500 عائلة محتاجة، وذكر بأن جهودهم الإغاثية تأتي لسد بعض جوانب القصور الذي يكتنف عمليات الوقاية من الفايروس لذا يحاول التحالف المذكور تأمين المواد المعقمة، وفي رده على الحملة التي أطلقها التحالف مؤخراً لجمع التبرعات في عموم الولايات المتحدة قال الناشط محمد سعيد عبد الله بأن تحالف المنظمات والجمعيات اليمنية الأمريكية التي تنشط في الولايات المتحدة الأمريكية قد بدأ بالفعل بحملته الإغاثية على نطاق عموم الولايات المتحدة الأمريكية حيث جهود التنسيق مازالت فعالة من قبل ممثلي تحالف تلك المنظمات في الولايات الأمريكية الأخرى كولاية (الاباما) (إلينوي) (أريزونا) بهدف جمع مليون دولار أمريكي سيتم تخصيص 50 بالمائة منه لصالح جهود الإغاثية داخل الولايات المتحدة الأمريكية، 50 بالمائة الأخرى سيتم تخصيصها لصالح جهود الإغاثية للشعب اليمني المنكوب وقال سعيد بأنه يوجد لدى الحملة حساب مصرفي بدأت التبرعات تذهب إليه وتوجد صفحات تواصل إجتماعي باسم التحالف لغرض تعبئة مجتمع الجالية للمشاركة بالتبرعات، وعلى سعيد ممثل حاولت العربي الأمريكي اليوم تأمين الاتصال بكل من الدكتور دحان النجار المسؤول التنفيذي للمجلس الدولي للحقوق المدنية الذي يشارك ضمن التحالف المذكور والاستاذ محمد الحجاجي المسؤول التنفيذي لجمعية الأيادي النقية ولكن بسبب إنشغالهما بجهود المذكورة لم تتمكن من تأمين الاتصال الهاتفي معهما.



أ. علي بلعيد

الأمريكية، المجلس الدولي للحقوق المدنية، جمعية الأيادي النقية، الجمعية الأمريكية اليمنية، الجمعية الخيرية الأمريكية اليمنية، الجمعية الوطنية اليمنية الأمريكية. من جانبه أفادنا المدير التنفيذي للجمعية اليمنية الأمريكية بأنهم يمشون قدماً في النشاط الإغاثي ضمن ما يسمى تحالف المنظمات اليمنية الأمريكية لمواجهة تداعيات فايروس كورونا وقد كانت الجمعية



أ. محمد سعيد عبدالله

مدينة ديربورن ضمن عملية منظمة ومرتبطة وبحضور قائد شرطة ديربورن رونالد حداد، وبحضور عبد الحكيم السادة، وعبد العزيز جويح، لقمان البياعي، صلاح صبيح، محمد الوحيه، د. صلاح شاحرة، بندر باوزير إلى جانب حضور الناشط علي بلعيد أبي ظافر، كما تم توزيع المساعدات الإغاثية في مدينة هامتراكم، يذكر أن تلك النشاطات شارك فيها كل من الغرفة التجارية اليمنية الأمريكية، الجمعية القيادية اليمنية

ثمة وضع طارئ عم العالم بأسره في أعقاب إنتشار فايروس كورونا (كوفيد 19) وأنتج حالة من الرعب والهلع في أوساط المجتمعات البشرية، ومع تصاعد موجة الأصابات وإرتفاع حالات الوفاة في البؤر الساخنة التي ينتشر بها الوباء بشكل واسع، وتزايد دعوات الحذر الموجهة من الجهات الحكومية في دول العالم ومنها الولايات المتحدة، ودخول الناس في مختلف أنحاء العالم في ما يسمى الحجر المنزلي، إنبرت عدد من الجمعيات والمنظمات التي تنشط في مجال الإغاثة الانسانية في مجتمع جاليتنا اليمنية والعربية، لتقديم الخدمات إلى العائلات التي تعاني من حالة العوز المادي والتي تحتاج إلى يد العون في تأمين الاحتياجات الطبية لمواجهة الفايروس المذكور في حالة الخروج من البيت لأسباب مختلفة أو تأمين بعض المساعدات الغذائية لبعض المحتاجين، إلى جانب إنطلاق حملة تحت إشراف، ما يسمى (تحالف المنظمات اليمنية الأمريكية) العربي الأمريكي اليوم تحدث مع ممثلي عدد من تلك المنظمات الذين تحدثوا عن أنشطتهم الإغاثية حيث تم الاتصال بالناشط الاستاذ علي بلعيد أوظافر ممثل جمعية (يابا) وأفادنا بأن جمعية (يابا) إلى جانب جمعيات ومنظمات يمنية أمريكية قد شكلت لجنة تمثل هذه المنظمات تعنى بالإغاثة وقد قامت الأخيرة بتوزيع كميات من المواد المعقمة والمطهرة، ووسائل الوقاية المعروف كالكمادات للوقاية من الفايروس، كما تم توزيع السلالات الغذائية على العائلات المحتاجة في

من هو الأميركي من أصول عربية الذي سيواجه ترامب ويايدن؟

2002، ومن ثم درس القانون بالجامعة ذاتها وتخرج منها في 2005، وبدأ بعد ذلك بدخول الحياة السياسية. انتخب في مجلس نواب ولاية ميشيغان في 2008، وفي 2010 خاض الانتخابات التمهيدية لمجلس النواب، ليحصل في حينها على 40 في المئة من أصوات الجمهوريين، وفي الانتخابات العامة هزم منافسه الديمقراطي بنسبة تصويت 60 في المئة. الحياة السياسية المثيرة التي خاضها عماس جعلته متار اهتمام رغم صغر سنه، ما جعل مجلة تايم في عام 2010 تصنفه كأحد نجوم السياسة الصاعدين في أمريكا، حيث اعتبر أصغر سياسي يدرج ضمن هذه القائمة في منصب فيدرالي. اكتسب سمعة بأنه من السياسيين أصحاب المواقف الصارمة وبشدة، حيث يقف دائما خلف مبادئه التي لا تعني دائما وقوفه خلف مبادئ الحزب الذي ينتمي له، بل أنه يصوت

واشنطن - أعلن عضو الكونغرس الأمريكي من أصول فلسطينية جاستن عماس أنه سيشكل لجنة من أجل الترشح عن الحزب الليبرالي لانتخابات الرئاسة الأمريكية 2020. عماس (40 عاما) كان عضوا في الحزب الجمهوري وفاز كعضو في مجلس النواب عن ولاية ميشيغان، واستقال من الحزب بعدما صوت لصالح محاكمة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، وطالب بعزله من منصبه. ولد عماس لأب فلسطيني وأم سورية مهاجرين، وانتخب سنة 2010 عضوا في الكونغرس الأمريكي ممثلا عن القطاع الثالث في ميشيغان، وكان حينها من أصغر أعضاء الكونغرس. والد جاستن كان قد هاجر للولايات المتحدة في 1956، وهو ابن عائلة مسيحية أرثوذكسية، عاشت في ولاية ميشيغان. درس عماس الاقتصاد في جامعة ميشيغان وتخرج منها في

أحيانا ضد مبادئ حزبه كما حصل معه عندما استقال من الحزب الجمهوري على خلفيه تصويته ضد ترامب. وكتب حينها في مقال نشرته صحيفة واشنطن بوست "اليوم أعلن استقالتي وأترك الحزب الجمهوري"، داعيا القراء إلى التجرد من التبعية للأحزاب إذا كانت تجردنا من الإنسانية، ليرد عليه ترامب بعد ذلك بأن استقالته تعتبر خيرا سارا. وأثار عماس الكثير من الانتباه في قضية عزل ترامب، حيث اتهم وزير العدل وليام بار بتضليل الناس بشأن مضمون تقرير المحقق روبرت مولر المرتبط بتدخل روسيا في انتخابات 2016. وهذه ليست المرة الأولى له في التصادم مع حزبه، إذ كان في 2012 قد طرد من لجنة الميزانية بعدما صوت ضد مشروع قانون قدمه الحزب الجمهوري معتبرا أنها لم تخفف الإنفاق وفق الأهداف المنشودة. وحول آرائه السياسية في الأمور المتعلقة بالولايات المتحدة،

فهو يعارض الإجهاض والتمويل الفيدرالي له، وهو مؤيد بالمطلق لحق الحياة، وكان دائما ما يدعم أية مشاريع قوانين لإلغاء عقوبة الإعدام على المستوى الفيدرالي. ويعارض عماس عمليات الإنقاذ الحكومي وزيادة الضرائب، وهو يدعم مبدأ إيجاد موازنة متوازنة وتحديد سقف للإنفاق الفيدرالي، ويدعم قوانين الحماية ورعاية المرضى. وكان معارضا لزواج المثليين ولكن موقفه تحول بعد ذلك وقال إن التهديد الحقيقي للمجتمع هي الحكومة وليس زواج المثليين المتحابين. كما أنه يعارض سياسة ترامب تجاه المهاجرين وكان من بين الأصوات الراقضة لبناء الجدار على الحدود الجنوبية للولايات المتحدة. عماس متزوج من كارا داي والتي كان قد تعرف عليها في الثانوية العامة، وكانت تدرس في كلية الفنون بجامعة ميشيغان، ولديهما ثلاثة أطفال ولد وابنتان.

الجمعية الإسلامية الأميركية تتبرع بـ(500) كمادة لمستشفى يومونت في ديربورن

ديربورن - العربي الأمريكي اليوم

تبرعت الجمعية الإسلامية الأميركية، بـ(500) كمادة طبية لمستشفى يومونت في ديربورن إسهاماً منها في دعم القطاع الطبي بالمدينة لمواجهة جائحة كورونا. وزار أعضاء من الجمعية، مؤخرا، المستشفى وقدموا (500) كمادة من طراز N95 تبرعاً من الجمعية، وذلك تعبيراً عن الامتنان للجهود الطبية في معالجة مصابي فيروس كورونا في المدينة، وفق ما نشره موقع الجمعية. وتسلم الكمادات الدكتور ديف بيترز - مدير موظفي المستشفى - معرباً عن شكر رئيس وأعضاء مجلس الإدارة وتقديرهم لمبادرة الجمعية. وقال الدكتور بيترز: إن «المستشفيات تعاني من نقص مستمر في توفير مستلزمات الحماية الشخصية للأطباء والممرضات في الخطوط الأمامية لهذا الوباء». وإسهاماً منه في التوعية المجتمعية بمخاطر الفيروس وأهمية الاحتراز والالتزام بالضوابط الوقائية قدم الدكتور بيترز نصائح قيمة من خلال مقطع فيديو، حث فيه الجميع

على الاستمرار في اتباع إرشادات السلامة الموصى بها، مثل «التباعد الاجتماعي»، والحفاظ على مسافة ستة أقدام بين الشخص والأخر، والامتناع عن المصافحة، وغيرها من أساليب الاتصال الجسدي، واستخدام الأقنعة إن وجدت، وبالطبع غسل اليدين لمدة 20 ثانية على الأقل قدر الإمكان. ومن جانبه قال خالد الواقدي - نائب رئيس الجمعية: إن «هذه المبادرة جزء بسيط من ردّ الجميل للطواقم الطبية في مستشفى يومونت، الذين يعملون ليل نهار في مصارعة وباء كورونا». الحدير بالذكر أن الجمعية تنفذ العديد من البرامج في جوانب مختلفة استجابة للظروف التي فرضتها الجائحة، ومنها التوعية عبر حساباتها على مواقع التواصل الاجتماعي ودعم الأسر المحتاجة وتوزيع الوجبات الجاهزة والسلال الغذائية والتوصيل المنزلي لكبار السن وذوي الاحتياجات الخاصة بالتنسيق مع هيئات ومؤسسات حكومية ومجتمعية، ودعم من أهل الخبر للتخفيف من حدة الآثار المترتبة على تفشي فايروس كورونا المستجد.



محلل أمريكي: قرار المحكمة العليا الأمريكية بحظر السفر يستهدف المسلمين

قال جيفري توبين، محلل الشؤون القانونية في شبكة «سي إن إن» الأمريكية، إن حظر السفر الذي أقرته المحكمة العليا الأمريكية، يستهدف المسلمين بصورة خاصة إلا أنه «يخضع للتجميل» على حد تعبيره.

وأوضح توبين «معظم أعضاء المحكمة العليا قالوا باستمرار لن تجد كلمة (مسلم) في الوثيقة، التي تضم أيضا دولا غير إسلامية مثل: فينزيولا وشمال كوريا»، موضحا أن «الطريقة التي تأسس بها هذا الحظر وسياسته وأسسه تشير إلى أنه حظر على المسلمين».

وتابع قائلا «السؤال الحقيقي هو: هل سنسمح للرؤساء باستخدام الحيلة لإخفاء التعصب العرقي والديني، لأنني أظن بأن الجميع يعلم أن هذا الحظر هو حظر على المسلمين يتم تجميله».

وحول تفاصيل الحظر، أصدر ترامب النسخة الثالثة من مرسوم حظر السفر في سبتمبر الماضي، بعد أن رفضت المحاكم الأمريكية النسختين السابقتين، والذي يقضي بحظر دخول مواطني سبع دول إلى أمريكا بدرجات متفاوتة، وهي: إيران وكوريا الشمالية وسوريا وليبيا واليمن والصومال وفرنزويلا، كما كانت تشاد على القائمة لكن تم شطب اسمها بعد أن حققت الشروط الأمنية المطلوبة.



لمؤازرة السكان في ظل كورونا.. مسلمو ميشيغان يطلقون مسابقة لتزيين المنازل في رمضان

المعنويات: في تصريح له لشبكة CNN الأمريكية، يقول جعفري، إن هذه المبادرة: «تساعد على رفع الروح المعنوية من خلال إتاحة مشروع إيجابي وداعم للمجتمع ليشارك فيه، إنه لأمر مدهش، لأن كلاً من المسلمين وغير المسلمين في المجتمع متحمسون بشأنه». ما ساهم التحدي أيضاً في نشر «الكثير من الطاقة الإيجابية بين عموم السكان». سيتم الإعلان عن الفائزين في كل منطقة قبل عيد الفطر، الذي يعقب شهر رمضان، وسيحصل كل فائز على شهادة وحقبة هدايا من أحد المطاعم المحلية. ديربورن، التي يعتبرها البعض مركزاً لعرب الولايات المتحدة، موطن لأحد أكبر تجمعات المسلمين في الولايات المتحدة. وهو الأمر الذي ألهم جعفري لإيجاد طريقة للاحتفاء بالمجتمع، لا سيما خلال وقت متأزم كهذا. يقول جعفري: «هذا المشروع هو مزيج مثالي صرف من الثقافة الأمريكية والإسلامية. فالمسلمون جزء مهم من نسيج الثقافة الأمريكية، وهذا المشروع تعبير عظيم عن ذلك».



مشاركة عناوين وصور منازلهم المُنزّنة. هذا التحدي، أطلقه مخرج الأفلام الوثائقية رازي جعفري، الذي يعمل لدى مركز الدراسات العربية الأمريكية بجامعة ميشيغان ديربورن، بالتعاون مع الجالية المسلمة ميشيغان ومهرجان السحور الرمضاني الذي ينعقد سنوياً بالمدينة. كما تأتي هذه المسابقة كجزء من مشروع Halal Metropolis الذي يعكف عليه جعفري في المركز لتوثيق حياة المسلمين في جنوب شرق ميشيغان. رفع

أطلقت الجالية المسلمة في مدينة ديربورن بولاية ميشيغان الأمريكية، مبادرة جديدة خلال شهر رمضان الكريم، وبالتزامن مع إجراءات الحجر الصحي، ويتعلق الأمر بإجراء منافسة للتزيين الرمضانية بالأضواء، أملاً في نشر البهجة وإحياء شيء من روح شهر رمضان. وفق تقرير لشبكة CNN، فإن الجالية المسلمة في مدينة ديربورن قررت بدء تقليد جديد هذا العام، ذاك الذي يتسنى القيام به رغم الانصياع لتعليمات التباعد الاجتماعي، فرمضان هذا العام يبدو مختلفاً قليلاً بسبب جائحة فيروس كورونا، إذ غاب تجمع الأهالي من أجل صلاة التراويح، وهكذا الحال مع موائد الإفطار بصحبة الأصدقاء والأهل. المدينة تحولت لتحدي: بينما يُزيّن العديد من المسلمين منازلهم خلال شهر رمضان، قررت مدينة ديربورن تحويل تلك العادة إلى تحدٍ. إذ قررت فتح باب الترشيحات إلى غاية 11 مايو/أيار 2020، أمام السكان لمنازلهم أو منازل جيرانهم، عن طريق

كورونا تزيد من الضغوط على المسلمين بأمريكا في رمضان

قال أدبي: «المجتمع الذي نعمل فيه، وأنت تعرف الأحياء المجاورة الأخرى، هناك بالفعل العديد من التحديات مع الشقق الصغيرة التي يعيشون فيها». لقد حاولنا تزويدهم بجميع الإمدادات في منازلهم حتى الآن. لا أعرف ما إذا كان بإمكاننا الاستمرار إذا لم نحصل على كميات كبيرة من الأرز والدقيق والسكر والتمر وأشياء أخرى نحتاجها لتزويدهم بها في منازلهم». بسبب المبادئ التوجيهية للمسافة الاجتماعية وأوامر الدولة التي تشن التجمعات الكبيرة، قد يضطر بعض المسلمين إلى التخلي عن عاداتهم الدينية.

قال أدبي: «[رمضان] شرط إلزامي للإسلام». «رمضان يشمل الكثير من الأنشطة الروحية. كل شيء مفقود هذا العام، ثم علاوة على ذلك، إذا لم يكن لدينا طعام في المنزل لهؤلاء الناس، فسيكون له تأثير كبير عاطفياً وجسدياً ومالياً وأنا قلق جداً بشأنه». يعمل مشروعني في يوايس إيه على تأمين الغذاء لمساعدة المسلمين الذين قد يحتاجون إليه خلال هذا الشهر.

وأضاف «على مدى السنوات الخمس الماضية، قدمت المؤسسة وجبات ساخنة وطعاماً من مخزن الطعام لمساعدة العائلات على قضاء هذا الشهر الكريم».



اليوم. ومن ناحية أخرى، قال زرقا أدبي، من مؤسسة «مشروعني يو إس إيه» «لا يمكنني العثور على الأرز والدقيق والسكر بكميات كبيرة».

قال موقع شبكة «إن بي سي 4» الأمريكية إن العديد من العائلات المسلمة تشعر بالضغط ليس فقط لأنهم لن يستطيعوا الاحتفال بالشعائر المعتادة، وإنما لأن البعض سيواجه ظروف اقتصادية صعبة من أجل إبقاء الطعام على الطاولة. وقال الموقع إنه من 23 أبريل إلى 23 مايو، سيحتفل المسلمون مثل عبدي محمد بشهر رمضان، وهو شهر مخصص للصوم والصلاة والتأمل والمجتمع. ونقل الموقع عن محمد قوله «هذا هو أول رمضان حيث لن يتمكن الناس من التجمع». «لن تتمكن من القيام ببعض الأشياء العادية التي قمنا بها في رمضان السابق».

وأضاف أنه بما أن معظم المساجد مغلقة في محاولة لمنع انتشار الفيروس، فإن أوامر الدولة ستختبر إيمانهم. والخوف هو أن بعض المسلمين الأقل حظاً لن يتمكنوا من الممارسة بالشكل الصحيح طوال الشهر لأن المساجد والمراكز الأخرى تستضيف عادة الأحداث الليلية التي يصلون فيها ويقدمون الطعام للتأكد من أن الجميع يأكلون بما يكفي لاستمرارهم طوال

الأمم المتحدة: تضرر 100 ألف يمني من الأمطار والفيضانات



وكشف التقرير الأممي عن أن السيول أثرت في مدينة عدن بمفردها بأكثر من 5 آلاف أسرة تازحة في عدة محافظات جنوب اليمن، وألحقت أضراراً بـ66 منزلاً وبممتلكات خاصة وعمامة أخرى، وسببت انقطاعاً تاماً للتيار الكهربائي. وبحسب التقرير، فقد سارعت الوكالات الإنسانية إلى تقديم المساعدة المنقذة للحياة، بما في ذلك الرعاية الصحية الطارئة، وحزم المواد الغذائية، والمأوى، والمياه النظيفة، ومواد البقاء على قيد الحياة، وتساعد الوكالات على تصريف المياه وتنظيف مواقع الفيضانات. ودعت المسؤولية الأممية أطراف النزاع اليمني إلى إيجاد الشجاعة لوقف القتال وبدء المفاوضات، لافتة إلى أن «هذه هي الطريقة الوحيدة التي ستتوقف بها المأساة التي لا تنتهي». ولا يزال اليمن يكابد أسوأ كارثة إنسانية في العالم، وفقاً للأمم المتحدة. فبعد خمس سنوات من الصراع المستمر، والحصار المنهك، وانهيار الرواتب العامة، فإن أقل من 50 في المائة من المرافق الصحية تعمل بكامل طاقتها.



قالت الأمم المتحدة إن أكثر من 100 ألف شخص تضرروا من الأمطار الغزيرة والفيضانات التي هطلت على اليمن منذ منتصف شهر إبريل / نيسان. وذكر تقرير صادر عن مكتب تنسيق الشؤون الإنسانية في اليمن، أن الأمطار الغزيرة التي أدت إلى سيول جارفة، أثرت بالآلاف العائلات التي تعاني أصلاً بسبب النزاع الدائر منذ خمس سنوات. ووفقاً للتقرير، كانت عدن من أكثر المناطق تضرراً، إذ أكدت السلطات الصحية وفاة 7 أشخاص، بينهم 4 أطفال، وأصيب 26 آخرون، فيما أبلغ عن حالات وفاة وإصابات أخرى في أماكن أخرى من اليمن. وأشار التقرير إلى أن محافظات أبين ولحج ومأرب وصنعاء، هي الأكثر تضرراً من الفيضانات، حيث فقدت عشرات آلاف العائلات كل شيء. وقالت ليز غراندي، منسقة الشؤون الإنسانية في اليمن، إن الفيضانات ألحقت أضراراً بالطرق والجسور وشبكة الكهرباء وإمدادات المياه الملوثة، وقطعت فرص الحصول على الخدمات الأساسية لآلاف الأشخاص. وأشارت المسؤولية الأممية إلى أن الظروف صعبة، وخصوصاً بالنسبة إلى آلاف العائلات التي نزحت بالفعل من سكنها الأصلي وفقدت الآن المأوى وحصص الغذاء واللوازم المنزلية. وأضافت: «لقد فقدت الكثير من العائلات كل شيء، هذه المأساة تأتي على رأس أزمة كورونا، وتضاف إلى مجاعة العام الماضي، وأسوأ تفشٍ للكوليرا في التاريخ الحديث».

UN: 100,000 people affected by Yemen floods

More than 100,000 people have been affected by floods in Yemen since mid-April, the UN Office for the Coordination of Humanitarian Affairs (UNOCHA) said in a statement.

"Countless Yemeni families have lost everything because of the floods," Lise Grande, the UN Humanitarian Coordinator for Yemen, said in the statement.

"Aden, Abyan, Lahj, Marib and the capital, Sana'a, were among the worst affected areas," Grande said.

The flooding cut off roads and bridges, disrupted electricity and water supplies, and cut off access to basic services for thousands of people. At least a dozen people have died and dozens more have been injured.

The UN warned that the rainy season could fuel the spread of cholera and malaria in the country.



الأيادي النقية تحشد العالم لإغاثة أطفال اليمن

PURE HANDS RALLIES THE WORLD FOR YEMENI CHILDREN'S

1-800-425-1647 f t y @PUREHANDS2

www.purehands.org

تبرع الآن



يمينيون يواجهون تقلص غذائهم

يواجه نحو 8.5 ملايين يمني ممن يحصلون على مساعدات غذائية شهرية في المناطق الخاضعة لسيطرة الحوثيين انخفاضاً بلغت نسبته 50 في المائة من حجم المساعدات المقدمة من برنامج الأغذية العالمي. أما السبب فقد أعاده تقرير أعدته شبكة نظم الإنذار المبكر من المجاعة التابعة للوكالة الأمريكية للتنمية الدولية إلى البيئة المقيدة للعمل الإنساني المستقل والمحاييد التي يواجهها البرنامج بشكل متزايد في تلك المناطق. وكان البرنامج قد حذر في نهاية عام 2019 من زيادة القيود التشغيلية في المناطق التي يسيطر عليها الحوثيون، مؤكداً أن تلك العوائق ستدفع البرنامج إلى تخفيض المساعدة الغذائية الشهرية للعدد المشار إليه آنفاً، علماً أن إجمالي عدد المستفيدين في كل أنحاء اليمن يصل إلى 13 مليوناً.

وهذا الإجراء سيقلل إلى حد خطير وصول الغذاء إلى اليمنيين الذين كانوا يعانون بالفعل انعداماً في الأمن الغذائي، وسيسهم في تفاقم انعدام الأمن الغذائي الحاد في البلاد بحسب خبراء ومن المتوقع أن يزداد خطر الجوع بسبب الآثار السلبية المتوقعة على خلفية تخفيض المساعدات وارتفاع أسعار المواد الغذائية في ظل تزايد المخاوف من تفشي فيروس كورونا وما يترتب على ذلك من انعدام للأمن الغذائي، خصوصاً بالنسبة إلى النساء والأطفال.

يأتي ذلك في حين فرضت السلطات المتصارعة والمختلفة، وسط المخاوف من كورونا، إجراءات وقائية عدة من بينها ما يقضي بتخفيض أعداد العاملين في القطاعين العام والخاص المتضررين أساساً من الحرب التي أفقدت ملايين اليمنيين مصادر رزقهم. وفي السياق، يوضح الخبير في المجال التنموي والغذائي عبد الإله محمد أن «الضرر الناتج من هذا الإجراء كبير وأن الأسر اليمنية المستحقة لهذه المساعدات تعاني نقصاً في الغذاء على الرغم من المساعدات».

يضيف محمد أن «الإجراءات المتخذة للحد من انتقال فيروس كورونا (منذ ما قبل وصوله إلى اليمن) تسببت في تسريح عدد كبير من العمال في القطاع الخاص، فهؤلاء خضعوا لتعميم وزارة الشؤون الاجتماعية بتخفيض العاملين بنسبة 80 في المائة. كذلك تكرر الأمر مع القطاع الحكومي، فكثيرون ممن كانوا يعملون فيه كانوا يتلقون بدلات مصاريف كانت تغطي على قلفتها ثغرات بالنسبة إليهم». وبلغت محمد إلى أن «7.4 ملايين معرّضون للموت جوعاً، وقد صاروا في الدرجة الخامسة من مؤشر التصنيف المرحلي المعتمد من قبل

كتلة الغذاء والزراعة (مجموعة منظمات تهتم بتوزيع الغذاء والزراعة)».

ويتابع محمد أنه «خلال الأشهر القليلة الأولى من العام الجاري، أصيب اليمنيون بنكبات متتالية أصابت جميعها مصادر رزقهم وغذاءهم في مقتل»، مشيراً إلى أن «الحكومة الأمريكية هذبت بقطع مساعداتها التي بلغت 740 مليون دولار أميركي في عام 2019، في منتصف فبراير/ شباط الماضي، لتنفذ ذلك وتوقف معظم مساعداتها لمناطق سيطرة الحوثيين مع نهاية مارس/ آذار الماضي. وهو ما يحرم الملايين من الأشد فقراً». أما خفض المساعدات المقدمة من برنامج الأغذية العالمي فيأتي قبيل شهر رمضان بحسب ما يقوله محمد: «في حين أن الناس يأملون الحصول على مساعدات البرنامج مثلما درجت العادة. وكثيرون ممن حرموا من نصف المساعدات أخيراً ينتظرون مساعدات

من معارفهم أو أقاربهم المغتربين ومعظمهم في السعودية. لكن مغتربين كثيرين

لن يتمكنوا من تقديم المساعدة التي اعتادوا أن يقدموها في السابق، بعد انخفاض

حاد في مداخيلهم بسبب الحظر المفروض عليهم

من قبل السلطات السعودية نتيجة فيروس كورونا.

بالتالي، لم يعد أمام فقراء اليمن سوى

زيادة الشد على بطونهم للتكيف مع الأسوأ».

ويستنكر محمد «قيام المنظمات الإغاثية بمعظمها بتقديم المساعدات الغذائية، وعدم دعم المجتمعات

المتضررة عبر آلية النقد في مقابل العمل لا سيما مع طول أمد الحرب». بالنسبة

إليه، «إن أحد الحلول المستدامة التي يمكن من خلالها مواجهة مشكلة تقليل نسبة المساعدات يتمثل

في تحول عمل المنظمات بمعظمه إلى دعم المزارعين، عبر استصلاح الأراضي الزراعية وتوفير البذور ووسائل

الري الاقتصادية. بذلك يُوفّر للمزارعين الفقراء وأسره

الغذاء الدائم مع تحقيق العرض الغذائي اللازم للسوق المحلية». ويوضح أن «مثل هذه الإجراءات سيكون لها أثر في خفض أسعار الغذاء والتوقف عن الانتكاس

المستمر على المنظمات والاختناق بمشكلاتها المتكررة مع السلطات».

ويُعدّ برنامج الأغذية العالمي أكبر لاعب إغاثي في اليمن، فهو خصّص 1.2 مليار دولار أميركي في العام الماضي لدعم الفقراء بالغذاء والمساعدات المالية غير

المشروطة وتقديم الغذاء للأهالي والحوامل والأطفال دون الخامسة المصابين بسوء التغذية المتوسط. تجدر

الإشارة إلى أن في ظل الحرب المستمرة في البلاد منذ أكثر من خمسة أعوام، كانت الأمم المتحدة قد أعلنت

أن «اليمن يشهد أسوأ أزمة إنسانية في العالم، وأن نحو 80 في المائة من سكانه في حاجة إلى مساعدات

وحماية».



«الحكم الذاتي» في جنوب اليمن.. ماذا وراء الإعلان المفاجئ؟

محمد عبد الملك

أعلنت عدد من المحافظات اليمنية الجنوبية رفضها القاطع لبيان المجلس الانتقالي، الذي أعلن فيه حالة الطوارئ والحكم الذاتي للجنوب.

ووصفت الحكومة الشرعية هذا التطور بالانقلاب، في حين قال التحالف السعودي إنه أمر مستغرب، داعياً إلى تنفيذ اتفاق الرياض، وتحدثت الإمارات

عن معارضتها إعلان المجلس الانتقالي الذي تتواجد قياداته في أبو ظبي، وتمده بالدعم المالي والعسكري.

ولم يمض الكثير من الوقت على بيان المجلس الانتقالي حتى أعلنت السلطات الرسمية لأبرز المدن الجنوبية (حضرموت وشبوة والمهرة وسقطرى وأبين) رفضها

تلك الخطوة، التي وصفتها بالانقلاب، وأكدت في بيانات رسمية منفصلة تمسكها بالحكومة الشرعية.

وبينما شرعت قوات المجلس الانتقالي الجنوبي في محاولاتها السيطرة على البنك المركزي في عدن التي

يتحكم فيها أمينا، إضافة إلى محافظة الضالع، بدت الصورة مختلفة تماماً في بقية المدن الجنوبية الأخرى،

التي فشل الانتقالي في فرض سطوته عليها أو السيطرة على المقرات الحكومية فيها.

وقال مدير مينا محافظة سقطرى رياض السقطري إن إعلان الانتقالي بعد باطلاً شرعاً وقانوناً ولا قيمة له،

معتبراً أن السلطات المحلية في محافظة سقطرى تعبر بوضوح عن موقفها الراض لذلك الأمر.

وأكد السقطري أن الحكومة الشرعية لا تزال تسيطر على الميناء وبقية مؤسسات الدولة في المحافظة،

والأمور تجري كعادتها، مضيفاً أن التحالف بقيادة السعودية قام مساء أمس بتسيير أكثر من 15 مدرعة

عسكرية صوب ميناء الجزيرة لتأمينه. وأما بأنهم يعملون تحت لواء الحكومة الشرعية، ولا

يعترفون بغير سلطة الرئيس عبد ربه منصور هادي، وأنه لا يمكن أن تحل المليشيا مكان الدولة.

رفض خلي

بدوره، قال مسؤول التواصل الخارجي لاعتصام أبناء محافظة المهرة أحمد بلحاف إنهم يرفضون كليا

بيان المجلس الانتقالي، إلى جانب الأحزاب السياسية والسلطات المحلية بالمحافظة.

وأضاف أن موقف الأحزاب منطقي لأن المجلس الانتقالي غير محول باتخاذ قرارات تتعلق بالمحافظات

الجنوبية، خاصة بعد أن بات معروفاً بأنه يعمل لمصالح الإمارات، على حد تعبيره.

وأكد بلحاف أنهم في المحافظة يؤمنون جيداً ببعادة

القضية الجنوبية وحلها سياسياً، وما يفترض أن يتشكل قرار المجلس الانتقالي من الداخل وفق أطر واليات تحافظ على البيت اليمني الواحد وليس من خلال تنفيذ أجندة خارجية.

من جهته، قال محافظ شبوة محمد صالح بن عديو إن سلطاته وكافة القوى الأمنية والشعبية والسياسية بالمدينة تقف في الصف الوطني، الذي يقوده الرئيس اليمني الشرعي وترفض الانقلاب والتباعد عليه.

مناورات الاستهلاك

وعن مصداقية التحالف في الموقف الذي أعلنه، وكذلك تصريحات وزير الدولة للشؤون الخارجية الإماراتية أنور قرقاش، التي عبر فيها عن معارضة بلاده إعلان

المجلس الانتقالي؛ قال المحلل السياسي اليمني ياسين التميمي إن كلا منهما لا يمتنعان بالجديّة السياسية الكافية.

وأضاف التميمي أن مثل هذه المواقف الاستهلاكية تأتي في إطار المناورة السياسية للتحالف، وتحديد

الإمارات، التي تحاول إظهار انسجام موقفها مع الرياض، وكذلك البيان الذي يفترض أنه صدر عن

التحالف الذي لا تزال الإمارات حتى الآن جزءاً منه. وحسب المتحدث، فكان بإمكان الإمارات أن تمنع

المجلس الانتقالي من الإقدام على تلك الخطوة، خاصة أن رئيسه عيروس الزبيدي وتائبه هاني بن بريك

يتواجدان في أبو ظبي. كما كان بإمكان السعودية أن تضغط باتجاه تنفيذ

اتفاق الرياض، وتعمل على تجريد الانتقالي من القوة العسكرية التي يستند إليها في الإقدام على خطوات

تصعيدية وخطيرة من ذلك النوع، وفقاً للتميمي. وتابع المحلل السياسي «في تقديري، إن الأمر برمته

بأني ضمن مخطط منقذ عليه بين الرياض وأبو ظبي، وهدفه خلق واقع سياسي جديد ومقبول لكونه لا

يزال تحت مظلة الدولة اليمنية التي تتحكم الرياض في رأسها بشكل كامل، وتتحكم في قرارات سلطتها

وحكومتها، وهذا يتيح تحقيق هدف تفكيك الدولة اليمنية بامضاء قياداتها وبضعفها وخوارها وردودها

المتضعضة. وحسب محللين سياسيين فإن تصعيد المجلس

الانتقالي قد يدفع بصراع النفوذ والمصالح بين السعودية والإمارات إلى العلن هذه المرة، كما أنه قد يعري المجلس

الانتقالي أمام ما تبقى لديه من شعبية جماهيرية ضيقة، عندما يعجز عن توفير الخدمات والإيفاء

بالالتزامات للمواطنين في عدن، وهي نفسها الأسباب التي اتخذها مبرراً لتمرده على الحكومة.

الأيدي النقية تحشد العالم لإغاثة أطفال اليمن

PURE HANDS RALLIES THE WORLD FOR YEMENI CHILDREN'S



1-800-425-1647



www.purehands.org

تبرع الآن



أشهر طقوس شهر رمضان... قصة ومكان ظهور مدفع الإفطار

«مدفع الإفطار... اضرب». جملة اعتاد العرب والمصريون بشكل خاص سماعها عند الإفطار، حيث ينطلق صوت مدفع إيدانا بانتها ساعات الصيام وحلول وقت الإفطار مع أذان المغرب.

صوت مدفع الإفطار بات أحد أبرز مظاهر شهر رمضان، إلا أن كثيرين لا يعرفون حكاية ظهوره وتطوره بشكل مستمر، حيث اختلف المؤرخون حول قصة وألية ظهوره إلا أن جميعهم اتفقوا على أن العاصمة المصرية القاهرة كانت أول مدينة إسلامية أطلقت المدفع عند الغروب، إيدانا بحلول موعد الإفطار.

وأرجع البعض بداية ظهور مدفع رمضان إلى عهد محمد علي، وبعضهم يرجعه إلى عهد الحملة الفرنسية على مصر، إلا أن أسعد نديم أستاذ الأدب الشعبي كشف في تصريحات لمجلة «الفنون الشعبية» بالعام 1975، أن الأزجج أن ظهور مدفع الإفطار في مصر لأول مرة في زمن الدولة العثمانية، وبالتحديد عام 859 هجرية.

كان يحكم مصر وقتها الوالي العثماني خوشقدم، وتلقى هدية من صديق الماني هي مدفع رائع في الشكل والتصميم، وقرر تجربته حيث صادف تجربة المدفع في أحد أيام رمضان وانطلق لأول مرة في وقت الإفطار، ليظن المصريون أنه وسيلة جديدة للإعلان عن الإفطار.

في اليوم التالي، انتظر المصريون إطلاق المدفع ليفطروا على صوته إلا أنه لم ينطلق، فغضبوا وخرج وفد شعبي يضم الشيوخ والعلماء إلى القلعة يطلبون مقابلة الوالي ليطالبوا تعميم تجربة المدفع في رمضان، ولم يجدوا الوالي لكن قابلوا زوجته وكان اسمها «الحاجة فاطمة»، فعرضوا عليها الأمر، ورحبت بالأمر وعرضته على

الوالي ليصدر تعليماته بإطلاق المدفع ساعة المغرب في رمضان إيدانا بالإفطار، ومن هنا كان تسمية مدفع الإفطار في قلعة صلاح الدين بالقاهرة باسم «مدفع الحاجة فاطمة».

فيما رجحت آراء أخرى أن المدفع بدعة فرنسية منذ أيام الحملة الفرنسية على مصر، حيث حاول نابليون بونابرت قائد الحملة الفرنسية حاول محاملة المصريين وأمر ببناء مدفع فوق المقطم وآخر في الإسكندرية، لينطلق وقت الإفطار والسحور ثم انطلقت الفكرة لتشمل معظم الدول الإسلامية.

هناك رواية ثالثة بأن ظهور المدفع مصادفة كان في عهد الخديوي إسماعيل، حيث كان بعض الجنود ينظفون أحد المدافع فانطلقت منه قذيفة وقت أذان المغرب في أحد أيام رمضان، ليتحدث المصريون عن الأمر وقد علمت الحاجة فاطمة ابنة الخديوي إسماعيل بما حدث، فأعجبتها الفكرة وأصدرت فرماً يقيد باستخدام المدفع عند الإفطار.

بعدها تم التفكير في وضع المدفع في مكان مرتفع حتى يصل صوته لأكثر مساحة من القاهرة وأستقر على بناء مدفع في جبل المقطم، وكان يتم نقل المدفع في احتفالية شعبية ضخمة قبل بداية شهر رمضان من القلعة محمولاً على عربة ذات عجلات ضخمة.

وظل المدفع يطلق قذائف حية لعدة سنوات، ثم استبدلت بقذيفة صوتية للأمان وقت أذان المغرب إلى أن عرفت مصر الإذاعة، فأصبح المدفع يطلق مسجلاً، حيث كان آخر عام أطلق فيه المدفع بالقلعة عام 1992 ليتحول إلى قطعة أثرية حالياً.

كان في القاهرة 5 مدافع للإفطار؛ اثنان منها في القلعة وواحد في كل من العباسية وحلوان ومصر الجديدة، ولكل واحد منها اسم، إلا أن المدفع الرئيسي هو الموجود بالقلعة واسمه «مدفع الحاجة فاطمة».



«المسحراتي» يغيب عن أحياء الصائمين في عصر كورونا

ارتبطت لبالي رمضان على مدار 12 قرناً بإيقاع طبلية «المسحراتي»، وهو الشخص المسؤول عن إيقاظ الصائمين قبل أذان الفجر لتناول وجبة السحور قبل عقد نية صوم يوم جديد.

وظهرت هذه المهنة في زمن الرسول صلى الله عليه وسلم، وأول من امتنها كان بلال بن رباح رضي الله عنه، وامتدت حتى يومنا.

ورغم حظر التجوال والإجراءات الاحترازية التي فرضتها سلطات معظم الدول للحد من تفشي فيروس كورونا المستجد، فإن شخصية «المسحراتي» أكثر ما يشد الناس في شهر رمضان الفضيل.

ومنعت معظم الدول المسحراتية من التجول في الشوارع حفاظاً على أرواحهم من وباء (كوفيد-19)؛ في تصرف يعكس على تاريخ مهنة تراثية تعد من أهم علامات الشهر الفضيل.



فوانيس رمضان.. بهجة تضيء ليالي الشهر الفضيل

توارثت الأجيال إنارة المنازل بالفوانيس في الشهر المبارك حتى أصبحت أيقونة رمضان وأشهر رموز الاحتفال بالشهر الذي ينتظره العالم بأسره ويستعد له بطقوس وتقاليد مميزة.

والقنديل أو ما يعرف بـ«الفانوس» واحد من المعالم الرمضانية التي يتسابق الجميع لشراؤه أو صناعته يدوياً؛ لتزيين المنازل والشوارع ترحيباً بشهر رمضان المبارك.

تعود أصل الحكاية إلى مصر، حيث كانت البداية من هناك، إذ اعتاد الناس الخروج إلى الشوارع بالفوانيس الصغيرة لإضاءة الطريق أمامهم خلال البدء في تحري رؤية الهلال، ومن هناك انطلقت العادة إلى كافة الدول.

ورغم التطور التكنولوجي والحضاري الذي شهده العالم، حافظت الدول العربية على روحانية الشهر الكريم من خلال توفير الفوانيس وتوزيعها على الشوارع وفي البيوت.



العزل المنزلي في رمضان قرصتك المثالية للإقلاع عن التدخين

محمد صلاح

جامعة رجب طيب أردوغان التركية للأناضول «إن السجائر تؤثر سلبيًا على آلية رد فعل الجسم في مواجهة المرض الذي يتسبب فيه فيروس كورونا، وبسبب الضرر الكبير الذي تلحقه بالرئتين يحدث الفيروس تأثيره في أنسجة الرئة الثالثة والمتضررة، مما يؤدي إلى حدوث فشل تنفسي حاد، قد يصل إلى درجة الوفاة».

كيف تؤثر السجائر على الجسم؟

وفقًا لمنظمة الصحة العالمية، «يصبح مدخنو التبغ أقل عرضة للإصابة بفيروس كوفيد-19- إذا توقفوا عن التدخين، لأن الإقلاع عن التدخين له تأثير إيجابي مباشر على وظائف الرئة والقلب والأوعية الدموية، ويزداد هذا التحسن بمرور الوقت، مما يرفع قدرة مرضى فيروس كورونا على التصدي للعدوى، ويقلل خطر الوفاة».

ويشرح أستاذ القلب بجامعة «ستانفورد» كريشنا سودهير ما يحدث للجسم بعد التوقف عن التدخين، على منصة «تيد» (TED)، فيقول «بعد عشرين دقيقة من إقلاع المدخن عن التدخين، يبدأ معدل ضربات قلبه وضغط دمه العودة إلى وضعهما الطبيعي. وبعد 12 ساعة يستقر مستوى أول أكسيد الكربون في الجسم، مما يزيد من قدرة الدم على حمل الأكسجين. وبعد يوم من الإقلاع، تبدأ فرص حدوث الأزمات القلبية الانخفاض بسبب عودة ضغط الدم ومعدل ضربات القلب إلى وضعهما الطبيعي، وتصبح الرئتان أكثر صحة بعد نحو شهر، مع سعال أقل وتحسن في مشكلة ضيق التنفس؛ لتبدأ الأهداب الحساسة التي تشبه الشعر في المسالك الهوائية والرئتين التعافي في غضون أسابيع، وتتعاوى تمامًا بعد تسعة أشهر، مما يعزز المناعة ضد العدوى».

خطوات الإقلاع عن التدخين

يحتاج المدخن إلى عدة إجراءات عند بدء خطوة الإقلاع عن التدخين، من أهمها الإبتعاد عن جميع الظروف والمؤثرات الشرطية التي ارتبطت بالرغبة في التدخين لديه، فإذا كانت مقابلة الأصدقاء أو التواجد في المقاهي، حيث انتشار الدخان حوله يثير رغبته في التدخين، إضافة إلى إلحاح الأصدقاء ودعوتهم لمشاركتهم في التدخين، فإن قضاء اليوم بالعزل المنزلي، إلى جانب ساعات الصيام الطويلة، قد يصبحان حافزا للإقلاع عن التدخين.

ويدرك المدخن جيدا أن الأمر ليس سهلا في الأيام الأولى، لكنها خطوة تحتاج للدعم من قبل المحيطين به، فيجب إعداد تهيئة البيئة من حوله لهذه الخطوة، كاتباع الخطوات التالية:
- تنظيف المنزل من أية آثار للتدخين كعلب وأعقاب السجائر.
- إزالة منافذ السجائر من المنزل.
- غسل ملابس المدخن وأغطية الفراش التي قد تحمل رائحة

إغواء أن تدخين سيجارة واحدة سيساعد في إسكات الرغبة في التبغ، ففي كثير من الأحيان يؤدي تدخين سيجارة واحدة إلى الثانية، ولا تترك في المنزل أي سيجارة تتسبب في ضعفك أو انتكاستك.

6- كن نشطا بدنيا، فالنشاط البدني حتى لو اقتصر على صعود ونزول السلالم، أو القيام بنزهة صغيرة للمشي أو الهرولة، سيفيد في صرف انتباهك عن الرغبة في التدخين ويقلل شدتها.
7- مارس أساليب الاسترخاء، لأن مقاومة الرغبة في التدخين قد تكون مجهددة نفسيا بحد ذاتها، فمن الممكن تخفيف هذا الإجهاد عن طريق تمارين اليوغا والتأمل والاستماع إلى الموسيقى أو الصلاة الطويلة إلى حد ما، وربما تساعدك صلوات التراويح والتهجد في ذلك.

8- قم بالاتصال لتحصل على الدعم، في سعيك لمقاومة الرغبة في التدخين، اتصل هاتفيا بأحد أفراد العائلة أو بصديق، وأجر محادثة مرحة.

9- تصفح الإنترنت، لتتعلم من الآخرين كيف توقفوا عن التدخين، وجرب التطبيقات المخصصة لهذا الغرض.

10- ذكر نفسك بالمنافع، كالشعور بحال أفضل، والتحسين الكبير في الصحة، وتخليص الأحياء من التدخين السلبي، وتوفير المال. وتذكر أن القرار بيدك، والأمر لن يستغرق سوى عدة أيام للتخلص من عادتك السيئة.

السجائر، وقد تثير المدخن للعودة إلى التدخين.
- تعطير المنزل والمفروشات برواح طيبة كبديل لرائحة السجائر.
- توفير بدائل للمشروبات أو الوجبات الخفيفة أو الفاكهة أثناء ساعات الإفطار، للإلهاء عن التدخين.

وعلى المدخن ألا يتردد في طلب المساعدة من أفراد أسرته، لاستيعاب التغيير الذي يمر به خلال هذه الفترة الحرجة، لا سيما أن الرغبة في التدخين تستغرق بين 5 و10 دقائق، ويمكن تخفيفها باتباع هذه الخطوات، التي تنصح بها «مايو كلينك»:
1- جرب بدائل النيكوتين، الموصوف طبييا، كالبخاخ أو اللصقات أو العلكة أو أقراص الاستحلاب.

2- تجنب المنبهات، كالمقاهي والضغط النفسي وشرب القهوة إذا كانت مرتبطة لديك بالتدخين، ويمكن استبدال السجائر بقطعة شوكولاتة كمكافأة بديلة عن السجارة.

3- التأخير، كلما شعرت بأنك على وشك الاستسلام للرغبة في التدخين، قاوم وانتظر عشر دقائق فقط، وقم بعمل شيء ما لإلهاء نفسك وتأخير تلك الرغبة، كتمرين بسيط أو الاستحمام بماء دافئ أو بارد، حسب ما يشعرك بالراحة.

4- قم بمضغ شيء ما، امنح فمك شيئا حلو المذاق لمضغه كالعلكة الخالية من السكر أو الحلوى، أو اقضم الجزر النيء أو تناول قليل من المكسرات أو بذور عباد الشمس.

5- احذر خدعة «واحدة وحسب»، فلا تخدع نفسك بتصديق

Ramadan 2020: When Is Islam's Holy Month, Why Does Its Date Change Every Year And Why Do Muslims Fast?

Muslims around the globe will observe Ramadan this month, a period of deep spiritual reflection and fasting that takes place every year. One of the five pillars of Islam - along with faith, prayer, charity and the pilgrimage - Ramadan commemorates the Quran first being revealed to the Prophet Muhammad, a sacred moment honoured with abstinence between sunrise and sunset.

Here we look at what the ritual means for Muslims, why worshippers fast and why the date alters from one year to another.

What is Ramadan?

Chapter 2, Verse 185 of the Quran explains the purpose of the ritual:

"The month of Ramadan is that in which was revealed the Quran; a guidance for mankind, and clear proofs of the guidance, and the criterion (of right and wrong). And whosoever

of you is present, let him fast the month, and whosoever of you is sick or on a journey, a number of other days. Allah desires for your ease; He desires not hardship for you; and that you should complete the period, and that you should magnify Allah for having guided you, and that perhaps you may be thankful."

The word of Allah is said to have been revealed to the prophet on "Laylat al-Qadr" (the Night of Power). The tablets of Ibrahim, the Torah, the Psalms, the Gospel and the Quran were sent down on the 1st, 6th, 12th, 13th and 24th days of Ramadan, according to the faith.

When is Ramadan?

Ramadan starts on the evening of Friday 24 April in 2020 for the UK and lasts until the evening of 23 May, when Eid is celebrated. Why does the date vary each year?

The Islamic calendar is lunar, meaning each month begins with the new astronomical moon.

As lunar months are shorter than solar, the Islamic calendar does not correspond with the Gregorian calendar followed in the West and means Ramadan occurs around 11 days earlier every year.

The period takes place in the ninth month of the Islamic year. Its precise date also varies from country to country by about a day, depending on when the moon is sighted. Followers of the faith are encouraged to check the precise timings of sunrise and sunset with their local mosques to ensure the fast is not inadvertently broken prematurely.

To read the rest of the article go to : <https://www.independent.co.uk/>

كورونا يغير طقوس رمضان حول العالم

سارة حسين

وسط غموض هائل حول المستقبل، أُجبر وباء كورونا المستجد المسلمون حول العالم على محاولة التكيف مع طقوس شهر رمضان 2020 المعظم من داخل المنازل بدلاً من المساجد، وعبر الإنترنت بدلاً من التعامل الشخصي مع الآخرين. ويُعد رمضان بالنسبة لـ1.8 مليار مسلم حول العالم شهراً اجتماعياً وروحانياً، ووقتاً لتجتمع العائلة والأصدقاء، والتركيز على الصيام والصلاة وقراءة القرآن. لكن بسبب وباء كورونا المستجد، فإن رمضان هذا العام مختلف تماماً عن السنوات السابقة في أنحاء العالم؛ وأجبر المسلمين على تبني تعديلات على أساليب قضايتهم هذا الشهر المقدس تجنباً لمخاطر التقاط عدوى كوفيد-19. وتقلصت مآدب الطعام الممتدة التي يلتفت حولها حشود من الأقارب إلى وجبات متواضعة يجتمع عليها أفراد العائلة المقربون ويقفون في منزل واحد فقط مع الاكتفاء بالمقابلات الافتراضية عبر تطبيقات التواصل الاجتماعي.

وبعد ما كان الأئمة يقودون الصلوات في المساجد المكتظة بالمصلين، أغلقت المساجد أبوابها وأصبح الأئمة والدعاة يلقون دروس دين عبر تطبيق زوم.

ومنعت أوامر البقاء في المنزل والتباعد الاجتماعي صخب ليالي رمضان في مدن العالم ذات أعداد المسلمين الكبيرة من القاهرة وجاكرتا إلى ديريون وميشيغان.

ونشرت صحيفة «نيويورك تايمز» الأمريكية تقريراً مصوراً يرصد محاولات تأقلم المسلمين حول العالم مع التغييرات التي فرضها كورونا المستجد على طقوس رمضان.



الدعاة يتحولون للمنصات الإلكترونية.. فهل تكفي لجذب الشباب في رمضان؟

كاليفورنيا- مروة صبري

محاضرة دينية حية وأنت على أريكة قبل الإفطار، أو موعظة مع قطعة من القطائف وكأس شاي بعد الإفطار. لأول مرة يتحول كل الدعاة رغماً عنهم للمنصات الإلكترونية لترتبط الروحانيات بروائح البيوت وأصوات من فيها، فهل يكفي ذلك لجذب الشباب؟ صادف بداية الحجر الصحي في كثير من الدول بداية عطلة الربيع للطلاب، وهي فرصة للأنشطة الرياضية والاجتماعية والدينية، وعندما فُرض الحظر صار الإنترنت المجال الوحيد المفتوح لمن يقدمون خدمات ترفيهية أو تعليمية أو دينية.

يقول وائل علي عضو مجلس إدارة الجالية الإسلامية في شمال كاليفورنيا -وهي من أكبر المؤسسات الإسلامية والوضع جديد والتطورات متسارعة، والتأقلم معها شكل تحدياً كبيراً تمثل في أن الاستعدادات والأدوات الاجتماعية والندوات عن بعد تحتاج مهارات كانت محصورة في فئة قليلة من الدعاة، ويتطلب تدريب أئمة آخرين عليها وقتاً طويلاً، خاصة مع ظروف الحجر، لكن الآن لدينا خطة وبرامج يومية».

أجواء رمضانية غائبة

كثير من المسلمين يعتمدون على أجواء هذا الشهر لشحن همهم والاستزادة من العبادة، وأثر ذلك كان يشاهد في ازدهار المعتمرين بمكة المكرمة، خاصة في العشر الأواخر من رمضان كل عام، وفي فيض المساجد بالمصلين، حتى إن بعض الدول الإسلامية قد تغلق شوارع حول المساجد لاستيعاب العدد الكبير من المصلين، والكثير من الشباب يجتهدون باستخدام أوقاتهم للموازنة بين الدراسة والعبادة، ويظهر ذلك جلياً في الأسئلة الموجهة للبرامج الدينية.

منصات اجتماعية لكل عمر

وزداد عدد وسائل التواصل الاجتماعي، وكلها تقدم خدمات تبدو متقاربة، لكن الفرق في روادها. وتقول مريم أمير إبراهيمي الكاتبة والداعية الإسلامية بولاية كاليفورنيا «بدأ جمهور فيسبوك تدريجياً يتحول لجمهور أكبر عمراً، في حين اتجه جيل الثلاثينيات والعشرينيات إلى إنستغرام.

ورغم أهمية اختيار منصة التواصل حسب الفئة العمرية المرجوة، فإن المحتوى أيضاً يتغير. تقول مديرة قسم الشباب في جمعية الثقافة الإسلامية جنين صباح «نحن نوفر المواد المتباينة لكل فئة عمرية من خلال «إنستا لايف» و«زوم» و«هانج أوت»، بهدف الحفاظ على الحالة الروحانية والصحة النفسية للشباب، عبر التواجد المستمر معهم على الإنترنت، كما نرشدهم لكيفية العبادة بمفردهم في البيت، فالتغير المفاجئ يجعل من الشاق على الشباب اتباع نظام معين، لكننا نأمل أن تتمكن من توجيههم ليحصلوا منافع التعبدي الفردي».

أفضل الحلول

العديد من المؤسسات والجامعات أعلنت برامج مكثفة عبر الإنترنت، فأستاذة مؤسسة المغرب للدراسات الإسلامية جمعوا محاضرين لمواضيع مختلفة من خلال برنامج «رمضان 360» الذي أعلن عنه قبل يوم من بداية شهر رمضان، والذي يسمح لمن لديه مادة مفيدة بعرضها لنعم الفائدة. كل هذه الجهود وغيرها هي أفضل الحلول في ظل الأزمة الراهنة، لكن باعتبار ذلك وضعاً مؤقتاً ومسانداً، فكما تقول ندى «الحضور بجانب الصديقات في المسجد يضيف حماساً لا يقارن بالاستماع الفردي».

تنافس على الجمهور

لكن لعل رأي إيجابي في الظروف الراهنة، حيث تضاعفت المنصات والمواد الدعوية، فقبل الحجر كان الفرد مجبراً على تقبل البرامج المتاحة في محيطه الجغرافي وفي توقيت قد لا يتوافق معه، وأحياناً بعد أن يذهب لا يجد متسعاً في المسجد، أما الآن فقد أصبح هناك تنافس حقيقي، وصارت المراكز والمواد الدعوية هي التي تتسابق في الوصول للأفراد، ومن منصات في شتى بقاع الأرض، وفي الوقت المناسب بضغطة إصبع.

مساندة معنوية

ندى سرحان طالبة في السنة الثانية بالكلية، تخصص علم نفس؛ تقول «أستمع الآن لمحاضرات دينية أكثر من أي وقت مضى، وذلك لأننا وسط الجائحة والخوف من انتشار الفيروس، وأشعر بحاجتي إلى مساندة معنوية أكبر». لكن التركيز من البيت أصعب، فالهاتف تظهر عليه إخطارات متلاحقة تغيب صورة المحاضرين للحظات، ومن السهل أن يقطع أحد إخوتها استماعها، وهي أيضاً قد تتشغل بأشياء أخرى وهي تستمع، ولكن صارت لديها فرصة لإعادة استماع ما فاتها، كما قالت ندى للجزيرة نت.

علماء الغرب يرصدون روائع الإعجاز في الصوم

السيد حسين

قد يعتبر البعض الحديث عن فوائد الوضوء والصوم والصلوة من باب المبالغة التي اعتادها الشيوخ ورجال الدين، لكن الأمر يختلف كثيراً حين يكون الحديث من جانب العلماء، بل ومن جانب علماء الغرب، الذين لا يحتكمون إلا لما تمليه عليهم التجارب العملية. ولعل هذا ما يميز كتاب «روائع الإعجاز في الوضوء والصلوة والصوم»، الصادر عن مكتبة وهبة للنشر والتوزيع، وترصد فيه الدكتور أمل ياسين ما أكده علماء الغرب بشأن هذه الموضوعات، لا سيما فيما يتعلق بفوائد الصوم.

وتشير «ياسين» إلى أن الكثير منهم تحدث عن أهمية الصوم، وفوائده العديدة لصحة الإنسان النفسية والبدنية، فقد أكد البروفيسور نيوكولايف بيلوي، من موسكو في كتابه «الجوع من أجل الصحة 1976»، أن على كل إنسان، خاصة سكان المدن الكبرى، أن يمارس الصوم بالامتناع عن الطعام لمدة 3 إلى 4 أسابيع كل سنة، كي يتمتع بالصحة الكاملة طيلة حياته. أما ماك فادون، وهو أحد علماء الصحة الكبار في أمريكا، فألف كتاباً عن الصيام، بعد أن ظهرت له

نتائج عظيمة، وتبين مفعوله في القضاء على الأمراض المستعصية.

وقال «فادون»: «كل إنسان يحتاج إلى الصوم، وإن لم يكن مريضاً، لأن سُموم الأغذية تجتمع في الجسم فتجعله كالمرضى، فتثقله ويقل نشاطه، فإذا صام خف وزنه، وتحللت هذه السموم من جسمه، وتذهب عنه، حتى يصفو صفاءً تاماً».

وقد كان ماك فادون يعالج مرضاه بالصوم، خاصة المصابين بأمراض المعدة، وكان يقول: «الصوم لها مثل العصا السحرية، يسارع في شفائها، وتليها أمراض الدم والعروق والروماتيزم». من جانبه، قال الأكسيس كاريل، الحائز على جائزة نوبل في الطب والجراحة، والذي يعتبره الأطباء



حجة في الطب، فقال في كتابه: «إن الإنسان ذلك المجهول»، إن كثرة وجبات الطعام ووفرتها، تعطل وظيفة أدت دوراً عظيماً في بقاء الأجناس البشرية، وهي وظيفة التكيف على قلة الطعام، لذلك كان الناس يصومون على مر العصور. وأضاف: «الأديان كافة تدعو الناس إلى وجوب الصيام والحرمان من الطعام لفترات محددة، إذ يحدث في أول الأمر شعور بالجوع، ويحدث أحياناً تهيج عصبي، ثم يعقب ذلك شعور بالضعف، بيد أنه يحدث إلى جانب ذلك ظواهر خفية أهم بكثير، فإن سكر الكبد يتحرك ويتحرك معه أيضاً الدهن المخزون تحت الجلد، وتضحي جميع الأعضاء بمرادتها الخاصة من أجل الإبقاء على كمال الوسط الداخلي وسلامة القلب».

وقد بين الكاتب أن سوري قيمة الصوم في تجديد حيوية الجسم ونشاطه ولو كان في حالة المرض، وأورد حالات عدد من المسنين، تجاوزت أعمارهم السبعين، استطاعوا بفضل الصوم استرجاع نشاطهم وحيويتهم الجسمانية والنفسية.

وقام أيضاً عدد من الباحثين الغربيين منذ أواخر القرن الماضي بدراسة آثار الصوم على البدن، منهم هالبروك، الذي قال «ليس الصوم بلعبة سحرية عابرة، بل هو اليقين والضمان الوحيد من أجل صحة جيدة».

ويقول الطبيب الأمريكي كارلو، الذي خاطب قومه ناصحاً لهم بالانقطاع عن الطعام مدة كل عام، ثم امتدح دين الإسلام قائلاً: «إنه أحكم الأديان، حيث فرض الصيام، وأن محمداً الذي جاء بهذا الدين كان خير طبيب، وفق إرشاده وعمله، حيث كان يأمر بالوقاية قبل المرض، وقد ظهر ذلك في الصيام وفي صلاة القيام».

أما الطبيب السويصري باريسيلوس، فقال: «فائدة الجوع - الصوم - في العلاج، قد تفوق بمرات استخدام الأدوية».

HAPPYHOME
FURNITURE



فِي قَلْبِ
الْجَالِيَّةِ

مفروشات البيت السعيد

18276 ALLEN RD
MELVINDALE, MI 48122

5100 SCHEAFER RD
DEARBORN MI 48126

HAPPY HOME FURNITURE

313-438-0784

313-436-0509



على رأسها الفساد والطائفية..

مشاكل العراق معقدة لن يحلها رئيس جديد للحكومة

رشحت شخصية جديدة لمنصب رئاسة الحكومة في العراق، ولكن الآمال بتحقيق النجاح منعدمة كلياً، حسب صحيفة «فورين بوليسي» الأميركية التي قالت إنه لا أحد يعلم أو يهتم باسم رئيس الوزراء المقترح، ولا بالشخصية التي تم تقديمها قبله في منتصف مارس/ آذار الماضي.

المذهبية للنظام الحزبي تعتبر معقدة وتدفع نحو تقسيم البلاد.

ويقول الكاتب في تقريره إن إدارة ترامب وصلت إلى خلاصة مفادها أن التدخل في السياسة العراقية مضيق للجهود، ولذلك فإنها اكتفت بدور محدود هو دعم أي مرشح شريطة أن لا يكون تابعاً لإيران.

ورغم أن الكاظمي اجتاز هذا الامتحان، فإن هذا لا يغير من التوجه الأميركي في العراق، والمتأمل في لقاء العبء على ظهر العراقيين أنفسهم لإيجاد حل لأوضاعهم.

ويرى كوك أن الوجود الأميركي العسكري سيتواصل على الأغلب في العراق لمواجهة خطر تنظيم الدولة، إلا أن اهتمام واشنطن بما يجري في بغداد تراجع، وهو ما سيغير العراقيين على القيام بتغييرات أو مواجهة غضب المواطنين الذين يواصلون المطالبة بإسقاط النظام.

ويعتبر أن الأوضاع في العراق تزداد تعقيداً مع تفشي فيروس كورونا وانخفاض أسعار النفط، وهو ما يمثل مشكلة لا حل لها بالنسبة للميزانية. كما أن هناك شخصيات قليلة في الولايات المتحدة مستعدة لاستثمار وقتها ومواردها في العراق.

وفي الختام خلص الكاتب إلى أن الكاظمي حتى لو كان فعلاً يتمتع بالكفاءة، فإنه لن يتمكن من إنقاذ العراق، لأن النظام السياسي فاسد لدرجة لا يمكن إصلاحها، وأن الأميركيين منشغلون في هذه الفترة بفيروس كورونا، بينما تفضل إيران إبقاء الأوضاع على ما هي عليه.

على درجة عالية من الكفاءة، فلا يمكنهم العمل في ظل نظام مكون من مؤسسات فاسدة تصعب عليهم تجاوز المشاكل والعقبات المزروعة في النظام السياسي، حسبما يقول الكاتب كوك. ويضيف أن المثال الثاني يبدو هو الحالة التي تنطبق على الكاظمي، إذ شهد العراقيون والأميركيون بكفائه، بما أنه لا ينتمي إلى أي من الأحزاب السياسية العراقية. كما أنه أثناء عمله على رأس جهاز المخابرات الوطني، أشرف على تحييد هذا الجهاز ورفع درجة مهنيته. ولكن رغم هذه الإيجابيات، فمن المؤكد أن المؤسسات السياسية العراقية ستقوض قدرة الكاظمي على إدارة البلاد.

يقول كوك إن هذا الرأي لا يعني أنه لا مفر للعراقيين من قدر العيش تحت نظام حكم فاسد بعد كل ما عانوه في بلدهم، ولكن الفوضى الحالية تشير إلى أنه حتى أسوأ الأنظمة السياسية يمكنها أن تكون مستقرة وتبقى في الحكم إلى الأبد.

ويضيف أن السياسة التي حكمت العراق منذ الغزو الأميركي عام 2003، تتمثل في سلسلة من عمليات تقسيم الغنائم، واستفحال الفساد، مع الغياب التام للمراقبة، مشيراً إلى أن أغلب السياسيين والأحزاب متورطون في هذا الأمر. وما يزيد الطين بلة أن الجار الإيراني يستفيد من هذا العجز السياسي الذي يجعل من بغداد ضعيفة أمام طهران.

ويشير الكاتب إلى أن الولايات المتحدة ظلت لسنوات تحت القيادة العراقية على العمل لفائدة شعبهم، ولكن المشكلة أن النظام الذي ساعدت هي بنفسها على وضعه يشجع السياسيين العراقيين على خدمة مصالحهم الضيقة على حساب الآخرين، ذلك أن الطبيعة

ويقول كاتب التقرير في الصحيفة ستيفن كوك إن رئيس الوزراء المكلف مصطفى الكاظمي يوصف -مثل سابقه- بأنه شخص يستطيع الموازنة بين الولايات المتحدة وإيران، وتجميع الدعم السياسي اللازم من مختلف الأطراف العراقية. إلا أن هذا التقييم ترافقه أيضاً تحذيرات من أن العيوب التي يعاني منها النظام السياسي العراقي، ستصعب بشدة على الكاظمي تشكيل حكومته وتنفيذ برنامجه.

ويضيف كوك أن التقارير التي تكتب حول العراق تتمحور عادة حول شخصية رئيس الوزراء، ولكنها تشير دائماً إلى مشكلة المؤسسات السياسية، وحتى من لا يعرفون العراق جيداً، يدركون أن مشاكله كبيرة ومعقدة وتبدو غير قابلة للحل.

ويتابع أنه لا أحد يمتلك الحلول لمعالجة مشاكل العراق رغم سنوات من التجارب والمحاولات، ولذلك فإن الجميع في واشنطن ممن كانوا سابقاً يهتمون بالعراق، يدفون الآن نحو فكرة الانسحاب الأميركي من هذا البلد.

ويؤكد الكاتب أنه بات واضحاً أن هذا هو توجه إدارة الرئيس دونالد ترامب، ولكن عاجلاً أم آجلاً فإنه لا مفر أمام البيت الأبيض من الوقوف أمام تبعات انهيار العراق.

فقد بات جلياً في السنوات الأخيرة أن المؤسسات لا تقل أهمية عن الأشخاص في إدارة الدول، وأن أي بلد يمكن أن تكون له مؤسسات ديمقراطية، ولكن إذا كان القادة لا يتبنون المعايير والقيم الديمقراطية، فإن النظام سيتم التلاعب به بشكل مضر جداً.

الفساد

وبنفس الشكل، فإنه في حال وجود سياسيين

بعد واقعة الطيبة.. قرار من برلمان مصر بشأن دفن الموتى

بعد واقعة رفض أهالي قريتين في محافظة الدقهلية شمال مصر، دفن طيبة توفيت بفيروس كورونا، وافقت لجنة الشؤون الصحية بمجلس النواب المصري على عدة قوانين، من أجل مساعدة السلطات في مواجهة كورونا، وتغليظ العقوبات ضد رافضي دفن جثامين ضحايا الفيروس.

في التفاصيل، وافقت لجنة الشؤون الصحية بمجلس النواب، على مشروع القانون المقدم من النائب محمد العماري، رئيس اللجنة، وأكثر من 60 نائباً آخرين، بتعديل بعض أحكام القانون رقم 137 لسنة 1908، والخاص بشأن الاحتياطات الصحية للوقاية من الأمراض المعدية، حيث تهدف تعديلات القانون إلى تطوير قدرات السلطات الصحية لمواجهة خطر تفشي الوباء، ومنحها صلاحيات جديدة تمكنها من التعامل السريع والحاسم ضد المخالفين.

وتضمنت التعديلات تخويل السلطات الصحية حق إلزام الأفراد باستخدام الكمامات الطبية والأقنعة الواقية، وغيرها من المستلزمات الوقائية خارج أماكن السكن، واتخاذ التدابير الصحية للتعامل مع جثث الموتى بسبب الأوبئة، مع مراعاة أن يتم الدفن تحت إشراف صحي.

ونصت التعديلات على بنود تجرم وتغلظ العقوبات على أي أفعال من شأنها إعاقة أو تعطل أو منع دفن الموتى، خاصة ضحايا كورونا، أو أي من طقوس الدفن بالمخالفة للقواعد والإجراءات التي يحددها وزير الصحة، على أن تكون العقوبة الحبس والغرامة لمدد تتراوح من 3 شهور إلى عام، وغرامة تصل إلى 10 آلاف جنيه، وتتضاعف العقوبة في حالة العودة أو إذا اقترن أي من الأفعال باستخدام العنف أو القوة، أو التهديد باستخدامهما.

وكانت قرية شبرا البهو التابعة لمدينة أجا بمحافظة الدقهلية قد شهدت قبل أسبوعين واقعة مؤسفة، حيث رفض أهالي القرية دفن جثمان طيبة توفيت بكورونا في مقابر القرية، فيما تدخلت قوات الأمن لتفريق المحتشدين الرافضين، وتسهيل مراسم دفن الجثمان، والقبض على المتورطين منهم.

وقرر النائب العام المصري حبس 23 من المتورطين، حيث وجهت لهم النيابة 11 تهمة، أبرزها الاشتراك في عمل إرهابي، يتمثل بمنع دفن جثمان سيدة متوفاة باستخدام القوة والعنف، والتهديد والترويع بغرض الإخلال بالنظام العام، وتعريض سلامة المجتمع ومصالحه وأمنه للخطر، وكذلك إبداء الأفراد وإلقاء الرعب بينهم، وتعريض أمنهم وحقوقهم العامة والخاصة للخطر.



العراق: يونيو المقبل موعد التفاوض مع أميركا لسحب قواتها

قال المتحدث باسم القائد العام للقوات المسلحة العراقية اللواء عبد الكريم خلف إن بلاده والولايات المتحدة ستضعان -في يونيو/حزيران المقبل- جداول زمنية لانسحاب القوات الأميركية من البلاد. وأوضح خلف -في تصريح صحفي أن قرار إجراء المفاوضات يأتي استناداً إلى قرارات مجلس النواب العراقي بخروج القوات الأميركية، ويكون ذلك باتفاق الطرفين العراقي والأميركي. ولفت خلف إلى أنه بعد سحب القوات الأميركية من العراق، فإن العلاقة الأمنية بين البلدين ستستمر في إطار عمليات التدريب وتبادل الخبرات. وعن تخفيض الولايات المتحدة قواتها في العراق اعتبرها خلف بادرة حسن نية. وشدد على أن المفاوضات التي ستبدأ في يونيو/حزيران المقبل لن تقتصر على الجانبين العسكري والأمني، بل ستناقش جميع أشكال العلاقة بين البلدين في المجالات الاقتصادية والسياسية والثقافية المثبتة ضمن اتفاقية الإطار الإستراتيجي الموقعة بين البلدين، وأشار إلى أن بلاده تريد علاقة طبيعية، وعلاقة صداقة مع الولايات المتحدة. ومطلع الشهر الجاري، أعلن رئيس حكومة تصريف الأعمال العراقية عادل عبد المهدي تحديد يومي 10 و11 يونيو/حزيران المقبل موعداً للمفاوضات بين العراق والولايات المتحدة لبدء الحوار الإستراتيجي. وكان العراق حكومة وبرلماناً طالب -مطلع العام الجاري- بسحب القوات الأجنبية، بما فيها الأميركية -من البلاد. وجاء ذلك بعد مقتل قائد فيلق القدس الإيراني قاسم سليماني، ونائب رئيس هيئة الحشد الشعبي أبو مهدي المهندس بغارة جوية أميركية قرب مطار بغداد، في 3 يناير/كانون الثاني الماضي. وانسحبت القوات الأميركية من ستة مواقع وقواعد عسكرية في شمال وغرب البلاد، وسلمتها للقوات العراقية، في حين ما زالت تحتفظ بقوات لها في ثلاث قواعد رئيسية شمال ووسط وغربي البلاد.

Next June ... Iraqi-American negotiations to set a timetable for the withdrawal of US forces

Spokesman for the Commander-in-Chief of the Armed Forces, Major General Abdul Karim Khalaf, revealed that Baghdad and Washington will negotiate next June to set a timetable for the withdrawal of US forces from Iraq.

He said in a press statement that the two countries will discuss negotiations to be held next June, setting the timetables for the withdrawal of the American forces in full, based on the decisions of the House of Representatives for the leave of the American forces, and this will be agreed by the Iraqi and American parties.»

Khalaf explained that the message that the American Ambassador to Baghdad delivered to the resigned Prime Minister, Adel Abdul Mahdi, was very positive and included a discussion of the strategic relationship in all its forms between Iraq and the United States in detail, and that is the issue of ISIS seriously and in detail.

He noted that the United States significantly reduced its forces, in agreement with the Iraqi government as a goodwill gesture, and there is positive understanding and signals from the American side.

He emphasized that the security relationship between Iraq and the United States will continue in the framework of training operations and exchange of experiences even in the event of the implementation of the withdrawal decision, explaining that the negotiations will discuss all forms of relationship between the two countries in the economic, political, security, and cultural fields.

لبنان: مواجهة رأسي السلطنة المالي والسياسي

فاكتفى دياب بالإشارة إلى «خروج 7 مليارات دولار من مصرف لبنان في الشهرين الأولين من العام الحالي»، في ظل موافقة الحكومة على اقتراح وزارة المال تكليف شركة «KPMG, Kroll, Oliver Wyman» التدقيق في عمليات مصرف لبنان وحساباته. مع العلم أنه نُقل عن المستشار المالي للدولة اللبنانية، شركة «لازار»، سابقاً تأييدها إجراء «هيكات» (اقتطاع) من الودائع العالية، لكن الحكومة رفضت ذلك، لكن المصارف تمارسها حقيقة بفعل منعها المواطنين من سحب ودائعهم بالدولار، بل استبدالها بالعملة المحلية وفقاً لسعر الصرف الأساسي وهو 1500 ليرة. الأبرز خلال الجلسة الحكومية الأخيرة، أن رئيس المجلس النيابي، نبيه بري، وهو رئيس حركة «أمل»، رفض عبر وزيره طرح إقالة سلامة، بما يوحي بتمايزه عن حزب الله في هذا الملف، وعلى استمرار صدامه مع دياب. العلاقة مع الرجلين لم تعد على ما يرام، مع سقوط بند تمرير مبلغ قدره 1200 مليار ليرة في الجلسات النيابية التي عُقدت في منتصف الأسبوع الحالي، المخصصة لدعم الأسر الفقيرة في فترة الحجر المنزلي، بفعل عدم تأمين النصاب النيابي لذلك. لكن المشكلة لا تكمن هنا فحسب، بل إن سلامة نفسه يُعتبر محسوباً على النفوذ الأميركي. فإطاحة سلامة تعني الصدام مع واشنطن، وهو أمر غير مطروح، وخصوصاً بعد جولة أخيرة للسفيرة الأميركية في لبنان، دوروثي شيا، على عدد من الشخصيات المحسوبة على فريق حزب الله، ومنهم رئيس تيار «المردة» سليمان فرنجية، ورئيس «التيار الوطني الحر»، جبران باسيل. مع العلم أن التيار الحر، بقيادة مؤسسه، رئيس الجمهورية ميشال عون، هو من اقترح التجديد لولاية كاملة من 6 سنوات لسلامة في عام 2017، على أن تنتهي في عام 2023. أما بالنسبة إلى رئيس حزب «القوات اللبنانية» سمير جعجع، فقد أيد فكرة محاسبة سلامة، لكنه ربطها مع فتح كل ملفات الهدر والفساد في لبنان. من جهته، اعتبر رئيس الحزب «التقدمي الاشتراكي» وليد جنبلاط، أن خطوات دياب تؤدي إلى إفراغ جيوب المواطنين من أموالهم. مع العلم أن رئيس الحكومة يعاني أيضاً من الضغط عليه من دار الفتوى، التي تميل إلى الحريري سياسياً. كذلك اتخذ الموضوع طابعاً طائفيًا مع رفض بطريك الموارنة بشارة الراعي إقالة سلامة، بادعاء أن ذلك يمسّ بـ«حقوق المسيحيين»، علماً أن منصب حاكم مصرف لبنان هو من

أظهرت الأزمة السياسية -الاقتصادية في لبنان وانعكاساتها السلبية اجتماعياً، أن الوضع بلغ «نقطة اللاعودة»، في ظل التدهور المتنامي لسعر صرف الدولار باليرة اللبنانية، وتأثير ذلك على ارتفاع أسعار السلة الغذائية وباقي السلع الأساسية في البلاد. ومع إعلان الحكومة خطة من خمس مراحل زمنية لإعادة الحياة تدريجياً إلى البلاد، المتوقعة منذ 16 مارس / آذار الماضي بسبب تفشي وباء كورونا، تبدأ غداً الاثنين، استعتر الخلاف بين رئيس الحكومة حسان دياب، من جهة، وحاكم مصرف لبنان رياض سلامة، من جهة أخرى، من دون بروز بوادر لحل لإنقاذ البلاد من الانهيار الحتمي، وبالتالي يحمي ما بقي من شبكة أمان لدى اللبنانيين. وتدهور سعر صرف الدولار في السوق اللبناني، في الأسبوع الأخير بشدة، خصوصاً بفعل مسارعة المصارف إلى تأمين الدولارات، سواء الموجودة في حسابات المودعين، أو في المنازل. وادى هذا الأمر إلى رفع سعر صرف الدولار في السوق السوداء إلى نحو 4 آلاف ليرة، مؤدياً إلى جو مشحون بين الصيارفة، لدرجة حصول إشكالات أمنية فيما بينهم. كذلك عملت بعض المصارف على محاولة إغراء الناس، والطلب منهم فتح حساب بالدولار، على أن يستردوه مضاعفة بـ2.1 مرة، لكن بالعملة المحلية ووفقاً لسوق متحرك يحدده المصرف المعنى، لا المصرف المركزي. وفي وقت بدأ فيه السوق اللبناني يفترق مواد أساسية، سواء لترتكها من أجل «الأيام السوداء»، أو بسبب فقدان الدولار الضروري لعملية الاستيراد، طُرح موضوع إقالة سلامة على طاولة النقاش. وترافق ذلك مع حملة واسعة على وسائل التواصل الاجتماعي، في ظل تأييد العديد من وسائل الإعلام المحلية له، لأسباب عدة. ومع أن إقالة سلامة كان مطلباً من مطالب قوى 17 أكتوبر / تشرين الأول اللبنانية، إلا أن جميع الأطراف السياسية أيدت استمراره في منصبه، لكن حزب الله وجه رسائل ضمنية رافضة لسلامة، بما يوحي وكأنه خرج عن الإجماع العام. واعتبر دياب أن تعاميم مصرف لبنان وخطواته هي ما أدى إلى تردّي الوضع الاقتصادي، واضعاً ذلك في سياق الضغط عليه لإسقاط حكومته، ملمحاً إلى وقوف رئيس الحكومة السابق سعد الحريري خلف سلامة.

لم يستمر ضغط حزب الله طويلاً، ففي جلسة حكومية عُقدت أول من أمس الجمعة، لم يتفق أحد على إقالة سلامة، حتى إن موضوع إقالته لم يشكك عابر،



الأطباء المسلمون في بريطانيا.. أبطال ضحوا بحياتهم في معركة كورونا

لندن- سارة جمال

بينما يتجه اليمين البريطاني إلى تضييق الفرص على المهاجرين، تعرضت المملكة المتحدة لأزمة نقص في الكوادر الطبية أثناء أزمة كورونا الحالية. ورغم الاحتياج الشديد لسد النقص في القطاع الطبي بالمهاجرين، فإن إجراءات التوظيف للقادمين من خارج دول الاتحاد الأوروبي ما زالت شديدة الصعوبة، إذ تخضع للعديد من التعقيدات الإدارية والمالية.

يعتمد القطاع الطبي في المملكة المتحدة على كوادر من أصول أفريقية وآسيوية ومن أقليات عرقية أخرى بنسبة 44%، وعليهم دفع رسوم سنوية باهظة مقابل امتياز استخدام الخدمة الصحية الوطنية، بالإضافة إلى دفع الضرائب. ومن المقرر أن ترتفع هذه الرسوم من 400 جنيه إسترليني (نحو 496 دولاراً) إلى 624 جنيهًا في أكتوبر/تشرين الأول المقبل.

وتحت ضغط أزمة جائحة كورونا الحالية، قررت الحكومة أن جميع المرضات والأطباء والمساعدات الطبيين والمتخصصين في الرعاية الصحية ستجد تأشيراتهم تلقائياً لمدة عام واحد مجاناً، بحسب ما نشرته صحيفة الغارديان.

لكن أمام هذه التعديلات التي يواجهها الأطباء من الأقليات العرقية، كان هؤلاء هم من تصدوا لفيروس كورونا، وتصدروا الصفوف الأولى في مواجهة، إذ شكلت قصصهم أساطير حية حتى بعد وفاتهم بسبب الإصابة بالفيروس.

لم يعرف استشاري الأنف والأذن والحنجرة في مستشفى كوينز في بورتون الدكتور أمجد الحوراني أنه مصاب بفيروس كورونا حتى دخل المستشفى وتم وضعه تحت جهاز التنفس الاصطناعي، وبعد ثلاثة أسابيع توفي في مستشفى ليستر الملكي عن عمر 55 عاماً.

ورغم إجراء اختبار الفيروس مرتين فإن النتيجة كانت سلبية فيهما، لكن لسوء الحظ جاءت النتيجة إيجابية في المرة الثالثة.

وقف الحوراني في خط الدفاع الأول، وتعرض لحالات كثيرة من المرضى الذين يعانون من مشاكل في التنفس وسعال مستمر، وفقدان حاستي التذوق والشم، وسبب الإصابة بالفيروس، حيث قال شقيقه أمل عنه للغارديان «لم يكن يدرك حتى أنه بحاجة إلى معدات واقية، إذ كان يقوم بمهامه للتو».

أمجد الحوراني من أسرة سودانية تعيش في المملكة المتحدة منذ العام 1975، ولديه 5 إخوة، انتقل والده الراحل إلى هناك للتعرف على أحدث المعدات والأبحاث



وصفتها صديقتها روبي أكثر على موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك قائلة «كافحت وكافحت، لكن الله قرر أن يأخذها إليه.. لقد كانت أجمل شخص حقيقي يمكن أن تقابله على الإطلاق».

أما شقيقها كازيما نسرين التي كانت تعمل مساعدة رعاية صحية في المستشفى نفسه، فقالت إنها كانت في إجازة سنوية عندما بدأت تظهر عليها الأعراض لأول مرة، ولم تعتقد أنها أصيبت بالفيروس في العمل، بحسب ما نشره موقع «سكاي نيوز».

وفي كلماتها المحفزة للعاملين في مجال التمريض وخاصة من خلفيات مسلمة، قالت أريما «أود لو أستطيع أن أهتم الآخرين.. أنا أبكي كل صباح لأبني سعيدة للغاية حيث حققت حلمي أخيراً بأن أصبح ممرضة، وأود أن أحت كل شخص يقرأ كلامي هذا على عدم الاستسلام».

الباكستاني صيب زايدي

زايدي من أصول باكستانية، جاء للعيش في بريطانيا منذ 50 عاماً تقريبا، وعمل كطبيب ممارس عام في أحد مستشفيات جنوب شرقي إنجلترا. توفي زايدي في العناية المركزة بمستشفى «ساوث إند في إسكس» بعد أسبوع من الحجر الصحي الذاتي، عن عمر 76 عاماً. ووفقاً لتعليمات التباعد الاجتماعي، تم السماح لأسرته فقط بحضور مراسم جنازته، بينما بدأت أرملته فترة حجر منزلي.

البروفيسور محمد سامي شوشة

كان الطبيب المصري محمد سامي شوشة استشارياً في علم أمراض الأنسجة وزميلاً باحثاً في مستشفى شارينغ كروس وإمبريال كوليدج للطب بالعاصمة لندن.

قال ابن أخيه عبد الرحمن شوشة لموقع «ميدل إيست آي» إن البروفيسور محمد سامي (79 عاماً) توفي في لندن بعد إصابته بالفيروس قبل نحو أسبوعين، وقد كان حريصاً على الذهاب إلى العمل في أيامه الأخيرة رغم المخاطر الصحية، وعلى الأرجح لم يتضمن عمله اتصالاً مباشراً مع مرضى فيروس كورونا.

تدرب شوشة في علم أمراض الأنسجة بالمستشفى الملكي الحر وكلية الطب في لندن، وكان يعمل في مستشفى تشارينغ كروس منذ العام 1978، حيث كان يدير خدمة علم أمراض الأنسجة التثديية. وكان أيضاً أستاذاً فخرياً لعلم الأنسجة في إمبريال كوليدج، وعمل في مختبرات أبحاث السرطان بالمملكة المتحدة في مستشفيات هامرسميث وشارينغ كروس في لندن.

انتقل الطبيب ألفا سعدو الذي نشأ في ولاية كوارا بنيجيريا، إلى المملكة المتحدة عندما كان عمره 12 عاماً، وعمل في معظم حياته المهنية هناك، كما عمل بأحد المستشفيات في نيجيريا.

ونشر ابنه داني عمل موقع فيسبوك «كان والدي أسطورة حية، وعمل في الخدمة الصحية الوطنية لمدة 40 عاماً لإنقاذ حياة الناس هنا (إنجلترا) وفي أفريقيا.. لقد كان يحارب الفيروس لمدة أسبوعين، لكنه لم يعد يستطيع الكفاح».

وقال عنه الرئيس التنفيذي لمستشفى «الأميرة ألكسندرا» لانس مكارثي «كان ألفا معروفاً بالثقة في شغفه لضمان تلقي مرضانا رعاية عالية الجودة.. لقد كان عضواً ملتزماً في الفريق».

حلم نسرين بالتمريض

أريما نسرين، أم ثلاثة أبناء، من أصول باكستانية، قضت 16 عاماً من عمرها كعاملة نظافة في مستشفى، ثم تاهلت لتكون ممرضة في بنابر/كانون الثاني من العام الماضي.

وبعد ظهور أعراض فيروس كورونا عليها، من ارتفاع في درجة الحرارة وسعال وآلم في الجسم، جاءت نتيجة الاختبار إيجابية بعد ذلك بأسبوع، وتوفيت في العناية المركزة بمستشفى «والسال مانور» في ريب ميدلاندر، عن عمر 36 عاماً. وأكد أحد زملائها في المستشفى أن حالتها «تدهورت بسرعة كبيرة»، بينما ظنت عائلتها أنها اجتازت المرحلة الأسوأ من المرض وكانت في طريقها إلى التعافي.

في تخصصه كاستشاري أشعة، ونقل شغفه بالطب إلى أبنائه، حتى أصبح منزل الحوراني مركز تدريب لأطباء سودانيين آخرين كانوا بحاجة إلى المشورة والتوجيه، أو إلى مكان يقيمون فيه، ليجدوا ملجأ في دار الحوراني دون مقابل مادي.

الطبيب عادل الطيار

عادل الطيار طبيب من أصل سوداني وأب لأربعة أبناء، اثنان منهم طبيبان يعملان في الخدمة الصحية الوطنية، وكان مختصاً في زراعة الأعضاء، وتطوع في قسم الطوارئ بمستشفى في هيرفورد غربي إنجلترا للمساعدة في مكافحة كورونا، حيث تعتقد أسرته أنه أصيب بالفيروس أثناء علاجه للمرضى. بدأ الطيار في عزل نفسه عندما ظهرت عليه الأعراض، وتم وضعه على جهاز التنفس الاصطناعي، لكنه توفي قبل أن يتماثل للشفاء في مستشفى ويست ميدلسيكس الجامعي بلندن عن عمر 63 عاماً.

سعدو أسطورة حية

المدير الطبي السابق بمستشفى «الأميرة ألكسندرا» في مدينة هارلو بمقاطعة إسكس الدكتور ألفا سعدو يوصف بأنه «أسطورة حية»، فقد عمل في خدمة الصحة الوطنية لسنوات طويلة وتقاعد عام 2017، وعمل بدوام جزئي في مستشفى الملكة فيكتوريا التذكاري في ويلوين بهيرتفوردشاير، إحدى المقاطعات الأكثر إصابة بالفيروس، وتوفي عن عمر 68 عاماً.

الهندوس.

من جهتها، تروي السيدة ممتاز كيف فقدت كل وثائقها بسبب حرق منزلها، وتقول بلوعة «لقد فقدت كل شيء.. كيف سأثبت جنسيتي الهندية وجنسية أطفالي بعد إحراق جميع مستنداتي؟ وأيضاً بعد تعديل قانون الجنسية المحجف بحقنا نحن المسلمين؟».

قانون الجنسية

وتأتي الاعتداءات التي تعرض لها المسلمون بعد إصدار البرلمان تعديل قانون حقوق الجنسية والمواطنة للشعب الهندي، والذي يعطي الحق لأي ديانة بالتمتع بالجنسية الهندية، لكنه يستثنى المسلمين بشكل خاص.

ويستهدف القانون المسلمين النازحين إلى الهند الذين استوطنوا فيها منذ أكثر من قرن من الزمان ويحملون الجنسية الهندية، وتهجيرهم إلى مواطنهم الأصلية. وتمثل هذه الجالية أكثر من 20 مليون نسمة من النازحين المسلمين إلى الهند.

المنطقة. وأكد سكان محليون تراكم الجثث المحترقة داخل المباني وقت الاعتداءات وبسبب فرض حصار بعد الحرق. وبيث وسائل الإعلام صوراً لتعرض مسجد الحي للحرق الكامل بواسطة أسطوانات غاز، بينما لم يتعرض المعبد الهندوسي لأي أذى.

وتقطن الطبقة العاملة حي شيف فيهار، وهو عبارة عن متاهة من الطرق الضيقة الواقعة بجوار مصرف لمياه المجاري بطول 4 كلم من الجهتين الجنوبية والشرقية على طول نفس المصرف.

طريق فاصل

ويفصل بين المنطقتين ذات الأغلبية الهندوسية والمسلمة طريق، وطالما تعايشت الطائفتان بسلام لعقود. لكن كل ذلك تغير الآن بعد سيطرة الحزب الحاكم بزعماء رئيس الوزراء ناريندرا مودي. وأشارت تقارير إلى تعرض النساء النازحات لتحرش جنسي لفظي والإشارة إليهن بإهزاءات جنسية مشينة لدى فرارهن من الحي، حسب رواية بعضهم للجزيرة نت.

وتواجه شرطة نيودلهي كثيراً من الاتهامات بالتغاضي عن المتطرفين الهندوس لما حدث للمسلمين من اعتداءات وانتهكات لأرواحهم وممتلكاتهم.

كما تتهم بالتواطؤ لتسهيل دخول المتطرفين الهندوس إلى أحياء المسلمين ومنعهم من الوصول إلى تلك المناطق والبحث عن ذويهم.

يقول رشيد -وهو أحد من فروا من حي شيف فيهار الذي عاش لفترة طويلة في الجانب الهندوسي منه- إنه فقد متجره بالكامل بين حرق ونهب، مضيفاً «لقد كان المتجر مستهدفاً بشكل ممنهج.. هربت مع جميع العائلات المسلمة من شيف فيهار، وما نحن نعيش في المناطق المجاورة».

ويتابع أن الحرق مخطط ومتقن من قبل الهندوس المتطرفين الداعين للحزب الحاكم في الهند، فقد وضع الهندوس من سكان منطقة شيف فيهار وقيل بداية أعمال الشغب، أعلامهم البرتقالية المميزة أو كلمات وعبارات هندوسية على بيوتهم ومحلاتهم، كي لا يتم استهدافها بالخطأ خلال الحملة.

مدينة أشباح

وتحول حي المسلمين في شيف فيهار إلى مدينة أشباح بعد الحصار المفروض عليه من شرطة العاصمة، حسب تصريحات عدد من الصحفيين الأجانب الذين زاروا الحي. ويأتي هذا الحصار لإخفاء الأضرار الجسيمة التي تعرض لها حي المسلمين في



NOW OPEN

My Clinic

Primary Care / Internal Medicine



نعالج الأمراض الحادة والمزمنة مثل:
التهابات الحلق والجهاز التنفسي - أمراض المعدة والباطنية والسكر -
أمراض القلب والكليستول - أمراض الكلى والمسالك البولية - أمراض
المفاصل والعظام - جميع أنواع اللقاحات والفحوصات

مرحباً بكم ... العيادة تقدم:
نقبل معظم أنواع التأمين - مساعدة من ليس لديه تأمين صحي
متابعة متواصلة لحالتكم الصحية - تنسيق شامل مع المختصين
زيارة بموعد او بدون موعد مسبق - مراجعة الأدوية مجاناً
إهتمام شخصي وتواصل مستمر

Bilal Abdulla, NP-C • Hassan Abou-Rass, MD • Shukri Ashaweh, NP-BC

Adult And Geriatric Medicine * Chronic
Disease Management * Annual Physical Exams
* Immunizations & Health Screening *
Lifestyle Promotion

زمن الانتظار اقل من ٣٠ دقيقة

Less Than 30 Minutes Wait Time

(313) 982-7811

مقابل مسجد
السلام
بجوار صيدلية
الحياة

Appointments & Walk-ins Welcome
Weekday & Saturday Hours
We Accept Most Insurance Plans

HOURS: MON-SAT: 9AM-5PM

نفتح من الاثنين الى السبت، الساعة ٩ صباحاً الى ٥ مساءً

قريباً طبيببة خاصة بالسيدات

4025 Maple St. Suite B * Dearborn, MI 48126
Email: info@myclinicmi.com



LIFE PHARMACY
GREAT CARE & FAST SERVICE

صيدلية الحياة

مقابل مسجد السلام
جوار عيادة My Clinic



FREE DELIVERY
FAST & FRIENDLY SERVICE
ALL INSURANCES ACCEPTED
Waleed Alghazali, RPh

Local
Postal Customer

PRSR STD
ECRWSS
U.S. POSTAGE
PAID
EDDM RETAIL

توصيل مجاني
رعاية مميزة
نقبل جميع التأمينات
خدمة سريعة

تحت إشراف الدكتور الصيدلاني

وليد الغزالي

1lifepharmacy@gmail.com

313-846-2000

Fax your
Scripts to **313-846-2221**

4025 Maple St Dearborn, MI 48126

قاعة الأفراح رويلتي مآنر



ROYALTY
MANOR

رويلتي مآنر...
ذكريات لا تنسى ابداً

القاعة تحتوي على ثلاث صالات
كل صالة لها مدخل منفصل

حفلات الزفاف - أعياد الميلاد - حفلات التخرج - حفلات الحناء - ولجميع
حفلاتكم وافراحكم وتعزياتكم



مجالس
عربية فاخرة

TRADITIONAL ARABIC
THEME HALL AVILABLE

استفسر عن
باقة حفلة الزفاف
كاملة

313-271-3571
7080 GARILING DR DEARBORN HTS MI 48127

اتصل الآن لعمل موعد
رويلتي مآنر
الدقة والثقة والجمال

f royaltymanorbanquet

WWW.ROYALTYMANOR.COM

royaltymanorbanquet

PURE TAX & IMMIGRATION SERVICES

الصفاء لخدمات الضرائب والمحاسبة

هل معك مشاكل مع State and IRS وتحتاج إلى المساعدة ؟
اتصل بنا ونحن بعون الله سنحل جميع مشاكلك معهم .
Do You Have Problems With IRS or State . Let us help you.



- Accounting- CPA
- Tax (Individual & Corporation)
- Payroll Services
- Reporting & Analysis
- Income/Expense
- Budget
- Forecast Support
- Feasibility Studies
- Business Consulting
- Immigration Services
- Translation Services

15350 N. Commerce Rd. Ste 101

Dearborn , MI 48120
بجانب مكتب البريد ، خلف بنك
DFCU

Tel:313.581.6605
Fax:313.483.1721

Amin Ali:
313-995-1754

www.puretaxone.com

The health benefits of fasting

It involves abstaining from eating, drinking, smoking and sexual relations from dawn to sunset, in the hopes that it will lead to greater "taqwa", or consciousness of God.

Muslims were commanded to fast during Ramadan more than 1,400 years ago, the ancient Greeks recommended fasting to heal the body, and today some scientists are advocating a modified fast for its mental and physical benefits.

Known as intermittent fasting, this modified fast comes in a number of forms that require not eating for 12, 16, or 24 hours at a time. Another form, known as the 5:2 fast, advocates calorie restriction (eating only between 500 and 600 calories) over a period of 36 hours, twice a week.

Eat Stop Eat, a book by Brad Pilon published in 2007, recommended abstaining from eating for 24 hours once or twice a week, giving individuals the freedom to decide when to start and end their fast.

In 2012, Michael Mosley released his TV documentary Eat, Fast and Live Longer and published his best-selling book The Fast Diet, both based on the 5:2 concept of intermittent fasting.

«This involves only eating within certain hours, similar to the form of fasting practised by Muslims during Ramadan.

«The proven benefits include improved sleep and evidence of reduced risk of some cancers, in particular, breast cancer.»

Benefits of fasting

Experts have also found that restricting food intake during the day can help prevent health problems such as high cholesterol, heart disease and obesity, as well as improve mental health and wellbeing.

By not consuming any food, our body is able to concentrate on removing toxins, as we give the digestive system a rest.

Nutritionist Claire Mahy told : "Fasting allows the gut to cleanse and strengthens its lining. It can also stimulate a process called autophagy, which is where cells self-cleanse and remove damaged and dangerous particles.»

Scientists have also been studying the link between diet, gut health and mental wellbeing and, as Mosley explained, fasting can lead to the release of BDNF (brain-derived neurotrophic factor) in the brain.

«This has been shown to protect brain cells and could reduce depression and anxiety, as well as the risk of developing dementia," Mosley added. Many people who have embraced fasting have also found that, done properly, it has helped them lose fat and gain lean muscle mass.

When not to fast

As with any diet or lifestyle change, there are risks to fasting as it is not suited to everyone.

Individuals with compromised health or those who are being followed by a physician for any health conditions should consult a doctor before trying it in order to be monitored for some of the side-effects.

«Fasting can lead to low blood glucose levels (BGL), which causes reduced concentration and increased fatigue," explained registered nutritionist Nazmin Islam.

Islam added that sustainable weight loss is only possible with regular fasting and that any weight loss during Ramadan could easily be reversed once an individual returns to their daily eating patterns.

«However, the benefits outweigh the cons. In the long run, fasting, if done correctly, can improve one's digestive system and overall metabolism.»



10 فوائد صحية للصيام خلال شهر رمضان سوف تفاجئك

خسارة الوزن

الصيام يحفز خسارة الوزن بسرعة. حيث يعمل الصيام على منع تخزين الدهون في الجسم.

8- الصيام يعزز العادات الغذائية الصحية

فقد لوحظ أن الصيام يساعد على خفض الشهية تجاه تناول الأطعمة الجاهزة. فبدلاً من ذلك، يحفز الصيام الرغبة في تناول الأطعمة الصحية، وخاصة الماء والفواكه.

9- الصيام يعزز الجهاز المناعي

فعند اتباع نظام غذائي متوازن بين فترات الصيام، فيساعد ذلك على تعزيز الجهاز المناعي، إزالة سموم الجسم وخفض تخزين الدهون. وعند تناول الفواكه للإفطار، فهذا يساعد على تعزيز المحتوى الغذائي للجسم من الفيتامينات والمعادن. أيضاً فيتامين A و E هي عناصر ممتازة لمضادات الأكسدة، وهي تساعد على تقوية جهاز المناعة أيضاً.

10- الصيام يساعد على التغلب على مشكلات الإدمان

فقد أكد بعض الباحثين أن الصيام يساعد على التغلب على مشكلات الإدمان للنيكوتين والكافيين وغيرها. وعلى الرغم من وجود بعض الأنظمة العلاجية التي تساعد على علاج حالات الإدمان، إلا أن الصيام له دور فعال في مثل تلك الحالات.

على الرغم من تلك الفوائد المتعددة، إلا أنه في بعض الحالات ينبغي استشارة الطبيب قبل الصيام كحالات الحمل، الرضاعة، وقرحة المعدة. فقد يتسبب الصيام في بعض الجفاف مما يؤدي لآلام الرأس أو الصداع النصفي.

على شفاء بعض الأمراض من الالتهابات والحساسية كالتهاب المفاصل، والصدفية.

4- الصيام يساعد على خفض مستويات السكر في الدم

حيث يعمل الصيام على زيادة تكسر الجلوكوز وإنتاج الطاقة للجسم، مما يعمل على خفض إنتاج الأنسولين. وهذا يساعد على راحة البنكرياس، كما يساعد على زيادة إنتاج الجلوكوجين لتسهيل عملية تكسر الجلوكوز. وبهذا يساعد الصيام على خفض مستويات السكر في الدم.

5- الصيام يساعد على زيادة حرق الدهون

حيث تكون الاستجابة الأولى للجسم أثناء الصيام هي تكسر الجلوكوز. مما يسهل تكسر الدهون لإنتاج الطاقة اللازمة للجسم، وخاصة الدهون المخزنة في الكليتين والعضلات.

6- الصيام مفيد لمرضى ارتفاع ضغط الدم

الصيام هو أحد العلاجات الطبيعية لخفض مستويات ضغط الدم، حيث يساعد على خفض مخاطر الإصابة بتصلب الشرايين.

في أثناء الصيام يتم حرق الدهون وتكسير الجلوكوز لإنتاج الطاقة اللازمة للجسم. كما تنخفض معدلات التمثيل الغذائي، تنخفض معدلات الهرمونات كالأدرينالين، مما يساعد على خفض مستويات ضغط الدم.

7- الصيام يحفز

الصيام خلال شهر رمضان هو أحد أركان الإسلام الذي فرضه الله عز وجل على المسلمين خلال الشهر الكريم.

لكن على الرغم من ذلك، فيجهل العديد من الأشخاص الفوائد الصحية المذهلة للصيام، فالصيام ممارسة صحية فعالة، إن تم تطبيقها بالشكل الصحيح. فالصيام يساعد على التخلص من السموم خارج الجسم، ويقلل من نسبة السكريات في الدم، كما يعمل على خفض تخزين الدهون. وبالإضافة إلى ذلك، فيعزز الصيام العادات الغذائية الصحية، كما يعمل على تقوية جهاز المناعة. وإليك أهم 10 فوائد صحية يمكنك الاستفادة منها أثناء الصيام.

1- الصيام يعزز إزالة السموم

فالطعام المصنوع مسبقاً تحتوي على العديد من المواد الحافظة والإضافات. تلك الإضافات تتحول إلى سموم داخل الجسم. العديد من تلك السموم يتم تخزينها داخل دهون الجسم، وأثناء الصيام يتم حرق تلك الدهون، خاصة عند الصيام لمدة أطول. فيساعد ذلك على التخلص من السموم من خلال الكبد والكلى وباقي أعضاء الجسم المسؤولة عن التخلص من السموم.

2- الصيام يعمل على راحة الجهاز الهضمي

أثناء الصيام، يحظى الجهاز الهضمي بفترة من الراحة. فتستمر الوظائف الفسيولوجية الطبيعية وخاصة إفراز العصارات الهضمية، لكن مع معدل أقل. وتلك الممارسات تساعد على الحفاظ على توازن سوائل الجسم. هضم الطعام يحدث أيضاً بمعدلات ثابتة، مما يعمل على إنتاج الطاقة بمعدلات تدريجية. ومع ذلك، فالصيام لا يمنع إفراز الأحماض المعدية، لذلك، ينصح المرضى الذين يعانون من قرحة المعدة بالحذر عند الصيام.

3- الصيام يساعد على علاج الالتهابات

بعض الدراسات قد أكدت أن الصيام يساعد





PURE HANDS
Yemen Relief

**AS YEMEN GOES
THROUGH
ITS WORSE
—
CAN WE
BRING HOPE
TO ITS
PEOPLE?**

DONATE NOW

www.purehands.org

info@purehands.org



1-800-425-1647



@PUREHANDS2

الشاعرة اليمنية الأمريكية ثريا المنتصر تفوز بجائزة والت ويتمان الشعرية

فازت الشاعرة اليمنية الأمريكية ثريا المنتصر بجائزة والت ويتمان لأفضل كتاب. يخرج فيلم المنتصر "The Wild Fox of Yemen" في أبريل 2021. الجائزة التي قدمتها أكاديمية الشعراء الأمريكيين، تشمل الجائزة إقامة لمدة ستة أسابيع في أومبريا، إيطاليا، و 5000 دولار. بالإضافة إلى ذلك، ستقوم الأكاديمية بشراء مئات النسخ من كتابها وتوزيعها على الأعضاء. وقالت قاضية الجائزة هاربيت مولين في بيان "روح ويتمان تعيش في هذه القصائد التي تغني وتحتفل بجسد متمرد نابض بالحياة بكل تشابكاته الجسدية والروحية". تأسست جائزة ويتمان في عام 1975 من أجل دعم الشعراء الناشئين. ومن بين الفائزين السابقين جيني شيه وجودي جوردان وكريس لويلين.



Yemeni-American poet Thra Almontaser wins Walt Whitman Award

The Yemeni-American poet Thra Almontaser has won the Walt Whitman Award for best first book. Almontaser's "The Wild Fox of Yemen" comes out in April 2021.

Presented by the Academy of American Poets, the award includes a six-week residency in Umbria, Italy, and \$5,000. In addition, the academy will purchase hundreds of copies of her book and distribute them to members.

"The spirit of Whitman lives in these poems that sing and celebrate a vibrant, rebellious body with all its physical and spiritual entanglements," award judge Harryette Mullen said in a statement.

The Whitman award was established in 1975 to champion emerging poets. Previous winners include Jenny Xie, Judy Jordan and Chris Lewellyn.



الأدب العجائبي والمخترق العربي.. لماذا ذهبت ريادة «الخارق المتخيل» للغرب؟

وبخلاف مقامات الهذاني، لا يمكن تجاهل كتاب «ألف ليلة وليلة» - واسمه العربي القديم «أسرار الليالي للمغرب مما يتضمن الفكاهة ويورث الطرب» - والذي مرّ عليه تودوروف نفسه بكثير من الإعجاب، وأثر في خرائط الكتابة في العالم، ولا يُمكن كذلك إغفال إبداعات كثيرة تراكمت على هذا النمط التخيلي الواسع. وتشتمل حكايات الكتاب - التي تم استخلاص كثير منها من أساطير فارسية أو بابلية - على قصص، مثل: «علاء الدين والمصباح السحري»، و«علي بابا والأربعون لصاً»، و«رحلات السنديباد البحري السابع» حتى في الشعر العربي القديم وجد تخيل عالي المستوى وكتابة عجائبية لا يُمكن تجاهلها، وكذلك في الحكايات التي مزجت بين الواقعي والمخترق والساحر واستخدم الأفتنة، كما في كتابات الجاحظ على سبيل المثال، وكثير من الأدباء الذين توجد مخطوطاتهم في أماكن بعيدة ومجهولة.

الرواية

وربط تودوروف، وغيره الفانتازيا بفن الرواية، بشكل أوسع من الحكاية، ولا يزال كثير من النقاد العرب يعتبرون الرواية العربية الأولى في هذا الفن الأدبي هي «حسن العواقب» للروائية اللبنانية زينب فواز التي صدرت عام 1899، بينما يغفلون - على سبيل المثال - رواية «حي بن يقظان» لابن طفيل (494-581 للهجرة/ 1100-1185 للميلاد)، والتي تحوي الكثير من التخيل والداوقية. ورغم أن هناك الكثير من المخطوطات التي ما زالت غير مُحققة، لكنها قد لا تميل بالريادة إلى الجانب العربي، خاصة مع البطء الشديد في العمل النقدي العربي لمناظرة نظرائه من الغربيين، والذين يُقَرّون بالتأثير الكبير للكتب العربية الإسلامية، ولكنهم يعتبرون كل مدارس الكتابة من ريادةهم. إن التراث العربي، كما يقول كمال أبو ديب، فيه الكثير من جوهر «التجاوز والجموح وكسر المألوف والمحدود والمنطقي والتاريخي والواقعي»، مما يجعله أولى بنسبة هذه الكتابة الأدبية العجائبية والغرائبية إليه لا لغيره. إن تحقيق مخطوطة ما لا يعني نشرها فحسب، بل يعني كذلك تغييرات في الآراء النقدية والمسلمات النقدية غير المحققة، ومنها كذلك ريادة الكتابة في هذا المجال.

«الفانتاستيك» أو الإبداع التخيلي

أطلق الفيلسوف الفرنسي البلغاري ترفيتان تودوروف (1939-2017) مصطلح الفانتاستيك على الإبداع التخيلي، و«نسب ظهوره عشوائياً إلى القرن الثامن عشر في أوروبا»، كما يقول الناقد السوري كمال أبو ديب الذي يرى أن الوقت قد حان لدراسة التراث العربي العظيم في هذا التصنيف الأدبي. ويرى أبو ديب أن نصوصاً عربية - مثل كتاب العظمة، ومقامات الوهزاني، وألف ليلة وليلة، والحكايات العجيبة والنوادر الغربية، (ربما يقصد بها الحكايات العجيبة والأخبار الغربية، تحقيق هانس فير)، والسير البدوية من مثل سيرة الهلاليين وسيف بن ذي يزن، لبين كنوز الكتابة الفاتنة في العالم، بمثابة درر يندر نظيرها في فضاء الإبداع التخيلي الجموح». ويتابع أبو ديب بأن الأوان قد ان لدراسة هذا التراث العظيم بما يستحقه من جهد وعلم ووقت.

المفتريات والتجاهل

يلفت أبو ديب النظر لمصطلح «المفتريات» الذي أطلقه الأديب الكبير بديع الزمان الهمداني، كإحدى تقنيات السرد في المخترق العربي. وقدم الهمداني (358-395 للهجرة/ 969-1007 للميلاد) مخترع فن المقامة، إلى «الأدب العربي الكلاسيكي أول عمل خيالي روي على أسنة الناس وليس على أسنة الحيوانات»، على حد قول الباحثة اللبنانية الأمريكية وداود القاضي. استخدم الهمداني الشعر والنثر، بأنواعهما البلاغية، وكذلك السخرية في كثير من الأحيان، لوصف مغامرات بطله المتسول أبي الفتح الإسكندري.



عارف حمزة- هامبورغ في النقد الغربي شاع استعمال مصطلح «عجائبي» و«فانتازي» لوصف الحكايات التي تحمل العجب والدهشة والخيال الخارق وغير الواقعي. وفي السياق العربي يطرح العديد من الكتاب والأدباء والنقاد العرب سؤال مبرر إلحاق ريادة الأدب الفانتازي أو العجائبي بالغرب، ولماذا تمّ تجهيل العرب في هذا السياق؟ فهل يوجد في السرد العربي ما هو سباق على السرد الغربي في ذلك؟ هل يعود هذا التقصير إلى الدارسين والنقاد العرب أنفسهم؟ أم إلى محقق المخطوطات التي بقي الكثير منها في المتاحف الغربية؟ أم يعود ذلك إلى تقصير حكومات الدول العربية في دعم البحوث والدراسات؟ ربما كل واحد من هذه الأسئلة بحاجة لمبحث خاص، لكن هناك سؤالاً يدور دائماً ضمن فضاء «المؤامرة»، وهو: هل ساهم الغرب الاستعماري في منع العرب من تلك الريادة، من ضمن عملها الدؤوب في نهب ونقل وإخفاء الكثير من المخطوطات؟

مخطوطات للفرجة

اشتغل العديد من النقاد في هذا السياق، ولم يكن آخرهم الناقد السوري كمال أبو ديب الذي حقق مؤخرًا «كتاب العظمة» للمؤرخ القديم أبو الشيخ الأصبهاني (توفي في 369 للهجرة/ 979 للميلاد)، وضمنه أبو ديب في كتابه «الأدب العجائبي والعالم الغرائبي». ويرتبط استكشاف أسبقية العرب في الأدب العجائبي بالبحث في المخطوطات القديمة، فهناك كمية هائلة من المخطوطات العربية التي لم تتم دراستها، وبينها أكثر من سبعمئة ألف مخطوطة عربية وإسلامية موزعة بين تركيا (250 ألف مخطوطة) وإيران (200 ألف مخطوطة) والهند (55 ألف مخطوطة) وألمانيا (40 ألف مخطوطة) وبريطانيا (15 ألف مخطوطة) وفرنسا (أكثر من 7 آلاف مخطوطة وورقة) وإسبانيا (10 آلاف مخطوطة) وأمريكا (24 ألف مخطوطة) و«إسرائيل» (30 ألف كتاب ومخطوطة).

هذا فضلاً عما هو مجهول من المخطوطات، وما احترق منها وأتلف خلال الحروب الكثيرة التي دمرت مدناً بأكملها، والتي جعلت أنهاراً كثيرة تجري بلون الدم تارة، وبلون الحبر تارة أخرى.

«إغاثة الأمة» للمقريزي والخلفيات السياسية للأوبئة

إبراهيم العريس / باحث وكتّاب

من المؤكد أن الظروف الكارثية التي يعيشها العالم من أقصاه إلى أذنه جراء انتشار وباء كورونا الذي يوصف بأنه «متجدد»، وأهمية النتائج التي يسفر عنها هذا الانتشار بقتله الألوف وسجنه الملايين في بيوتهم، وإثارته هلعاً أممياً، هذه الظروف تعيدنا إلى واحد من كتبنا التراثية، هو بالتحديد كتاب يحمل جوهره في عنوانه «إغاثة الأمة بكشف الغمة».

والحقيقة أنه لئن كانت الأهمية القصوى للكتاب تبدو في الظروف العادية مفاجئة في بُعدها العلمي السباق على كل بحث في مادية التاريخ، وكذلك في اهتمامه بتفاصيل عادية الحياة أكثر بكثير مما في التاريخ من قيام دول وغزوات وممالك وتغيرات سياسية كبرى، على منوال ما سوف تفحص فيه مدارس أكثر حداثة بكثير، لعل أهمها مدرسة «الحواليات» الفرنسية في القرن العشرين، فإنها تبدو لنا هنا حديثة بشكل لا بد من العودة إليه في ظل الظروف الراهنة.

كوارث مصر

فالكتاب وكما سوف نرى بعد سطور يتناول كوارث حدثت تحديداً في مصر، ليس لكي يكتفي بوصفها، بل أكثر من هذا، كي يغوص في تحديد أسبابها. وهي بالنسبة إليه أسباب سياسية ومادية واقتصادية وأخلاقية، حتى وإن كان لا يفوته، وهو المؤمن الورع، أن يحذو حذو رجال الدين في التركيز على أسباب غيبية يربطها على أي حال بالأسباب الأخلاقية.

ولعل علينا أن نلاحظ أن كثيراً من المفكرين الدينيين ومن مختلف الملل والمذاهب يتعللون اليوم، ولمناسبة انتشار كورونا وفظاعته، بابتعاد الناس عن الدين كسبب للفاجعة الكونية، ناصحين بالعودة إلى شعائر وطقوس إيمانية لعلها تبعد شبحه عنا. وليس هذا هو موضوعنا على أي حال في مجالنا هنا، بل الموضوع هو الكيفية التي تناول بها مفكر من تاريخنا التراثي المسألة دون أن يسعى إلى أي مجابهة مع الإيمان؛ لأنه وكما يقول لنا بنفسه، يفضل أن يخوض في ذلك السياق معركة أخرى، علمية طبعاً ولكن سياسية أيضاً، وبلغت تكاد تنتمي إلى أيامنا هذه كما سوف نرى. ومن تحدث عنه هنا ليس على أي حال عالماً جاء من أي مكان، بل من مدرسة ابن خلدون الذي عاصر آخر سنواته في مصر، وأخذ عنه وتأثر به إلى حد كبير. بل إلى حد يجعل الكثير من كتب المقريزي أشبه بتطبيق حي لما جاء في «المقدمة» من ربط الأمور بأسبابها وإرجاع العلل إلى معلولات مادية وتاريخية وجغرافية، وجعل الاقتصاد ونشوء الدول وزوالها

ومفاهيم مثل العصبية جزءاً من كتابة التاريخ، وذلك حتى بشكل أكثر وعياً بدروس «المقدمة» من ابن خلدون نفسه، الذي نعرف أنه حين كتب «العبر» في أجزاءه العديدة بعد «المقدمة»، لم يتمسك بنظرياته فجاء تاريخه شبيهاً بالتواريخ التي كان انتقدها لعاديته وتفاهتها في مقدمة «مقدمته». المهتم أن المقريزي حمل لواء التاريخ الاجتماعي العلمي عن معلمه.

عن النقود والسياسة والطبقات الوسطى

وإذا كان المقريزي وضع في حياته التي تجاوزت الثمانين عاماً عدداً كبيراً من المؤلفات، بين كتب ضخمة ودراسات موجزة يظل كتابه «المواعظ والاعتبار بذكر الخطط والآثار»، الذي اشتهر باسمه المختصر «خطط المقريزي» أبرز تلك المؤلفات، غير أن كتابه الآخر الذي نجدنا متوقفين عنده هنا ضئيل في عدد صفحاته، والأهم من هذا ما يبدو واضحاً لمن يقرأه، أن مؤلفه قد وضعه دفعة واحدة، وأنه رغم ما فيه من إسهاب وخروج عن الموضوع في بعض صفحاته، كتاب تأسيسية، فريد من نوعه في ذلك الزمن.

إذاً تنبع أهمية «إغاثة الأمة بكشف الغمة»، بالتحديد، من موضوعاته الأساسية كما تنبع من تجرؤ المقريزي على الدنو منها، وسط الظرف الاستثنائي الذي شكلته مرحلة تأليف الكتاب. فالواقع أن المؤلف وضع كتابه في خضم كارثة مجاعة وأوبئة حلت بمصر عند بدايات القرن التاسع الهجري (الخامس عشر الميلادي).

وتقول الحكاية إن المقريزي نفسه كان فقد ابنته الشابة في تلك الكارثة، ما أثر فيه بشكل مضاعف، وجعله كما يبدو، وكما فعل أستاذه ابن خلدون حين دفعته كارثة أودت بعائلته، إلى اعتزال الناس وتأليف «المقدمة». يكتب على وضع «إغاثة الأمة» وفيه بالتحديد، تحليل للكارثة وأزمته. ولكن أيضاً فيه عرض لأسبابها وطرق معالجتها. وكان ذلك هو الشيء الجديد، لأن المقريزي، وبشكل لم يكن معهوداً ومنتشراً حينها، لم يعتمد نظرية القدر في كلامه على كارثة تقضي على البشر واقتصادهم، ولم يدع إلى الصلاة وطلب

التوبة رداً عليها، بل تجاوز ذلك ليقول إن «لكارثة قوانينها المادية». و«طالما أن لها تلك القوانين، يصبح من الطبيعي أن يكون ممكناً إزالتها». فإزالة الأسباب تمكن من إزالة النتائج. ولنا أن نتصور كم كان مثل هذا الكلام خروجاً عن السياق في ذلك الحين (وإلى الآن). وللتدليل على كلامه راح المقريزي يستعرض في النصف الأول من كتابه تاريخ الكوارث والمجاعات والأوبئة التي حلت بمصر منذ «فجر التاريخ» حتى حلول المجاعة الجديدة ووضعه الكتاب.

دور للمناخ أيضاً

وهكذا بعدما يفضل المقريزي ما وقع من مجاعات، يصل إلى القسم الثاني والأهم من الكتاب معنوناً إياه، «فصل في بيان الأسباب التي نشأت عنها هذه المحن التي نحن فيها حتى استمرت طول هذه الأزمان التي دفعنا إليها». وهو لا يفوته أن يحدد منذ البداية أن «البلاء الذي حل بالخلق منذ كانت الخليقة إنما يحدث من آفات تتعلق بالظروف الطبيعية السماوية في غالب الأمر: كقصور جري ماء النيل في مصر وعدم نزول المطر، أو آفة تصيب الغلال، وهذه عادة الله تعالى في الخلق، إذا خالفوا أمره وأتوا محارمه، أن يصيبهم ويربح ضميره الديني، ينصرف إلى موضوعه الرئيس، الذي يهيم هنا، وهو الأسباب المادية البحتة، موضحاً كيف خف ماء النيل فتعطلت الزراعة وارتفعت الأسعار، ثم «تفاقم الأمر وحل الخطب وعظم الرزق».

ويصل هنا المقريزي إلى لب الموضوع حيث يقول إن لذلك كله ثلاثة أسباب، لا رابع لها، «الأول، وهو أصل هذا الفساد، ولاية الخطط السلطانية والمناصب الدينية بالرشوة»، (ثم يورد أمثلة حية على ذلك)، و«الثاني: غلاء الألبان»، بعد أن تصدى «قوم على الأراضي الجارية في إقطاعات الأمراء، وجلبوا عمالاً أثقلوا لهم الأجر، وزادت الأسعار»، ما جعل الإقليم «يشرف على البوار والدمار». وأما السبب الثالث، الذي كان نتيجة طبيعية لذلك كله، فهو «رواج الفلوس»، أي ما يسمى في لغة أيامنا هذه الاقتصادية: التضخم

النقدي. وإن يؤكد المقريزي هذا الأمر الذي يعتبر تجديداً أساسياً، يتوقف قليلاً ليحكى تاريخ ضرب النقود، موضحاً في هذا الشأن نظريات مفاجئة، وأصلاً إلى الحديث عن «غش الدراهم» ودوره في إشاعة التضخم وبالتالي فقدان الفلوس لقيمتها. وإن يوضح المقريزي هذا، في تفاصيله، يتوقف عند تاريخ النقود في مصر، وينتقل في ذلك إلى ذكر أصناف الناس وأقسامهم، تبعاً لعلاقتهم بالاقتصاد، فيقسمهم سبع فئات (طبقات) تبدأ بأهل الدولة لتصل إلى «ذوي الحاجة والمسكنة»، فيما يعتبر أول حديث عن تقسيم طبقي، واقعي لا نظري، في التاريخ الاجتماعي الإسلامي، خصوصاً أن المقريزي يروح مفصلاً بعد ذلك دور كل من هذه الطبقات، لا سيما خلال الكوارث والمجاعات.

أما في القسم الثالث والأخير من كتابه، فإن المقريزي يورد الدواء بعدما تحدث عن الداء، وكما أن الداء بالنسبة إليه مادي له علاقة بتكيبية المجتمع، كذلك فإن الدواء مادي، وسياسي في شكل أكثر تحديداً، خصوصاً أن ما نسميه اليوم بالطبقة الوسطى (الفاعلة) هي مفتاح ذلك كله. ومن أهم دروب المعالجة «تصحيح وضعيّة النقد وإعادته إلى الذهب والفضة والحد من إغراق السوق بالنقد الذي لا قيمة له، الذي ينشأ التضخم عنه». ويبدو من الواضح جِدّة هذا الحل وغرابته في ذلك الزمن على الأقل.

وتقي الدين، أحمد بن علي، المقريزي ولد في القاهرة (766هـ-1365م)، التي نشأ ومات فيها عام (845هـ-1411م)، وهو أصله من بعلبك في بلاد الشام، من حارة كانت تدعى المقارزة، لكنه انتسب دائماً إلى مصر ووضع عنها أفضل كتبه. وهو في القاهرة اتبع خطى أسرته التي عُرفت بالعلم والفقه والاشتغال بهما بين دمشق وبعلبك والقاهرة، ودرس دراسة تقليدية فيها انكباب على علوم الدين والقرآن والنحو والحديث. ومن الواضح أن تعرّفه إلى ابن خلدون وتتلّمذه عليه، حين عاش الأخير في مصر، وجهها المقريزي إلى دراسة المجتمع والاقتصاد والعمران، خصوصاً أن زمنه امتلأ بالحوادث الكبيرة التي كانت تستدعي تأملاً استثنائياً.

«كورونا» يقتل الروائي لويس سيولفيدا

غيب الموت الروائي التشيلي لويس سيولفيدا عن 70 عاماً بعد إصابته بفيروس «كورونا». وأصيب صاحب «العجوز الذي كان يقرأ الروايات الغرامية» بالفيروس بعد عودته من مهرجان «كورينتنس ديسكريتاس» الأدبي في البرتغال. وظهرت على الراحل أعراض الإصابة بعد يومين من رجوعه إلى بيته في إسبانيا في 25 شباط/فبراير، حيث أدخل إلى المستشفى.

واشتهر سيولفيدا بمواقفه الاشتراكية حيث تم سجنه في عهد بيتوشيه، وكان أحد الكتاب والناشطين والمثقفين اليساريين ممن تم استهدافهم من قبل السلطات حينذاك. وسجن سيولفيدا عام 1973 بتهمة الخيانة وقضى عامين ونصف العام في السجن، إلى حين إطلاق سراحه بعد ضغوط، حيث عاش مختبئاً في تشيلي لمدة عام قبل أن يقبض عليه ويرسل إلى المنفى.

هيثم أبو زيد

لا يحتاج من يرصد حركة النقد الموسيقي والغنائي في صحفنا العربية عناء كبيراً ليدرك أن «المفقود» يحظى بالاهتمام الأكبر، وأن الحديث عن «الفرص الضائعة» يأخذ الأولوية في الكتابة والنشر.. وأن سؤالاً يقول: لماذا لم يلحن، أو لماذا لم يغن، مُقدّم في القبول والحفاوة على سؤال يقول: ماذا لحن أو كيف بنى اللحن؟ أو ما هي القيمة المضافة التي اشتمل عليها اللحن؟ وعلى طريقة «إسراف هنا وتقتير هناك»، جاءت الحفاوة المندوبة بـ«المفقود»، على حساب الاهتمام الواجب بـ«الموجود».

لعل الموسيقار محمد القصبجي هو المثال الصارخ الواضح الذي تستبين به حالة الاختلال في طريقة تناول الصحف ودور النشر للشأن الموسيقي والغنائي، فعبر نصف قرن أو يزيد، نُشرت مئات المقالات والموضوعات الصحافية، التي تبحث في أسباب توقف القصبجي عن تلحين أعمال كبيرة بعد «رق السحاب» ثم توقفه بصورة شبيهة كاملة أو أواخر الأربعينيات عن إنتاج أي ألحان جديدة لأم كلثوم أو غيرها. وقد غلب على هذه الجهود الكبيرة طابع الرأي الشخصي، والترجيح بلا مرجح، والتحليل الذي لا يمكن أن يقطع بقول. بينما لم يحظ منتج القصبجي الفعلي من الألحان بمعشار هذه الجهود التحليلية والموضوعات الصحافية. تُفضل الصحف الفنية، والأقسام الموسيقية في الجرائد والمجلات، وكذلك أكثر دور النشر، موضوعات ذات عناوين جذابة للقارئ العادي، وعند الحديث عن القصبجي، تنتقد الموضوعات التي تتكلم عن «الموسيقي العاشق» أو «العبقري المظلوم» أو الموسيقار الكبير قبل أن يجلس عوداً خلف أم كلثوم، أو لماذا لم تقدر سيدة الغناء مشاعره وأحاسيسه، مع السؤال الأكبر المستمر صحافياً بلا انقطاع: لماذا توقفت أم كلثوم عن الغناء من ألبانها؟ وهل كان هذا التوقف قرارها، أم أن قريحة «قصب» الموسيقية نصبت وأذن لقه الموسيقي بالغروب؟ وكل هذا يقدم لجمهور أكثره لا يعرف كثيراً من ألحان القصبجي، وربما يتورط في هذا النوع من زوايا الكتابة من لم يسمع معظم الألحان المتاحة للرجل، ولو مرة واحدة في حياته. ليس منطقياً أن يزعم أحدهم حبه وتقديره للقصبجي، ثم يهمل ما لحن، انشغالاً بما لم يلحن.

وأيضاً، يمكن أن نرصد معالم الانشغال بالمفقود، فيما كُتب خلال عقود عن الخلاف بين أم كلثوم وزكريا أحمد، وعن أسباب هذا الخلاف، وحجم مسؤولية أطرافه. وبالطبع، فإن كل هذه الموضوعات لا تخلو من إعلان الحسرات والتعبير عن الأسف للخسارة الكبيرة المتمثلة في توقف التعاون بين أم كلثوم وزكريا لنحو 11 عاماً. ماذا لو لم يقع هذا الخلاف

فكر ونى

الإعلام، ولتأخذ محاولات الإجابة عنها كثيراً من الجهد والوقت وكذ الأذهان.

لا ريب أن ظاهرة الاهتمام الكبير والدائم بـ«المفقود» الموسيقي والغنائي ما زالت تفتقر إلى الرصد ولفت الانتباه، وأيضاً هي بحاجة إلى جهود لتفسيرها وفهم مبرراتها والإحاطة بأسبابها. لكن النظر الأولي لأعراضها، يؤكد أن الاهتمام بالمفقود يرتبط عكسياً بمستوى إدراك الموجود، وأن البحث في الأسئلة الافتراضية يزيد كلما نقصت معرفة الباحث بما عن يمينه وعن يساره من ألحان وغناء وعزف وإنشاد موثق بالتسجيل الصوتي أو المرئي.

يدخل في باب الاهتمام الزائد بـ«المفقود»، ذلك الجهد الكبير الذي يبذل لبحث سباقات ميلاد عمل موسيقي أو غنائي ما، والمبالغة في تتبع خلفياته، ومن الأمثلة الصارخة ما تمتلئ به الصحف عن أشهر أغنيات عيد الأم «ست الحبايب»، أو ظروف أول تعاون بين أم كلثوم وبلبل حمدي «حب إيه»، أو عن أسباب غناء عبد الوهاب «قالوا لي هان الود عليك»؛ حيث نجد أن الحديث عن سياق العمل أكبر وأوسع من الحديث عن العمل نفسه.

من المهم هنا أن نتذكر أغنية «أنت عمري»، فإن لم يكن كل ما كتب عنها، فعلى الأقل 98% منه يتناول الحدث المهم بالتقاء صوت أم كلثوم مع ألحان محمد عبد الوهاب، واستماع الجماهير العربية إلى عمل يشترك فيه قطبا الغناء الأعظم، ليجد القارئ طوفاناً من المقالات والموضوعات الصحافية المتكررة عبر العقود، تتحدث عن ظروف ميلاد الأغنية، من دون قراءتها وتحليلها.

ونقع على أسئلة من قبيل: هل تدخل جمال عبد الناصر بين المطربة والملحن؟ ودور عازف الكمان أحمد الحفناوي، وصولاً إلى كواليس ليلة الحفل، وتعطل المرور في القاهرة، والغناء إذاعة دمشق نشرتها، وفرار عبد الوهاب من المسرح لأنه لم يحتمل الضغط العصبي. أما التحليل الهادئ الموضوعي الذي يستبين القارئ به القيمة الحقيقية للأغنية، ومدى ما أضافته إلى مسيرة أم كلثوم أو عبد الوهاب، فلا يكاد يظفر به أحد إلا بعد جهد ولاي.

تفتقد معظم الموضوعات الموسيقية والغنائية في صحفنا إذن إلى عملية نقدية متوازنة، يكون حديث السياق فيها بمقدار ما يلزم لفهم العمل الفني، وإلا انقلب حديثاً في غير الفن. وشغل القارئ بحكايات قد تكون صحيحة وقد تكون مسلية، لكنها تظل موضوعات واهية العلاقة بأي محاولة للتعريف الموسيقي، أو الإسهام في خلق وعي فني، بعدما أُمسى «المفقود الفني» مفهوماً مركزياً تدور حوله الأقاليم العربية.

المفقود في الغناء العربي..
أوهام النقد الموسيقي

الحقيقي بتلاوات الشيخ محمد رفعت التي بثتها الإذاعة ولم تسجلها، أو تلك التي سجلت وتلفت أسطواناتها، أو ضاعت.

والنوع الثاني، «الافتراضي»، هو ذلك الذي لم ينتج أصلاً، وإنما هو مجرد تصورات وأمنيات ورغبات شخصية وأوهام تدور في الأذهان. هذا النوع ينتج أسئلته الخاصة: أين كان يصل إبداع القصبجي لو استمر في التلحين؟ ماذا كنا سنسمع من زكريا لو لم يقع الخلاف بينه وبين أم كلثوم؟ لم تأخر التعاون بين أم كلثوم وعبد الوهاب؟ وماذا لو أن موسيقار الأجيال قدم ألبانها للسيدة قبل 20 عاماً من «أنت عمري»؟ هل كانت تتغير ملامح مسيرة عبد الحليم حافظ لو غنى عدداً معتبراً من ألحان السنباطي؟ ولو أن فيروز غنت وأطلقت القصائد السنباطية الثلاث، كيف كان يؤثر ذلك على الثلث الأخير من رحلتها الفنية، وعلى علاقتها بالملحنين عموماً، وزيد رحباني على وجه الخصوص؟ ماذا لو حققت أم كلثوم أمنية فريد الأطرش بالتلحين لها؟ ما الذي كان ينتج هذا اللقاء الذي لم يتم؟ وهكذا، تتوالى هذه الأسئلة الافتراضية، لتتشغل مساحات واسعة في الصحف والبرامج التليفزيونية ومختلف منصات

أصلاً كم لحن بمستوى «هو صحيح» كان سيبدعه زكريا، وتشدو به الست؟ كيف كان الأمر لو أن هذه الفرصة الضائعة لم تضيع أصلاً؟ لكن أغلب من يسودون صفحات الصحف والمجلات بهذه الموضوعات يستعصمون بزهد كامل في إنتاج زكريا الضخم، وفي أكثر من 500 لحن مسرحي بديع مبهير معبر. بل أكثرهم -كما الحال مع القصبجي- لم يستمع إلى القائمة الكاملة لألحان زكريا لأم كلثوم، ولو لمرة واحدة.

يمكن أن نقسم «المفقود» الموسيقي والغنائي إلى قسمين أساسيين: حقيقي، وافتراضي. الأول يتمثل في أعمال تمت فعلاً، وألحان وضعت، وأغنيات أداها مطربون ومطربات، لكن هذه الأعمال لم تصلنا، إما لأنها لم تسجل من الأصل، أو سجلت وفقدت تسجيلاتها، مثل قصيدة «زهرة الربيع» يرى أم سادة نجيب» التي كتبها الشاعر محمد الأسمر، ولحنها زكريا أحمد، وشدت بها أم كلثوم في حفل افتتاح جامعة الدول العربية عام 1945، أو قصيدة «أراك عصي الدمع» التي لحنها زكريا أيضاً لأم كلثوم عام 1946، وتجمع المصادر على أنها من مقام السبكاه، لتختلف عن صيغة البياتي القديمة. وأيضاً يمكن أن نمثل للمفقود

أزمة الهوية الأدبية

برك القحيط

من أغرب غرائب الحالة الأدبية أن ترى من يهاجم فناً من فنون الأدب يركض بأقصى سرعته لينتحل صفة ذلك الفن.. كان «الهوية الأدبية» باتت مفقودة بعد الجهود المضنية التي يبذلها بعض أهل الأدب، والمهتمين به للخلاص من التبعات التي خلفها «زمن الفتر».

أزمة الهوية الأدبية مسألة خطيرة يجب التوقف عندها وبحثها ملياً، للوصول إلى نتائج تساهم في حلحلة هذا المشكل، عبر الفهم العميق لهذه الأزمة، وتقديم فرضيات الخروج من هذه الأزمة. تنوع المسميات والتوصيفات، ساهم بشكل رئيسي في ظهور أزمة الهوية الأدبية، ففي السابق كان يظهر عندنا مسمى Author كاصطلاح يطلق على الأديب، الذي أحاد وقدم عدة فنون أدبية، ولكن عند تقلص هذه الشخصيات الأدبية متعددة الفنون بات يبرز على السطح مسمى عالمي جديد ألا وهو «writer» ليشير بشكل مباشر لتقليص اختصاصات وفنون الأديب، إلى فن محدد يكتب به الكاتب، ولعل ذلك يكون مقدمة لتخلص الكاتب من التقنيات اللازمة لهذا الفن، تحت مسمى «التجديد» من وجهة نظره، بينما يرى بعض الباحثين بكل جرأة إن ذلك معول هدم أدبي، لكنه يوافق على المسمى كونه يحمي الأدب ويخرج هذه المحاولات الكتابية من الصبغة الأدبية.

وباستطراذ ذي صلة؛ نجد هذه الأيام بعض الكتاب، ممن تهيأت له الأدوات المادية للانتشار والبروز

الشخصي - غير الأدبي - يسعى جاهداً للحصول على لقب أديب عبر كتابة المقالات الصحافية عن شخصه، أو مزيد من تغريدات وسائل التواصل الاجتماعي المادحة لشخصه، لا لأعماله، وأحياناً نجد مدحاً لبعض أعماله، بدون تقييم فني ومناقشة تقنية لتلك الأعمال، يمارس ذلك عمداً وفق «نظرية التأييد»، حيث يحاول تأطير المجتمع الأدبي ليتقبله كأديب له وزنه الأدبي، وحين تدرك تلك الحفنة من الكتاب أنهم يصلحون دائماً بحاجز (النقد) فإن ضيق الأفق بوجههم نحو مهاجمة النقد والتهمين من شأنه، لكن المفارقة المضحكة، أن يسعى ذلك المهاجم لمداخنة النقد، بل وصف نفسه بالنقاد عبر جوقته المطبلة. تعرف أن كل ناقد أديب، ولكن ليس كل أديب ناقد، كما أننا ندرك أيضاً أن النقد هو أحد أعلى مستويات الأدب، وبالتالي يصبح مطمعاً جاهلياً لمن يسعى للألقاب الأدبية، كما أننا نعلم أن إقرار الصفة الأدبية يعني امتنانها أو انتحالها؛ فكما أنه لا يصح لفني التحليل في المستشفى أن يطلق على نفسه صفة (طبيب) رغم أنه يرتدي (الروب الأبيض) فلكل مهنته ومهمته ومسماه، فكذلك ينبغي للكاتب أو القاص مثلاً، أن لا يسمى نفسه ناقداً.

حين تكلف أدوات الجوقة إطلاق الألقاب، فإنك لا تحوزها، بل كل ما علمته هو أنك خسرت وأضعت جهودك، وشنت متابعيك وفقدت ثقة مرديك، وصيغت نفسك بصيغة «المحتال الأدبي» وهذه مسألة جديدة من مسائل الانتحال الأدبي.

وإذا كان لكل شيء أمانة، ولدعاء بيئة، فإن المشتغل بالأدب يظهر أدابه، والقاص ينشر قصصه، والروائي ينتج إبداعه الروائي، وكذلك الناقد يقدم أعماله النقدية بأي طريقة متاحة، ناهيك من شرط النقد دراسة ومدارسة، الفن عبر منهجية علمية واضحة، التي يفتقدها هؤلاء الحفنة ممن دخل الكتابة عبر موهبة ظننها في نفسه أو صدقة قادته، أو ربما وساطة من صديق أو قريب.

حين نقرأ لأحدهم مقالة ثم يقوم مؤيدون له بنشرها، وإعادة تدويرها بين الناس، فإن ذلك يعني الموافقة على ما جاء فيها، وبالتالي سيلفت انتباهنا كقراء

عاديين أو مختصين للاطلاع على ما جاء فيها، فإذا بنا نجد حاطب ليل يخلط بين النقد وفكرة القصة، فيجعلها قمة النقد الأدبي، وهو لا يتحدث عن «نقد» لحالة المجتمع، مستفيداً من كلمة (نقد) فحسب، ولكنه عنى (النقد الأدبي) المفهوم بتقنياته وفنانيته ونظرياته.

بريق الذهب يسحر ويذهب بالألباب كما أن خلط الأوراق في ذهاب وإياب يساهم في تدمير الوضوح والإبانة والإعراب، وهو ما يتطلب وقفة من حماة الأدب وحرافته وذائقته.





تقتلعين البهجة من مناقير العصافير الهابطة إليك



ملك عبد الله
شاعرة من عُمان

ومثل أي شيء آخر. يغادر الحب.
حاملاً الريح الهادئة وغباراً يعلو الصور المطوية على
بعضها
يحمل ضحكات وبكاءات وأصوات حزينة وخائفة
بعيداً إلى أن تمحي في المدى
ينقضي في أودية زالت.
ليس ثمة ذا معنى يمكن الابتهاال به.
سنمشي في الطريق من جديد بتؤدة وثقة
ويهرّب الهواء إلى أجوافنا مرة أخرى.
حيث لم تبق شجرة تنتفض
ولا حجر هادئ على صفحة الوادي
راكداً يركض في مكانه، يسابق الماء الذي لن يذهب أبعد
من ذلك.
أصداءً ضجرة تتداخل في بعضها لحب خلد.
لحب لم يتسن له حمل زاده
أشجاناً ملقاة تنتظر من يبدأ مجدداً بها أشعاره
الحرزاني الذين نال منهم الحب
أولئك من تطفو فوق جراهم أحلام رب خذلته إرادته.
ارتدتك مرات متتالية يا بحيرة عالقة بين الصخور
يا ظلاً مهجوراً منسباً
يا قدماً مسحوقه، يا دم الأرض الغريبة
يا حزن الحجر الذي تتمحورين حوله.
ارتدتك بعينين خفيضتين مثل مهاو لا تصلها الرياح
يا بكاء العشب أيتها البحيرة
البكاء الذي تأخر حتى لم يعد هنالك لا عشب ولا شجرة ولا جذع يمكن أن يدل إليك
يا شبحاً ساكناً تلهو فوقه أصوات ستحتفظين بها
أصوات ستنفذ خلالك وتبقى
ستحتفظين بها ولن يبحث عنها أحد
يا من تخترنين الزمن والغياب والحزن
أنت يا بحيرة مضيئة وحيدة وسط واد ترتقه الصخور.
كم من الأزمان زحفت به إلى هنا
إلى حيث تسقط عليك عينين هما كل ما خرج بهما رب لم نعد نحس بوجوده.
أنت يا جسداً يستلقي وتنساب من فوقه السماء
تقتلعين البهجة من مناقير العصافير الهابطة إليك
تلتحفين بأموالك المنداحة
وبقمر الليل المكتمل.
تجيبين من كل مكان
يا بحيرة هامة.



Simone Cibelio

EVEN COFFINS

Not from her destination, coffins,
On dirt roads, stunned and troubled, they transport them
Across fields and forests,
They are less tolerant now, loggers and peasants,
They even walk easy sand and gravel,
Forgotten, falling asleep deaf
It was removed from the body that embraces it
It is tears of love.
Even the honor for every saint is preserved,
They will not get,
Then the anxiety of human silence is diminished,
Desperate appeals fade to those who were their parents.

I got lost, and I missed the feeling of shelter coffins,
Eternal promises are blowing,
Connect and dissolve at all costs.
Coffins will not find shelter.

* Italian poet

كواليس العيب

يولد الإنسان
والأموال تحيطه
من كل جانب،
وأختام آلهة الطوائف
منقوشة على جبينه
تحركه أصابع الأسلاف
مثل لعبة «الماريونيت»
ماذا لو عكسنا لعبة القدر
كأن نقول إن الطفل
الذي زار الأرض «مات»
وأنة يولد صدقاً
حينما يخلع
كل أسمال الماضي
متحملاً ألم
رض العظام
وسلخ الجلد
غير مكترث
حينما تدق مسامير الوجود
في راحتيه،
ليصلب على خشبة النسيان؛
وتمتص براغيث التيه
دمه..



علي فائز
كاتب من العراق



لا توجد إجابات خاطئة في الفن التشكيلي.. أنت الناقد الوحيد

سارة عابدين

ما زال الفن التشكيلي أحد الألبان بالنسبة للعديد من الأشخاص، الذين يطرحون دائما أسئلة تدور حول كيفية فهم اللوحات، وماذا يعني الفنان بهذا الخط أو ذلك اللون، وما الإجابة الصحيحة لمعنى كل لوحة. من أهم أسرار الفن أنه لا توجد إجابة خاطئة عندما نتحدث عنه. وفي بعض الأحيان يمكن أن يبدو الفن صعبا أو معقدا على الجماهير، لكن يمكن تلخيص جوهر التعامل مع كل لوحة في سؤال واحد: «هل أعجبتك أم لا؟» رغم أن المتاحف وقاعات العرض غالبا تكون مجانية، فإن كثيرا من الناس يؤجلون الزيارات خوفا من عدم قدرتهم على فهم الفن أو التواصل معه، أو مخاوف من أن يكون الزوار الآخرون أكثر دراية منهم بمعنى أو مفهوم الفن، لكن هذا ليس صحيحا، لأن الجميع متساوون أمام العمل الفني، ولا توجد إجابات خاطئة.

تحديات فهم الفن

عندما نتحدث عن تحديات الفن يمكن أن نذكر قصة هانز كريستيان أندرسن «ملابس الإمبراطور الجديدة»؛ حيث يعد اثنان من النساجين ملابس شديدة الجمال للإمبراطور، لكنهما يخبرانه أن الملابس لا يمكن رؤيتها إلا من الأشخاص شديدي الذكاء، في حين تبدو غير مرئية للأشخاص الأغبياء، فيخشي الإمبراطور نفسه الاعتراف بأن الملابس غير مرئية بالنسبة له، ولا يجروا أحد من بلاطه أو رعاياه على الاعتراف بأن الملابس غير مرئية له حتى لا يوصم بالغباء.

Van Gogh painting stolen from Dutch museum during coronavirus lockdown

A painting by Vincent van Gogh was stolen in an overnight raid from a Dutch museum, museum officials announced.

The Singer Laren museum east of Amsterdam says "Parsonage Garden at Nuenen in Spring" by the Dutch painter was stolen in the early hours of Monday. The museum is currently closed as part of restrictions to slow the spread of the coronavirus pandemic. The theft of the painting was reported in a press conference on Monday afternoon. Evert van Os of the museum referred to the painting as the "Parsonage Garden at Nuenen in Spring." It is also known as "Spring Garden" and "Lentetuin, the Parsonage Garden in Spring."

Local media put the value of the painting at between €1 million and €6 million (\$1.1 million to \$6.6 million).

"I am shocked and incredibly pissed off," museum director Jan Rudolph de Lorm told Dutch public broadcaster NOS. "Art is there to be enjoyed and to comfort people, especially during this difficult time."

Police say thieves entered the museum at around 3.15 a.m. local time. They are currently examining security footage and investigating the crime.

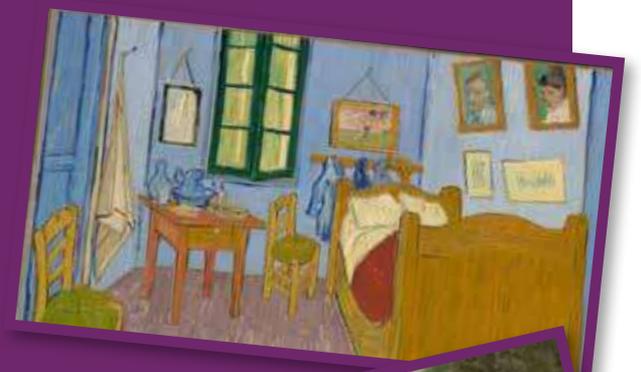
The museum, which lies around 30 kilometers (18 miles) from Amsterdam, has not reported any other missing works. The museum

houses around 3,000 works.

Before the closure, the museum was hosting an exhibition titled "Mirror of the Soul," in cooperation with Amsterdam's Rijksmuseum.

The museum houses the collection of American couple William and Anna Singer, with a focus on modernism such as neo-impressionism, pointillism, expressionism and cubism. Works by Dutch abstract artist Piet Mondrian and Dutch-Indonesian painter Jan Toorop are housed there.

Coincidentally, the theft coincided with Van Gogh's birthday.



فيلم «كوتيجن» يحظى بمشاهدة عالية مع تفشي كورونا

لم يتخيل صناع الفيلم الأمريكي «عدوى» (كوتيجن) أن يتكرر السيناريو الخاص به على أرض الواقع بعد مرور 9 سنوات على إنتاجه، وذلك بعد تفشي فيروس «كورونا» المستجد، ليعاد اكتشاف الفيلم من جديد، ويصبح من أكثر الأعمال السينمائية متابعة خلال الفترة الحالية بالمنزل، وخلال فترة الحجر المنزلي. وتتخصص أحداث الفيلم حول أن أخصائيو الرعاية الصحية والمسؤولون الحكوميون والأشخاص العاديون يجدون أنفسهم وسط «جائحة»، ويعمل مركز مكافحة الأمراض والوقاية منها على إيجاد علاج له.

ويشارك في بطولة الفيلم مجموعة من نجوم الصف الأول في هوليوود، وهم مات ديمون وكيت وينسلت وغوينيث باترو وجود لو وماريون كوتيار ولورانس فيشبورن، وهو من إخراج ستيفن سودربرغ الذي حاز على جائزة أوسكار في 2001 عن فيلم «المرور» (ترافيك).

رسالة أبطال الفيلم للعالم

وفي أول رد فعل لهم على الإقبال على مشاهدة الفيلم في «زمن كورونا»، خرج أبطال فيلم «كوتيجن» ليحثوا الجماهير على ضرورة اتباع نصائح خبراء الطب لمنع انتشار الفيروس التاجي، وهي غسل أيديهم بشكل متكرر، وممارسة سياسة الابتعاد الاجتماعي.

وتحدث كل ممثل في رسالته المسجلة عن جانب مختلف من الصحة العامة، مع اختيار كل منهم موضوع ذات صلة تماما بالشخصيات التي لعبوها في الفيلم. وعلى سبيل المثال، تحدث الممثل الأمريكي، مات دامون، والذي يجسد في الفيلم دور عالم وزوج لمريضة بالجائحة هي غوينيث باترو، ويصر على عدم مغادرة ابنته المنزل خوفا من إصابتها بالمرض، عن «الابتعاد الاجتماعي» في رسالته، كما حث على الاستماع إلى نصائح خبراء الطب.

بينما تطرق الممثل الأمريكي، لورانس فيشبورن في رسالته، والذي يجسد في الفيلم دور عالم رفيع المستوى في مركز السيطرة على الأمراض، يحاول دراسة انتشار العدوى على نطاق واسع، إلى كيفية انتشار فيروس «كورونا»، والخطوات التي يمكن للمشاهدين اتخاذها لمكافحة.

أما الممثلة البريطانية-كيت وينسلت، والتي تلعب في أحداث الفيلم دور عالمة وبائية على الخطوط الأمامية في مواجهة «الجائحة»، فنصحت المشاهدين بغسل اليدين باستمرار، بينما تحدثت الممثلة الفرنسية، ماريون كوتيار في رسالتها، والتي تعمل لصالح منظمة الصحة العالمية في الفيلم، عن الاختيار الكبير الذي نحتاجه كمجتمع لمنع هذا الوباء من التفاتم.



عادل إمام الأعلى أجراً.. أجور نجوم الدراما المصرية في رمضان

مع الفنان أسر ياسين

«100 وش» من بطولة: أسر ياسين، ولؤي عمران، وعلا رشدي، وشريف دسوقي، وبيومي فؤاد، وتأليف عمرو الدالي وأحمد وائل، وإخراج كاملة أبو ذكري.

أمير كرارة

يقدم الفنان أمير كرارة في رمضان 2020، مسلسل «الاختيار» من إخراج بيتر ميمي، وتقاضى 11 مليون جنيه نظير بطولة المسلسل.

«الاختيار» بطولة: أحمد العوضي، وإسلام جمال، ودينا فؤاد، بجانب ظهور ضيوف شرف بينهم إياد نصار ومحمد عادل إمام وصالح عبد الله ومحمد رجب وتأليف باهر دويدار.

ياسمين عبد العزيز فيما حصلت ياسمين عبدالعزيز نظير بطولة مسلسل «ونحب ثاني» على مبلغ 5 ملايين جنيه.

«ونحب ثاني» له، من بطولة: شريف منير، وكريم

بيدأ كالمعتاد الموسم الدرامي في شهر رمضان الذي تزدهم فيها الشاشات عادة بأكثر قدر من المسلسلات طوال العام. لكن في مصر، حيث يستعد صناع الدراما لتقديم أعمالهم الفنية في وقت ينتظر عدد كبير من المتابعين لتلك الأعمال بشغف كبير. ويصبح السؤال المنتشر عن أجور الفنانين عن أعمالهم في شهر رمضان 2020، خاصة في ظل انتشار فيروس كورونا، ومطالبات بوقف تصوير الأعمال الرمضانية بسبب الفيروس التاجي.

وتضم دراما رمضان 2020 عددا كبيرا من الفنانين أصحاب الأسماء القوية في مصر والوطن العربي، حيث كشف موقع «في الفن» عن قائمة أجور الفنانين عن الأعمال الدرامية، مشيراً إلى أن هذا العام شهد انخفاضا ملحوظا في الأجور.

عادل إمام

جاء الزعيم عادل إمام في المرتبة الأعلى أجراً في رمضان 2020، حيث تقاضى 40 مليون جنيه عن مسلسل «فلانتينو». «فلانتينو» من بطولة: دلال عبد العزيز، وحمدى المرغني، وداليا البحيري، وورانيا محمود ياسين، وسليمان عيد، وهدى المفتي، ومحمد الكيلاني، وبدرية طلبة، وتأليف أيمن بهجت قمر، وإخراج رامي إمام.

نيللي كريم

وحصلت الفنانة نيللي كريم على مبلغ 7 ملايين جنيه في بطولة مسلسل «100 وش»،

فهمي، وعلا رشدي، وتأليف عمرو محمود ياسين، وإخراج مصطفى فكري

ياسر جلال

يقدم الفنان ياسر جلال خلال موسم رمضان 2020، مسلسل «الفتوة»، وحصل على أجر 9 ملايين جنيه، وفقا لما كشف عنه «في الفن». «الفتوة» بطولة: مي عمر، ونجلاء بدر، وأحمد صلاح حسني، وسيناريو وحوار هاني سرحان، وإخراج حسين المنياوي.

محمد رمضان

فيما تقاضى محمد رمضان عن بطولة مسلسل «البرنس»، على 18 مليون جنيه، ومن إخراج محمد سامي. «البرنس» من بطولة: أحمد زاهر، ونجلاء بدر، وروجينا، ونور، وإدوارد، ودنيا عبد العزيز، وعبد العزيز مخيون، وصفاء الطوخي، ومحمد حاتم، وحازم إيهاب، ومن سيناريو وحوار وإخراج محمد سامي.

The Hollywood Library contains many films that focus on viruses that have killed mankind, we show the most prominent here for you to watch during your period of manda-

On his vaccine until the this

“Slicklik” in the home stone .. the most famous films dealing with viruses that threatened humanity

tory home stone to prevent “Corona” ... especially if you have feelings of fear and anxiety from infection with the virus, which was not found

moment of writing. “I’m Legend” (2007): The movie, starring American actor Will Smith, tells the story of a plague that has killed most of humanity and the survivors except for the main character have turned into predatory monsters that fear the light.

“The Andormeda Strain” (1971)

The movie, based on a novel by famed science fiction author Michael Crayton, follows scientists investigating an infectious aliens that landed on Earth.

“Dawn of the Dead”

The most famous of the zombie films, about an idea directed by George A. Romero, in which he deals with the story of the transformation of humans into zombies as a plague ravages the world.

To read the rest of the article go to : <https://www.mbs.news/>



«جناية مرجليوث»: المتلاعبون بالتراث

قام المستشرق الإنكليزي ديفيد صمويل مرجليوث (1858 - 1940) بنشر «ديوان السبط ابن التعاويذي» عام 1903 في القاهرة، واعتمد في ذلك على نسختين. أعد الباحث والأكاديمي المصري يوسف السناري أطروحة تقوم على إثبات تلاعب مرجليوث بديوان السبط متعمداً حذف الكثير منه بحسب ما يذكر في كتابه «جناية مرجليوث على التراث: ديوان السبط ابن التعاويذي مثلاً»، والذي يصدر قريباً ضمن برنامج النشر الرقمي الذي ينظمه «معهد المخطوطات العربية».

أظهر الباحث الوجه الحقيقي للمستشرق مرجليوث الذي حذف الكثير من شعر السبط في مدح السلطان العادل صلاح الدين الأيوبي، وقد أحصى «نيفا وأربعين قصيدة لم تنشر من شعره، ناهيك عن الأبيات المفردة»، وفق السناري، والذي سبقه إلى نقد مرجليوث خير الدين الزركلي ومحمد الحسن فضل المولي.

يتركز نقد السناري لمرجليوث على ستة محاور الأولى أن الأخير لم يحصل على النسخ العشر من ديوان ابن السبط، واكتفاه في التحقيق على نسختين إحداهما ناقصة والأخرى على غير ترتيب المؤلف.

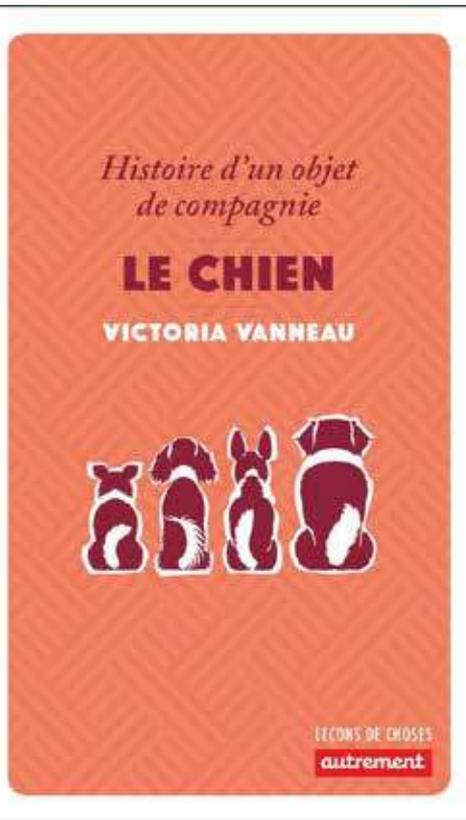
نشر مرجليوث الديوان كذلك على غير ترتيب صاحبه، والأهم كما ذكر سابقاً حذف قصائد مديح الأيوبي ومقطوعات تحت على الجهاد ضد الصليبيين، إلى جانب تحريف كثير من قراءات الديوان وتصحيحه، فضلاً عن إهماله القيام بمكلمات التحقيق، كما جاء في مقدمة السناري.

يرى المؤلف ضرورة إعادة نشر ديوان السبط بالاعتماد على نسخة الصبان، وضرورة نشر القصائد بحسب ترتيب كاتبها في الأساس، كما أكد في توصياته نهاية البحث على إدراج القصائد المحذوفة وإعادة الاعتبار إلى كل ما جرى حذفه من الأصل في نسخة مرجليوث.

دراسته صوراً من المخطوطات

يضمن السناري في المختلفة لديوان السبط، ويورد في بدايته الدراسات السابقة ويقف عند مسوغات بحثه ويناقد النتائج التي توصل إليها كما يورد قصائد مختلفة من الديوان داخل الدراسة، وما يوصي به كباحث متخصص في التراث.

يذكر أن المستشرق مرجليوث أصدر عدة كتب من بينها: «محمد وظهر الإسلام»، و«الأمويون والعباسيون»، و«أصول الشعر العربي» وغيرها من الكتب، وهو متهم بالتعصب والتحيز بحسب ما وصفه الكاتب المصري عبد الرحمن بدوي، وقد حقق ونشر عدة كتب منها «معجم الأدباء» لياقوت الحموي، ورسائل أبي العلاء المعري.



«الكلب»: مسار متعرج لتحوّلات العالم

منذ قرون طويلة، يحضر الكلب كأحد أكثر الكائنات قرباً من الحياة البشرية، بدأ ذلك حين كان مرافقاً لرحلات القنص في زمن كان فيه الصيد شكل الإنتاج الاقتصادي السائد في العالم، وصولاً إلى استعماله كغرض تزييني في مجتمعات الرفاهية المعاصرة، وبين هذا وذاك انتقل الكلب بين أدوار كثيرة حدّدها له الإنسان.

في كتابها الصادر مؤخراً عن «منشورات أوترومون» بعنوان «الكلب: تاريخ كائن مصاحب»، ترسم الباحثة الفرنسية فيكتوريا فانو خط هذه التحوّلات التي عاشها الكلب خلال رفقته الطويلة للإنسان. وإذا كانت المؤلفة قد أشارت من البداية إلى الحضور القوي للكلب في الحياة البشرية إلا أنها تشير إلى مفارقة تتمثل في قلّة حضوره على المستوى الثقافي، حتى العفوي منها، فلا نجد له نفس التصوّر الرمزي الذي حظي به الثور أو الأسد أو الديك، على سبيل المثال.

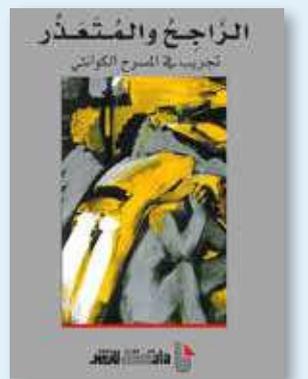
هنا، تقدّم فانو مسحا لحضور الكلب في المدونة الثقافية، تبدأ من الميثولوجيات القديمة التي ترى أنها التقطت الكلب مثلما تلتقط جميع عناصر الطبيعة كالجبال والنار والأنهار والبشر والأمطار وغيرها، مشيرة إلى أن هذه الأساطير قد منحت صوراً متباينة كخادم للشر أو ككائن نبيل.

ترصد فانو حضور الكلب أيضاً في المدونة الفكرية، وتركّز بالخصوص على الفيلسوف الروماني لوكريشيوس والذي يمثّل أهم مفكر في الطبيعة في العصور القديمة، وقد نظر لعلاقة الإنسان بالكلب في أحد نصوصه معتبراً إياه كائنًا فاضلاً ومثلاً للصدقة والوفاء، وهي الصورة الذهنية الغالبة حول الكلب إلى أيامنا.

يحضر الكلب أيضاً لدى رينيه ديكرت لكن فقط باعتباره آلة، وهو طرح تنطلق منه فانو لترسم تحولات موقع الكلب في العالم الحديث، حيث سينتقل من هذه الوضعية التي أشار إليها ديكرت إلى كائن يعترف به القانون (حضر الكلب في النصوص القانونية الفرنسية منذ عصر نابوليون)، وصولاً إلى مفكرين معاصرين مثل فريديريك لونوار، وميشال أونفري، والذين باتوا يتحدّثون عن كينونة للحيوان، وهو ما يجعل فانو تتوقع أن تتغيّر من جديد علاقة الإنسان بالكلب في المستقبل.

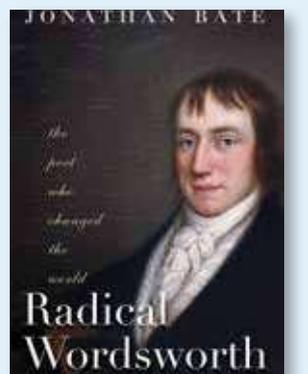
الراجح والمتعذر.. «تجريب في المسرح الكوانتي»

صدر مؤخراً عن «دار توبقال» للباحث والكاتب المسرحي المغربي فهد الكغاط، يتناول فيه العلاقات بين الفيزياء والفن الرابع، حين يستفيد من تحولات البحث العلمي من الطرح الكلاسيكي الذي يكون فيه الباحث عنصراً خارجياً بالنسبة إلى الظاهرة وطرح ميكانيكا الكوانتم، حيث أن المجرب يضع في اعتباره أنه جزء من التجربة. يرى الكغاط أن المتفرّج قد عاش نفس الانتقال بين المسرح الكلاسيكي والمسرح المعاصر؛ حيث بات من الدارج استدعاؤه ضمن الفرجة المسرحية، وبالتالي أصبح جزءاً منها.



صدر كتاب «ووردزورث الراديكالي: الشاعر الذي غير العالم»

صدرت «منشورات جامعة بيل» مؤخراً كتاباً بعنوان «ووردزورث الراديكالي: الشاعر الذي غير العالم» للباحث جوناثان بيت وفيه يتتبع سيرة الشاعر الإنكليزي (1770 - 1850) بدءاً من طفولته في منطقة ليك، فسنوات الدراسة في «كامبردج» التي لم يكن مميّزاً خلالها، وصولاً إلى رحلاته العديدة في أوروبا بالتزامن مع قيام الثورة الفرنسية، وصعود اسمه ضمن الشعراء الرومانسيين في عصره، كما يتطرّق إلى شكل جديد من الشعر السردي الذي كتبه لكن لم يُنشر إلا بعد رحيله. كما يتحدّث الكتاب عن حياته وأفكاره وتأملاته حول الطبيعة والموت والأبدية.



سندباد للسياحة و خدمات الحج و العمرة Sindbad Travel



Tel:844-343-3344

WhatsApp :248-991-2464

sindbad@sindbadtravel.net

manasek@sindbadtravel.net

13912 Michigan Ave., Dearborn Mi 48126



AS YEMEN GOES
THROUGH
ITS WORSE
—
CAN WE
BRING HOPE
TO ITS
PEOPLE?

DONATE NOW

www.purehands.org

info@purehands.org

1-800-425-1647 @PUREHANDS2

أميركا توسع مشروع تنمية سيناء: ماذا وراء الكرم المفاجئ؟

محمود خليل

بعيداً عن الأضواء وقليل من الاهتمام الإعلامي، وافق مجلس النواب المصري في جلسته العامة مؤخراً، على التعديل الأول لاتفاقية المساعدة الموقعة بين الحكومة المصرية وممثل في وزارة التعاون الدولي وبين الولايات المتحدة ممثلة في الوكالة الأميركية للتنمية الدولية، بشأن مبادرة تنمية شمال سيناء بمنحة إضافية بقيمة 6 ملايين دولار، ليصل إجمالي قيمة الاتفاقية إلى 56 مليون دولار. وتشمل الاتفاقية مشاريع تنمية لسيناء في مختلف القطاعات، مثل المياه والمواصلات والمشاريع الاقتصادية، وذلك في الوقت الذي تشهد فيه المحافظة تهاشلاً حكومياً منذ سنوات، خصوصاً في ملف التنمية، ما يدعو إلى التساؤل حول الأهداف الأميركية من وراء هذه المشاريع وزيادتها في المرحلة الحالية.

يرى البعض أنه يمكن أن تتلخّص الدوافع تحت مظلة «صفقة القرن»

وثمة من يرى أن الاهتمام الأميركي بتنمية شمال سيناء على وجه الخصوص دون بقية المحافظات المصرية وتحديدًا كمنطقة من الضروري تنميتها، يرتبط بأسباب سياسية، ويمكن أن تتلخّص الدوافع تحت مظلة «صفقة القرن» التي تتيبها الإدارة الأميركية كحل لتصفية قضية الفلسطينيين، وبموافقة أطراف إقليمية ك مصر، في مقابل حزمة من المساعدات الاقتصادية لها، ووضع سيناء كجزء من الحل النهائي للقضية الفلسطينية، والذي يتركز دور شمال سيناء فيه على إنجاز مشاريع كبرى يكون لجارها قطاع غزة حصة منها، كالمياه والكهرباء والمواصلات، وفقاً لبنود «الصفقة» التي أعلن عنها في 28 يناير/ كانون الثاني الماضي.

وحول هذا الموضوع، يقول باحث في شؤون سيناء إن أهالي سيناء لا يستبشرون خيراً بمشاريع تنمية محافظتهم التي يجري الإعلان عنها من قبل الدولة المصرية، فكيف الحال إن كانت المشاريع بدعم أميركي معلن، مبدئياً توجّسه من الاتفاقية

لأن تفاصيلها تتوافق كثيراً مع الهواجس المتعددة التي تتملك أهالي سيناء نحو أرضهم ومستقبلهم، منذ تولي الرئيس عبد الفتاح السيسي مقاليد الحكم عقب انقلابه العسكري السيسى عام 2013، وما تبع ذلك من تدمير للحياة في سيناء على يد قوات الجيش. ويضيف الباحث أنه لا يعقل أن تحصل التنمية التي بنشدها أهالي سيناء على يد النظام الذي لا يزال يهجرهم من أرضهم ويقتلع كل مظاهر الحياة التي أقاموها بجهود ذاتية على مدار العقود الماضية، معتبراً أن الدعم الأميركي في عهد السيسي لتنمية شمال سيناء لا يمكن تصنيفه إلا ضمن المصالح السياسية العليا للولايات المتحدة، في إطار «صفقة القرن». ويوضح الباحث أن كل الأنظمة التي تعاقبت على حكم مصر لم تتبن مسألة تنمية سيناء بالشكل الحقيقي والمطلوب، فيما ترجح نسبياً كفة حسني مبارك على بقية الرؤساء في إعطاء سيناء جزءاً يسيراً من الاهتمام الحكومي، كإنشاء الطرقات والمراكز الصحية والتعليمية. أما ما يجري الحديث عنه من مشاريع عملاقة في قطاعات المياه والكهرباء والصرف الصحي والمواصلات والزراعة والمزارع السمكية، فلا يمكن أن يكون المستهدف منه المواطن السيناوي الذي جرى تهجيرهم أخيراً من الأرض التي استمد المياه والكهرباء إليها من خلال هذه المشاريع. بالتالي فإن الحذر يجب أن يكون من تنمية أميركا لسيناء، في هذا التوقيت خصوصاً، لأن التنمية الحقيقية تبدأ من إعادة الحقوق لأصحابها عبر عودة المهجرين إلى أراضيهم، لأن بيوتهم هُدمت على يد الجيش، وكذلك إعطاء سيناء أولوية لدى الحكومة المصرية، واحترام المواطن السيناوي كمواطن مصري وليس غريباً على الجمهورية، كما هو الحال الآن. ويشدد على أن لسيناء القدرة على تنمية نفسها في حال أرادت الدولة المصرية ذلك، وليست في انتظار أي جهة خارجية، في ظل الموارد التي تملكها.

تأتي زيادة مبلغ الاتفاقية بعد أشهر من زيارة وفد من الكونغرس إلى شمال سيناء

وتأتي زيادة مبلغ الاتفاقية الموقعة بين مصر والولايات المتحدة، بعد أشهر من زيارة وفد من الكونغرس الأميركي إلى شمال سيناء، التقى خلالها مسؤولين حكوميين وقادة عسكريين، ونوقشت فيها ملفات عدة مرتبطة بالمشاريع الاقتصادية والبنى التحتية. وحظيت الزيارة باهتمام مصري بالغ في حينه، لكونها الأولى من نوعها لناحية تجوال وفد أميركي بهذا المستوى ميدانياً في سيناء والتنقل فيها على الرغم من الأوضاع الأمنية غير المستقرة، التي تدفع قادة مصريين إلى عدم التحرك فيها أو زيارتها، وفي مقدمتهم السيسى ووزراء حكوماته المتعاقبة التي لم تطأ أقدامهم مناطق واسعة من سيناء منذ توليه الحكم.

وتعليقاً على الاتفاقية، شددت وزيرة التعاون الدولي المصري، رانيا المشاط، على توافقها مع الاستراتيجية الجديدة للوزارة في الشراكات الدولية والمؤسسة على ثلاثة محاور رئيسية هي المواطن والمشاريع الجارية والهدف. وذكرت أن المشروع سيوفر مياه الشرب لنحو 300 ألف مواطن وخدمات الصرف الصحي لنحو 100 ألف مواطن. وفي ما يتعلق بالمشاريع الجارية، فإن هذا المشروع يتوافق مع برنامج الإصلاح الاقتصادي والاجتماعي للحكومة، ويتضمن حفر آبار مياه في شمال سيناء، وإنشاء محطات لتحلية المياه، وإنشاء مزرعة سمكية واستخدام المياه الناتجة من المزرعة في الزراعة، ودعم خدمات النقل في جميع أنحاء المحافظة، وذلك في إطار جهود وزارة التعاون الدولي، من خلال الشركاء في التنمية، لتوفير منح تساهم في تحسين حياة المواطنين في سيناء، ضمن المرحلة الثانية من برنامج تنمية سيناء. وأشارت الوزيرة إلى أنه بالنسبة للمحور الثالث، وهو الهدف، فإن المشروع يساهم في تحقيق خمسة من أهداف التنمية المستدامة، أبرزها ملف النظافة الصحية من خلال توفير المياه الصالحة للشرب للمواطنين، والقضاء على الجوع وتوفير الأمن الغذائي والتغذية المحسنة وتعزيز الزراعة المستدامة.



Iraqi stops paying salaries to Kurdish Regional Government employees

Severe financial dispute between the Iraqi government and the autonomous Kurdistan Regional Government (KRG) has resulted in the Iraqi government announcing the suspension of all salary payments to KRG employees.

The Iraqi government said that the KRG had stopped transferring oil revenues to Baghdad and this is why it had to stop paying the salaries of workers.

At the end of 2019, Iraqi Oil Minister Thamer Ghaban announced that an agreement had been reached with the KRG which stipulates the Kurds would pay the revenues from 250,000 barrels of oil daily to the Iraqi State Oil Marketing Organisation (SOMO) in return for the KRG's share of oil profits being included in the central government's budget. However, last month the Iraqi government said that the KRG had not transferred its oil revenues as per the agreement.

Iraqi local government minister Benkin Rakani said in a television interview on Saturday that the Iraqi government would have difficulty paying the salaries of its employees because of the global oil price crash.

An Iraqi government source was quoted by the saying that "the finance ministry has been ordered to recover what was spent in the Kurdistan Region since last January."

The Iraqi government pays roughly \$380 million in salaries to employees of the KRG.





ALABASI ACCOUNTING, TAX & IMMIGRATION SERVICES



ADMITTED TO
PRACTICE
BEFORE THE IRS

ENROLLED
AGENT

OFFICE OF
PROFESSIONAL
SERVICES

- Our staff are IRS Enrolled Agents (Eas) and Licensed by the Federal Government
- Enrolled Agents (EAs) are federally-licensed tax practitioners who may represent taxpayers before the IRS when it comes to collections, audits and appeals.
- As authorized by the Department of Treasury's Circular 230 regulations, EAs are granted unlimited practice rights to represent taxpayers before IRS and are authorized to advise, represent, and prepare tax returns for individuals, partnerships, corporations, estates, trusts, and any entities with tax-reporting requirements.
- Enrolled agents are the only federally-licensed tax practitioners who specialize in taxation and have unlimited rights to represent taxpayers before the IRS.

**Even After Filing You Return
We Will Always Stand By You**

WE ARE NOT THE ONLY ONES, BUT WE'RE THE BEST

-الموظفون في مكتب عسكر
مرخصون من الحكومة الفدرالية كنائب
مدرج في مصلحة الضرائب.
- نحن مصرح لنا من مصلحة الضرائب
بتقديم النصائح، تجهيز وتمثيل التاكس
للافراد والشركات بدون أية قيود.
-النائب المدرج هو الوحيد المرخص
من الحكومة الفدرالية و المتخصص
في الضرائب لتمثيل دافع الضرائب
من قبل مصلحة الضرائب.

**حتى بعد الانتهاء من تعبئة الضرائب
نحن مستمرون في دعم العميل**

**لسنا الوحيدون
ولكننا الأفضل**



We're Proudly A Member Of

NAEA
NATIONAL ASSOCIATION
OF ENROLLED AGENTS

بقالة ناصر جمجم وأولاده
سمانة عربية - لحوم - أسماك - دجاج
NASSER FAMILY IMPORTS
FRESH MEAT & GROCERIES

OPEN 7 DAYS

313-842-6366
 10411 DIX AVE. DEARBORN, MI 48120

MasterCard VISA DISCOVER

رحلة الفارس للسفريات والحج والعمرة

TRAVEL GATE HAJJ GROUP USA

خبرة 11 سنة في خدمة الحجاج
 خدمة الحجاج شرف نفتخر به

HAJJ 2020

خير رفيق إلى البيت العتيق

الاقتصادي \$6,800 على الشخص
21 يوماً
 فندق التوفيق بلزا 830 متر بجانب الحرم
المدينة فندق الحرم

الفاجر \$8,250 على الشخص
16 يوماً
 فندق ابراج هلتون امام الحرم مباشرة
المدينة فندق بلعان زمزم

البرنامج يشمل :

- تذاكر الطيران : ديترويت - المدينة - ديترويت
- الانتقال في باصات حديثة مكيفة
- الفطار والعشاء بوفية مفتوح
- ثياب الإحرام
- زيارة الأماكن التاريخية في المدينة
- توفير الفندق للإقامة فيه خلال المناسبات
- خيام حديثة مكيفة في منى

الوثائق المطلوبة :

- جواز سفر صالح لستة أشهر على الأقل
- صورتين بخلفية بيضاء
- شهادة التطعيم ضد الإلتساب السحائي

البرنامج لا يشمل رسوم الحج والتأمين والأضحية

يرافق الرحلة

الشيخ نبيل الهيجة
 الشيخ ياسر عبدالسلام

13251 Michigan Ave. Dearborn, MI 48212
 11341 Joseph Campau Hamtramck, MI 48212

Tel: 866-515-2209 / 313.707.6327
 www.etravelgate.com sales@etravelgate.com

exp REALTY

BUYING OR SELLING RESIDENTIAL & COMMERCIAL

ED. HOUDIAD

Direct: 313-350-8665
 Office 888.501.7085 EXT 304

Property Search : www.AHouse1.com

REAL ESTATE AGENT

مكتب الأمانة للترجمة

Amana Translation Services

ترجمة الشهادات الرسمية
 إوراق قضايا المحاكم
 الشهادات المدرسية
 التقارير الطبية
 قصص اللجوء السياسي

خدمات الطباعة والترجمة والتوثيق

ترجمة حرفية ومهنية وسريعة وبأسعار رمزية
 أسعار خاصة لمكاتب الهجرة والمحامين

خدماتنا تغطي كافة أنحاء الولايات المتحدة الأمريكية

13232 Michigan Ave. 2nd Floor Dearborn MI 48126
 Tel: 313.918.6791
 amanatranslation@gmail.com

ترجمة معتمدة لدى دائرة الهجرة الأمريكية والجهات الحكومية الفيدرالية الأخرى

La Shishk

حلال Halal

12918 Michigan Ave.
Dearborn, MI 48126

Tel: 313.582.8400
Fax: 313.582.8405

www.LaShishkRestaurant.com

Lets Cater Your Next Event

NASSER PHARMACY

AHMED SHAFAL, PHARM.D
إدارة الصيدلي أحمد علي شغفل

Fast & Friendly Service.
20 % Senior Citizen Discount.
We Accept All Types Of Insurance.
Easy prescription transfer.

FREE DELIVERY
التوصيل مجاني

FREE DIABETIC SUPPLIES
إستراتيجيات سكر مجانية

FREE BLOOD PRESURE TEST
فحص ضغط مجاني

FREE BLOOD GLUCOSE TEST
فحص سكر مجاني

Hours:
M-F 9 AM - 6 PM
SAT: 10 AM - 4 PM
SUN: Closed

5237 Oakman Blvd, Dearborn, MI 48126
Phone: 313-908-2399 Fax: 313-908-2832
www.nasserpharm.com nasserrx10509@gmail.com

روبوفا إلى
عنواننا الجديد:
Near Dearborn
Manar &
Huntington
Bank

Nahshal Graphics

Call: 313.918.6791
2120 Caniff, Hamtramck, MI 48212
المطبعة - هامترامك
nahshaigraphics@gmail.com

5000 Bussiness. Cards 3.5"x2", Full Color, 2 Sides, 14pt glossy stock.	\$99
5000 Flyers 8.5"x5.5", Full Color, 2 Sides, 100lb. Gloss Paper.	\$149
5000 Menus/Brochures 8.5"x11", Full Color, 2 Sides, 100lb. Gloss Paper.	\$299
5000 Postcards 4"x6", Full Color, 2 Sides, 14pt glossy stock.	\$150
1000 Stickers 3.5"x2", Black & White, 1 Side, 60lb label stock	\$50

ترجمة الوثائق بأسعار ميسرة

MAX ACCOUNTING & TAX SERVICE, CPA

ماكس للمحاسبة والضرائب

MONDAY - SATURDAY
9:00 AM - 6:00 PM

IRS e file

- Personal Taxes
- Business Taxes
- Tax Refund Direct Deposit
- 1099 & W2 Filing
- Tax Overview
- Bookkeeping
- Complete Payroll Service

ضرائب الأشخاص
ضرائب الشركات
إيداع مباشر للعائد ضريبي
محاسبة المحلات
محاسبة الأجور والرواتب
ترجمة ومعاملات الهجرة
تصديق الوثائق

- عائد ضريبي للدخل يصل إلى \$6,557
- عائد ضريبي لكل طفل يصل إلى \$2,000
- عائد ضريبي إضافي يصل إلى \$1,400
- عوائد ضريبية لملأك المنازل والمستأجرين
- عائد ضريبي للتدفئة

FAST REFUND
WE ARE A CPA FIRM

أكبر عائد ضريبي ممكن
Biggest Refund Possible

20%
BUSINESS INCOME DEDUCTION

وثيق منصور القباطي
Watheeq Mansoor Al-Kubaty

معين احمد جابر عثمان
Maeen Ahmed Gaber Othman

24607 FORD RD
DEARBORN, MI 48128

CALL US TODAY:
(313) 406 6732

Email Documents To
Maeen@Maxaccounting.com

www.maxaccountingtax.com

انهيار الجيوش ومستقبل الشعوب



عادل سليمان

مر نحو خمسة أشهر على ظهور فيروس كورونا الجديد، وتحول الأمر إلى جائحة تضرب البشرية. إلا أن العالم كله لم يتوصل بعد إلى لقاح، أو فصل، بقي من الفيروس، أو إلى عقار للعلاج الناجع منه. ولم يجد العلماء في مراكز البحوث ما يقدمونه للناس، في هذه المرحلة، سوى النصح باتخاذ إجراءات الوقاية، بالتباعد الاجتماعي والعزل والحجر والتزام المنازل، وما إلى ذلك من الإجراءات الاحترازية، إلى أن يشاء الله، ويوفقهم إلى الوصول إلى لقاح، أو فصل، أو عقار للوقاية والعلاج من ذلك الفيروس.

ما علاقة جائحة كورونا وتلك والجيوش التي انهارت، والشعوب التي تتطلع بقلق إلى مستقبلها؟ في ظل أجواء القلق وحالة العزل التي تعيشها الشعوب، وقائية لا تنمك حتى من اتخاذ إجراءات الوقاية البسيطة، حيث حالات الحروب والاقتتال الدامي، وانهيار تام لمقومات الدولة ومؤسساتها، وفي مقدمة تلك المؤسسات الجيوش الوطنية النظامية ومنظومات الرعاية الصحية والاجتماعية.

شعب ليبيا واليمن وسورية، وهي النماذج الفجة التي دعت الأمين العام للأمم المتحدة، أنطونيو غوتيريس، إلى توجيه نداء يطلب فيه إنهاء تلك الحروب، حتى تتاح للشعوب فرصة مواجهة جائحة كورونا، ثم ما أعلن عن نية الدول الخمس دائمة العضوية في مجلس الأمن، بعقد اجتماع لبحث سبل إنهاء تلك الحروب المستدامة في الشرق الأوسط. وتعاني دول وشعوب أخرى في منطقة الشرق الأوسط، بدرجات متفاوتة، من حالات اضطراب وفوضى وصراعات، بل وحصار وإغلاق، مثل

العراق والأرض الفلسطينية المحتلة (ومنها قطاع غزة)، وتنعكس تلك الحالات على قدرات الشعوب على مواجهة فيروس كورونا.

ليبيا واليمن وسورية نماذج للدول الفاشلة التي انهارت فيها الجيوش الوطنية النظامية، وانقسمت شعوبها إلى فرق وطوائف وقبائل، وهي النماذج التي تعنيها الدول الخمس دائمة العضوية في مجلس الأمن. والدول الخمس هذه، التي تمثل القوى الدولية الرئيسية، في وسعها - لو أرادت - أن توقف تلك الحروب والصراعات وفوراً، عندما توقف إمدادات السلاح والذخائر ووسائل القتال إلى الأطراف المختلفة. وأيضاً، تمارس ضغوطها على القوى الإقليمية المؤثرة في الصراعات، وهي - بالمناسبة - خمس قوى أيضاً، في مقدمتها قوى فاعلة بشكل مباشر، تركيا وإيران والسعودية والإمارات، وقوة مؤثرة بشكل غير مباشر، هي دولة العدو الإسرائيلي.

خمس قوى دولية كبرى كانت لها مصالح في نشر حالة الفوضى والاضطراب في قلب منطقة الشرق الأوسط، وكان لها ما أرادت، وكانت البداية في دفع الجيوش الوطنية إلى الانهيار، كما حدث في سورية، حيث انقسم الجيش إلى جيش خاضع لنظام بشار الأسد في دمشق وآخر تابع للمعارضة المسلحة وعشرات الميليشيات. وفي اليمن، جيش تابع لما تعرف بحكومة الشرعية، وآخر تابع لسلطة الحوثي في صنعاء، ومليشيات متعددة في الجنوب والشمال. وفي ليبيا، هناك جيش تابع للجنرال المتقاعد خليفة حفتر في الشرق، وآخر تابع لحكومة الوفاق الوطني المعترف بها في العاصمة طرابلس، وعشرات الميليشيات والمترتبة.

تتقاتل كل تلك الجيوش والمليشيات بسلاح تنتجه القوى الدولية الخمس، بدعم مباشر وغير مباشر من القوى الإقليمية الخمس. والسؤال الأكثر أهمية، بعيداً عن جائحة كورونا، وإدعاء أن السعي إلى وضع حد لحروب الشرق الأوسط هو بدافع إنساني، لإتاحة الفرصة أمام شعوب تلك المنطقة لمواجهة الفيروس، فالقوى الكبرى لا تحركها الدوافع الإنسانية. لماذا، الآن، ترى تلك القوى أن الوقت قد حان لوضع حد لتلك الحروب؟ للإجابة عن ذلك السؤال شديد الأهمية، لا بد من العودة إلى الغرض الأساسي من حالة الفوضى التي دُفعت للمنطقة إليها، وما إذا كان قد تحقق. وبالتالي، لم يعد هناك مبرر لاستمرار الحرب، خصوصاً مع زيادة تكاليفها، وقصور التمويل بسبب ما يتعرض له العالم

أميركا التي أرادها ساندرز

على عكس مبدأ «أكبر من أن يفشل»، الذي تتبناه الحكومات الأميركية في تعاملها مع المؤسسات المالية الكبيرة، وتعمل وفقه لمخفها من الانهيار، مهما كانت الأسباب، كانت الأعلام التي شهّرها المرشح للانتخابات الرئاسية، المنسحب، بيرني ساندرز، من الكبر بحيث كان مقدراً لها أن تدفعه إلى الفشل في مسعاه إلى الفوز والوصول إلى الرئاسة، فالمؤسسة الحاكمة لا تسمح بأن يصل إلى الحكم مرشح يرفع شعار الاشتراكية، ومصمّم على مواجهتها في خياراتها الليبرالية التي أهلكت الشعب، غير أن ساندرز، وخلال حملته، أسس حركة تهدف إلى ما أراده في انتزاع أميركا من الأغنياء والنافذين لإعادتها إلى أبناء الشعب الأميركي.

على الرغم من فشلها في جزئية إصالحه إلى البيت الأبيض، إلا أن حملة ساندرز نجحت ربما في ما يمكن أن يعد فارقاً في الحياة السياسية الأميركية، فما طرحه وسار بحملته لتحقيقه، كان غير مطروق في الحملات الانتخابية التي سبقت، أو حتى في الحياة السياسية الأميركية. وهو بذلك حرك مياهاً راكمة من أزمنة طويلة، وفتح أبواباً للنقاش حول مسائل وحقوق، سُمّ الشعب الأميركي أنها لن تتحقق له في ظل الإدارات التي تعد راعية الليبرالية المتوحّشة التي يصعب عليها التفريط بأي تقديرات من قبيل تلك التي طالب بها ساندرز الشعب.

ومن ينظر إلى طروحات ساندرز، لا يتخيل أن من يرفعها يعيش في بلدٍ يعد رمزاً للرأسمالية، ويريد أن تتحقق لشعب هذه البلاد، فعلى سبيل المثال، يعد التعليم الجامعي المجاني الذي وضعه ضمن برنامجه الانتخابي لتحقيقه، بعد الوصول إلى الحكم، من المحظورات، وفق نظام السوق لا خدمة يجب أن ترعاها الدولة. إضافة إلى ذلك، تضمّن برنامجه إقرار نظام الرعاية الصحية الشاملة الذي تموله الدولة، وتوفر تكاليفه من خلال الضرائب، وهذا ما تسعى دائماً شركات التأمين الصحي وشركات صناعة الأدوية إلى منعه. وظهرت النزعة الاشتراكية التي لدى ساندرز الذي يشار إليه بالمرشح اليساري مرة، ومرة بالمرشح الاشتراكي، في بند التعامل مع التزوّع ومعالجة موضوع عدم المساواة في الدخل وإصلاح «وول ستريت».

تحمس الناس من مختلف الاتجاهات لخطاب ساندرز، ولم يقتصر مناصروه على الحزب الديمقراطي، بل لاقى صوته صدى لدى أعضاء من الحزب الجمهوري، إضافة إلى غير الحزبيين. كما انجذب أبناء الطبقتين، العاملة والوسطى، والمهاجرين والمهاجرين القدماء

لطرحة، من دون أن يُنسى أنصار البيئة الذين وجدوا ضالّتهم في اقتراحه حول ما تعرف بـ«الصفقة الجديدة الخضراء». ورأى ساندرز أن اعتماد هذه الصفقة يجب أن يقترن بضمان فرص العمل، على عكس من سبقوه، والذين رأوا أن العمل وفقها سيؤدي إلى خسارة الناس وظائفهم، إذ إن كثيرون تناسوا أن هذه الصفقة، أو هذا المبدأ، هدفه ليس معالجة مسألة التغير المناخي، عبر إيجاد مصادر طاقة بديلة فحسب، بل هدفه، وإضافة إلى ضرورته، كونه الطريقة الوحيدة لتجنب الكوارث البيئية، إلى معالجة عدم التكافؤ الاقتصادي عبر تطبيق إصلاحات اقتصادية واجتماعية.

وفي هذا السياق، يريد ساندرز، عبر هذه الصفقة، تغيير موازين القوى على الأرض، عبر زيادة قوة الطبقتين، العاملة والمتوسطة، وزيادة نفوذها في الحياة السياسية والاقتصادية، وإعطاء صوت للمهمشين والمفقرين. لأن هذه الطريقة هي الوحيدة الكفيلة بتحقيق القدرة على مواجهة قوة الأقلية المتحكمة بالبلاد، والمتملة في مجمع الصناعات العسكرية والاحتكارات النفطية، وغيرهم من الذين يشرعون القوانين في البلاد على مقاساتهم، ويشعلون الحروب في الخارج، لتحقيق الإزدهار لصناعاتهم العسكرية والسيطرة على مصادر الطاقة، وللاطلاق نحو تحقيق الواقع الجديد المناقض للواقع الحالي، تبرز حقيقة وجوب إنهاء ما يسميه «الإنتاج الرأسمالي الوسخ» الذي تتكفل «الصفقة الجديدة الخضراء» بتحقيقه.

ولمعرفة الفرق بين بيرني ساندرز الذي يمتلئ برغبة التغيير وتحسين أوضاع الفقراء عبر الإصلاحات الجذرية في بنية النظام السياسي الأميركي وغيره من المرشحين، ما علينا سوى مقارنة خطابه بخطاب مرشح آخر. في أحد اللقاءات الجماهيرية، قال المرشح السابق عن الحزب الجمهوري للانتخابات الرئاسية سنة 2012، ميت رومني: تتمثل الطريقة الفضلى للقضاء على الفقر، في أن «يستدين الشبان الفقراء الأموال من أهلهم لكي يؤسّسوا عملهم الخاص». وكان هذا السناتور لا يعرف الرابط بين فقر الشبان وفقر أهلهم.

وتماماً مثلما بدا الفرق في طروحات ساندرز الخاصة بالسياسة الداخلية، كانت طروحاته وخطاباته الخاصة بالسياسة الخارجية قريبة منها ومتساقطة معها، إذ يتبنّى مبدأ حل الدولتين لتسوية القضية الفلسطينية ويعارض الاستيطان الإسرائيلي في الأراضي الفلسطينية، كما أنه ينادي بحل مشكلات قطاع غزة. ويؤاطب ساندرز على انتقاد سياسة رئيس الوزراء الإسرائيلي، بنيامين نتنياهو، وينتقد سياسة الحكومة الإسرائيلية، ويقاطع مؤتمر جمعيات الضغط اليهودي السنوي، أيباك، فلم يشارك به مرة، فاستحق انتقادات اللوبي الصهيوني في أميركا وانتقادات الإسرائيلية وصحافتها. كما برز موقفه المعارض للحرب على اليمن وللدور السعودية فيها ودعم واشنطن هذا الدور. ونادى بحل الخلافات بين السعودية وإيران، عبر جلب واشنطن الطرفين إلى طاولة المفاوضات. وأيضاً طالب أميركا، بما تملكه من قوة، بأن تعمل على حل الصراعات في العالم.

على الرغم من عدم تمكّن ساندرز من المضي في السباق الانتخابي، إلا أنه مهد حركة تضم الملايين الذين نشطهم، بعد أن هُتمّشوا وهُتمّشوا أنفسهم وأبتعدوا عن الخوض في السياسة والمشاركة في الانتخابات والتحركات المطلوبة. وعلى الرغم أيضاً من أن انسحابه قلل من فرص تحقيق أحلامه التي أصبحت أحلام الملايين الذين ساروا معه في حملته، إلا أنها أظهرت لهم أميركا أخرى، غير التي يكرسها الرئيس الحالي، وتقتصر خدماتها على الأثرياء.



مالك نوس

من أزمات اقتصادية بسبب الجائحة. بنظرة فاحصة على المشهد في المنطقة، يدل ما وصلت إليه الأحوال على أن الأعراس تكاد تكون قد تحققت. لم تعد سورية دولة قومية متماسكة، ولن تكون، ولم يعد شعبها متمسكاً بنسجته المتجانس، بعد التهجير والنزوح والتقسيم والتقطيع. والأهم أنها لم تعد تمثّل خطراً، ولا تهديداً لدولة إسرائيل، بل استسلم النظام، حتى لإعلان السيادة الإسرائيلية على هضبة الجولان السورية المحتلة. وفي اليمن، عاد الشمال شمالاً، والجنوب جنوباً. وفي الشمال هناك شمال غربي يحكمه الحوثيون بدعم إيراني، وجنوب تتنازعه قوى الانفصال المدعومة من الإمارات، وأجزاء من الشمال تحكمه قبائل ومليشيات باسم الشرعية، مدعومة من السعودية. والأهم أن اليمن لم يعد قوة إقليمية على البحر الأحمر وباب المندب، وفقد أهميته الجيوسراتيجية. وفي ليبيا، ذات السواحل الممتدة إلى أكثر من ألفي كيلومتر على البحر المتوسط، وذات الموقع الجغرافي المهم في مدخل الشمال الأفريقي، والجوار مع دول رئيسية، مثل مصر وتونس والجزائر والسودان وتشاد، تحولت إلى غرب وشرق وجنوب، كما كانت قبل أن تتحد على يد الملك إدريس السنوسي، واشتعلت فيها الحروب والمعارك، وتداخلت فيها المصالح الإقليمية والدولية، ولن تعود ليبيا كما كانت. والعراق سيبقى تتنازع قوى الانقسام الطائفي والنفوذ الإقليمي والدولي، فلا إيران ستترك العراق، ولا النفوذ الأميركي سينتوكتف، ولا الدور التركي سينتهي.

تبقى أم القضايا، القضية الفلسطينية، غزة المحاصرة، والضفة الغربية الرهيبة، في ظل تواطؤ عربي مخز. وبعد الاتفاق على تشكيل حكومة العدو الإسرائيلي التوافقية، أصبحنا في انتظار الخطوات التنفيذية لاستكمال ما سُميت صفقة القرن، بإعلان ضمّ غور الأردن وشمال البحر الميت، ومناطق المستوطنات إلى دولة الكيان الإسرائيلي رسمياً، وبمباركة إدارة ترامب. في كل تلك الأجواء، تحاول الدول الخمس الكبرى والأمم المتحدة أن تخرج علينا بوجه إنساني، وتدعو إلى وقف حروب الشرق الأوسط، والحروب التي، في حقيقة الأمر، حققت أهدافها. انهارت الجيوش الوطنية، وتفتكت الدول القومية، فما هو مستقبل الشعوب؟ هذا ما يجب أن تفكر فيه كل القوى الوطنية، وتستجمع قواها من أجل التطلع إلى بناء مستقبل جديد، على أسس راسخة، فهل تفيق الشعوب؟

Israel's unity government protects Netanyahu from prosecution, paves the way for annexation



Mitchell Plitnick

Benjamin Netanyahu's stunning victory after three rounds of elections spanning more than a year is now complete. The man who last year surpassed David Ben-Gurion as the longest-serving prime minister of Israel will continue his seemingly interminable tenure for at least the next 18 months, and it cost him amazingly little to convince his new partner, Benny Gantz, to give him most of what he wanted. Gantz, a political neophyte, was over-matched by Netanyahu, who knows every trick, dirty and otherwise, in the book. The agreement they finally came to granted Gantz's party some key portfolios, including

defense and foreign affairs, but left Netanyahu in position to get what he wants in virtually every realm. For example, Netanyahu's Likud party will get to appoint the next speaker of the Knesset, an important role for Netanyahu to control the legislative procedures, which he often uses to get what he wants. Gantz technically has veto power over the nomination, but the two apparently agreed on putting Likud Knesset member Yariv Levin in that role, limiting the effect of Gantz's veto. While Gantz's Blue and White party will have control of the Knesset House Committee, which deals extensively with the legislative agenda, Levin's role as speaker will give Netanyahu a great deal of influence.

Netanyahu gave up a good deal of control over the economy, but his primary goal was to ensure his personal safety from the corruption charges against him. Gantz gave him this when he agreed that Netanyahu would have veto power over the appointment of the next attorney general and state prosecutor. Gantz also agreed to Netanyahu's veto power over judicial appointments, which

had been a major sticking point. Gantz's former partner, Yair Lapid, tweeted in response, "So the compromise on the Judicial Appointments Committee is that Bibi chose all its representatives. Gantz and Ashkenazi agreed to allow the criminal defendant to appoint the judges that will adjudicate his affairs," referring to Blue and White Knesset member, Gabi Ashkenazi. Netanyahu won several other provisions to protect himself from prosecution, so the major concern remaining for him was his intention to annex large chunks of the West Bank. While some had looked to Gantz to put the brakes on the annexation momentum, he showed scant interest in doing so. Part of the unity agreement is that for the first six months, the new government will operate as an emergency government to deal with the coronavirus. This means there will be no major legislation of appointments in that period, with one exception. Annexation can be brought to a vote in the cabinet and the Knesset as early as 1 July. It is likely to enjoy majorities in both.

To read the rest of the article go to : <https://english.alaraby.co.uk/>



اقتصاد الصين .. يسجل أول انكماش منذ 28 عاما

قريبا على الأرجح، والانكماش أكبر من توقعات المحللين في مسح أجرته رويترز بتراجع نسبته 6.5 في المئة، كما يأتي بعد نمو نسبته ستة في المئة في الربع الأخير من 2019، ومقارنة مع الفترة نفسها قبل عام، تراجع الناتج المحلي الإجمالي 9.8 بالمئة في الشهور الثلاثة الأولى من العام، وفق ما ذكره المكتب الوطني للإحصاءات، مقارنة مع توقعات بانكماش قدره 9.9 بالمئة ونمو بنسبة 1.5 في المئة في الربع السابق.

انكماش منذ عام 1992 على الأقل، عندما بدأ تسجيل الناتج المحلي الإجمالي الفصلي. جاء الانكماش التاريخي لثاني أكبر اقتصاد في العالم بعدما تسببت جهود احتواء فيروس كورونا، الذي ظهر أول مرة في الصين في أواخر العام الماضي، في إغلاق المصانع ووسائل النقل والمتاجر. وتشهد اقتصادات كبرى أخرى حاليا إغلاقا مماثلة، تسببت في تعطيل التجارة العالمية وتشير إلى أن تعافي الاقتصاد الصيني ليس

روترز سجل الاقتصاد الصيني انكماشاً تاريخياً يعد الأول منذ 28 عاماً، ضمن الآثار المترتبة عن الإغلاقات وإجراءات الوقاية التي فرضها وباء فيروس كورونا على ثاني أكبر اقتصاد في العالم. وأظهرت البيانات الرسمية، أن اقتصاد الصين انكمش بنسبة 6.8 بالمئة في الفترة الواقعة ما بين كانون الثاني/يناير حتى آذار/مارس الماضيين، مقارنة مع الشهرين نفسهما قبل عام، ليسجل أول



مجموعة العشرين توافق على تأجيل مؤقت لليون الدول الأكثر فقرا

الدول الصناعية السبع على منح دول العالم الأكثر فقرا خيارا لتجميد تسديد ديونها لفترة مؤقتة، إذا وافقت دول مجموعة العشرين على ذلك.

ومن المقرر أن تعقد دول مجموعة السبع غدا الخميس اجتماعا عبر الهاتف برئاسة الرئيس الأميركي دونالد ترامب. وأعلنت بريطانيا أن وزير خارجيتها دومينيك راب سيقوم بتمثيلها في هذه المحادثات، مؤكدة أنها ستدفع باتجاه تنسيق الاستجابة الاقتصادية، بالإضافة إلى تحرك المجموعة «لدعم الدول الضعيفة».

تجاه تعليق مدفوعات خدمة الدين للدول الأشد فقرا. ودعا المسؤولون الدائنين من القطاع الخاص للمساهمة في المبادرة «بشروط مكافئة».

كورونا والاقتصاد

وكان وزراء مالية مجموعة العشرين أجروا مباحثاتهم اليوم الأربعاء وسط مخاوف من ركود، حيث استضافت السعودية اجتماعهم الافتراضي مع تحذيرات من إصابة الاقتصاد العالمي بأعمق ركود يشهده منذ قرن بسبب كوفيد-19، ووسط دعوات لتجميد تسديد ديون الدول الأشد فقرا. وعقد الاجتماع بعد يوم على اتفاق وزراء مالية

أعلن وزراء المال وحكام المصارف المركزية في دول مجموعة العشرين موافقتهم على تعليق مؤقت لخدمة الدين للدول الأشد فقرا، وذلك في بيان أصدره بعد اجتماع افتراضي استضافته السعودية، وحض البيان الجهات المانحة الخاصة على المشاركة بدورها في المبادرة. وقال ممثلو مجموعة العشرين «توافقنا على مقارنة منسقة مع جدول زمني مشترك يتضمن أبرز مزايا هذه المبادرة التي وافق عليها أيضا نادي باريس»، موضحين أن «جميع المانحين الرسميين الثنائيين سيشاركون في هذه المبادرة». وقال مسؤولو المالية بدول مجموعة العشرين -في بيانهم المشترك- إنهم اتفقوا على نهج منسق



أميركا.. حزمة الإنقاذ ترفع العجز بـ 1.8 تريليون دولار

قال مكتب الميزانية بالكونغرس الأمريكي إن حزمة الإنقاذ من تداعيات كورونا التي صدق عليها الشهر الماضي ستزيد عجز الميزانية الاتحادية نحو 1.8 تريليون دولار على مدى العشر سنوات القادمة.

وأفاد المكتب بأنه رغم إقرار مشروع القانون الخاص بالحزمة مساعدات مالية تتجاوز التريليون دولار، فإن التكلفة من المتوقع أن تكون أقل لأن بعض الدعم في صورة ضمانات قروض.

وأقر مجلس الشيوخ الأمريكي بالإجماع يوم 25 مارس، مشروع قانون بتريليون دولار يهدف إلى مساعدة العمال العاطلين والصناعات المتضررة من جائحة فيروس كورونا.

ويشمل المشروع أيضا توفير مليارات الدولارات لشراء المعدات الطبية التي تشتد الحاجة إليها في البلاد، بعد أن تجاوز عدد المصابين بكورونا فيها 60 ألف شخص وعدد الوفيات 800.

جدير بالذكر أن رئيسة مجلس النواب الأمريكي، نانسي بيلوسي، أعلنت عزمها تشكيل لجنة تضم ممثلي الحزبين الديمقراطي والجمهوري، لمراقبة إنفاق تربيون دولار وافق الكونغرس على تخصيصها لمواجهة وباء كورونا.



Governments, private sector need to aid emerging, developing countries: IMF chief

International Monetary Fund chief Kristalina Georgieva urged governments and the private sector to do all they can to help emerging markets and developing countries weather the economic and health impacts of the coronavirus pandemic. Georgieva lauded Wednesday's decision by the Group of 20 major economies and Paris Club creditors to temporarily suspend debt service payments by the poorest countries, and said the IMF's steering committee had unanimously urged private sector creditors to join in to prevent unnecessary bankruptcies. She told a videoconference press briefing that the IMF and the World Bank were looking at ways to ease the burden on other countries that also faced a high debt burden, adding that it was critical to halt the massive outflow of capital from emerging markets and developing countries.



عزاء إلكتروني لمدرس مصري توفي بفيروس كورونا

أدت إجراءات الوقاية التي فرضها انتشار فيروس كورونا، إلى وقف عادات متجذرة بين الناس، لا سيما إقامة بيوت العزاء، واستقبال المعزين. وحرمت عائلات المتوفين بفيروس كورونا من المشاركة في الجنازات، أو إقامة بيوت عزاء، ورغم ذلك فإن عزاء إلكترونيًا أقيم على شبكات التواصل الاجتماعي للدكتور بجامعة المنيا، عبد الهادي علي عبد الهادي الذي توفي الاثنين، إثر إصابته بالفيروس. ونعت محافل طلابية ونشطة على مواقع التواصل الاجتماعي، الأستاذ الجامعي، وذكروا مناقبه وسيرته الحسنة، وحسن معاملته. يشار إلى أن الدكتور عبد الهادي حصل مؤخرًا على جائزة إحصان عبد القدوس في المقال، وجائزة راشد في النقد الأدبي من إمارة الشارقة في الإمارات.

بطل أوروبي في الفنون القتالية يعلن إسلامه عبر فيديو نشره وهو يتلو الشهادة

أعلن الألماني، فيلهلم أوت، بطل أوروبا السابق في الفنون القتالية المختلطة إسلامه، من خلال فيديو ظهر فيه وهو يعلن الشهادة، قبل أن يؤكد أنه تحول إلى الإسلام عن اقتناع وبعد التعرف على الدين الإسلامي بشكل كاف.



في الفيديو الذي نشره الملاك الألماني ذو الأصول النمساوية والبالغ من العمر 37 عامًا، على حسابه في موقع التواصل الاجتماعي إنستغرام، قال إنه كان يقوم بأبحاث حول دين الإسلام لسنوات عديدة وأنه كان لديه الوقت الكافي للتفكير خلال فترة الحجر الصحي المفروضة بسبب فيروس كورونا قبل اتخاذ قراره. لينضم بذلك الملاك الألماني إلى مجموعة من نجوم الرياضة الذين سبقوا أن تحولوا إلى الإسلام، مثل بطل العالم للوزن الثقيل السابق مايك تايسون، والذي قرر اعتناق الإسلام بعد دخول السجن، والتقى هناك بعض الأشخاص الذين نجحوا في إقناعه بالتعاليم الإسلامية.

إلى جانب اللاعب الفرنسي فرانك ريبيري الذي أعلن اعتناقه الدين الإسلامي، واختار اسم بلال، وأكد الدور الكبير الذي يلعبه الدين الإسلامي في حياته، حيث يقول: «أواظب على الصلاة في المنزل وفي الفندق»، وهو متزوج من امرأة جزائرية. وكريم عبد الجبار أفضل هداف في تاريخ دوري كرة السلة الأمريكي للمحترفين، وتألّق لسنوات طويلة مع فريق ميلووكي ولوس أنجلوس ليكرز، وقد غير اسمه من ليو ألسيندور إلى كريم عبد الجبار بعد اعتناقه الإسلام.



أعلى 10 رؤساء دخلوا في العالم.. تعرف عليهم

يصل لـ378 ألف دولار، بينما يصل نصيب المواطن الأسترالي من الناتج المحلي لـ46 ألف دولار.

وفي المرتبة الرابعة حل الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، براتب سنوي يصل لـ400 ألف دولار في بلد يصل فيه نصيب الفرد من الناتج المحلي لـ54 ألف دولار. وحل ثالثًا رئيس الاتحاد السويسري يولي ماورير، براتب يصل لـ488 ألف دولار، ونصيب الفرد من الناتج الإجمالي يقدر بحوالي 47 ألف دولار.

بينما تربح في المرتبة الثانية، الرئيس التنفيذي لهونغ كونغ كاري لام، براتب سنوي وصل لـ568 ألف دولار، في الوقت الذي يصل فيه نصيب الفرد من الناتج الإجمالي في البلد لـ57 ألف دولار. وتصدر القائمة رئيس وزراء سنغافورة لي هسين لونج، براتب سنوي يصل لـ1.610.000 دولار أمريكي، بينما يصل نصيب الفرد من الناتج الإجمالي المحلي لـ86 ألف دولار.

نشرت صحيفة Wall St 24/7 الأرقام الخاصة بمدخيل رؤساء العالم، رغم عدم إفصاح الكثير من الدول حول العالم، عن رواتب الرؤساء، علماء بأن كثيرًا منهم موظفون عموميون وفقًا للقوانين والدساتير.

وحل في المرتبة العاشرة، رئيس وزراء لوكسمبورغ خافيير بيتل، براتب سنوي يصل لـ278 ألف دولار، في بلد يبلغ نصيب الفرد من الناتج المحلي حوالي 9 آلاف دولار.

أما في المرتبة التاسعة فجاء مستشار النمسا سيباستيان كورز، براتب يصل لـ328 ألف دولار سنويًا، ونصيب الفرد الإجمالي للفرد من الناتج المحلي لـ45 ألف دولار.

وحل في المرتبة الثامنة الرئيس الموريتاني، محمد ولد عبد العزيز، وراتب وصل لـ330 ألف دولار سنويًا، في بلد يبلغ نصيب الفرد من الناتج الإجمالي حوالي 3600 دولار. سابعًا حلت رئيسة وزراء نيوزيلندا جاسيندا آردن، براتب سنوي يصل لـ340 ألف دولار، في بلد يصل فيه نصيب الفرد من الناتج الإجمالي حوالي 35 ألف دولار. المستشارة الألمانية أنجيلا ميركل حلت في المرتبة السادسة براتب سنوي يقدر بـ370 ألف دولار، في الوقت الذي يصل فيه نصيب الفرد الألماني من الناتج الإجمالي لـ47 ألف دولار. ومتقدمًا على المستشارة الألمانية بفارق قليل، حل خامسًا رئيس وزراء أستراليا سكوت موريسون، براتب



عمره 99 عامًا.. بريطاني يجمع 22 مليون دولار لدعم قطاع الصحة بالسير حول حديقته

أريد أن استبق قائمة الشرف الخاصة بجلالته لكن من الواضح تمامًا أن هذا الرجل كان طوق نجاة للشعب في هذه الأوقات الصعبة. أعتقد أن الجميع يدعمون فكرة تكريمه». وقال العجوز الشاب إن جولات سيره لجمع التبرعات دعماً للخدمات الصحية تأتي امتناناً للرعاية التي تلقاها من هيئة الصحة الوطنية عندما تعرض لكسر في الفخذ ثم عندما خضع لعلاج من السرطان.

عيد ميلاده المئة يوم 30 أبريل/نيسان، لكنه أسر ألباب الشعب الخاضع لإجراءات عزل عام، وقد تدفقت التبرعات عليه من أنحاء العالم. وقال وزير النقل جرانت شابيس «إنه بطل قومي بالتأكيد. يا له من رجل قوي الشكيمة! إنه بطل بريطاني بحق وأعتقد أنه يعطي الناس بارقة أمل». وردا على سؤال ما إن كان ينبغي أن يلقي مور تكريماً من الملكة إليزابيث لمبارزته، قال الوزير «لا

جمع البريطاني توم مور (99 عامًا)، وهو من قدامى المحاربين، ما يربو على 17.4 مليون جنيه إسترليني (22 مليون دولار) لدعم الخدمات الصحية من خلال السير حول حديقته مما أدى لمطالبات بتكريمه من قبل الملكة إليزابيث. واستكمل مور السير مئة مرة حول حديقته أمس الخميس باستخدام مشاية لمساعدته. وكان النقيب المتقاعد بالجيش يسعي في البداية لجمع ألف جنيه باستكمال هذا التحدي قبل

أرادوا تقليد «البروفيسور» فوقعوا في قبضة الشرطة

يبدو أن المسلسل الإسباني الشهير «لاكازا دي بابل»، الذي يُعرف على نتفلكس باسم «البروفيسور»، قد أثر بشكل كبير في بعض الأشخاص في ألمانيا. أربعة رجال أرادوا السير على نهج بعض أبطال المسلسل فكانت لهم الشرطة بالمرصاد.

ومنذ الأسبوع الأول من شهر مارس/ آذار 2020 والأنظار موجهة بقوة إلى منصة «نتفلكس» التي تعرض حصريا الجزء الرابع من المسلسل الإسباني الشهير «البروفيسور». واكتسب هذا المسلسل شهرة واسعة وأصبح من بين الأكثر مشاهدة في العالم بفضل أحداثه المشوقة، وذكاء بعض أبطال المسلسل، الذين يخوضون صراعا مريرا مع الشرطة. وتدور أحداث مسلسل البروفيسور حول عصابة من اللصوص تحاول سرقة ذهب البنك المركزي الإسباني. ويرتدي أغلبية أعضاء العصابة أقنعة للرسم الإسباني الشهير سالفادور دالي بالإضافة إلى ملابس حمراء، ويحملون مسدسات في انتظار تعليمات العقل المدبر «البروفيسور». ويبدو أن أحداث هذا المسلسل الشيق قد أثرت في بعض الأشخاص في ألمانيا، ودفعتهم إلى القيام بتصرف ربما سيندمون عليه لاحقا، فقد ذكرت صحيفة «مونيستر لاند» أن شرطة مدينة بيلفيلد بولاية شمال الراين فيستفاليا، اضطرت للتدخل ضد أربعة رجال كانوا يحملون أسلحة ويرتدون ملابس شبيهة بتلك التي يرتديها أبطال المسلسل. وتابع المصدر نفسه أن شاهدا رأى أربعة رجال يتوجهون إلى كشك في المدينة، حيث كانوا يحملون الأسلحة في نسخة طبق الأصل للمسلسل الإسباني، وأضاف أن الشاهد اتصل بالشرطة، التي انتقلت بوجه السرعة إلى عين المكان من أجل معرفة ملابس ما يحدث، والحيلولة دون وقوع حادث ما. بيد أن الشرطة تفاجأت عند وصولها إلى عين المكان أن السبب وراء ارتداء هؤلاء الرجال ملابس شبيهة بملابس أبطال مسلسل البروفيسور وحملهم للأسلحة، هو رغبتهم في تصوير إعلان تجاري لمتجر للشيشة في المدينة. في المقابل، لم تقتنع الشرطة بمبررات هؤلاء الرجال ووصفت ما قاموا به بأنه «عمل غبي وخطير». وقد تم تقديم شكوى ضد الرجال الأربعة بسبب انتهاك قانون الأسلحة، حسب ما أشارت إليه مجلة «دير شبيغل».



لأول مرة منذ 68 عاما.. المدافع تصمت في احتفال الملكة إليزابيث بعيد ميلادها

احتفلت الملكة إليزابيث الثانية بعيد ميلادها من دون مراسم رسمية ولا طلقات المدفع التقليدية، لأنها «غير مناسبة» في ظل الوباء المنتشر في البلاد.

ووفقا لقناة «أي تي في» البريطانية، فإن هذه هي المرة الأولى التي تطلب فيها الملكة مثل هذا الأمر منذ اعتلائها العرش قبل 68 عاما. وتحتفل الملكة بعيد ميلادها الرابع والتسعين الثلاثاء. وفي هذه المناسبة كانت تنطلق طلقات مدفع من هايد بارك ومن برج لندن ومن منتزه ويندسور الملكي على بعد حوالي أربعين كيلومترا غرب العاصمة البريطانية. لكن مصدرا في قصر باكينغهام قال لوكالة الصحافة الفرنسية إن العيد لن يشهد أي مراسم رسمية هذه السنة. وأوضح المصدر أنه «لن يكون هناك طلقات مدفع، إذ تمت جلاستها عدم اتخاذ أي إجراءات خاصة للسماح بطلقات المدفع، لأنها ترى أن ذلك غير مناسب في ظل الظروف الراهنة». وسبق للقصر أن أعلن أن العرض العسكري الذي ينظم سنويا في يونيو/ حزيران احتفالا بالعيد الرسمي للملكة، لن يقام هذه السنة أيضا. وبسبب انتشار الوباء، عزلت الملكة إليزابيث الثانية (93 عاما) نفسها مع زوجها الأمير فيليب (98 عاما) في قصر ويندسور، لأنهما يعتبران من الفئات المعرضة للإصابة بسبب تقدمهما بالسن.

سلاحف بحرية نادرة تتكاثر على شواطئ تايلاند المهجورة

أفاد خبراء بيئيون بأن تايلاند عثرت على العدد الأكبر من أعشاش السلاحف الجلدية الظهر البحرية النادرة منذ عقود من الزمن، على الشواطئ الخالية من السياح بفضل حالة الإغلاق العام والحجر الصحي التي فرضها وباء فيروس كورونا العالمي. وأوضح مدير «مركز فوكيت البيولوجي البحري»، كونكيات كيتيواتانونغ، أن أعشاش السلاحف الجلدية الظهر التي عثرت عليها السلطات التايلاندية بلغ عددها 11 منذ نوفمبر/ تشرين الثاني الماضي، وهو الأكبر منذ عشرين عاما.

وقال كيتيواتانونغ لوكالة «رويترز»: «الاكتشاف شديد الأهمية بالنسبة إلينا، لأن مناطق تفريخ عدة دمرها البشر، ولم نعث على أي أعشاش مشابهة خلال السنوات الخمس الماضية».

تجدر الإشارة إلى أن السلاحف الجلدية الظهر تعد النوع الأكبر من السلاحف البحرية حول العالم، وهي مهددة بالانقراض في تايلاند، وأدرجها «الاتحاد الدولي للحفاظ على الطبيعة» ضمن قائمته للحيوانات المهددة عالميا.

وتضع هذه السلاحف بيوضها في الأماكن المظلمة التي يصعب العثور عليها حين يغزو السياح الشواطئ. ومن الشائع أن يحفر الأشخاص الأعشاش لسرقة البيوض.

يذكر أن تايلاند سجلت إلى الآن 2765 إصابة مؤكدة بفيروس كورونا الجديد و47 وفاة، وفرضت قيودا على السفر راوحت بين حظر الرحلات الجوية الدولية ومناشدة المواطنين البقاء في منازلهم، ما أدى إلى انهيار أعداد السياح، وتالياً انتعاش الحياة البرية على الشواطئ.



Spain's famous bull run festival cancelled over virus

For 5th time in its history, San Fermin festival in city of Pamplona suspended. Spain's massive San Fermin bull run festival has been cancelled this year due to the COVID-19 pandemic, the Pamplona City Council announced on Monday. The festival, propelled to international fame by the likes of Ernest Hemingway, attracts around 1.45 million visitors to the city of Pamplona every year in July. "The San Fermin festival cannot be an exception. Like the rest of global and national events, it will be suspended. Until we have a vaccine, this is how it will have to be," Ana Elizalde, the acting mayor of Pamplona, said in a statement. "This is not the time for pyrotechnics, running with the bulls, bullfighting or parades," she added.

Enrique Maya, the mayor, has tested positive for

coronavirus and is at home recovering. In Navarra, the region home to Pamplona, 413 people have died so far from COVID-19 and 4,831 have tested positive for the virus.

This is not the first time that the famous running with the bulls festival has been canceled. In the years 1937 and 1938, it was called off in the midst of the Spanish Civil War. In 1978, it was canceled after a student died in riots related to the ETA terrorist group. In 1997, it was also suspended after ETA assassinated a local politician.

A study by a bullfighting association in 2014 estimated that the economic impact of the festival was around €136 million (\$147.3 million).

Spain's summer months are the most important for the country's tourism sector, which, besides offering beaches, hosts several summer festivals that draw in millions of tourists from around the world. From music festivals to fiestas that involve large crowds throwing wine or tomatoes at each other, cancellations are set to continue.

According to the National Statistics Institute, 12.3% of Spain's GDP is generated by the tourism industry. On Monday, the Bank of Spain forecast that the country's economy could contract this year as much as 13%. Spain is one of the world's worst-hit countries by the novel coronavirus. It has registered a total of more than 21,200 deaths and over 204,100 confirmed cases so far. Since appearing in Wuhan, China, last December, the novel coronavirus has spread to at least 185 countries and regions. Data compiled by the U.S.' Johns Hopkins University shows worldwide infections have reached nearly 2.5 million, with the death toll above 171,000, while over 658,000 people have recovered.



A&T UNITED SERVICES, INC.

Authorized E-Filer



8542 Joseph Campau St.
Hamtramck, MI 48212
U.S.A

مكتب
العماري

Ali Ammari
Owner/Director

لخدمات التاكس والهجرة
Immigration And Tax Services

Office: (313) 758-0790 Fax: (313) 974-7629
at- united@sbcglobal.net

أسواق فوردسون

سمانة
عربية
بأنواعها

FORDSON MARKET

Mid-East Groceries, Fruits & Vegetables

Mohamed Osman **313-584-5849** بإدارة الحاج / محمد عثمان

5280 ford rd. Dearborn, MI 48126

MOSED DHULAIMI

Realtor

Cell : 313.523.7776
Office : 313.565.3200
Fax : 313.565.2369

moe42205@sbcglobal.net

23756 Michigan Ave. Suite 100
Dearborn, MI 48124



Islamic Poultry

المسالخ الإسلامي

الرجاء الإتصال مسبقا لعجز طليبات الدجاج

Call Ahead For Chicken Orders

Tel: 313.841.4300

2461 Akron St.
Dearborn, MI 48120

Open 7 Days
8am-5pm

إنما يعمر مساجد الله من آمن بالله واليوم الآخر وأقام الصلاة وآتى الزكاة ولم يخش إلا الله - فسي أولئك أن يكونوا من المهتدين

صدقة جارية ... لا تضيع الفرصة

لبناء مسجد جديد في سان دياجو كاليفورنيا

Islamic Center of Eastlake

PROJECT EASTLAKE The Future Is New

PLEASE DONATE TO BUILD
A NEW MOSQUE FOR YOUR REAL FUTURE



SALT CREEK GOLF COURSE 525 Hunte Pkwy. Chula Vista . CA 91914
www.islamiccenterofeastlake.com

Islamic Center Of Eastlake , San Diego , California

The above project is a mosque with Islamic school will be built in southern california near San Diego city. please Donate Generously

هذا المشروع مركز إسلامي متكامل يتكون من مسجد ومدرسة إسلامية وقاعة اجتماعات وصالة رياضة للأطفال في مدينة سان دياجو كاليفورنيا . الرجاء التبرع يا أهل الخير فهي صدقة جارية لك ولذريتك

قال عليه الصلاة والسلام (من بنى مسجداً لله كمحصن قنطرة أو أصغر بنى الله له بيتاً في الجنة)

MOHAMED JARALLAH

REALTOR

Master Level Producer

Office: (313) 274-1700 Ext. 276
Fax: (313) 274-6987
Cell: (313) 674-1700

24711 Michigan Avenue
Dearborn, MI 48124



Century 21
Curran & Oberski



mohamed.garallah@century21.com www.centurycc.com

لاعلاناتكم في مجلة

مجلة العربي السياسية • ثقافية • اجتماعية • شهرية • شاملة • مستقلة
الأمريكي اليوم

THE ARAB AMERICAN TODAY

مجلة عرب أمريكا الأولى

First Arab American Magazine

مجلة عرب أمريكا الأولى

الاتصال على

313 - 409 - 9541

أسواق الحرمين

Open 7 Days



حلال HALAL verified

Al Haramin Food Center

Halal Meat - Fresh Fruits & Vegetables - groceries - dairy - frozen & fresh food

WE ACCEPT WIC

We Gladly Accept

DISCOVER VISA MasterCard

3306 Caniff St. Hamtramck, MI 48212
Tel : 313.870.9748 - Fax: 313.871.0920 - ghamdan09@yahoo.com

ضم غور الأردن يتصدر جدول أعمال الحكومة الإسرائيلية الجديدة

ونقل الكاتب عن «أوساط المستوطنين في الضفة الغربية، ومنهم شاي ألون رئيس المجلس الاستيطاني «بيت إيل»، أنهم رحبوا باتفاق إعلان الحكومة الإسرائيلية، بشرط ألا تكون على حساب المصالح المستقبلية لنصف مليون مستوطن يهودي في الضفة الغربية، ولدينا اليوم فرصة تاريخية لتأمين مستقبل التواجد الاستيطاني وفرض السيادة، وأمل أن الحكومة الإسرائيلية التي ستقام في الساعات القادمة لن تهدر مزيداً من الوقت».

أما عويد إحياني، رئيس مجلس مستوطنات «يشع» بالضفة الغربية، فقال إننا «سعداء بقدوم اليوم الذي نواصل فيه العمل لصالح مستوطني الضفة وغور الأردن، فالحكومة الإسرائيلية الجديدة فيها أغلبية غير مسبوقه مؤيدة لفرض السيادة الإسرائيلية على تلك المناطق، ونتوقع فرض القانون الإسرائيلي وإعلان السيادة في الكنيسة من خلال حكومة موحدة وقوية تواصل السياسة الحكومية السابقة لتطوير التجمعات الاستيطانية اليهودية».

وأشار إلى أن «الإدارة الأمريكية طلبت من نتنياهو الانتظار في فرض السيادة على الغور، إلى حين اتفاق اللجنة المشتركة الأمريكية الإسرائيلية على الخرائط النهائية التي ستشملها خطة إسرائيل لفرض سيادتها، خشية أن يؤثر ذلك على الدولة الفلسطينية المستقبلية، وقد بدأت اللجنة المشتركة عملها منذ فترة، لكنها توقفت فجأة بسبب ظهور وباء كورونا، وتفشي في إسرائيل والولايات المتحدة، فيما حذر أقطاب المؤسسة الأمنية الإسرائيلية أن ضم غور الأردن ستؤدي لإلغاء اتفاق السلام مع المملكة».

الدولية بهذا الخصوص».

وأوضح أن «هذا البند في الاتفاق الانتقالي يأتي بغرض الحفاظ على المصالح الأمنية والاستراتيجية لإسرائيل، من بينها المحافظة على الاستقرار الإقليمي، واتفاقات السلام الحالية، والتطلع إلى اتفاقات أخرى مشابهة في المستقبل مع الدول العربية».

وأكد أن «المسودة الحالية المتعلقة بضم غور الأردن تأتي بسبب مخاوف أزرق-أبيض من أن تؤدي هذه الخطوة لأزمة عاصفة في العلاقات مع الأردن، وربما إلغاء اتفاق السلام معه، وقد أراد غانتس ألا يتضمن اتفاق الشراكة مع نتنياهو أي خطوة متسعة تتسبب بتوتر سياسي مع المملكة، مع أن جهود نتنياهو لفرض السيادة على غور الأردن ومستوطنات الضفة الغربية حتى قبل الانتخابات باء بالفشل؛ بسبب معارضة البيت الأبيض».

وأشار إلى أن «الإدارة الأمريكية طلبت من نتنياهو الانتظار في فرض السيادة على الغور، إلى حين اتفاق اللجنة المشتركة الأمريكية الإسرائيلية على الخرائط النهائية التي ستشملها خطة إسرائيل لفرض سيادتها، خشية أن يؤثر ذلك على الدولة الفلسطينية المستقبلية، وقد بدأت اللجنة المشتركة عملها منذ فترة، لكنها توقفت فجأة بسبب ظهور وباء كورونا، وتفشي في إسرائيل والولايات المتحدة، فيما حذر أقطاب المؤسسة الأمنية الإسرائيلية أن ضم غور الأردن ستؤدي لإلغاء اتفاق السلام مع المملكة».

عدنان أبو عامر

قال كاتب إسرائيلي إن «الاتفاق على تشكيل الحكومة الإسرائيلية الجديدة بين بنيامين نتنياهو زعيم حزب الليكود وبيني غانتس قائد حزب أزرق-أبيض، يتضمن بندا أساسيا حول فرض السيادة الإسرائيلية على الضفة الغربية وغور الأردن، ولكن بما يمنع اندلاع أزمة سياسية قاسية مع الأردن».

وأضاف إيتمار أيختر، المرسل السياسي لصحيفة يديعوت أحرونوت، في تقرير له، أن «الرجلين اتفقا على أن يتم فرض السيادة في الضفة الغربية من خلال اتفاق مع الولايات المتحدة، ونقاش مع المجتمع الدولي، ومن أجل الحيولة دون نشوب أزمة مع الأردن، في حال قرر نتنياهو ضم الغور كما وعد جمهور ناخبيه في معسكر اليمين».

ونقل عن مصدر مسؤول من المستوطنين أن «المعركة على الضم بدأت لتوها، ومن الواضح أننا لن نوافق على فرض السيادة على الضفة الغربية وفقا لمزاج ترامب، لأنه وفقا للاتفاق الموقع بين الليكود وأزرق أبيض، فإن مسألة فرض السيادة الإسرائيلية سيتم طرحها على جدول أعمال الحكومة القادمة، وموافقتها مع الكنيست بدءا من الأول من حزيران/ يوليو المقبل».

وكشف النقاد أنه «تم إقرار هذا البند، وبهذه الصيغة، بناء على طلب أزرق-أبيض، لمنع نشوب أزمة مع الأردن، وقد نجح غانتس في إدخال هذا البند الذي يتضمن أخذ موافقة من الولايات المتحدة وفقا لصيغة القرن، خاصة ما يتعلق بالخرائط الجغرافية المنشورة في ملاحق الصيغة، وإجراء مباحثات مع الأسرة بيوتهم».



فلسطيني يصنع فوانيس رمضان ويوزعها مجانا على أطفال منطقتة

الأناضول

يعكف شاب في فلسطيني على صناعة عشرات من فوانيس رمضان، بهدف توزيعها على الأطفال بمخيم النصيرات للاجئين، وسط قطاع غزة، حيث يسكن منذ سنوات طويلة، يعمل سامي فؤاد (30 عامًا) في مجال الإرشاد والتربية النفسي للأطفال الأيتام بجمعية خيرية في غزة، ما جعله قريباً منهم، ويفهم احتياجاتهم أكثر، ويعمل على تليبيتها بالطرق المناسبة.

ويقول الشاب: «الفلسطينيون في غزة وعلى الرغم من ظروفهم الصعبة، إلا أنهم يحاولون استقبال شهر رمضان مثل كل عام على قدر المستطاع، ومبادرة صناعة الفوانيس وتوزيعها على الأطفال تأتي في هذا السياق».

ويضيف: «أسعار فوانيس رمضان في الأسواق مرتفعة جدا ولا يستطيع معظم الناس في غزة اقتنائها بسبب ظروفهم الصعبة».

ويتابع: «لذلك قررت صناعة الفوانيس بتمويل من إحدى المؤسسات الخيرية الفلسطينية، باستخدام إمكانيات بسيطة مثل الأوراق الملونة والخرز وبعض قطع الزينة البلاستيكية، وتوزيعها على الأطفال مجانا لإدخال الفرحة إلى قلوبهم في شهر رمضان».

وبسبب خصوصية شهر رمضان هذا العام الذي سيقضيه الأطفال في منازلهم ضمن تدابير الوقاية من فيروس كورونا، أراد فؤاد أن يهديهم فوانيسه ليلعبوا بها ويقضوا أوقاتا ممتعة داخل بيوتهم».

ويقول: «البسمة ومعالم الفرح التي سترتسم على وجوه الأطفال عندما أعطيتهم الفوانيس هي الحافز الأول الذي يدفعني للاستمرار في هذا العمل والسعي لتوسيعه بكل الإمكانيات المتاحة، لأنتمكن من الوصول إلى أكبر عدد من الأطفال داخل بيوتهم».

وفي إطار توسيع مبادرته، يشير فؤاد إلى أنه يعمل حاليا على تعليم الأطفال صناعة الفوانيس داخل منازلهم بمعدات ومستلزمات موجودة داخل المنازل؛ ليتمكنوا من استغلال أوقاتهم بطريقة مثلى.

وتتم عملية تدريب الأطفال في الوقت الحاضر إلكترونياً، بسبب حالة الحجر المنزلي التي يلتزم فيها معظم أهالي قطاع غزة، حيث يتواصل معهم «فؤاد» عبر البث المباشر على منصات التواصل الاجتماعي.

وفيما يتعلق بتكلفة صناعة الفوانيس، يشير «فؤاد» إلى أن الأمر يخضع لحجم وتصميم كل فانوس، فتتراوح التكلفة بين دولار واحد و10 دولارات.

ويضيف موضحاً: «إجمالاً هذا السعر يعتبر أقل من أسعار الفوانيس التي يتم استيرادها من الخارج، والتي تكون غالباً ذات جودة رديئة».

وتمكن الشاب، في هذا العام من صناعة عشرات الفوانيس التي تم توزيعها على الأطفال مجاناً، وسيعمل خلال الفترة القادمة على إنتاج المزيد.

ويعاني قطاع غزة، حيث يعيش أكثر من مليوني فلسطيني، أوضاعاً اقتصادية ومعيشية متردية للغاية، جراء حصار إسرائيلي متواصل منذ ما يزيد عن 13 عاماً.



فيروس كورونا يهدد السلم الاجتماعي ويفاقم الانقسامات

بينما تتجه دول العالم للخروج من تحت وطأة وباء كورونا، وتسعى العديد منها للتخفيف من إجراءات العزل بعدما نجحت في السيطرة على الوباء، يظهر إلى العلن المزيد من المشاكل التي تهدد السلم الاجتماعي في أكثر من بلد، كما في الولايات المتحدة وفرنسا. يتوازي ذلك مع تفاقم الانقسامات العالمية، لا سيما مع الاتهامات المتعددة للصين بإخفاء معلومات حول الوباء، وتحديدًا من الولايات المتحدة، وهو ما يضعف التعاون الدولي في مواجهة هذه الجائحة وما تخلّفه من مصاعب اقتصادية واجتماعية ومعيشية عالمية.

وقعت اشتباكات بين الشرطة وشبان في إحدى الضواحي الفقيرة في باريس

وتتزايد التحركات الرافضة لإجراءات الإغلاق في أكثر من بلد. ووقعت اشتباكات بين الشرطة وشبان في إحدى الضواحي الفقيرة في باريس، وسط إجراءات العزل الصارمة لمكافحة تفشي كورونا. وتفجرت الأحداث في حي فيلنوف لا غارين بعد أن أصيب قائد دراجة نارية حين اصطدم بباب كان مفتوحاً لسيارة للشرطة لا تحمل شعارها المميز. وعاد الهدوء للحي قبل أن تتجدد الاضطرابات لاحقاً.

في الولايات المتحدة، تجمّع نحو 2500 شخص عند مبنى الكونغرس في واشنطن للاحتجاج على أمر الحاكم الديمقراطي جاي إنسلي بالبقاء في البيوت لحد من انتشار كورونا. وقال تيلر ميلر وهو مهندس ومسؤول انتخابي في الحزب الجمهوري لـ «رويترز» إن «إغلاق الأعمال التجارية باختيار الراحين والخاسرين وما يتضمنه ذلك من أشغال أساسية وغير أساسية يمثل انتهاكاً لدستور الولاية وللدستور الاتحادي». وكان الرئيس الأميركي دونالد ترامب قد أبدى الجمعة تأييده لاحتجاجات مماثلة في ميشيغن ومينيسوتا وفرجينيا «لتحريرها» من قواعد التباعد الاجتماعي.

أما في البرازيل فلا يبدو الوضع أفضل، إذ شهدت أكثر من مدينة تظاهرات رفضاً لإجراءات الإغلاق وسط دعوات لحكام الولايات إلى الاستقالة. ويبدو الرئيس البرازيلي جايير بولسونارو المتصدر الرئيسي للحملة على حكام الولايات حتى أنه شارك في إحدى التظاهرات. كما أقال قبل أيام وزير الصحة، لويس هنريك مانديتا الذي كان يعزّز إجراءات العزل. وفي إسبانيا طلبت المعارضة توضيحاً رسمياً من وزير الداخلية فرناندو غراندي مارلاسكا بعد بيان لمتحدث باسم الحرس المدني الجنرال خوسيه مانويل سانتياغو، قال فيه إن قوات الشرطة في جميع أنحاء



البلاد

تتحدى رسائل تنتقد

تتعامل الحكومة مع الوباء. وأضاف أن الحرس المدني يعمل على «تجنب الضغط الاجتماعي الناجم عن الشائعات وعلى تقليل المناخ المعارض لكيفية إدارة الحكومة للأزمة».

وهو ما اضطر وزير الداخلية ووزيرة الدفاع مارغريتا روبلز إلى التخفيف من حدة تصريحات سانتياغو عبر التأكيد على أنه أساء التعبير. وأكد وزير الداخلية أن الشائعات هدفها تعريض النظام الاجتماعي للخطر، مشيراً إلى أن الإجراءات المتخذة لا تشمل «النقد السياسي لأن ذلك يندرج ضمن حرية التعبير».

إلى ذلك اعتبر وزير الخارجية الفرنسي جان إيف لودريان، أن الوباء يفاقم «الانقسامات» العالمية والخصومة الصينية الأميركية ويضعف في نهاية المطاف التعددية الدولية. وقال في مقابلة مع صحيفة «لو موند» «أخشى أن يصبح عالم ما بعد (الوباء) مشابهاً كثيراً لعالم ما قبله، لكن أسوأ». وأضاف «يبدو لي أننا نشهد تفاقم الانقسامات التي تقوّض النظام العالمي منذ سنوات. الوباء يمثل استمرارية الصراع بين القوى من خلال وسائل أخرى». وندد بـ«توسيع المناقشة الدولية، وحتى المواجهة، في كل القطاعات» بما في ذلك «ميدان المعلومات». وقال إن «انغلاق» الولايات المتحدة التي «يبدو أنها مترددة في أداء دور القائد على المستوى الدولي» يعقد كل «خطوة مشتركة» بشأن التحديات العالمية الكبيرة ويشجّع تطلعات الصين إلى السلطة.

وفي سياق التوجس من الصين ودورها، كشفت صحيفة «دي فيلت» نقلاً عن تقرير للمخابرات الداخلية الألمانية، أن الصين ومن خلال أنشطة استخباراتها في ألمانيا، تسعى لاستخدام صانعي القرار من «جماعات

ضغط

من أجل إحداث تأثير

في ألمانيا. هذا الأمر دفع بنائب رئيس كتلة «الليبرالي الحر» شتيفان توميه للقول «يحاول المسؤولون الصينيون الآن إعطاء انطباع بأن النظام الصيني الاستبدادي أفضل من الديمقراطيات الليبرالية في الغرب وبأنه قادر على السيطرة على الوباء»، مضيفاً أن «السلوك المضلل من قبل هؤلاء يمكننا من التشكيك في نجاح ذلك». في غضون ذلك، تتجه دول عديدة بحذر نحو تخفيف القيود الهادفة للحد من تفشي الوباء مع بدء إجراءات العزل بتحقيق نتائج. وفتحت العديد من المتاجر أبوابها في وقت سابق من هذا الشهر في ألمانيا، في المرحلة الأولى من عملية طويلة لخروج البلاد من العزل. في الترويج، حيث تعتقد السلطات أن «الفيروس أصبح تحت السيطرة»، أعادت دور الحضارة فتح أبوابها. وأعادت الشركات الصغيرة فتح أبوابها بعد خمسة أسابيع من الإغلاق في الدنمارك. كما بدأت إيران فتح طرق سريعة ومراكز تسوق رئيسية لتحفيز اقتصادها. وبدأ الكوريون الجنوبيون في العودة للعمل والأزدحام في المراكز التجارية والحدائق وبعض المطاعم بعد أن خففت السلطات قواعد التباعد الاجتماعي. فيما قالت رئيسة الوزراء جاسيندا آرديرن إن نيوزيلندا ستمدد تدابير العزل العام أسبوعاً وستنتقل بعده لمستوى أقل من القيود. وفي الصين، ستفتح مدارس مقاطعة هواي بؤرة تفشي الوباء، أبوابها اعتباراً من 6 مايو/أيار لطلاب المرحلة النهائية الثانوية.

The dangers of crisis diplomacy: Italy, China, and Russia

With the European Union's economic covid-19 plan now on the table and the lockdown in Italy extended until the beginning of May, the country has just entered the third and most delicate phase of a game of narratives. The first phase started in March with the intensification of the covid-19 crisis. At that time, most Italian political leaders were ready to stand together to fight the spread of the virus. The sovereignty exceptions to this were embodied by League leader Matteo Salvini and his Brothers of Italy counterpart, Giorgia Meloni – who make heavy use of propaganda but whose parties hold just 22 percent of seats in the Italian Parliament. Then, in April, Italy entered the second phase of the game of narratives: displays of solidarity. Italy was on the front line in receiving medical support from the European Union, its member states, the United States, and, most visibly, China and Russia. In this phase, the gradual polarisation of Italy's coalition government began. On one side, the Five Star Movement strengthened the public narrative praising China and Russia for their unique friendship and support for Italians. For example, the party argued that this Chinese support was a reward for Italy's significant engagement with

China's Belt and Road Initiative. According to the Five Star Movement, Italy's investment in the common project helped it react to the covid-19 emergency more efficiently. On the other side, the Democratic Party emphasised its gratitude towards Washington and Brussels, making every effort to strengthen Italy's European and transatlantic relationships. Without dismissing Moscow's and Beijing's support, the Democratic Party stressed the importance of caution in public praise that could jeopardise those stronger and more structured relationships. The second phase had several key features. Russia – traditionally a close friend of rightist Italian politicians such as Salvini and former

prime minister Silvio Berlusconi – now deals directly with the anti-establishment Five Star Movement and the centrist prime minister, Giuseppe Conte. However, the situation became somewhat confused due to the Italian government's delayed and inadequate reaction to alleged threats against a La Stampa journalist from the Russian Ministry of Defence.

There is an increasing discrepancy between Rome's approach to Russia and public perceptions of the country: most Italians do not consider the country to be their biggest friend. Nonetheless, the Italian government – or, at least, half of it – has included Russia in the list of first responders to Italian appeals for international solidarity. Another key feature of the second

phase was that the Five Star Movement, the sole architect of Italy's major role in the Belt and Road Initiative, helped push forward Beijing's mask diplomacy narrative – according to which China is rescuing other countries by providing them with medical supplies. While many Western powers were voicing concerns about China's responsibility for the global spread of the coronavirus, one half of the Italian government transformed itself into the symbol of Chinese aid to the European Union and its member states. This appeared to reaffirm the Five Star Movement's role as China's preferred interlocutor in Italy. Finally, the EU emerged as the biggest loser from this phase, initially proving unable to present a credible narrative about how its management of the covid-19 crisis protected Europeans' health and economic security. Italians are unlikely to forget their anger at preliminary statements made by European Central Bank President Christine Lagarde and European Commission President Ursula von der Leyen. And the consequences of this are already very visible: 49 percent of Italians now want Italy to leave the EU, a rise of 20 percentage points since November 2018.

To read the rest of the article go to : <https://www.ecfr.eu/>



الإنفاق العسكري في 2019: الأعلى منذ الحرب الباردة

بلغ الإنفاق العسكري العالمي عام 2019 أعلى مستوياته منذ نهاية الحرب الباردة، واحتلت الولايات المتحدة الصدارة من حيث حجم الإنفاق، وفق ما أفاد، اليوم الإثنين، تقرير لمعهد استوكهولم الدولي لأبحاث السلام (سيبري).

على مدار العام ككل، ارتفع الإنفاق العسكري إلى 1.917 مليار دولار (1.782 مليار يورو) في العالم، أي بزيادة سنوية قدرها 3.6%، هي الأكبر منذ 2010. وقال الباحث في «سيبري»، نان تيان، رداً على سؤال لوكالة «فرانس برس»، إن «الإنفاق العسكري بلغ أعلى مستوى له منذ نهاية الحرب الباردة» عام 1989. وتبقى الميزانية التي خصصتها الولايات المتحدة الأولى في هذا المجال، وقد زادت بنسبة 5.3% عام 2019 إلى 732 مليار دولار، أي ما نسبته 38% من الإنفاق العالمي. وبعد سبع سنوات من التراجع، عاود الإنفاق

العسكري للبلاد الارتفاع عام 2018. وتأتي الصين وراء الولايات المتحدة، مع 261 مليار دولار، بزيادة 5.1% على مدى عام واحد، والهند مع 71.1 مليار دولار (+ 6.8% على مدى عام). وكان الإنفاق العسكري للصين خلال السنوات الـ 25 الماضية قد جاء متوازياً مع منحى النمو الاقتصادي للبلاد. وتنعكس الاستثمارات رغبة الصين في «جيش من الطراز العالمي»، حسب ما قال نان تيان. وأضاف: «الصين أعلنت صراحة أنها تريد بشكل أساسي التنافس مع الولايات المتحدة كقوة عسكرية عظمى». وفي ما يتعلق بالهند، قال سيمون وايزمان، وهو باحث آخر في المعهد، إن «التوترات وتنافس الهند مع باكستان والصين هما من بين عوامل زيادة الإنفاق العسكري» للبلاد. والدول الخمس الكبرى من حيث الإنفاق - بينها روسيا والسعودية - أنفقت جميعها أكثر من 60 في

نحو حالة من الركود، اعتبر تيان أنه سيتعين على الحكومات إعادة النظر في الإنفاق بالمجال العسكري وتوجيهه نحو قطاعات مثل الصحة والتعليم. وأضاف أن ما يجري «يُرجح أن يكون له تأثير حقيقي على الإنفاق العسكري». لكن الباحث أوضح أن الانخفاض في الإنفاق العسكري في سياق أزمة معينة لا يدوم طويلاً على الإطلاق. وتابع: «يمكن أن نرى انخفاضاً في الإنفاق لمدة تراوح بين سنة وثلاث سنوات، ثم زيادة جديدة في السنوات المقبلة».

المئة من حجم الإنفاق العسكري العالمي. أما ألمانيا التي حلت سابعة وراء فرنسا، فسجلت من جهتها أقوى زيادة في لائحة الدول الـ 15 الأكثر إنفاقاً: فقد زاد إنفاقها بنسبة 10% عام 2019 إلى 49.3 مليار دولار، ويعود ذلك جزئياً إلى المخاوف من تهديد روسي، حسب معدي التقرير. وفي حين أشار تيان إلى أن «نمو الإنفاق العسكري تسارع في السنوات الأخيرة»، حذر في الوقت نفسه من أن هذا الميل قد ينعكس بسبب فيروس كورونا الجديد الذي يهز الاقتصاد العالمي. وبينما يتجه العالم

Israel slams Egyptian Ramadan series predicting destruction of Jewish state

A futuristic Egyptian television series predicting the destruction of the state of Israel is "unacceptable", Israel's Foreign Ministry said on . The Ramadan series is "unfortunate and totally unacceptable, especially between countries that have a peace agreement between them for the past 41 years", the ministry said in a statement on . Egypt's "El-Nehaya" or "The End" is a dystopian drama set in a future world controlled by cyborg clones. The show's first episode,, features a classroom scene set in the year 2120 in which children are learning about the "war to liberate Jerusalem". «America was the central supporter of the Zionist state," the teacher in the scene says. «When the time came for the Arab states to get rid of their sworn enemy, a war broke out that was named the war to liberate Jerusalem... the war ended quickly and brought about the destruction of the Zionist state of Israel less than 100 years after its establishment [in 1948].» «Most of the Jews in Israel ran away and returned to their countries of origin in Europe," the teacher added. While many Jews settled in Israel after migrating or fleeing from European countries, the majority of the Jewish population are Mizrahi or Sephardic Jews. Mizrahi Jews hail from Middle Eastern and North African countries, while Sephardic Jews trace their origins to the Iberian peninsula from which they were forced to flee during the Spanish inquisition. Many Sephardic Jews fled to North Africa and the Ottoman Empire. To read the rest of the article go to : <https://english.alaraby.co.uk/>



تصاعد التوتر بالخليج... إيران تحذر من «الاستفزازات الأميركية»

في الطريق القوات الأميركية، متهمه إياها بـ«عدم احترام قوانين الملاحة الدولية».

وسط هذه الروايات المتناقضة للقوات العسكرية للبلدين، أعلن الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، في الثاني والعشرين من إبريل، أنه أمر بـ«استهداف» و«تدمير» أي قطعة بحرية إيرانية تقترب من السفن الأميركية في الخليج.

وعلى صعيد متصل بالتوتر مع واشنطن، هاجم وزير الخارجية الإيراني محمد جواد ظريف، نظيره الأمريكي مايك بومبيو، والرئيس الأمريكي، في تغريدة، قائلاً إن الرجلين «أعلننا قبل عامين نهاية مشاركة الولايات المتحدة في الاتفاق النووي ظناً منهما أن الضغوط القصوى ستجبر إيران على الاستسلام».

وأضاف ظريف أنه بعد «فشل هذه الضغوط، بشكل ملفت للنظر يدعو الوزير الأمريكي إلى المشاركة في الاتفاق النووي من جديد»، مخاطباً الإدارة الأميركية «كفوا عن الأوهام».

وبحر عمان ونقل الطاقة».

واتهمت ما وصفها بـ«التحالفات المزيفة العابرة للمنطقة بقيادة أميركا» بأنها «تضر النظام والأمن الإقليميين»، داعية القوات الأميركية وحلفاءها في المنطقة إلى «إنهاء تصرفاتهم الاستفزازية والخطيرة للحؤول دون انتشار التوتر».

وأكدت الهيئة العامة للأركان الإيرانية أن طهران «لن تبدأ أي توتر وحرب في المنطقة»، مهددة بأنها «سترد بحزم وقوة على أي مغامرة وتحرك استفزازي»، محملة «القوات المتخاضمة، منها القوات الأميركية، عواقب ذلك».

ويأتي بيان هيئة الأركان الإيرانية، بعد وقوع احتكاك بين زوارق عسكرية إيرانية وقطع بحرية أميركية في مياه الخليج، منتصف شهر إبريل الماضي، وسط تناقض روايات الطرفين حول أسباب الحادث، حيث اتهم الجيش الأميركي الحرس الثوري الإيراني بمضايقة السفن الأميركية، إلا أن الحرس نفى ذلك، وأعلن في بيان أن زوارقه كانت في مهمة وواجهت

لا تزال أصداء التوتر البحري الأخير بين إيران والولايات المتحدة الأميركية مستمرة ولا يبدو أن التوتر سينتهي قريباً، إذ أصدرت الهيئة العامة للقوات المسلحة الإيرانية بياناً، حذرت فيه واشنطن وحلفاءها من مغبة «أي توتر مواجهة خلال عبور قطعها البحرية من المياه الاقتصادية الخالصة للجمهورية الإسلامية الإيرانية» في بحر عمان والخليج أو «عند العبور من أجواء هذه المناطق».

ودعت «هيئة الأركان الإيرانية» في بيانها، الذي نشرته وكالة «إيسنا» الإيرانية، الولايات المتحدة وحلفاءها إلى «احترام القوانين والمقررات الدولية وقوانين إيران عند عبور قطعها من المياه الإيرانية الخالصة وتجنب أي مغامرة وتصرفات تتعارض مع أمن الملاحة البحرية الآمنة».

واعتبرت القوات المسلحة الإيرانية أن «وجود أميركا وحلفائها في المنطقة غير مشروع ومصدر للتوترات والأزمات»، مشيرة إلى أن «دول المنطقة قادرة على تأمين أمن الخليج ومضيق هرمز

الغارديان: الخليج لا يوفر الحماية من كورونا للعمال المهاجرين

ويعمل المهاجرون في بناء ملاعب كأس العالم في 2022 الذي ستعقد في قطر وفي بناء إكسبو 2020 بدني، ومنشآت استقبال قمة العشرين بالرياض هذا العام. وسجلت حالات وفاة عالية بين عمال نيباليين في قطر مع أن الحكومة تقول إنها حسنت من ظروف العمال في مواقع البناء.

وسجل نحو 40.000 عامل باكستاني في الإمارات في قوائم العودة إلى بلادهم، وهددت أبو ظبي بإعادة النظر في العلاقات مع الهند إن لم تتعاون في ترحيل العمال الهنود.

ورغم الظروف الصعبة إلا أن العمالة وافدة ظلت تتدفق على دول الخليج وإرسال التحويلات المالية إلى بلادها التي لا تتوفر فيها فرص العمل.

وقال كاولانسكي «هناك الكثير من العمال في دول مجلس التعاون الخليجي ممن لا يريدون العودة ورأغبين بالبقاء والبحث عن عمل».

وأضاف: «ستكون خسائر ضخمة في الأعمال ودولهم ليست متحمسة لعودتهم نظرا للتحديات المرتبطة بالعائدين في هذا الوقت وندرة فرص العمل في أوطانهم».

وتشدد بالقول: «بعض الدول كانت ناشطة أكثر من غيرها فقد وفرت الكويت وسائل ورحلات جوية للمهاجرين الذي كان يقيمون في البلد بدون أوراق رسمية، حيث يعتبر هؤلاء خطرا صحيا بسبب عدم القدرة على متابعتهم وفحصهم».

وكانت قطر أول الدول الخليجية التي حجرت على معسكرات العمالة الوافدة ومنحتهم مرونة في ظروف العمل بحيث يعطيهم الفرصة للحصول على الوظيفة المتوفرة.

يعيشون في معسكرات خاصة بهم. وكشف تقرير أصدره مركز موارد التجارة وحقوق الإنسان هذا الشهر أن العمالة الأجنبية في الخليج يعيش أفرادها في معسكرات مكتظة وفي العادة بدون مرافق للنظافة وبعضهم بدون قدرة للحصول على المياه».

وجاء في التقرير «هذه الظروف توفر التربة الخصبة لانتشار فيروس كوفيد-19 وفرض الحجر الصحي والقيود على الحركة والسفر قد تؤدي وبطريقة غير مقصودة إلى تعريض العمال للخطر وأثار اقتصادية حادة بسبب عدم قدرتهم على العمل».

ويقول شولوف، إن معدلات الإصابة هزت دول الخليج التي زادت من عمليات ترحيل العمال بدون أن تلقى مقاومة كبيرة من دول العمال. وفي الوقت الذي وفرت فيه دول الخليج العلاج لمن أصيب بفيروس كورونا، إلا أن القلق داخل مجتمعات العمالة الوافدة هو أن الدول مترددة في منح العناية الصحية الشاملة للعمال وحملة الفيروس في مخيمات العمالة. ونقلت الصحيفة عن إقبال رشيد، عامل البناء من باكستان في قطر قوله: «جاءوا للفحص ثلاث مرات وتم أخذ بعض أصدقائي»، وأضاف: «هنا الكثير من المرضى وحتى لو أردت العودة إلى بلادي، فمن سيقدم المساعدة، نحن هنا عاجزون».

واعترفت دول المنطقة بأن المعسكرات هي حاضن متالي للمرض ولكنها تحاول موازنة المخاطر على العمال بالخطر على المجتمع بشكل عام.

وتقول الصحيفة إن منظور إصابة العمالة المهاجرة بالفيروس وحماية المواطنين تكشف الضوء عن معدل اعتماد هذه الدول الثرية وبشكل كامل على العمالة الأجنبية لتحريك اقتصادياتها.

نشرت صحيفة «الغارديان» تقريرا للصحفي مارتن شولوف يتناول وضع العمالة الأجنبية في دول الخليج التي قال إنها هي التي «تحملت العبء الأكبر من تفشي فيروس كورونا».

وأشار شولوف في تقريره إلى أن العمال الأجانب يعيشون في مخيمات مكتظة وبدون عمل يواجهون نسبا عالية من الإصابات بفيروس كورونا. وتنقل الصحيفة عن منظمات حقوق إنسان ودبلوماسيون قولهم، إن هذا القطاع من العمالة يتعرض أكثر للإصابة بـ«كوفيد-19» مما يعني أن على الدول التي استقبلتهم توفير نفس العناية التي توفرها لأبناء البلاد، وإلا واجهت هذه انتشارا واسعا للمرض بطريقة يصعب احتواؤها.

وأضافت: «أغرت هذه الدول الغنية بالغاز الطبيعي والنفط ملايين من أصحاب المهارات المتدنية للعمل في قطاعات الخدمة، خاصة من جنوب آسيا وأفريقيا. وبسبب توقف النشاطات العامة فإن عمال البناء باتوا محصورين في مهاجعهم وبعيدا عن ناطحات السحاب وملاعب الرياضة التي يعملون فيها، وبدون رواتب. ونفس الأمر ينسحب على قطاع الطاقة الذي يعمل فيه الأجانب بشكل حصري».

واستنادا إلى ما قاله ريشارد كاولانسكي، الذي يعمل بمنظمة العمل الدولية، فإن «المهاجر الخاصة بالعمال تعاني مشكلة كبيرة، وتغيب فيها إجراءات التباعد الاجتماعي حيث يبلغ عدد الأشخاص في الغرفة أربعة أو أكثر».

ووصلت حالات الإصابة بالفيروس بين العمالة الأجنبية بدول الخليج نسبا عالية. ففي الكويت والإمارات والبحرين تظهر الأرقام الرسمية أن معظم حالات الإصابة بالفيروس سجلت بين العمال الذين



واشنطن بوست: ترامب هاجم منظمة الصحة العالمية.. لكن المشكلة فيه

يرى الكاتب الأمريكي دانا ميليبانك أن المشكلة وراء فشل الرئيس الأمريكي دونالد ترامب في الاستعداد لمواجهة فيروس كورونا «كوفيد-19»، تكمن في سياسته لا في منظمة الصحة العالمية التي يوجه إليها سهام انتقاداته.

ويقول ميليبانك في مقال نشرته صحيفة واشنطن بوست إن ترامب ومستشاريه وحلفاءه في الكونغرس ينحون باللائمة على المنظمة الدولية، بينما هناك أدلة جديدة تكشف عن أن مسؤولين أمريكيين وآخرين تابعين للمنظمة في الصين، كانوا على اتصال مستمر مع بعضهم بعضا في الأيام الحاسمة من يناير/كانون الثاني الماضي، مع بدء انتشار الوباء. ويوضح أن موظفين في السفارة الأمريكية في بكين التقوا على نطاق واسع بمسؤولي منظمة الصحة العالمية هناك في يناير/كانون الثاني الماضي، وذلك في الفترة التي كان فيها ترامب يتهم المنظمة بالتآمر مع الصين لإخفاء الخطر الحقيقي لفيروس كورونا المستجد. ووفقا لأشخاص مطلعين على المسألة تحدثوا بشرط عدم الكشف عن هويتهم، يذكر الكاتب أن المسؤولين الأمريكيين عقدوا في بكين ما لا يقل عن 10 اجتماعات هاتفية أو شخصية -وربما أكثر- مع مسؤولي منظمة الصحة العالمية في تلك الفترة مع مطلع العام الجاري.

اجتماعات متواصلة

ويوضح المقال أن مسؤولين من وزارة الصحة والخدمات الإنسانية في إدارة ترامب ومن مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها وآخرين من المعاهد الوطنية للصحة، كانوا من بين الذين يجتمعون بانتظام في بكين مع مسؤولي منظمة الصحة العالمية هناك. واجتمع هؤلاء مرتين في الأسبوع الأول من يناير/كانون الثاني الماضي، وثلاث مرات في الأسبوع الثاني منه، وثلاثا أخرى في الأسبوع الذي يليه، ومرتين في الأسبوع الرابع. ويشير الكاتب إلى أن هذه الاجتماعات كانت تجري، إضافة إلى مكالمات غير رسمية بين مسؤولي الولايات المتحدة ومنظمة الصحة العالمية في بكين. ويضيف أن هذه الاجتماعات التي استمرت في الشهرين التاليين شملت مسؤولين من منظمة الصحة العالمية، مثل مديرها العام تادروس أدهانوم غيبريسوس ورئيس برامج الطوارئ مايكل ريان، وبيروس أيلوارد الذي قاد بعثة منظمة الصحة العالمية إلى ووهان في الصين في فبراير/شباط الماضي.

نقل المعلومات

ويقول الكاتب إن المسؤولين الأمريكيين كانوا يعملون بدوام كامل في المقر الرئيسي لمنظمة الصحة العالمية في جنيف، بينما كان الوباء يتفشي، وإنه كان يجري نقل المعلومات أولا بأول إلى إدارة ترامب، الذي قرر توجيه النقد للحاد للمنظمة إزاء انتشار الوباء وجعلها كبش فداء.

ويشير المقال إلى أن ترامب كان قد قطع التمويل عن منظمة الصحة العالمية الأسبوع الماضي، واتهمها بأنها «أداة للصين الشيوعية».

ويرى الكاتب أنه يمكن انتقاد منظمة الصحة العالمية لامتناعها استجابة الصين لتفشي الوباء، أو لعدم دعمها القيود على السفر والترحال في البداية، أو لعدم إعلانها عن حدوث الجائحة في وقت مبكر.

ويضيف أن المعلومات التي تبادلتها الصين مع العالم كانت غير كافية على الإطلاق، لكن الكم الهائل من الاتصالات والاجتماعات والتعاون بين المسؤولين الأمريكيين ومسؤولي منظمة الصحة العالمية، يجعل من اتهام ترامب للمنظمة بأنها «تستتر على انتشار الفيروس التاجي» أو تفشل في «مشاركة المعلومات بطريقة حسنة التوقيت وشفافة»، أمرا سخيفا.



NYT: In India, a Pandemic of Prejudice and Repression

By Siddharth Varadarajan

For decades, India embraced many of the ideals that are the hallmarks of a liberal democracy. But since the election of Prime Minister Narendra Modi and his Hindu fundamentalist Bharatiya Janata Party in 2014, we have experienced a breathtaking erosion in the rule of law and civil and political rights and the unleashing of a wave of intolerance against religious minorities.

Sadly, much of the Indian media has been complicit in the B.J.P.'s assault on democratic and secular values, either by actively promoting the narrative of Mr. Modi and his party, or by

censoring itself to avoid being punished.

There are still journalists who maintain their integrity and work to uphold the democratic ideals of the Indian Constitution. For these independent journalists, it has become something of a rite of passage to have the police come after them for speaking out against the ruling establishment.

As a founding editor of The Wire, an independent online news portal, I have had my own brushes with the law, chiefly in the form of defamation complaints. At one point, we faced 14 defamation cases, all of them frivolous, seeking damages totaling \$1.3 billion. The cases

were filed by people who are either a part of the ruling establishment or considered close to it. Seven cases have since been withdrawn.

On April 1, I was accused by the police in Ayodhya, in the northern state of Uttar Pradesh, of several serious crimes: using a computer to impersonate someone and transmit obscene material; disobeying the instructions of a public official; spreading panic about an impending disaster; and spreading rumors with intent to cause a riot. Some of these crimes carry a three-year prison sentence.

To read the rest of the article go to: <https://www.nytimes.com/>



5 سيدات عربيات في الصفوف الأولى لمواجهة كورونا

فريدة أحمد

في الأزمة التي نعيشها مع تفشي وباء كورونا «كوفيد-19» عالمياً، خرجت النساء بمبادرات إنسانية لمساعدة المصابين وغير القادرين، وتخطت ذلك إلى مساعدة الجهات المسؤولة في الدول ورجال الأمن والأطباء.

سيدة على قدر المسؤولية

كانت سيدة الأعمال المصرية هبة السويدي، رئيسة مجلس أمناء مؤسسة «أهل مصر»، من أوائل النساء اللاتي تفاعلت في التصدي لوباء كورونا، وأطلقت مبادرة «خليك في البيت»، ووسم «أهل مصر قد المسؤولية».

في البداية، بثت السويدي مقطع فيديو لإعلان المبادرة وتشجيع الشخصيات العامة للمشاركة فيها لحث المواطنين على البقاء في المنزل واتباع إجراءات الوقاية نظراً لخطورة وسرعة انتشار الفيروس، وقد تفاعل معها الكثير من الشخصيات العامة، من إعلاميين وفنانين ولاعبين كرة القدم.

وفي مبادرة أخرى للسويدي وتحت مظلة مؤسسة أهل مصر، أعلنت التكتف بتجهيز خمس غرف عناية مركزة متكاملة، وتوفير 30 جهاز تنفس صناعي لمصابي كورونا، وتنفيذ أقتعة للوجه مصنعة محلياً، لحماية الأطباء والمصابين من عدوى كورونا، وفقاً للصحف المصرية.

أمرأة لا تعرف المستحيل

مع ارتفاع أسعار الكمامات في الصيدليات في محافظة كركوك شمالي العاصمة بغداد، بادرت

الناشطة العراقية نادية محمد العزاوي، رئيسة مؤسسة المظلة لحقوق الإنسان، بصنع الكمامات يدوياً وتوزيعها مجاناً على غير القادرين.

وفور إعلان ذلك، انضم إليها عشرات المتطوعين، مما ساهم في رفع الإنتاج إلى أكثر من 350 قطعة في اليوم الواحد وتوزيعها على الأحياء والمناطق الفقيرة، بحسب تقرير في الجزيرة.

العمل والتكافل الإنساني الذي بدأته العزاوي دفع عدداً من الجهات المسؤولة للتعاون، ففتحت مديرية رياضة وشباب كركوك أبوابها أمام المتطوعين وآلات الخياطة الخاصة بهم للعمل في مساحة واسعة.

ومع اتساع المساحة زاد الإنتاج ليصل إلى نحو 2000

كمامة يومياً، ولم تعد الكمامات

توزع فقط على الفقراء، بل على الكوادر الطبية في المستشفيات ورجال الأمن في الطرقات.

سيدة الاستهداف المباشر

مع تزايد حالات الوفيات في أغلب دول العالم بسبب فيروس كورونا، أطلقت جيهان مختار، عضو نقابة المعلمين في محافظة قنا بمصر، مبادرة نسائية تهدف إلى توعية النساء لمنع التجمعات في الجنائز، للحد من انتشار فيروس كورونا المستجد.

فالمبادرة التي أطلقتها السيدة الصعيدية من قرية الحراجية بقوص -صعيد

مصر- ليتم نشرها في باقي

القرى، تستهدف النساء

فقط، باعتبارهن الفئة

الأصعب في الإقناع مقارنة

بالرجال والشباب، إذا ما

تعلق الأمر بالتجمعات

في الجنائز وجلسات

العزاء، بحسب

صحف مصرية.

إعلامية ضد

الفيروس

ربما لا

تستطيع

كل النساء

إطلاق



مبادرات فردية، لكن ذلك لم يمنعهن من التطوع في مبادرات عدة داخل بلادهن للمساهمة في مواجهة فيروس كورونا المستجد، من بينهن الإعلامية القطرية إيمان الكعبي التي انخرطت في الأعمال التطوعية، حتى أصبحت واحدة من أبرز المتطوعات في مبادرة «متطوع لأجل قطر» التي أطلقتها جمعية قطر الخيرية.

سأهمت مبادرة الكعبي للمساهمة فيما تبذله الدولة للحد من انتشار فيروس كورونا المستجد، التوعية من أجل اتباع تدابير الأمن والسلامة والإجراءات الوقائية، وتوزيع المواد الغذائية على العمال في مناطق الحجر الصحي، وتوزيع عدد من المنشورات والفيديوهات التوعوية التي تشمل إرشادات التعامل مع فيروس كورونا.

قوة «الباطو» الأبيض

لم تتخلف المرأة السودانية عن الركب، بعد دورها البارز في الثورة التي أطاحت بنظام الرئيس السوداني السابق عمر البشير العام الماضي، فعدت من جديد للصفوف الأمامية في مواجهة كورونا.

وبرز اسم الطبيبة إسراء عثمان مسؤولة المكتب الطبي في منظمة «شارع الحوادث»، التي أنشأها عدد من الشباب عام 2012، بهدف تقديم العون للمرضى غير القادرين وتحمل الأعباء المالية للعلاج، لتكريس جهودها اليوم في مكافحة جائحة كورونا، من خلال المساعدة في تجهيز مراكز العزل وتوفير الإمكانيات اللازمة لها، وتزويد المستشفيات وغرف الطوارئ بأجهزة التنفس.

تولت مناصب هامة، حركت مجريات الأحداث، كجندي في الميدان، صنعت التاريخ بشخصيتها بعيداً عن تكوينها الجسماني، إنها المرأة التي أسهمت في مختلف المجالات الاقتصادية والسياسية والاجتماعية. ترصد قصص لشخصيات نسائية رائدة أسهمت في التاريخ الإنساني.

4 نساء غيرن مجرى التاريخ

الملكة حتشبسوت

لم ترَ حتشبسوت نفسها إلا في منصب عرش مصر، حيث لاقت أنها الأحق بذلك منذ خلقها، لذلك عارضت التقاليد الدينية المصرية وتزوجت من أخيها تحتمس الثاني، لتتربع على العرش وتنفرد بالحكم ولكن من خلف الستار. تميز عصرها بنشاط البناء كإنشاءات المعمارية، وأنشأت معبد الكرنك، وكان أهم معبد قامت ببنائه هو معبد الدير البحري الذي أنشأ في الأقصر.

شهد عصرها نشاطاً للتجارة، فكانت حريصة على إرسال رحلات بحرية عبر قناة تربط بين النيل والبحر الأحمر؛ لإقامة علاقات تجارية مع البلاد المجاورة، خاصة بعد ضعف الأحوال التجارية في عهد الملك تحتمس الثاني.

كما اتسم عصرها بالرفاهية بعد استيرادها للمواد الترفيهية من البلاد المجاورة، كالبخور والتوابل والعمود والجلود والنباتات،

كما أعادت فتح المناجم والمهاجر التي أغلقت في عهد الهكسوس وقامت بتنشيطها في شبه جزيرة سيناء.

كما شنت حملات عسكرية في النوبة وسوريا وفلسطين، ولم تمنعها أنوثتها من تولي أمور هامة، جعلتها تضطر إلى الظهور بالزي الفرعوني الذكوري في المناسبات الرسمية.

كليوباترا

وصفت الملكة كليوباترا بأنها أثرت على السياسة الرومانية في فترة حرجة، وعُرفت بولائها لمصر لذلك بعدما تولت حكم مصر، أصبحت أول حاكم لأسرتها لتعلم اللغة المصرية، والتي كانت واحدة من عدة لغات

تتحدثها.

شكلت جيشاً يخوض الحرب ضد الرومان، خاصة بعد علمها برغبتهم في ضم مصر إلى الإمبراطورية الرومانية.

استغللت واستخدمت لصالحها اثنين من أقوى الأباطرة الرومان، مارك أنتوني وبوليوس قيصر؛ لاستعادة الأراضي المصرية التي وُضعت تحت أيدي الرومان، كما تمكنت من تشبيه نفسها بالإلهة المصرية إيزيس.

جميلة بوحيرد

أما عن جميلة بوحيرد، المرأة الجزائرية التي ناضلت ضد الاستعمار الفرنسي، ففي عُمر العشرين، انضمت لصفوف الفدائيين، كما أنها أول امرأة تطوعت لزراعة القنابل في طريق الاحتلال الفرنسي.

وأصبحت مطاردة حتى تم أسرها وحُكم عليها بالإعدام، ولكن لم يُنفذ الحكم بعدما خرجت من السجن، تزوجت من محامي فرنسي، ثم تولت منصب اتحاد المرأة الجزائري بعد الاستقلال.

صفية زغلول

أمنت صفية زغلول، زوجة المناضل السياسي

سعد زغلول، بدورها الوطني تجاه قضايا الاحتلال، فكانت

أول امرأة

مصرية

تشعل

حماس

الثورات

بين السيدات

وتدعمهم للتظاهر

ضد الاحتلال

الإنجليزي.

وألقت خطابات

وبدوات تندد

بأهمية القضية

المصرية

وخطورة

الاحتلال، الذي

يسرق منهم

حريتهم وكرامتهم،

مما أشعل نفوس

السيدات المصرية

للمشاركة معها، ومن ذلك الوقت

والمرأة تشارك في المناصب

السياسية.



192 Organizations Urge UN Security Council to Support Global Ceasefire

CIHRS was among 192 organizations urging the United Nations Security Council (UNSC) to support the global ceasefire called for by the Secretary General aimed at curbing the spread of COVID-19. The Secretary General appealed to warring parties and their international backers to immediately mobilize to put an end to conflicts, which render civilians throughout the world acutely susceptible to the pandemic. The April 2nd letter urged the UNSC to mobilize in support of the global ceasefire. Bahey eldin Hassan, Director of the Cairo Institute for Human Rights Studies, welcomed the Secretary General's call and reiterated its importance for the MENA region. If action is not urgently taken, "civilian populations in situations of conflict will bear the brunt of this pandemic," Hassan warned. He urged all parties to "prioritize action against a global pandemic and ensure humanitarian access to the vulnerable civilian populations in conflict zones across the region."

Years of hostilities in Syria, Libya, and Yemen – featuring systematic and widespread attacks on health facilities – have decimated healthcare infrastructure, leaving it unable to effectively prepare for and respond to the spread of COVID-19. Civilians do not have adequate access to healthcare and those displaced as a result of these conflicts live in faulty and overcrowded housing, tents, and makeshift shelters. They often lack basic resources for sanitation and hygiene, including access to water.

Under-Secretary-General for Humanitarian Affairs and Emergency Relief Coordinator, Mark Lowcock reiterated the Secretary General's call "for a complete and immediate nationwide ceasefire throughout Syria to enable an all-out effort to suppress COVID-19."

Over the course of the ten-year conflict, 6.2 million people have been displaced within Syria, including 2.5 million children. In northwest Syria, more than 60 medical facilities have been attacked since April 2019 by the Syrian government and its allies. In northeast Syria, the Turkish authorities have been cutting off the water supply to Kurdish-held areas, which hinders the ability of humanitarian agencies to prepare and protect vulnerable communities from the spread of COVID-19.

Echoing his global appeal, the Secretary-General called "on those fighting in Yemen to immediately cease hostilities, focus on reaching a negotiated political settlement countering, with all available resources, a potential outbreak of COVID-19." In Yemen, the population suffers the world's worst humanitarian catastrophe. Over 80% of the population requires humanitarian assistance to survive. It is estimated that ten million people are on the verge of famine and seven million are malnourished.

Similar to Syria and Yemen, Libya's healthcare sector has been severely afflicted by the ongoing armed conflict throughout the country. On April 6, Al Khadra Hospital in Tripoli was attacked, forcing COVID-19 patients to evacuate the 400-bed hospital. As of March 20, 2020, indiscriminate shelling between conflicting parties damaged 27 health facilities, forcing 12 to close in addition to putting 23 others at risk of closure.

Thousands of civilians, especially internally displaced persons and migrants, lack sufficient water, electricity, shelter and food; and over 8,000 are in overcrowded and unsanitary detention sites. Already in a vulnerable situation, they are left alone to face the spread of COVID-19, while the agreed upon ceasefire has not been respected by the rival Libyan authorities and their international backers.

The Secretary-General called on the warring parties in Libya to join forces in order to address the virus and ensure unhindered access of humanitarian aid throughout the country "given the already dire humanitarian situation and the possible impact of the COVID-19 pandemic."

Hassan also underscored the importance of a ceasefire in effectively confronting the pandemic:

"If the international community comes together in support of the Secretary General's call then tens of thousands of lives can be saved and even worse humanitarian crises averted in the long-suffering conflict zones across our region."



أمنستي ترصد القمع والانتهاكات الحقوقية في أفريقيا

وقد أدت النزاعات إلى تفاقم الوضع. وفي إثيوبيا، جوبهت الاشتباكات بين الجماعات العرقية برد غير متناسب من قبل قوات الأمن. وفي 17 دولة عبر أفريقيا جنوبي الصحراء، جرى اعتقال الصحفيين واحتجازهم بشكل تعسفي في عام 2019. وفي نيجيريا على سبيل المثال، تم تسجيل 19 حالة اعتداء واعتقال تعسفي واحتجاز صحفيين، والعديد منهم يواجهون تهمة ملفقة.

وفي بوروندي، واصلت السلطات قمع عمل المدافعين عن حقوق الإنسان ومنظمات المجتمع المدني، بما في ذلك تعريضهم للملاحقة القضائية، وأحكام بالسجن لمدة طويلة.

وفي 17 دولة عبر أفريقيا جنوبي الصحراء، تم اعتقال الصحفيين واحتجازهم بشكل تعسفي في عام 2019. وفي نيجيريا على سبيل المثال، تم تسجيل 19 حالة اعتداء واعتقال تعسفي واحتجاز صحفيين، والعديد منهم يواجهون تهمة ملفقة.

وفي بوروندي، واصلت السلطات قمع عمل المدافعين عن حقوق الإنسان ومنظمات المجتمع المدني، بما في ذلك تعريضهم للملاحقة القضائية، وأحكام بالسجن لمدة طويلة.

معها في اتخاذ الاحتياطات الكافية لتجنّب المدنيين هجماتها التي تستهدف حركة الشباب. كما نفذت الجماعات المسلحة هجمات ضد المدنيين في الكاميرون، وجمهورية أفريقيا الوسطى، وبوركينا فاسو، بينما تقاعست الحكومات في توفير الحماية للمدنيين.

ورصد التقرير تدهور الأمن بشكل كبير في وسط مالي، مع وقوع عمليات قتل واسعة النطاق للمدنيين على أيدي الجماعات المسلحة، و«جماعات الدفاع عن النفس» الملعنة ذاتياً. ورداً على ذلك، ارتكبت قوات الأمن المالية انتهاكات متعددة، بما في ذلك عمليات التعذيب والإعدام خارج نطاق القضاء.

وفي موزمبيق، واصلت الجماعات المسلحة شن هجمات ضد عموم السكان في كابو دلغادو، وزُعم أن قوات الأمن ارتكبت انتهاكات جسيمة لحقوق الإنسان في معرض ردها على العنف.

كما لا يزال، وفق التقرير، الوصول إلى الرعاية الصحية مصدر قلق كبير للناس في جميع أنحاء المنطقة، حيث أدى انخفاض التمويل اللازم للصحة إلى نقص في الأسرة والأدوية في المستشفيات. وبحسب التقرير فإن الحكومات من أنغولا إلى زيمبابوي، مروراً ببوروندي إلى الكاميرون، تقاعست في احترام الحق في الصحة،

قالت منظمة العفو الدولية في تقرير سنوي عن حالة حقوق الإنسان في أفريقيا إن المحتجين عبر أفريقيا جنوب الصحراء تحدوا الرصاص والتعرض للضرب دفاعاً عن حقوقهم.

وبحسب المنظمة، فإنه في عام 2019، «رأينا القوة المذهلة للناس في الاحتجاجات الجماهيرية التي اجتاحت أفريقيا جنوب الصحراء الكبرى. فمن السودان إلى زيمبابوي، ومن جمهورية الكونغو الديمقراطية إلى غينيا، تحدى الناس حملات القمع الوحشية للدفاع عن حقوقهم».

وفي السودان، قالت المنظمة إن القوات الحكومية في إقليم دارفور واصلت انتهاكات خطيرة لحقوق الإنسان، بما في ذلك عمليات القتل غير المشروع، والعنف الجنسي، وأعمال النهب المنهج، والتهمير القسري.

وفي جمهورية الكونغو الديمقراطية، واصلت العشرات من الجماعات المسلحة المحلية والأجنبية إلى جانب قوات الأمن الحكومية، ارتكاب انتهاكات لحقوق الإنسان، مما أدى إلى مقتل أكثر من 2000 مدني، وتشريد ما لا يقل عن مليون شخص خلال عام 2019.

أما في الصومال، فقد استمر المدنيون في العيش تحت رحمة هجمات حركة الشباب المسلحة، في حين تقاعست القوات الحكومية والقوات المتحالفة

«هيومن رايتس ووتش»: ملايين اللبنانيين مهددون بالجوع بسبب كورونا

ووفق المنظمة، فإنه بعد شهر تقريباً من الإغلاق، سبب غياب أي استجابة واضحة، وفي الوقت المناسب، ومنسقة من جانب الحكومة إلى جوع العديد من العائلات وعجزها عن تلبية احتياجاتها الأساسية، بما فيها الإيجار.

وقد أحرق سائق أجرة سيارته عندما غرّمته قوى الأمن لخرقه قواعد الإغلاق. وألقى بائع متجول محيط خضراته في الشارع بعد أن أوقفت الشرطة عمله. وعرض عامل بناء عاطل عن العمل كليته للبيع لعجزه عن دفع الإيجار. واندلعت احتجاجات بالفعل ضد تصاعد المصاعب الاقتصادية في أنحاء مختلفة من البلاد، شملت أحياء القبة وجبل محسن في طرابلس، وبيروت.

وقالت زيميت «الناس في لبنان يكافحون وهم على حافة الهاوية. ينبغي للحكومة أن تطور بسرعة برنامج مساعدات يحمي حقوق الناس، ويؤمن لهم الموارد التي يحتاجون إليها في هذه الأزمة من أجل البقاء».

قالت هيومن رايتس ووتش إن الملايين من سكان لبنان مهددون بالجوع بسبب إجراءات الإغلاق المتصلة بالوباء، ما لم تضع الحكومة على وجه السرعة خطة قوية ومنسقة لتقديم المساعدات.

وبحسب المنظمة فإن وباء كورونا ساهم في تفاقم أزمة اقتصادية مدمرة كانت موجودة أصلاً في لبنان، وكشف عن أوجه القصور في نظام الحماية الاجتماعية فيه. وقالت لينا زيميت، الباحثة الأولى في الفقر واللامساواة في هيومن رايتس ووتش، إن الإغلاق الهادف إلى إبطاء انتشار فيروس كورونا أدى إلى «تفاقم الفقر والصعوبات الاقتصادية المتفشية في لبنان قبل وصول الفيروس».

وأضافت «خسر كثيرون دخلهم، وقد يعجز أكثر من نصف السكان عن شراء غذائهم وحاجاتهم الأساسية إذا لم تتدخل الحكومة».

وقال نشطاء يقدمون المساعدة إلى الأسر المحتاجة في بيروت وصيدا وطرابلس وزغرتا لهيومن رايتس ووتش إنه لم تتقدم أي مساعدات فعلياً رغم التعهدات السابقة للحكومة.



قاع البحر يفرق تحت ثقل الماء الناتج من ذوبان الغطاء الجليدي

يفوق قاع البحر بنحو 0.1 ملليمتر في السنة بسبب وزن الماء الناتج من ذوبان الغطاء الجليدي.

يقول براما دوت فيشواكارما Bramha Dutt Vishwakarma من جامعة بريستول University of Bristol في المملكة المتحدة: "إن ذوبان غرينلاند والقارة القطبية الجنوبية أسرع بكثير (مما كان يحدث في السابق)، ومن ثم يمكننا أن نتوقع حدوث تشوهات أعلى بكثير في المحيطات في المستقبل".

حسب فيشواكارما وزملاؤه المقدار الذي تتسبب به الكتلة الإضافية في المحيط بتشويه قاع البحر وما يعنيه ذلك بالنسبة إلى مستويات سطح البحر. ووجدوا أنه لن يكون له سوى تأثير ضئيل في ارتفاع مستوى سطح البحر في المستقبل لأن: البحار ترتفع نحو 3 ملليمترات في السنة، وهذا أسرع بكثير من مقدار انخفاض قاع البحر.

إن ارتفاع مستوى سطح البحر هو نتيجة لتغير المناخ الذي يحدث بدوره من جراء انبعاثات غازات الدفيئة الناتجة من النشاط البشري. وعلى امتداد القرون المقبلة، فمن المتوقع أن ترتفع مستويات سطح البحر عدة أمتار. ومع ارتفاع درجة حرارة المناخ سترتفع بالمثل درجة حرارة مياه البحر، وعندما تسخن المياه فإنها تتمدد، وهذا بدوره يتسبب في ارتفاع مستوى البحار.

وفي القرن العشرين كان هذا التمدد الحراري المحرك الرئيسي لارتفاع مستوى سطح البحر، وفق جوناثان بامبر Jonathan Bamber من جامعة بريستول، الذي تعاون في هذا العمل البحثي. وهذا يعني أن كتلة المحيطات بقيت تقريباً على حالها، على الرغم من تزايد حجمها.

وحالياً، يتسبب المناخ الذي صار أكثر دفئاً في ذوبان جليد الثلجات الجليدية والغطاء الجليدي؛ مما يتسبب في تدفق مزيد من المياه إلى البحر. ويقول بامبر: "منذ منتصف تسعينات القرن العشرين، كانت تساهم كل من منطقة غرب القارة الجنوبية المتجمدة وغرينلاند في ذلك".

وهذا يعني أن كتلة المحيطات تتزايد منذ ذلك الحين وتضغط على قاع البحر الذي يضطر حالياً إلى الانخساف مثل رقاقة من المعجون المرن إذا وضعنا فوقها أوزاناً من الرصاص الثقيل.

ويؤكد كل من فيشواكارما وبامبر أن نتيجة بحثهما لن تُحدث فرقاً ملموساً بالنسبة إلى ارتفاع مستوى سطح البحر في المستقبل. وفي حين أن انخفاض قاع البحر سيبطئ من ارتفاع مستوى سطح البحر، إلا أن التأثير ضئيل جداً بحيث لا يمكن أن يكون ذا معنى.

ويقول بامبر: "مستوى سطح البحر أخذ بالارتفاع وقاع المحيط أخذ بالانخفاض، ولكن الفرق في الأرقام كبير". فانخساف قاع البحر يحدث أبطأ بنحو 30 مرة من ارتفاع مستويات سطح البحر.

وفي الوقت نفسه، هناك شكوك كبيرة حيال ارتفاع مستوى سطح البحر في المستقبل ويعود ذلك جزئياً إلى أننا لا نعرف بالضبط مدى سرعة ذوبان الجليد. وهذا يعني أن توقعات ارتفاع مستوى سطح البحر في القرن الحادي والعشرين تتراوح بين متر ومترين.

<https://www.saudi24.news/>



دراسة جديدة تكشف أسباب انتقال الفيروسات من الحيوانات للبشر

طارق قابيل

البرية إلى البشر، وتشير النتائج الجديدة إلى أن أكثر الثدييات وفرة هي جزء كبير من المشكلة.

من خلال مقارنة البيانات المنشورة حتى عام 2013 بشأن علاقة الثدييات البرية والأليفة بالفيروسات التي يمكن أن تنتقل إلى البشر، تسمى الفيروسات حيوانية المنشأ، أظهر الباحثون أي التفاعلات تعرضنا أكثر للخطر.

هناك ثلاث مجموعات من الحيوانات تحمل أكبر خطر لنشر الفيروسات. من غير المستغرب أن الحيوانات الأليفة، مثل الماشية، تشارك أكبر عدد من الفيروسات مع مالكيها من البشر أكثر من نظيراتها البرية بثمانية أضعاف.

من بين هذه المخلوقات البرية، تلك التي يبدو أنها تشترك في معظم الفيروسات مع البشر، كانت تلك التي ازدادت بكترة وتتكيف مع البيئات التي يهيمن عليها الإنسان من مثل الخفافيش والقوارض والرئيسيات.

ومع ذلك، حتى الأنواع المتعثرة المهددة بفقدان الموائل أو الاستغلال المفرط، كان من المتوقع أن تستضيف ضعف عدد الفيروسات حيوانية المنشأ مقارنة بتلك التي كانت تتناقص لأسباب أخرى.

باختصار، عندما يوجد البشر يبدو أن هناك خطراً أكبر من انتشار الفيروسات. وفي جميع الاحتمالات، كنا نستهيبن بالخطر الحقيقي لهذا الوجود.

التعايش بأمان

اعتباراً من عام 2019، صار ربع أنواع الثدييات غير الأليفة في العالم مهددة بالانقراض، وفقاً للقائمة الحمراء، وهي لائحة تدرس وتصنف حالة حفظ الأنواع النباتية والحيوانية التي يصدرها الاتحاد العالمي لحفظ الطبيعة.

في حين أن التحضر والنشاط البشري قد قللا بالتأكد من تنوع الحيوانات على الأرض، فقد أصبحت بعض الأنواع وفيرة للغاية، وهذه هي الأنواع التي تتكيف بشكل جيد مع السلوك البشري، مثل الفئران. تقول جونسون «يجب أن نكون منتهيين حقاً لكيفية تفاعلنا مع الحياة البرية والأنشطة التي تجمع البشر والحياة البرية معاً».

وتضيف «من الواضح أننا لا نريد أوبئة بهذا الحجم. نحن بحاجة إلى إيجاد طرق للتعايش بأمان مع الحياة البرية، حيث ليس لديها نقص في الفيروسات لتعطينا إياها».

تظهر دراسة حديثة أن التحايز في استغلال الحياة البرية يتسبب بشكل مباشر في انتشار المزيد من الفيروسات وانتقالها للبشر. وبحسب الدراسة، فإن تأثير الإنسان على الحيوانات يساهم بشكل مباشر في انتشار الأمراض حيوانية المنشأ في جميع أنحاء العالم. ووجد الباحثون أن استغلالنا المستمر للحياة البرية - من خلال الصيد والتجارة وتدهور الموائل والتحضر - قد أدى إلى تغيير في أعداد الثدييات، وزيادة الأمراض الحيوانية المعدية التي يمكن أن تنتشر بين البشر.

التعدي على الحياة البرية

الحياة البرية مصطلح يشير إلى كافة أشكال الحياة من النباتات والحيوانات التي تعيش في كافة النظم البيئية ولا تعتمد على الإنسان بشكل مباشر في معيشتها.

ومن المؤكد أن وقت حدوث جائحة مثل وباء فيروس كورونا المستجد هو الوقت المناسب للتفكير في المدى الذي وصل إليه البشر نتيجة التعدي على الحياة البرية، حيث أدى اتصال المجتمع البشري المتزايد بالحياة البرية إلى زيادة خطر انتشار الفيروس.

وكانت دراسات سابقة قد ربطت بين انتقال الفيروس للبشر وبين الحيوانات البرية، وهو ما عاد ليُلقي الضوء مرة أخرى على استهلاك بعض المجتمعات البشرية للحيوانات لأغراض شتى، وتأثير ذلك على الحياة البرية.

تقول عالمة الوبائيات كريستين جونسون من جامعة كاليفورنيا ديفيس، «مع تناقص الموائل الطبيعية، تقترب الحياة البرية من الناس بشكل وثيق. كما تعيد الحياة البرية التوزيع لاستيعاب الأنشطة البشرية».

وأضافت «يؤدي هذا إلى تسريع ظهور الأمراض في الحياة البرية ويعرضنا لخطر الأوبئة». وهذه الحقيقة يفهمها العالم الآن بشكل جيد للغاية.

خطر حقيقي

في القرن الماضي، انتشرت الأمراض المعدية وانتقلت من الحيوانات



Study reveals a drug that produces positive results

pharmaceutical Its results are published in a magazine "New England Journal of Medicine", The "Symbofever" It achieved promising results for 53 patients Bacovide-19 Their health conditions varied between advanced, difficult and normal. According to the results of the study, the doctors who supervised the experiment observed an improvement in 36 patients, whereas in 8 cases, no positive changes occurred, and 7 patients died, after accreditation. "Symbofever" in their treatment. According to what was reported by the newspaper website "South China Morning Post" After class 17, the doctors who participated in the experiment were able to Artificial respiration About 30 patients.

The authors of the experiment found that the mortality rate of patients treated with the drug was lower than that recorded in other trials conducted in China for patients with HIV who had severe symptoms, while side effects were recorded for "Symbofever" It was characterized by diarrhea, rash and a decrease blood pressure. According to the study by Gilead Sciences, an American company specialized in manufacturing pharmaceutical And its results are published in the "New England Journal of Medicine", "Sympheaver" has achieved promising results for 53 patients Bacovide-19 Their health conditions varied between advanced, difficult and normal. According to the results of the study, the doctors

who supervised the experiment observed an improvement in 36 patients, whereas in 8 cases, no positive changes occurred, and 7 patients died, after the adoption of "Symifire" in their treatment. According to the South China Morning Post website, the doctors who participated in the experiment were able to, after using the drug, to chapter 17 Artificial respiration About 30 patients. The authors of the experiment found that the mortality rate of patients treated with the drug was lower than that recorded in other trials conducted in China for patients with the virus who had severe symptoms, while recorded side effects of "Symifever" represented by diarrhea, rashes and a decrease blood pressure.



أبل تطور تصميم «آيفون 12» المرتقب ليكون شبيهاً بـ«آيباد برو»

تعمل شركة أبل الأمريكية على إعادة تصميم هاتفها المرتقب «آيفون 12»، ل يبدو شبيهاً بأجهزتها اللوحية الشهيرة «آيباد برو»، بينما يتوقع الإعلان عنه في مؤتمر «أبل» السنوي في سبتمبر المقبل.

ووفق ما ذكر موقع «بلومبرج»، يأتي تصميم الهاتف بحواف مسطحة من الفولاذ المقاوم للصدأ بدلاً من التصميم المنحني الحالي، مع جوانب مسطحة وزوايا دائرية أكثر حدة، لتتبع تصميم حاسوب «آيباد برو». وتشير التوقعات إلى أنه سيزود بتقنية الجيل الخامس. وذكرت تقارير إخبارية أن شاشة «آيفون 12» تأتي بقياس 6.7 بوصة، وكاميرا خلفية متطورة جداً، كما يحتوي على نظام تثبيت الصورة الميكانيكي لتعويض اهتزاز اليد. وتطور «أبل» أيضاً إصداراً أصغر وأرخص من مكبر الصوت المنزلي الذكي «HomePod»، بحيث سيكون حجم الإصدار الجديد نحو نصف حجم الإصدار الأصلي، مع الحفاظ على تصميم مماثل. وتعمل الشركة على «Apple Tags»، الذي يسمح للمستخدمين بتتبع الأشياء، مثل المفاتيح والمحافظ، وقد تم تزويده بغطاء جلدي من تصميمها، مع سلسلة مفاتيح لإرفاقه بالأشياء. ومن المقرر أن تتضمن جميع الهواتف ترقية كبيرة للمعالج، مع التركيز على تسريع الذكاء الصناعي ومهام الواقع المعزز، مع تقليل حجم التتبع الموجود في أعلى الشاشة، الذي يحتوي على كاميرا «TrueDepth». ووفقاً لبلومبرج، تستكشف «أبل» طرقاً لإزالة التتبع بالكامل في السنوات المقبلة.



Apple and Google are building a coronavirus tracking system into iOS and Android

Apple and Google announced a system for tracking the spread of the new coronavirus, allowing users to share data through Bluetooth Low Energy (BLE) transmissions and approved apps from health organizations.

The new system, which is laid out in a series of documents and white papers, would use short-range Bluetooth communications to establish a voluntary contact-tracing network, keeping extensive data on phones that have been in close proximity with each other. Official apps from public health authorities will get access to this data, and users who download them can report if they've been diagnosed with COVID-19. The system will also alert people who download them to whether they were in close contact with an infected person.

Apple and Google will introduce a pair of iOS and Android APIs in mid-May and make sure these health authorities' apps can implement them. During this phase, users will still have to download an app to participate in contact-tracing, which could limit adoption. But in the months after the API is complete, the companies will work on building tracing functionality into the underlying operating system, as an option immediately available to everyone with an iOS or Android phone.

Contact tracing — which involves figuring out who an infected person has been in contact with and trying to prevent them from infecting others — is one of the most promising solutions for containing COVID-19, but using digital surveillance technology to do it raises massive privacy concerns and questions about effectiveness. Earlier this week, the American Civil Liberties Union raised concerns about tracking users with phone data, arguing that any system would

need to be limited in scope and avoid compromising user privacy. Unlike some other methods — like, say, using GPS data — this Bluetooth plan wouldn't track people's physical location. It would basically pick up the signals of nearby phones at 5-minute intervals and store the connections between them in a database. If one person tests positive for the novel coronavirus, they could tell the app they've been infected, and it could notify other people whose phones passed within close range in the preceding days.

To help public health officials slow the spread of #COVID19, Google & @Apple are working on a contact tracing approach designed with strong controls and protections for user privacy. @tim_cook and I are committed to working together on these efforts.

The system also takes a number of steps to prevent people from being identified, even after they've shared their data. While the app regularly sends information out over Bluetooth, it broadcasts an anonymous key rather than a static identity, and those keys cycle every 15 minutes to preserve privacy. Even once a person shares

that

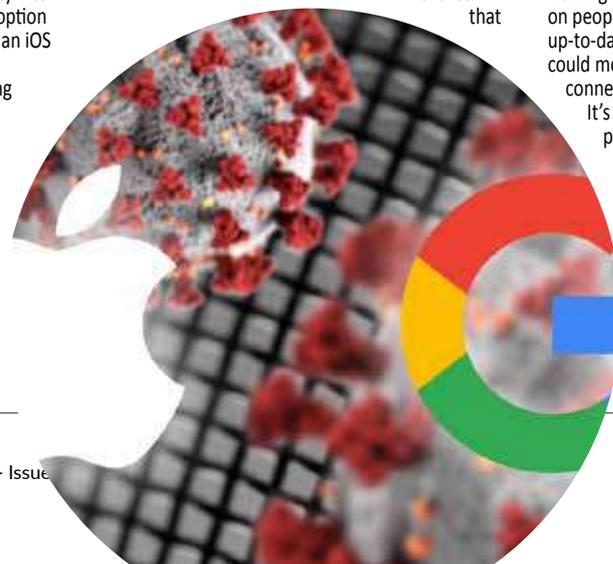
they've been infected, the app will only share keys from the specific period in which they were contagious.

Crucially, there is no centrally accessible master list of which phones have matched, contagious or otherwise. That's because the phones themselves are performing the cryptographic calculations required to protect privacy. The central servers only maintain the database of shared keys, rather than the interactions between those keys.

Contact tracing can help slow the spread of COVID-19 and can be done without compromising user privacy. We're working with @sundarpichai & @Google to help health officials harness Bluetooth technology in a way that also respects transparency & consent.

The method still has potential weaknesses. In crowded areas, it could flag people in adjacent rooms who aren't actually sharing space with the user, making people worry unnecessarily. It may also not capture the nuance of how long someone was exposed — working next to an infected person all day, for example, will expose you to a much greater viral load than walking by them on the street. And it depends on people having apps in the short term and up-to-date smartphones in the long term, which could mean it's less effective in areas with lower connectivity.

It's also a relatively new program, and Apple and Google are still talking to public health authorities and other stakeholders about how to run it. This system probably can't replace old-fashioned methods of contact tracing — which involve interviewing infected people about where they've been and who they've spent time with — but it could offer a high-tech supplement using a device that billions of people already own.



تطبيق جديد من «سامسونج» لالتقاط الصور عن طريق ساعتها الذكية

طرحت شركة سامسونج الكورية الجنوبية تطبيقاً جديداً، يتيح للمستخدمين التحكم بكاميرا الهاتف والتقاط الصور، من خلال ساعتها الذكية.

ووفق ما ذكر موقع «جي إس إم أرنا»، يتيح تطبيق «كاميرا كونترولر» للمستخدمين التحكم بكاميرات هواتفهم، والتقاط الصور أو تسجيل مقاطع الفيديو عبر أوامر تتلقاها هواتفهم من خلال ساعات «جالكسي وتتش».



«ويندوز 10» يتيح نقل الملفات لاسلكياً من وإلى هواتف سامسونج

طرحت شركة مايكروسوفت الأمريكية طريقة سهلة لنقل الملفات لاسلكياً، من وإلى هواتف سامسونج الذكية عبر أجهزة الحواسيب العاملة بنظام تشغيل «ويندوز 10».

وأوضحت «مايكروسوفت» أن مستخدمي الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية من فئة «جالكسي» يمكنهم سحب الملفات وإفلاتها ضمن أجهزة الحاسب العاملة بـ«ويندوز 10» عبر استخدام تطبيق «Your Phone» من مايكروسوفت و خاصية «Link to Windows» ضمن هواتف سامسونج.

كما أفادت الشركة الأمريكية بأنه لا يمكن نقل أكثر من 100 ملف دفعة واحدة، على أن يكون الحجم الأقصى لكل ملف «512 ميجابايت»، ويجب عدم تصغير نافذة تطبيق «Your Phone» أثناء نقل الملفات، لأن ذلك يؤدي إلى إلغاء عملية النقل.

وتعمل الميزة الجديدة على جميع الأجهزة من فئة «جالكسي» من «سامسونج»، بدءاً من الإصدار «1.5»، على أن يتم ربطها بميزة «Link to Windows» والمرتبطة بأجهزة الحاسب العاملة بأحدث إصدار تجريبي من نظام «ويندوز 10».

ويحتاج المستخدم بعد توصيل جهازه الذكي من فئة «جالكسي» بجهاز حاسب ويندوز 10 إلى فتح تطبيق «Your Phone» على جهاز الحاسب والانتقال إلى شاشة الهاتف.

ويمكن للمستخدم بعد ذلك فتح تطبيق «Gallery» أو «My Files»، وتحديد الملفات المرادة، ومن ثم الضغط لفترة طويلة لإظهار خاصية السحب والإفلات، وسحبها بعد ذلك وإفلاتها في الموقع المطلوب ضمن الحاسب.

وفي حال أراد المستخدم نقل الملفات من الحاسب إلى هاتف سامسونج، فإنه بحاجة إلى تحديد الملفات على جهاز «ويندوز 10»، ثم سحبها إلى نافذة تطبيق «Your Phone»، ويتم تخزين جميع الملفات المنقولة من الحاسب إلى الهاتف داخل ملف «Downloads» في وحدة التخزين الداخلية للهاتف.

إذا أردت أن تصبح مديرا ناجحا.. فهذا ما عليك فعله



بالاحتياط والتأمر، تقدم مثلا واضحا على نقص التعاطف بسبب الزيادة في السلطة. فرغم أن إنرون اعتمدت بيانا رسميا لمبادئ حقوق الإنسان، بدعو إلى الاحترام والنزاهة والتواصل والتميز، فإن التقييمات التي تركز على الإدارة وصفت الشركة بأنها غير أخلاقية ومبتكرة وحشعة. والجدير بالذكر أن القلق بشأن استغلال القادة للسلطة تحول في الآونة الأخيرة إلى قطاع التكنولوجيا، مع تعرض الرؤساء التنفيذيين لفيسبوك وتويتر وأمازون للنقد المتزايد.

علينا جميعا أن نتحدى سلوكنا

لكن هل يعد ذلك خطأ رئيس العمل فقط؟ يوضح كتاب بارون كوهين أن التوقف عن التعاطف لا يشمل القادة فقط، وإنما من الممكن أن يصدر ذلك عن العاملين أيضا. وفي المشهد السياسي الذي يستقطب الآراء المتعارضة، نلاحظ تحديا لوجهات النظر السياسية المختلفة، ليس من خلال النقاش والمناقشة فحسب وإنما من خلال السلوك القبلي، حيث إننا غالبا ما نعتبر المجموعات التي ننتمي إليها حديرة بالتعاطف والاحترام والتسامح، ولكننا لا نرى الشيء نفسه مع الآخرين.

تؤثر على ما إذا كان النفوذ الذي يملكه يؤدي إلى تزايد اهتمامه بذاته. وأشارت الكاتبة إلى أن القائد التنظيمي عادة ما يستمد سلطته من الجهات التي فوضته باتخاذ القرارات وممارسة التأثير على الآخرين. وعندما يوازن القائد بين السلطة والنفوذ باستخدام سمات مثل التعاطف أو النزاهة أو التواصل، فمن المرجح أن يؤدي ذلك إلى استخدامه لنفوذه بشكل أخلاقي. وما لم تقتزن السلطة والنفوذ بهذه الصفات الإيجابية، وتم استخدامها لتحقيق أغراض شخصية حجة أو غامضة من الناحية الأخلاقية؛ فمن المرجح أن ينتج عن ذلك إساءة استخدام للسلطة. في المقابل، تشير الأبحاث إلى أن النفوذ يمكن أن يغيرنا. وماذا يحدث عندما يحصل الناس على السلطة؟ في الواقع، يملك الأغلبية نسبة من التعاطف إلى حد ما، وهو الأمر الذي يعد أساسيا للكفاءة العاطفية والاجتماعية والذكاء العاطفي، ومن الخصال الضرورية التي يجب أن يتمتع بها القادة.

العلاقة بين التعاطف والقسوة

كشفت عالم النفس بجامعة كامبريدج سايمون بارون كوهين العلاقة بين التعاطف والقسوة، بهدف بيان لماذا يتصرف بعض الأشخاص بطرق غير أخلاقية، بينما لا يفعل الآخرون ذلك. واستخدم كوهين مصطلح «نقص التعاطف» لشرح كيف يمكننا جميعا التخلي عن تعاطفنا بسبب معتقداتنا وخبرتنا وأهدافنا وعواطفنا. فمن الممكن أن يؤدي الطريق إلى تولي القيادة وما يتطلبه من تركيز على تحقيق الأهداف والأداء المالي فضلا عن التوتر المتزايد، إلى نقص التعاطف حتى لدى المديرين الذين يتحلون بحسن النية. في الواقع، تشير الأبحاث إلى أن السلطة تجعل الناس أكثر ميلا للتصرف بطريقة تتوافق مع أهدافهم. لكن هذا التركيز على الهدف يجعلهم أكثر عرضة لتجاهل المعلومات الجانبية، التي يمكن الاعتقاد أنها تفتقر إلى التعاطف إذا طبقت في المواقف الاجتماعية. وأضافت الكاتبة أن شركة إنرون التي أدين مديرها

كثيرا ما يشككي الناس من أن رئيسهم في العمل يفتقر إلى التفاهم والتعاطف، ولكن هل المديرين بحاجة لإظهار المزيد من التعاطف مع الموظفين؟ وإذا كان الأمر كذلك، فلماذا؟ وقالت الكاتبة سوزان روس في مقال لها إنه منذ الفشل الأخلاقي للقيادات الذي أدى إلى أزمة الركود الاقتصادي في الولايات المتحدة الأمريكية عام 2008، كان هناك قلق بشأن القوة المطلقة نسبيا الممنوحة لكبار المسؤولين التنفيذيين، هذه الفئة الاجتماعية التي تعد مقربة من السياسيين ولها تأثير كبير في تشكيل المجتمع.

صفات مطلوبة في القيادات

وأفادت الكاتبة بأن ذلك ترتب عليه تنامي الرغبة في اتباع المؤسسات لنهج قيادي قائم على الأخلاقيات. فضلا عن ذلك، برز اتجاه مطرد للمنظمات التي ترغب في تطوير المهارات القيادية لدى جميع الطبقات الاجتماعية، بدلا من أن يكون مجالاً محتكراً من قبل أقلية تتمتع بنفوذ هائل. كما يشهد العالم زيادة واضحة في المنشورات التي تدعو القادة إلى أن يتحلوا بصفتهم على غرار التعاطف والأخلاق والموثوقية والتواصل والنزاهة، فضلا عن الذكاء العاطفي والإحساس بالمسؤولية. وكشفت الأبحاث الحديثة أن ممارسة النفوذ مرتبطة بمدى أمانة المدير المسؤول. فعلى سبيل المثال، يعد الأشخاص الذين يملكون سلطة على عدد أكبر من الموظفين أقل عرضة لاستخدام التفكير الأخلاقي والاهتمام براحة جميع العاملين، مقارنة بالذين تكون سلطنتهم على عدد أقل من الموظفين.

معضلة البيضة والدجاج

وتبّعت الكاتبة إلى أنه خلال حملة إعادة انتخاب الرئيس السابق للولايات المتحدة باراك أوباما، أشارت زوجته ميشيل قائلة: «أن تصبح رئيسا لا يغير من شخصيتك، بل يكشف عنها». فهل تغير السلطة القائد أم أنها تكشف عن سماته؟ وفي هذا السياق، خلصت بحوث تتعلق بالنفوذ والهوية الأخلاقية إلى أن البوصلة الأخلاقية للشخص

The Best Practices for Working From Home

We have all had our lives turned upside down. Our offices have shut down and if we were fortunate enough to have the ability to work from home, we have been sent home to perform our daily tasks. This can be an extremely difficult adjustment, but what choice do we have? It is time to learn how to have a fully productive workday from home and here are a few things that I have done and find helpful.

Set and keep regular "office hours"

When you work from home it is pretty common to work longer than you would if you were going to the office. This is why keeping a routine is helpful in keeping that work/life balance. You should be getting up and "going to work" every morning as usual, even if "going to work" means out of bed and into the next room. Then set a time of the day to "go home" for the evening.

Plan and structure your workday

Start every morning by making a to-do list for the day. Set achievable goals for yourself! Review yesterday's list, and anything that may need more work or was not completed should move to the top of today's list, then add to it in order to fill your day. Set a timeframe for each project. Example: 8 am review and respond to emails (35 min.)

Get out of your PJ's and comb your hair!

It is important to still get up, shower, and dress as if you are going to work when working from home. Though it is tempting to roll out of bed and stay in your PJ's all day, being in the habit of still dressing for the day will help your psycho-

logical mindset and you will be more productive throughout the day. The better you feel, the more productive you will be! Throwing on your favorite Allyn socks will add a little lighthearted fun to your wardrobe when you take your break and kick your feet up!

Dress for your conference call

You may think that since you are working from home it is not necessary to dress the part, but as I said above, it is so important to feel good. The best way to feel good is knowing that you look good, and how impressed would your boss or client be if you show up on that webcam with a crisp shirt and tie on? After all, you have a reputation to hold up. Be the guy that wants the deal so bad he shows up dressed to impress even when Social Distancing is not allowing him to be there in person.

Set aside a designated work area

Consistency is an important aspect to working from home. If you can, pick a place in your house to set up your desk, have it be the same place every day so it is like you are "just going to work". Make sure your workspace is efficient for you, your tasks and your style. Make the space yours by surrounding yourself with things that make you happy or inspire you so you can focus and work at doing your best work.

Take breaks

It is very important to take breaks! Every couple hours get up, walk around, chat with the other quarantined people in the house, throw a ball

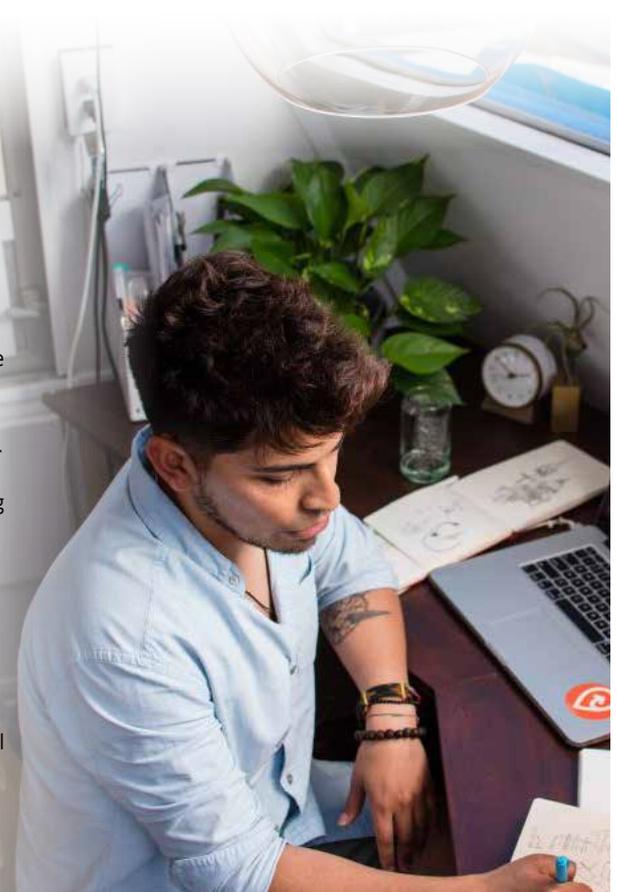
with the dog, pet the cats, or play a game with the kids.. Normally it would be advised to go out to lunch with friends or family every now and then, especially if you live alone; however with current situations being as they are, if you have the need to be social during this quarantine, maybe schedule lunch with friends/family through facetime so you have the interaction you are missing.

Avoid distractions

This is by far the biggest challenge of working from home! It is easy to become distracted. There are always chores to do or shows to watch. Do your best to put off household tasks, like laundry or dishes until you are on a break or you have gone "home" for the evening, and save Netflix for when you are ready to chill. To maintain consistency and focus, avoid online distractions, limiting time spent on personal email, social media, and websites unrelated to work.

Set boundaries with others in the house or outside friends/family

During this time, the house is full so it is important to set boundaries with the family. If you have a house full, make it clear that daddy has to go to work and then during "work" you should expect from outside distractions the same as you would if you were going into the office, keeping personal calls short and sweet and limiting social media and unrelated website breaks is important to have a productive day.



وأنت جالس في منزلك.. إليك أفضل 7 رحلات افتراضية حول مجانية حول العالم

عربي بوست
نوار كناو

لا أعتقد أن هناك أحداً يطبق الجلوس في المنزل مدة طويلة، هذا شيء مفروغ منه، لكن هل يجب أن نستسلم لواقع الحجر المنزلي بسبب كورونا؟ هذا السؤال صراحة له إجابتان: نعم، ولا! نعم يجب أن نستسلم ونبقى في المنزل حتى ينتهي تفشي الفيروس، ولا لأن هناك طرقاً أخرى يمكنك بها أن تطوف العالم وأنت جالس بجانب عائلتك.

رحلات افتراضية حول العالم

لذلك سنتقدم لك اليوم أفضل 7 مواقع للرحلات الافتراضية المجانية، يمكنك من خلالها زيارة الكثير من المدن والأماكن التي ترغب في زيارتها، كما لو أنك هناك بالفعل.

لذلك إذا أردت أن تكون تجربتك هذه أفضل، ننصحك باستخدام نظارات الواقع الافتراضي.

زيارة العالم عبر موقع AirPano

لدى موقع AirPano مجموعة متنوعة من الرحلات في الصين والبرتغال وسويسرا وبلدان أخرى كثيرة. ما يجعل هذا الموقع

ممتازاً وعلى رأس القائمة أنه يملك خيارات كثيرة مثل الجسر الزجاجي في الصين والكهوف



تحت الماء في إندونيسيا، ستجعلك تعيش تجارب ممتعة حقاً. كما يقدم لقطات مقربة تحوي معلومات مكتوبة عن تلك الأماكن.

الأكوابيوم الوطني عبر موقع National Aquarium

هو واحد من أكبر أحواض الأسماك في العالم، يقع في الولايات المتحدة الأمريكية ويحتوي على أكثر من 20 ألف حيوان مائي. يمكن للأطفال النقر والسحب على الصور للتنقل في طريقهم واستخدام الأسهم أو الخريطة أو قائمة المشهد لاستكشاف مختلف المعروضات.

كما يقدم لك الموقع إمكانية زيارة نهر الأمازون والغابات الاستوائية.

متحف الطبيعة في واشنطن عبر موقع Smithsonian

بعد متحف سميثسونيان أحد أفضل المتاحف المخصصة لفهم العالم الطبيعي وتطور حياة البشر، هناك الكثير من الأشياء التي عليك رؤيتها. يقدم المتحف جولة عبر الإنترنت في جميع أقسامه.

إذا كنت تتوي أن تزوره رفقة أطفالك ننصحك بتقسيم زيارته إلى عدة أيام حتى يستفيد أطفالك من كل المعلومات التي سيتعلمونها من زيارته.

زيارة الفضاء عبر موقع Nasa قد تكون رحلة غريبة بعض الشيء، لكنها أعظم رحلة ستقوم بها بكل تأكيد، ولن تكلفك قرشاً واحداً وسترى فيها محطة الفضاء الدولية من الداخل.

كما يقدم الموقع مجموعة ضخمة من مقاطع الفيديو التي تغطي مواضيع الفضاء من اختبار مظلة المريخ إلى تجربة تحريك المياه في الفضاء. متحف لين موتور للسيارات عبر موقع Lane Motor إلى عشاق السيارات ستكون رحلة متحف لين موتور واحدة من أجمل الرحلات التي ستذهبك. المتحف بحوي عدداً كبيراً من السيارات الأوروبية القديمة في عشرينيات القرن الماضي وصولاً إلى العصر الحديث.

زيارة البيت الأبيض عبر موقع Google Arts & Culture

من منا لا يحلم بزيارة البيت الأبيض منزل الرئيس الأمريكي؟ أصبح بإمكانك الآن زيارته والتجول في كل غرفه رفقة أطفالك وأصدقائك. الصور والفيديوهات تعمل بزاوية 360 درجة.

جولات الطبيعة حول العالم عبر موقع Nature Works Everywhere

استكشف الطبيعة حول العالم من خلال جولات الطبيعة الافتراضية في كل مكان، يمكنك زيارة الشعاب المرجانية في بالاو والصحاري والمراعي والغابات الاستوائية في إفريقيا.



Geothermal hot springs – a huge source of tourism revenue in Turkey

The geothermal hot springs in Turkey are an important economic factor beyond generating electricity. Hot springs have brought around USD 1 billion in tourism revenue to Anatolia, western Turkey in 2019. In an article a while ago, the impact of geothermal hot springs on the tourism industry in Turkey was described. There are around 1,500 thermal springs in western Anatolia in Western Turkey, that have generated around \$1 billion in tourism revenue in 2019. According to the Thermal Health and Tourism Association (TESTUD), 750,000 overseas travelers visited Turkey's thermal and spa facilities this year, mostly from China, Germany, South Korea, Japan, Russia and so on.

Foreign tourism has been an important part of Turkey's economy bringing foreign exchange into the country, according to Yavuz Yillik, head of the TESTUD. "Our country should focus on thermal tourism besides the sea, sand and sun tourism," he said, adding that enjoying the thermal springs is not a new trend or fashion. The Romans, once occupied most of Anatolia, built the ancient city of Hierapolis close to the mineral waters of Pamukkale, renowned for its white limestone travertine terraces shaped by calcium-rich hot springs and healing waters. In 2019, Pamukkale, dating back more than 2,000 years, was the fourth most visited site in Turkey by foreign tourists who sought cures in thermal waters, according

to official data from the Turkish Tourism Ministry. Tourism professionals hailed Turkish government's efforts to diversify the country's tourism resources during the last decade, indicating that there is still a great potential to invest in spa, thermal and other relevant health tourism. Turkey aims to rank the second globally in terms of health tourism by 2023. "Only some thermal springs in western Turkey are used for tourism purposes, there is really a great potential in this sector as awareness and interest in geothermal facilities are growing in the world," Alp Serin, a tourism professional. To read the rest of the article go to : <https://flipboard.com/>



الرقص احد وسائل الشعوب للحفاظ على تراثها الثقافي



فنية مكتملة الأركان لتراث المكسيك. ومن أشهر الرقصات الفلكلورية في المكسيك رقصة القبعات المكسيكية التي تعد مزيجاً من التأثيرات الأصلية والأوروبية والأفريقية، وتعود جذورها إلى الاستعمار الإسباني للمكسيك في القرن السادس عشر وبدأت ممارستها بالأساس لإسترضاء الآلهة، ثم تطورت ودمجت معها رقصات أخرى مثل الباليه والبولكا.

فلسطين

تعد الدبكة أشهر الرقصات الفلكلورية للمجتمع العربي، وهي جزء من التراث الفلسطيني حيث ترسخ في الذاكرة الفلسطينية بشكل كبير وذلك لتعكس عمق الانتماء للتراث الفلسطيني وقد كانت رقصة الدبكة الفلسطينية تُمارس في الأعياد والمناسبات الاجتماعية مثل الزواج وذلك قبل نكبة 1948 وتطورت بعد ذلك لتصبح أداة من أدوات النضال الفلسطيني. الدبكة هي رقصة جماعية تضم أكثر من 15 مشاركاً حيث يقف المشاركون في صف ويمسكون بأيدي بعضهم البعض من اليمين إلى الشمال، حيث تتشابك الأيدي خلال تأديتها لترمز للوحدة والتضامن، وتُصرب الأرجل بالأرض رمزاً للصمود.

وتنقسم رقصة الدبكة الفلسطينية إلى ثلاثة أنواع: الكرادية أو الطيارة؛ وتتسم تلك الرقصة بالإيقاع السريع ويجب على من يزاولها أن يتمتع باللياقة والحركة السريعة، وهناك أيضاً دبكة الدلعونا؛ وهي رقصة ذات إيقاع متوسط تصاحبها أغان تحمل نفس الرتم مع تغير في الكلمات حسب المناسبة، كما توجد دبكة ظريف الطول؛ وهي رقصة تعنى بالتنقيب عن محاسن الفتاة أو الفتى وتركز على الملاح بشكل خاص، وأخيراً دبكة الدحية؛ وهي دبكة خاصة بالبدو تصاحبها كلمات أغان لا يفهمها سواهم.

الاحتفال به منذ أكثر من 500 عام ويستمر الاحتفال بهذا المهرجان لمدة ثلاثة أيام، ويحتفل بهذا المهرجان في شهر يوليو في مناطق طوكيو، يوكوهاما، وتوهوكو.

اليمن

يتميز الرقص الفلكلوري اليمني بالتنوع، حيث أن لكل منطقة يمنية رقصتها الخاصة بها والتي تعبر عنها بشكل خاص، وتزيد الرقصات الفلكلورية في اليمن عن ثمانين رقصة ولكل طقس من طقوس الحياة رقصة مختلفة، فهناك رقصة للاحتفال بالختان وأخرى للزواج إضافة إلى رقصات الزار وزيارة الأضرحة والأولياء.

ومن أشهر الرقصات الفلكلورية اليمنية رقصة "البامبيل" التي تحمل طابعاً أفريقيًا وتتواجد بشكل أساسي في مدينتي الشحر والمكلا اليمنيتين، وهناك أيضاً رقصة "السواحيلي" النسائية في حضر موت والتي تؤدي في الأعراس، هذا عطفاً على رقصة "الدربوكة" والتي يؤديها بحارة السفن الشراعية من أصل أفريقي قبل نزولهم إلى البحر وهي تمثل بالأساس دراما الصيد والمرسى.

المكسيك

إذا كان الرقص الفلكلوري يكشف عن جانب من الهوية الثقافية لبلد ما؛ فالرقص الفلكلوري في المكسيك يعد تجربة رائعة للكشف عن ثقافة المكسيك وذلك لأنه ينسجم معه الإيقاع الموسيقي والألوان المليئة بالحياة وكذلك الملابس والحلي ليكون بذلك لوحة

من الرقصات الشعبية التي تقوم بها الراقصات الإناث وتنقسم بالأساس إلى خمسة أشكال أساسية؛ فون ليب "رقص الأفعى"، وفون تيان وتعني "شمعة الرقص"، وفون مارن أو "رقصة الفراشة" وفون نيجو وتعني "رقصة وشاح"، وفون مارن مونج كول وتعني "الرقص السعيد".

وترافق كل رقصة من هذه الرقصات موسيقى خاصة بها، يعزفها الموسيقيون المرافقون على الآلات التايلاندية التقليدية حيث يكون هناك عادة خمسة إلى سبعة

موسيقيين برفقة أربعة إلى ستة راقصين.

اليابان

للرقص الفلكلوري في اليابان تاريخ طويل وعريق حيث استمر تقليد الرقص الشعبي الياباني لأكثر من ألف سنة، ومن أنواع الرقص الفلكلوري في اليابان رقصة إيومانزاي والتي تعد احتفالاً بالعام الجديد والغرض الأساسي منها هو طلب السلام من الآلهة في العام المقبل. ورقصة أياكوماي وهي رقصة تاريخية ذات هدف ديني، ورقصة ساكورا أو رقصة الربيع والتي تعني "زهار الكرز" وعادة ما تؤدي المرأة تلك الرقصة احتفالاً بالسماء المشرقة والكرز.

وتحتفل اليابان في الفترة من 13-15 أغسطس / آب من كل عام بمهرجان أوبون أو مهرجان القناديل للرقص الذي يُقام لتمجيد أرواح أموات الأسلاف وترقص فيه رقصات الأوبون الفلكلورية الخاصة لإراحة أرواح الأسلاف الموتى. وهو المهرجان الأضخم من نوعه في اليابان، وقد بدأ

تسعى شعوب كثيرة للحفاظ على هويتها الثقافية من أجل حماية خصوصيتها وضمان عدم الاندثار أو الذوبان في الآخر، ويعد الرقص الفلكلوري إحدى تلك الوسائل التي تلجأ إليها الشعوب من أجل تجسيد الثقافة المحلية والتقاليد الخاصة، كما يعتبر الرقص الفلكلوري مرآة ينعكس عليها كل مظاهر وفعاليات الحياة المختلفة، ويعد كذلك أداة من أدوات التاريخ وحفظ التراث.

ونستعرض في التقرير التالي بعض الدول التي حافظت على تراثها عبر رقصها الفلكلوري.

كولومبيا

في كولومبيا وعلى ساحل البحر الأطلسي نشأت الثقافة الكولومبية شديدة الثراء والتنوع، التي جمعت بين مزيج من مختلف الثقافات، نتج عنها الرقص الفلكلوري الكولومبي الذي مزج بين الموسيقى الإسبانية والموسيقى الأفريقية، ومن هذا المزيج المتنوع ظهرت رقصة "السالسا" التي تعد من أكثر الرقصات شعبية في المجتمعات اللاتينية وهي عبارة عن مزيج من الموسيقى اللاتينية ولكن مكوناتها الأساسية جاءت من دولة كوبا.

وهناك الكثير من أنواع السالسا حول العالم حيث تضيف كل دولة حركاتها المميزة حسب طبيعتها الجغرافية، هذا إلى جانب رقصة البامبوكو التي تعتبر من الرقصات الأكثر شعبية في كولومبيا وخاصة منطقة الأنديز، وهناك أيضاً رقصة بورو التي نشأت في سوكري وهي رقصة تشبه المسيرة العسكرية.

تايلاند

تمتد جذور الرقص الفلكلوري التايلاندي إلى الثقافات القبلية الأصلية والتأثيرات الاستعمارية من بورما وإندونيسيا، ومن أشهر الرقصات الفلكلورية في تايلاند رقصات فون التقليدية والتي تعد مجموعة



عادات تعكس ثقافة الشعوب حول العالم

حزنهم في الجنائز بتقطيع أصابعهم، كما يلطخون وجوههم بالرماد والطين، وفي الوقت نفسه يمارسون هذا التقليد للتعبير عن حبه، لدرجة أن الزوجة تقطع يدها أو أصابعها وتدفنها مع زوجها عند وفاته.

- ترقص بعض المجتمعات في الجنائز مع جثث الموتى، فيخرجون الموتى من أسرهم قبل دفنهم ويرقصون معهم حول القبور، ومن المناطق التي تقام فيها هذه العادة؛ مدغشقر.

- يُمنع الأزواج من الذهاب لدورات المياه لمدة ثلاثة أيام من زواجهم، إذ إن هذا التقليد مرتبط بقبائل «تيدونج» في أندونيسيا، وذلك لأنهم أن مخالفة ذلك سيجلب الخيانة والحوادث ووفاة الأطفال والطلاق.

توجد العديد من العادات التي تعكس ثقافة شعب ما، وتميزه عن غيره من الشعوب، وهي في حقيقتها قد تكون أمراً مستهجنًا لدى شعوب أخرى، ولكنها في الوقت نفسه مصدر للراحة النفسية لمن يمارسها، ومن هنا تأتي أهمية الاطلاع على ثقافات الشعوب لمعرفة الطريقة التي يفكر بها الإنسان، وفيما يأتي بعض العادات عن بعض الشعوب:

- يلقى الهنود الهندوس الأطفال حديثي الولادة من أعلى معبد يصل ارتفاعه لخمس مترات، وفي الأسفل يلتقطونه بقطعة من القماش، إذ إن هذا التقليد يمارسه الهنود منذ أكثر من نصف قرن، وتحديداً الهندوس منهم.

- يعبر أفراد قبيلة داني في دولة غينيا الجديدة عن



أول من اكتشف «عائلة» فيروس كورونا امرأة لم تكمل تعليمها وكافحت لتتال الدكتوراه

بينما ينشغل العالم أجمع حالياً بالفيروس التاجي المستجد كوفيد-19 الذي أجبر أكثر من ثلث سكان العالم على ملازمة منازلهم، لا يعلم أغلبنا أن أول من اكتشف أول فيروس تاجي من عائلة كورونا، هي امرأة، تركت المدرسة وهي في سن الـ16، وهي ابنة سائق حافلة إسكتلندي.

جون أليدا، سيدة انطلقت من الحياة البسيطة إلى أن تصبح واحدة من رواد تصوير الفيروسات، وقد عاد اسمها يتزايد في خضم الجائحة الحالية، إذ ينتمي كوفيد-19 لفصيلة الفيروس الذي حددته أول مرة الدكتورة جون في عام 1964، في مختبرها بمستشفى سانت توماس في لندن.

تركت المدرسة باكراً وتزوجت وانتقلت لكندا

لكن حياة هذه المرأة التي يدين لها العالم بمعرفة هذا النوع من الفيروسات كانت بسيطة ومتواضعة للغاية، وفق قصة حياتها التي سردتها هيئة الإذاعة البريطانية BBC. فعائلة الفيروسات التي ولدت بالعام 1930، تركت المدرسة بعد تلقيها قدرًا قليلاً من التعليم الرسمي، ثم حصلت على وظيفة جيدة ككفني في مختبر لعلم التشريح بمستشفى غلاسكو الملكي.

بعدها، انتقلت من بلدتها بالقرب من ألكسندرا بارك شمال شرق غلاسكو إلى العاصمة لندن لاستئناف مسارها المهني، وتزوجت من الفنان الفنزيولي إنريكس أليدا في عام 1954، ثم انتقلت الزوجان وطفلهما إلى مدينة تورنتو في كندا.

طورت جون مهاراتها الفذة في استخدام المجهر الإلكتروني في معهد أونتاريو للسرطان، حتى أصبحت صاحبة دور ريادي في ابتكار طريقة تظهر الفيروسات بشكل أفضل عن طريق استخدام أجسام مضادة لإثارها.

المملكة المتحدة اكتشفت موهبتها وجذبتها للعودة للعمل بمدرسة مستشفى سانت توماس الطبية في لندن، وهو ذات المشفى الذي عولج فيه رئيس الوزراء البريطاني بوريس جونسون عندما أصيب بكوفيد-19.

فور عودتها، بدأت بالتعاون مع الدكتور دايفيد تيريل، الذي كان يجري بحثاً في وحدة نزلات البرد، وعكف على دراسة عينات أخذت من أنوف متطوعين، إلى أن توصل فريقه إلى عدد قليل نسبياً من الفيروسات المتعلقة بنزلات البرد الشائعة، ولكن ليس كلها.

جاء أحد تلك الفيروسات بالتحديد - عُرف بـ B814 فيما بعد- من عينات أخذت من أنف تلميذ في مدرسة داخلية بمقاطعة سري عام 1960، وقد وجدوا أن تلك الفيروسات قادرة على نقل أعراض نزلة البرد الشائعة إلى المتطوعين، ولكنهم لم يتمكنوا من عمل مزرعة لها في الخلايا مخبرياً.

لكن الدراسات التي أجريت على المتطوعين أظهرت نموها في المزارع العضوية، وتساءل الدكتور تيريل إن كان يمكن رؤيتها عبر المجهر الإلكتروني. وقتها، أرسلوا بعد ذلك عينات لجون أليدا، التي شاهدت جزيئات الفيروسات في العينات، ووصفتها بأنها فيروسات شبيهة بفيروسات الإنفلونزا، ولكنها ليست مطابقة لها، وبذلك، تعرفت على أول فيروس تاجي يصيب البشر.

لكن الدراسات التي أجريت على المتطوعين أظهرت نموها في المزارع العضوية، وتساءل الدكتور تيريل إن كان يمكن رؤيتها عبر المجهر الإلكتروني. وقتها، أرسلوا بعد ذلك عينات لجون أليدا، التي شاهدت جزيئات الفيروسات في العينات، ووصفتها بأنها فيروسات شبيهة بفيروسات الإنفلونزا، ولكنها ليست مطابقة لها، وبذلك، تعرفت على أول فيروس تاجي يصيب البشر.

لكن الدراسات التي أجريت على المتطوعين أظهرت نموها في المزارع العضوية، وتساءل الدكتور تيريل إن كان يمكن رؤيتها عبر المجهر الإلكتروني. وقتها، أرسلوا بعد ذلك عينات لجون أليدا، التي شاهدت جزيئات الفيروسات في العينات، ووصفتها بأنها فيروسات شبيهة بفيروسات الإنفلونزا، ولكنها ليست مطابقة لها، وبذلك، تعرفت على أول فيروس تاجي يصيب البشر.

لكن الدراسات التي أجريت على المتطوعين أظهرت نموها في المزارع العضوية، وتساءل الدكتور تيريل إن كان يمكن رؤيتها عبر المجهر الإلكتروني. وقتها، أرسلوا بعد ذلك عينات لجون أليدا، التي شاهدت جزيئات الفيروسات في العينات، ووصفتها بأنها فيروسات شبيهة بفيروسات الإنفلونزا، ولكنها ليست مطابقة لها، وبذلك، تعرفت على أول فيروس تاجي يصيب البشر.

المجلة رفضت نشر بحثها عن أول فيروس تاجي يصيب البشر

الدكتورة أليدا كانت قد شاهدت بالفعل جسيمات مماثلة قبل هذا عندما كانت تعمل على أمراض التهاب الكبد في الفئران والتهاب الشعب الهوائية المعدي في الدجاج، لكن الدورية القائمة على مراجعة الأقران رفضت بحثها "لأن المحكمين قالوا إنها لم تصدر إلا صوراً غير واضحة لجسيمات فيروس الإنفلونزا".

ثم نُشر الاكتشاف الجديد B814 في دورية British Medical Journal عام 1965، ونشرت الصور الأولى لما شاهدته في دورية Journal of General Virology بعد هذا بعامين.

يعني هذا أن اكتشاف عائلة الفيروس التاجي يرجع الفضل فيه إلى الدكتور تيريل والدكتورة أليدا، ومعها الأستاذ الجامعي توني واترسون، مدير مستشفى سان توماس الذي أطلق على الفيروس مصطلح الفيروس التاجي نظراً للتاج أو الهالة المحيطة به في الصور.

حياة علمية مرموقة بعد اكتشاف الفيروس التاجي

عملت أليدا بعد ذلك في مدرسة الدراسات العليا للطب في لندن حيث حصلت على درجة الدكتوراه، وأنهت مشوارها المهني في معهد ويلكوم إنستيتيوت، حيث حصلت على براءات اختراع عديدة في مجال تصوير الفيروسات.

بعد تركها المعهد، عملت الدكتورة أليدا مدربة يوغا، ولكنها عادت مرة أخرى إلى مجال الفيروسات بدور استشاري في أواخر الثمانينيات عندما ساعدت في التقاط صور جديدة لفيروس نقص المناعة/الإيدز.

توفيت جون أليدا في عام 2007 عن عمر يناهز 77 عاماً. واليوم، بعد 13 عاماً من وفاتها حصلت أخيراً على التقدير الذي تستحقه بوصفها رائدة ساهم عملها في تسريع فهم الفيروس الذي ينتشر الآن حول العالم.



علماء آثار يعثرون على هياكل لنساء محاربات قد تكون إحداهن «مولان» الشهيرة

بـ«منغوليا» شمال شرق الصين)، ويرجح أن أسطورة مولان الشهيرة قد استوحيت من نساءهن المحاربات.

هياكل عظمية لنساء محاربات

درست كريستين لي وياهير جونغزليس من جامعة ولاية كاليفورنيا الهياكل العظمية في 29 من المدافن القديمة في جميع أنحاء منغوليا. كانت المدافن تنتمي لثلاث مجموعات من البدو الرحل: الشيونجونو الذين بدأوا باحتلال المنطقة منذ حوالي 2200 عام مضت، وشيانباي الذين تولوا السلطة منذ حوالي 1850،

بالرغم من أن قصة مولان الشهيرة التي شاهدها معظمنا في الفيلم الذي أنتجته ديزني في عام 1998 تدرج تحت مسمى "الأساطير" أو الحكايات الخيالية، فإن لعلماء الآثار رأياً آخر، فهم يعتقدون أن امرأة حقيقية من نساء شيانباي المحاربات شكلت مصدر الإلهام لقصة مولان، وقد قادهم إلى ذلك الاستنتاج هياكل عظمية وجدت في أحد المواقع الأثرية في منغوليا.

بالتأكيد لم يرافق تلك المحاربة من شيانباي تين صغير الحجم، كذلك الذي رافق مولان في رحلتها في فيلم ديزني الشهير، لكن بقية القصة قد تكون وقعت حقاً قبل حوالي 1850 عام.

إليك تفاصيل القصة بحسب ما وردت في موقع New Scientist البريطاني.

أسطورة مولان

تقول الأسطورة إن إمبراطور الصين قد طلب أن تتبرع كل عائلة من شعبه بإرسال رجل واحد ليضمد إلى الجيش الإمبراطوري لمواجهة الغزاة، في زمن كان لا يسمح فيه للمرأة بأن تحمل السيف أو تتخطف في الدفاع عن بلدها.

لكن فتاة تدعى مولان واجهت صعوبة في تنفيذ أوامر الإمبراطور، فالرجل الوحيد الموجود في عائلتها هو والدها المحارب المتقاعد الكبير في السن.

وبحسب الروايات الشعبية، قررت مولان عدم السماح لوالدها بالذهاب، فتتكرت بزي رجل، وذهبت إلى الحرب عوضاً عنه.

ولدى علماء الآثار دلائل تؤكد أن تلك القصة ليست مجرد أسطورة أو حكاية خيالية، بل هي قصة حقيقية حدثت مع واحدة من نساء شيانباي المحاربات.

لكن فتاة تدعى مولان واجهت صعوبة في تنفيذ أوامر الإمبراطور، فالرجل الوحيد الموجود في عائلتها هو والدها المحارب المتقاعد الكبير في السن.

وبحسب الروايات الشعبية، قررت مولان عدم السماح لوالدها بالذهاب، فتتكرت بزي رجل، وذهبت إلى الحرب عوضاً عنه.

ولدى علماء الآثار دلائل تؤكد أن تلك القصة ليست مجرد أسطورة أو حكاية خيالية، بل هي قصة حقيقية حدثت مع واحدة من نساء شيانباي المحاربات.

لكن فتاة تدعى مولان واجهت صعوبة في تنفيذ أوامر الإمبراطور، فالرجل الوحيد الموجود في عائلتها هو والدها المحارب المتقاعد الكبير في السن.

وبحسب الروايات الشعبية، قررت مولان عدم السماح لوالدها بالذهاب، فتتكرت بزي رجل، وذهبت إلى الحرب عوضاً عنه.

ولدى علماء الآثار دلائل تؤكد أن تلك القصة ليست مجرد أسطورة أو حكاية خيالية، بل هي قصة حقيقية حدثت مع واحدة من نساء شيانباي المحاربات.

لكن فتاة تدعى مولان واجهت صعوبة في تنفيذ أوامر الإمبراطور، فالرجل الوحيد الموجود في عائلتها هو والدها المحارب المتقاعد الكبير في السن.

وبحسب الروايات الشعبية، قررت مولان عدم السماح لوالدها بالذهاب، فتتكرت بزي رجل، وذهبت إلى الحرب عوضاً عنه.

ولدى علماء الآثار دلائل تؤكد أن تلك القصة ليست مجرد أسطورة أو حكاية خيالية، بل هي قصة حقيقية حدثت مع واحدة من نساء شيانباي المحاربات.

من بقية النساء، كما تشير العلامات على أنهن استخدمن العضلات التي يستخدمها الفرسان أثناء ركوب الخيل، بالإضافة إلى وجود مؤشرات تدل على أنهن مارسن الرماية.

فوجئت كريستين بالانكشاف، وتقول: "بالتأكيد أعداد النساء اللواتي سُمح لهن بالمشاركة في مثل هذه الأنشطة كانت ضئيلة للغاية". وأضافت أن التاريخ المنغولي يشير كذلك لندرة انخراط النساء في مثل هذه الأعمال.

تشير علامات على ثلاثة هياكل عظمية أخرى إلى أن نساء شيونجونو ربما شاركن في الرماية وركوب الخيل أيضاً بدرجة محدودة.

وتشير ثلاثة هياكل عظمية أخرى إلى أن النساء التركيات على ما يبدو لم يمارسن الرماية، بالرغم من أنه يبدو أنهن قضين بعض الوقت المحدود في ركوب الخيول.

قد يكون هناك سبب بسيط جعل بعض نساء شيانباي محاربات، فالمشهد السياسي لم يكن مستقراً في الفترة الزمنية التي عشن فيها، فبعد انتهاء سلالة هان في الصين عام 220 ميلادياً، انتشرت أعمال العنف والحروب في جميع أنحاء المنطقة لقرون.

وربما كان ذلك هو السبب الذي دفع النساء آنذاك للانخراط في الحروب مع أنهن كن ممنوعات من ممارسة الأعمال القتالية.

وبكل الأحوال، هناك العديد من الدلالات في قصة مولان الأصلية والتي تشير إلى أنها ربما كانت واحدة من نساء شيانباي.

فعلى سبيل المثال لم يكن تقليد إرسال رجل واحد من كل عائلة للخدمة في الجيش شائعاً في الصين، لكن البدو الرحل الذين تتراوح أعمارهم بين سن 15 و55 عاماً ملزمون بتقديم رجل واحد للتطوع في الجيش.

وبالرغم من أن فيلم مولان الجديد الذي أنتجته ديزني عام 2020 يروي أن مولان قد انضمت للجيش الإمبراطوري الصيني للقتال ضد بدو السهوب الأوراسية، فإن قصتها الأصلية تروي أنها انضمت للقتال مع جيش شيانباي ضد الغزاة.

وربما لم تكن محاربات شيانباي استثناء في المنطقة، فقد كشفت الحفريات الأخيرة في سيبيريا وكازاخستان عن آثار لنساء دفن مع السيوف والعربات الحربية.



والشعوب التركبية الذين شردوا الشيانباي منذ حوالي 1470 عاماً.

تنتمي ثلاثة من الهياكل العظمية لنساء شيانباي، اثنان منها يحتمل أنهما كانا محاربات.

وقد توصلت كريستين وياهير لهذا الاستنتاج جزئياً بسبب طبيعة العلامات التي تركت على العظام حيث تدل تلك العلامات على أن صاحبات هذه الهياكل كن يستخدمن عضلاتهن بشكل أكبر

قرار قضائي بريطاني ينتصر لفلسطين ومقاطعة الاحتلال

أعلنت حملة التضامن مع فلسطيني في بريطانيا تسجيل «انتصار جديد في دعم الحق الفلسطيني بمواجهة عنصرية الاحتلال الإسرائيلي»، بعد صدور قرار نهائي من المحكمة العليا بالبلاد يقضي بإلغاء قرار للحكومة يلزم البلديات بعدم سحب استثماراتها من الشركات المتواطئة مع الاحتلال الإسرائيلي.

وتعود القضية إلى عام 2016 حين فرضت الحكومة البريطانية المركزية لوائح تقيد قرارات لصناديق التقاعد بالحكومات المحلية (البلديات) بسحب استثماراتها من الشركات المتواطئة مع قمع الاحتلال للشعب الفلسطيني، وكذلك من الصناعات العسكرية في المملكة المتحدة.

وأعقب ذلك رفع دعوى في عام 2017 ضد قرار الحكومة البريطانية، والفوز بها لصالح حركة التضامن مع فلسطين، ولكن الحكومة البريطانية قامت بالاستئناف على قرار المحكمة، وحكمت محكمة الاستئناف لصالح الحكومة.

وقررت المحكمة العليا في بريطانيا بصورة نهائية اعتبار تعليمات الحكومة المركزية «باطلة»، مانحة الحق للبلديات في أن تقرر بشأن استثمارات صناديق التقاعد وفق ما يراه مالكي تلك الصناديق، وذلك عقب استئناف آخر من حركة التضامن.

ووصف رئيس منتدى التواصل الأوروبي الفلسطيني زاهر البيرواي قرار المحكمة العليا بأنه «انتصار كبير وتاريخي» لحركة التضامن مع الشعب الفلسطيني، ولحملات المقاطعة ونزع الشرعية عن الاحتلال. وقال البيرواي «أعتقد أن القرار سيكون دافعا لحملات التضامن والمقاطعة ولكل النشاط المدافع عن الحقوق الفلسطينية، للقيام بالمزيد من العمل والنضال دفاعا عن الحقوق الفلسطينية في الغرب وبكل الطرق المتاحة وخاصة القانونية».

وأوضح أن المتضامنين مع فلسطين في الغرب يخوضون «معركة مع اللوبي الإسرائيلي وأدواته»، لافتا إلى أن إجراءات بعض الحكومات الأوروبية، في الغالب، ناتجة عن تأثير هذا اللوبي وأدوات الضغط التي تستخدمها دولة الاحتلال على هذه الحكومات لإصدار لوائح وقوانين ضد فلسطين.

وأشار إلى وجود محاولات لنزع الشرعية عن النشاط الفلسطيني والمؤسسات المؤيدة للحقوق الفلسطينية في الغرب عموما، لأنهم يقومون بالكشف عن عنصرية الاحتلال.

ولفت البيرواي إلى أن قرار الحكومة البريطانية عام 2016 جاء استجابة للضغط الإسرائيلي عليها في ظل نجاح حملات مقاطعة الاحتلال وإنجازها على مستوى اقتصادي وسياسي وإعلامي واجتماعي.

وعلى المستوى الاقتصادي، بحسب البيرواي، تمثل هذا النجاح في تحرك بعض بلديات بريطانيا لتحذو حذو بعض صناديق التقاعد في دول شمال أوروبا وبعض الدول الأخرى، والتي قررت سحب استثماراتها من الشركات الإسرائيلية.

ويوضح أن «الحكومة البريطانية أرادت قطع الطريق على الحكومات المحلية التي فيها تأييد للحق الفلسطيني من أن تسحب استثماراتها في بعض الشركات الإسرائيلية، تضامنا مع الشعب الفلسطيني». وأكد أن «قرار المحكمة الآن يترك المجال للحكومات المحلية لتقرر ما تشاء في استثماراتها بالدول الخارجية»، مضيفا «نعتبر ذلك مساحة تحرك لكل الرافضين للتطبيع مع الاحتلال».



بلومبيرغ: لهذه الأسباب سمح بوتين لإعلامه بمهاجمة الأسد

يطمح لاستعادة السيطرة على كامل سوريا. ونفى المتحدث باسم الكرملين ديمتري بيسكوف الأخبار عن عدم سعادة بوتين من الأسد ورفضه التنازل للمعارضة من أجل تسوية سياسية. وخلال السنوات الماضية قامت روسيا وبدون نجاح بالضغط على الأسد من خلف الأبواب ودفعه للموافقة على تنازلات سياسية ولو رمزية والحصول مقابل ذلك على من الأمم المتحدة.

ولكن النقد المفتوح لحليف مهم يعتبر تغيرا في النهج. ففي مقال نشر على الأنترنت بموقع تابع ليفغيني بريغوجين، المعروف بطاهي بوتين، نظرا لعقود الطعام التي توفرها شركته للكرملين، هاجم الأسد ووصفه بالفساد. واستشهد كاتب المقال باستطلاع جاء فيه أن شعبية الأسد لا تتجاوز 32% وأشار إلى بدلاء عنه من داخل النظام والمعارضة. ولكن المقال الذي نشرته «وكالة الأنباء الفدرالية» اختفى سرعا.

وبعد أيام نشر المجلس الدولي للشؤون الدولية، الذي أنشأه الكرملين تعليقا انتقد فيه حكومة دمشق واصفا إياها بأنها «تفتقد النهج البعيد النظر والمرن» لإنهاء النزاع. وفي مكالمة هاتفية قال الكسندر أكسينوڤ، الدبلوماسي السابق ونايب رئيس المجلس: «لو رفض الأسد الموافقة على الدستور الجديد، فسيضع النظام السوري نفسه أمام خطر عظيم».

وقال شخص مقرب من الكرملين إن ما نشر في الموقعين هي رسالة قوية للقيادة السورية. وقال شخص مقرب من القيادة الروسية إن بوتين ينظر للأسد كشخص عنيد ويمثل خيبة أمل له، ولهذا استخدم موقعا مرتبطا بريغوجين لتوصيل الرسالة، وأضاف هذا الشخص وغيره إنه لا يمكن التخلي عن الأسد نظرا لعدم وجود شخص بديل عنه يمكن

نشرت وكالة «بلومبيرغ» مقالا تحت عنوان «بوتين يعاني من صدام سوريا والكرملين يلوم الأسد»، قالت فيه إن صبر بوتين من الأسد بدأ بالتفاد. وجاء فيه إن الأسد لا يظهر امتنانا كبيرا لإنقاذه من الحرب الأهلية، وليس بالطريقة التي يريدها قادة الكرملين. فبوتين الذي يواجه معضلة مزدوجة في الداخل من ناحية صدمة انهيار أسعار النفط ومواجهة فيروس كورونا، ويريد للملحة المغامرة العسكرية في سوريا وعلان النصر.

ولهذا يطالب بوتين الأسد بمرونة في المحادثات مع المعارضة للتوصل لتسوية سياسية تنهي حربا أهلية طويلة، وذلك حسب أشخاص على اطلاع بالمداوات داخل الكرملين. وأدى رفض الأسد التنازل للمعارضة السورية عن أي سلطة مقابل الاعتراف الدولي بنظامه وتدفق مليارات الدولارات إلى البلاد للمساهمة في إعادة إعمار البلاد إلى انفجار غضب غير عادي في الصحف والمجلات الروسية التي ترتبط ببوتين.

ويقول الكسندر شوملين، الذي يدير مركز أوروبا - الشرق الأوسط في موسكو: «يحتاج الكرملين إلى التخلص من صدام سوريا» و «المشكلة هي مع شخص واحد هو الأسد وحاشيته».

ويعكس انزعاج بوتين من الأسد معضلة روسيا لأن الطرفين يعرفان ألا بديل عن الزعيم السوري للتوصل إلى تسوية. ففي الوقت الذي استخدم فيه بوتين التدخل العسكري عام 2015 كنقطة يستعيد من خلالها التأثير الروسي في الشرق الأوسط وجعل موسكو لاعبا رئيسيا، عمل الأسد على المناورة بين موسكو وحليفته إيران للتمسك بالسلطة.

واعتمد الأسد على القوة العسكرية والدبلوماسية الروسية لمنع تركيا من التوسع في مناطق المعارضة بشمال سوريا، ذلك أنه

ألف عضو يديرون البلاد بمزيج من التعصب الديني وقوانين العصور الوسطى وتجاهل الديمقراطية وحقوق الإنسان، عميلا مهما وصديقا جيدا وحليفا مخلصا لترامب. ولكن، لا تتقاسم الطبقة السياسية الأمريكية بأكملها التعاطف الخاص بالرئيس الأمريكي الحالي تجاه السعودية. ففي إحدى المناسبات، وصف جو بايدن السعودية بأنها «مذبذبة» دوليا ووعده بقطع الإمدادات العسكرية عن الرياض إذا وقع انتخابه. يمكن أن تساعد مقارنة العلاقة بين البلدين في فهم السياق الذي أنشئ فيه التحالف بين ديمقراطية غربية ومملكة ثيوقراطية التي دام لعقود.

تاريخ علاقة معقدة

أشارت الصحيفة إلى أن أسوأ فترات هذه العلاقات تعود إلى سنة 1973، عندما اتخذت واشنطن موقفا واضحا تجاه إسرائيل في الحرب المصرية الإسرائيلية، فأصدر الملك فيصل على خلفية ذلك قرارا يقضي بحظر النفط على الولايات المتحدة. آنذاك، دعا وزير الخارجية كيسنجر، الذي يكره السعودية، ريتشارد نيكسون لغزو شبه الجزيرة العربية أو على الأقل التخلص من أحد الشيوخ، فقط لاستعراض قوتهم. في النهاية، هدأت الأوضاع وعاد البنزين السعودي ليبدأ من جديد خزانات السيارات الأمريكية. بعد فترة وجيزة، دفعت الثورة الإيرانية السعوديين إلى تصدير الوهابية لمواجهة نفوذ طهران. وكان أبرز مؤيدي هذا المذهب أسامة بن لادن، الراعي لحركة طالبان الأفغانية وهجمات 9 سبتمبر. وقد أثارت الاتصالات بين هؤلاء الإرهابيين ومسؤولين في حكومة الرياض موجة من الدعاوى القضائية ضد العائلة المالكة السعودية بشأن الأضرار التي لحقت بالمواطنين الأمريكيين، ما ساهم في تشويش العلاقات المعقدة بالفعل بين البلدين. ولكن يبدو أن هذا الفصل من تاريخ العلاقات قد طوي في سنة 2005 خلال فترة حكم جورج بوش. ولكن اختلف الأمر عندما وصل باراك أوباما إلى السلطة. وأوردت الصحيفة أنه في نظر السعوديين، كان رد إدارة أوباما على «ثورات الربيع العربي»، والحرب في سوريا ونفوذ إيران في العراق فاترا في أحسن الأحوال. وقال علي الشهابي، وهو سعودي بارز يتأثر جماعة ضغط في واشنطن: «كانت شبه الجزيرة العربية في حالة حب مع الولايات المتحدة منذ 60 سنة، لكن أوباما حطم قلبونا».

العلاقة مع ترامب

أكدت الصحيفة أن ترامب مثل منذ البداية «الأمل الأبيض العظيم» بالنسبة للسعوديين. لأول مرة في التاريخ، لم تكن أول رحلة دبلوماسية دولية للرئيس المنتخب حديثا إلى دولة مجاورة مثل المكسيك أو كندا، بل إلى المملكة العربية السعودية. لكن في الوقت الحالي، أثارت كل من السعودية وروسيا حربا اقتصادية على النفط ألحقت ضررا كبيرا بالولايات المتحدة. في المقابل، يرى كثيرون أن ذلك يعد بمثابة انتقام من هجوم الطائرات دون طيار الجريء على حقول النفط العربية الصيف الماضي، الذي دمرت من خلاله إيران حوالي 5 بالمئة من الطاقة الإنتاجية للرياض. وفي الختام، نوهت الصحيفة بأن علما أقل اعتمادا على النفط هو عالم أقل اعتمادا على المملكة العربية السعودية، التي لم تعد تباع الجزء الأكبر من إنتاجها للولايات المتحدة، وإنما إلى الدول الآسيوية. ولذلك، يدرس بعض أعضاء مجلس الشيوخ الأمريكي قوانين لتغيير «التحالف الخاص» لبلادهم مع الرياض، متسائلين عما إذا كان من المنطقي أن تدافع القوات الأمريكية عن «عائلة من أصحاب المليارات المتعصبين دينيا الذين لا يشاركون الولايات المتحدة الأمريكية القيم نفسها».

ندى درور

نشرت صحيفة «الإسبانيول» الإسبانية تقريرا تحدثت فيه عن تراجع الولايات المتحدة من اعتمادها على النفط السعودي نتيجة كوفيد-19، الأمر الذي جعلها تعيد التفكير في علاقتها مع السعودية. وقالت الصحيفة، في تقريرها، إن العلاقة بين الدولة التي تملك أكبر احتياطي نفط في العالم والدولة التي تعتبر أكبر قوة عسكرية في العالم يعود إلى 75 سنة. وبعد كل هذه العقود، يبدو أن العلاقة بين السعوديين والأمريكيين القائمة على تبادل النفط مقابل الأسلحة والحماية، قد طرأت عليها الكثير من التغييرات. وذكرت الصحيفة أنه في عالم يعاني من أزمة كوفيد-19 - لا تحتاج الولايات المتحدة إلى استيراد الكثير من النفط، مما جعلها تعيد التفكير في علاقتها بنظام «بات الدفاع عنه أكثر صعوبة» بسبب صورته وطبيعته وسلوكه. في هذه الحالة، ستكون انتهاكات حقوق الإنسان والمسؤولية غير الواضحة عن هجمات 11 سبتمبر والحرب غير المبررة في اليمن، فضلا عن قضية اغتيال جمال خاشقجي في السفارة السعودية في تركيا كافية للتخلي عن السعودية، علما بأن التعطش للنفط هو الذي جعل واشنطن تتغاضى عن كل ذلك في المقام الأول. الآن، قد تكون حرب أسعار النفط التي توججها الرياض القطرة التي أفاضت الكأس. وحسب بروس ريدل، المحلل السياسي المخضرم السابق في وكالة المخابرات المركزية، أنه «بعد كل شيء، ربما لم نعد بحاجة إلى السعوديين» وأوردت الصحيفة أن حرب الأسعار الأخيرة بين المملكة العربية السعودية وروسيا، التي اندلعت عندما رفضت موسكو خفض إنتاجها وواجهتها الرياض من خلال إغراق السوق بالنفط منخفض التكلفة حتى لا تخسر حصتها السوقية، تضر بشدة بمصالح دول ثالثة. فبالنسبة لاقتصاديات دول مثل نيجيريا أو فنزويلا أو أنغولا أو الإكوادور، فقد وصل سعر النفط إلى مستويات سلبية. وباعتباره مصدرا أساسيا للدخل بالنسبة للعديد من الدول، سُجلت وفرة في إنتاج النفط في ظل تراجع الطلب وغياب المشترين. وقبل بضعة أيام، شحن حوالي 40 مليون برميل (ما تستهلكه إسبانيا في شهر واحد) في ناقلات كانت تبحر في أعالي البحار في انتظار الحصول على إذن من ميناء لتفريغ حمولتها.

سعر النفط أخذ في التراجع

أوضحت الصحيفة أنه بما أن إنتاج الآبار لا يمكن إيقافه بين عشية وضحاها، فإن الذهب الأسود يستمر في التدفق ولا تزال عمليات التخزين متواصلة، بينما يستمر في فقدان قيمته. إلى جانب ذلك، لم تكن الاتفاقية التي وقعتها الدول المنتجة الرئيسية قبل أسبوعين كافية لوقف انهيار الأسعار ووقف الأزمة، حيث كانت الولايات المتحدة من أكبر الخاسرين. وأفادت الصحيفة بأن هذا الوضع كشف عن مدى هشاشة بعض التحالفات، ويمكن أن يدفع الولايات المتحدة إلى إعادة التفكير في نوع العلاقة التي تربطها مع السعودية. قبل صفقة إنعاش الأسعار، أجرى مجموعة من ممثلي الولايات النفطية محادثة هاتفية لمدة ساعتين مع وزير الطاقة السعودي، وقد خلص أحدهم إلى قول: «إنهم يشنون الحرب علينا بينما تحمي قواتنا أبارهم. ليست هذه هي الطريقة التي يتعامل بها الأصدقاء مع الأصدقاء. أفعالهم لا تُعتد ولن تنسى». وأضافت الصحيفة أن الرياض هي المشتري الرئيسي للأسلحة الأمريكية في جميع أنحاء العالم، وهي عميل مدلل بشكل خاص من قبل واشنطن التي وافقت على بيعها لأنظمة دفاع متقدمة سبق أن رفضت بيعها إلى دول أخرى. في المقابل، يعتبر النظام السعودي، الذي تحكمه عائلة مكونة من 15

أمريكا والنفط والسعودية.. «مثلت حب» يوشك على الانهيار

Brazil's supreme court allows investigation of President Bolsonaro

Brazil's highest court has authorized an investigation into allegations that President Jair Bolsonaro sought to interfere with police investigations. The decision ratchets up pressure on Bolsonaro, who is under fire over his handling of the coronavirus pandemic and a looming economic crisis. The allegations against Bolsonaro were made by Sergio Moro, a popular anti-corruption crusader, when he announced he was stepping down as justice minister last week. Moro's departure followed Bolsonaro's decision to replace the head of Brazil's federal police, a move Moro described as "political interference" in an area that he said should be controlled by the justice ministry. During a news conference, Moro said the only reason Bolsonaro wanted to appoint a new police chief was because he wanted someone in that position over whom he had influence. «The President said more than once that he wanted

someone he could be in touch with personally, who he could call directly, who he could receive information from, intelligence reports," he said. Without giving details, Moro also said the change came about because Bolsonaro was "concerned about pending cases before the supreme court." Moro also denied signing -- or even having any knowledge of -- the official bulletin announcing the dismissal of the police chief. Brazil's attorney general asked the supreme court to open an investigation into the allegations which could implicate Bolsonaro in obstruction of justice and late Monday Justice Celso de Mello gave the probe the green light. De Mello said the federal police have 60 days to look into the matter. De Mello said in a news release that not even the President "is above the authority of the Constitution and the laws of the republic." Bolsonaro has denied any wrongdoing and called Moro

a "liar." «He talked about my 'political interference' in the federal police. If I can replace a minister, why can't I replace the director of the federal police? I don't have to ask anyone for permission," Bolsonaro said during a televised address. He also said he has never asked for privileged information about ongoing investigations and said that the police chief had asked to step down and was not fired. Brazilians around the country banged pots and honked horns during the speech in protest against Bolsonaro and what has been seen by many as a move to force Moro out. Moro gained prominence as the judge who led the fight against corruption in the so-called Car Wash investigation, which unearthed a network of kickbacks that ultimately led to the imprisonment of former President Luiz Inacio Lula da Silva and other officials. To read the rest of the article go to : <https://edition.cnn.com/>

7 قواعد لاختيار ملابس مناسبة لعمل حواء

كشفت دراسات حديثة أن المرأة تستغرق 14 دقيقة للتفكير فيما ترتديه وهي ذاهبة للعمل ويشكل اختيار ملابس العمل مصدر حيرة لكثير من السيدات. ويرى متخصصون في الأزياء أن الأمر لم يعد صعباً فهناك قواعد يمكن مراعاتها في اختيار الملابس المناسبة للعمل، تسهل عليك الحصول على مظهر جذاب ولائق للعمل.

- الاختيار يتوقف دائماً على طبيعة العمل، فإذا كان العمل يتطلب مقابلة عملاء آخرين كموظفات البنوك والاستقبال، فمن المهم أن يكون الزي يضم قطعة واحدة رسمية كالجاكيت أو ربطات العنق النسائية.

- أما إذا كنت بمنصب إداري فعلياً ارتداء زي رسمي بالكامل.

- البنطال الجينز يمكن ارتداؤه على أن تكون القطع الأخرى رسمية، بحيث تجعل الزي بشكل عام أكثر عملية؛ لأن الجينز مع التي شيرت العادي يوحى بمظهر غير لائق للعمل.

- البناتيل المصنوعة من الأقمشة تناسب الجميع، وتعطي راحة أكثر في الحركة ولا يفضل ارتداء الجاكيت.

- يجب أن تكون الألوان دافئة ورسمية، ولا مانع من اختيار ألوان نسائية، بشرط أن تكون قطعة واحدة وليس كل الزي. ولا يفضل خلط أكثر من لونين في الزي الواحد.

- من المفضل أن تكون تصميمات بسيطة وغير معقدة والابتعاد عن الأزياء المشجرة والمطرزة.

- يفضل أن تكون تسريحة الشعر مناسبة للعمل في بساطتها، ولا يفضل استخدام إكسسوارات كبيرة الحجم.



لماذا تعاني النساء الناجحات مهنيًا في حياتهن العاطفية؟

نتساءل أحياناً عن السبب الذي يجعل بعض النساء يواجهن مزيداً من الصعوبات في حياتهن العاطفية خلال الفترة التي تنسجم فيها شخصيتهن بالقوة ويكن في أوج عطائهن المهني والاقتصادي. في تقريرها الذي نشرته صحيفة «أبي بي» الإسبانية، قالت الكاتبة راكيل ألكوليا إن حياة هؤلاء النسوة تنسجم عادة بعدم الاستقرار بين لقاءات وخلافات، وحياة زوجية تكمل بالفشل وقصص غرامية لا تدوم طويلاً.

عزلة غرامية

ويقول عالم النفس أنطوني بولينتشييس في كتابه «متلازمة النساء الخارقات»، إن بعض النساء يعشن في «عزلة غرامية» مع ما حققته من إنجازات ذات طابع اجتماعي وثقافي ومهني في حياتهن. وتعتبر هذه العزلة هي التشخيص الذي أجراه عالم النفس مستشار العلاقات الزوجية أنطوني بولينتشييس حول الواقع العاطفي لجيل من «النساء المصابات بخيبة أمل» و«الرجال الذين يعانون من الإحباط». وبحسب قوله، يعاني هؤلاء الأشخاص من عواقب التغيرات الاجتماعية التي قاموا ببطلتها. وتتمثل الأطروحة التي يدافع عنها بولينتشييس في أن جزءاً مهماً من النساء الناجحات يعشن تحت مسمى «الوحدة الغرامية» مع إنجازاتهن الاجتماعية والثقافية والمهنية.

النساء.

نظرة الرجال والنساء إلى الحب

ويوضح بولينتشييس أن أحد الأسباب التي يمكن أن تفسر الصعوبات التي تواجهها المرأة الناجحة في حياتها العاطفية هو أن «المرأة لا تقع في الحب إذا كانت غير معجبة بالشخص الآخر»، وأنه يوجد اليوم قلة من الرجال الذين يمكن أن يكونوا «رائعين» في نظر هؤلاء النساء المتفوقات، بحسب رأيه. إضافة لذلك، يؤكد عالم النفس أن هناك ظرفاً آخر يعقد الحالة، وهو حقيقة أن الرجال «المثيرين للإعجاب» هم بالتحديد أولئك المستفيدين من الارتباط بالنساء الأصغر سناً، كما أن الرجال يريدون أن يكونوا محل إعجاب من النساء لا أن يكونوا هم-المعجبين بهن.

ثلاثة مفاتيح

وفي كتاب آخر له، بعنوان «سر تقدير الذات»، يقترح الخبير النفسي ثلاث أدوات للتغيير، أولها «القبول الأفضل» أو الحوار الداخلي، ذلك أن هذا الحوار يساعد في التوفيق بين التناقضات ومعرفة هامش التغيير الذي يتوقف عليه وما المسؤولية التي يمكن أن يتحملها خلال هذا التغيير. ومن الأدوات الأخرى أيضاً «الدكاء البناء» أو السلوك الذي يؤكد الذات، مما يدفعنا إلى محاولة القيام بما يجب علينا القيام به لتحقيق ما نريد.

خصائص إيجابية.. ولكن!

وعلى عكس ذلك، يسعى الرجال الذين حققوا أيضاً نجاحات في حياتهم إلى العثور على زوجة مناسبة، في حين أن المرأة الناجحة عملياً وفقاً لما حدده مؤلف «متلازمة النساء الخارقات» تعاني من العثور على زوج مناسب. ومن أجل تحليل هذه الظاهرة النفسية الاجتماعية ذات الطبيعة القائمة على ما يسمى التعصب الجنسي، قام الطبيب النفسي بإجراء الدراسات السريرية في الأعوام الأربعة الماضية، حيث جمع بيانات حول الكثير من الحالات والشهادات بالتشاور معهم. وخلص إلى تصنيف 112 امرأة على أنهن «نساء خارقات» وحدد العوامل التي تسببت لهن في المشاكل العاطفية التي يعانين منها. يقول بولينتشييس «لقد تساءلت عن الأسباب التي تجعل هؤلاء النساء اللاتي حققن التميز المهني والشخصي يواجهن مزيداً من الصعوبات في العثور على شريك حياتهن. ومن هناك، بدأت في تطوير الفرضية التي قمت باقتراحها في الكتاب». ويقترح في كتابه استمراراً أو بالأحرى تصحيحاً لنظرية «الوقوف في الحب» المعبر عنها في أعماله الأخرى، حتى تصبح «الفن الجديد للوقوف في الحب» الذي ادعى من خلاله «أن فن الوقوف في الحب يعد بمثابة فن التحسين». في الواقع، يخدم الفارق الدقيق الذي يقترحه بولينتشييس بين النظريتين الرجال أكثر من

Guide to Business Casual Dress for Women

When business casual Friday first appeared on the scene, women everywhere rejoiced. Work seemed less like work when they could leave the business suit hanging in the closet and choose clothes that were more comfortable, less restrictive and more fun. Along with greater choice came some confusion, however, as sometimes employees and employers have different ideas about what's appropriate to wear to the office on casual days. A guide to business casual dress for women might differ from one workplace to the next, but there are a few basic rules that make choosing what to wear to work a little easier.

Tops

You can leave the suit jacket at home, or keep the jacket but wear it with jeans instead of pants for a more casual look. Button-down blouses are always OK, but casual business wear also permits sweaters

and sweater sets, knit shirts and new, solid-color T-shirts. The main rules for tops are don't display cleavage and don't wear anything too form-fitting.

Pants and Skirts

Business casual wear allows for more informal pants and skirts than what is normally worn at the workplace. But you shouldn't show up looking like you're going to a picnic. Pants should be a good fit, neither too tight nor too relaxed, and solid-colored, preferably in a neutral shade. Skirts should be at least knee-length and shouldn't ride up too high when you sit. While some offices allow jeans and capris, others do not. Observe those who've worked there longer to see what's considered appropriate, or ask if there is a specific policy.

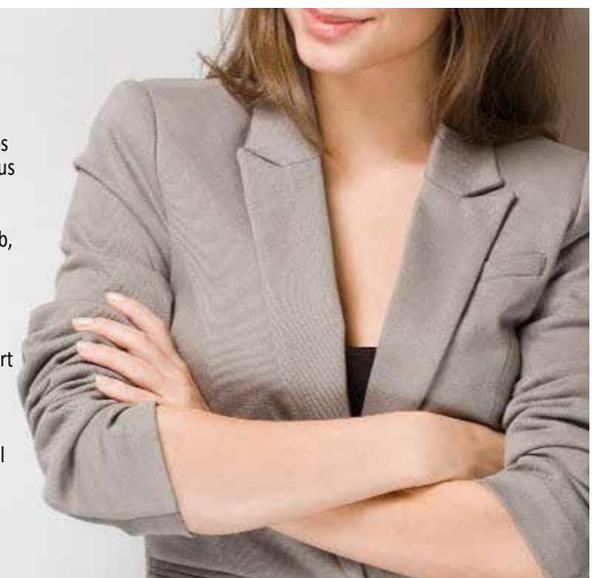
Shoes and Accessories

Shoes and accessories always add value to an outfit, and business casual wear allows for a little more leeway when choosing those finishing touches. If

you normally wear the tiniest of earrings, casual Friday might be the day to break out the big hoops or dangly earrings. You could switch out the serious shoes for sandals, the plain chains for a (slightly) flashier necklace. Accessories should never be as extreme as what you might wear to a party or club, though.

Seldom Acceptable

In most workplaces, certain clothes and looks are never OK. Flip-flops, faded T-shirts or shirts with risqué phrases, sleeveless shirts, sweat shirts, short shorts and jeans with holes are rarely considered appropriate for the workplace. The best thing to do is to be aware of the culture of your particular workplace, though, as ideas about business casual wear vary considerably from one company to the next.



نصائح تساعدك في تربية الطفل في عمر السنتين

فاجني طفلك بما هو غير متوقع

لعل أكثر ما يُسعد طفل السنتين هي ردود الفعل غير المتوقعة التي تجعله يضحك من صميم قلبه. طالما أنه ليس سلوكاً لا تريدين لطفلك تعلمه، يُمكنك اتباع هذه الطريقة لإضحاك طفلك ومساعدته على تعلم أشياء جديدة.

دعي طفلك يقوم بالخيارات المناسبة لعمره لا تتريدي في السماح لطفلك بالقيام بخيارات مناسبة لعمر السنتين مثل اختيار ملابسه، أو العابه أو حتى الطعام الذي يريد تناوله؛ فذلك سيساعده على الشعور بالإستقلالية كما سيتعزز لديه الثقة بالنفس والإحساس بالكفاءة.

تتساءل الكثير من النساء عن كيفية تربية الطفل في عمر السنتين إذ يُعد هذا العمر بمثابة مرحلة انتقالية في حياة الطفل الذي يبدأ في التفاعل أكثر مع العالم من حوله. إليك ما تحتاجين معرفته لتربية طفلك في عمر السنتين.

تجاهلي السلوكيات غير المرغوب بها

من المعروف أن الطفل في عمر السنتين يتعلم الأشياء الجديدة عبر تكرار السلوك مراراً وتكراراً. في حال التقط طفلك كلمة سيئة منك أو من زوجك أو من أحد الجيران، ننصحك بتجاهلها وعدم التصرف بشكل مبالغ به لأن ذلك قد يدفعه إلى تكرارها لرؤية ردة الفعل التي قد تظهر بينها.



First aid: for an unresponsive baby who's not breathing

Here we talk about what to do if you find a baby who is unresponsive and not breathing.

Finding your baby unresponsive would be scary for any parent. Should you ever be faced with this situation, it's important to remain calm and be confident in your actions. Familiarise yourself with the information below and don't be afraid to use it should you need to in an emergency.

1. Check for breathing

Tilt their head back and look and feel for breaths. If they're not breathing, move on to step two.

Tilting their head back opens their airway by pulling the tongue forward. Looking at their chest to see if it's moving, and putting your face next to their mouth to feel for breaths on your cheek, will help you tell if they're breathing or not. If they're not breathing, they may also look pale and blue.

2. Tell someone

If you're on your own carry out rescue breaths and chest compressions as described below, for one minute.

3. Give five rescue breaths

Tilt their head back, seal your mouth over their mouth and nose and blow five times into them. You're acting as the lungs by blowing into them and topping up the oxygen levels in the baby's blood. This oxygen is needed to keep their organs alive.

4. Give 30 chest compressions

Push firmly in the middle of their chest with two fingers so that the chest goes inward, then release. You're acting as the heart by keeping blood pumping around their body and helping keep their vital organs, including the brain, alive.

5. Give two rescue breaths and then continue with cycles of 30 chest compressions and two rescue breaths until help arrives



10 أطعمة هامة لتقوية جهاز المناعة للطفل

السلاح الذي يعمل على تقوية جهاز الجسم المناعي ضد أي التهابات قد تصيب أي عضو في الجسم، وأيضاً يعمل كمضاد للسموم قبل أن تنتشر في الجسم، لذا ينصح بإدخاله في السلطة أو أي أطعمة لكي يستفيد منه الطفل

8. اللوز:

عادة ما يؤكل اللوز مع بعض الإضافات مثل السكر، أو مضافاً إلى بعض أنواع الكعك، ولكن يفضل أن يؤكل من دون أي مواد أخرى، حيث يعتبر أفضل مصدر غير حيواني للبروتين، وهو عامل بناء قوي للعظام لاحتوائه على نسبة عالية من المعادن اللازمة لبناء العظام، مثل الكالسيوم والمغنيسيوم والمنجنيز والفسفور، من ثم فهو ضروري جداً لصحة الطفل في مراحل عمره المختلفة.

9. العسل:

ما أكثر فوائد العسل! فهو مصدر هام للطاقة، كما يستخدم كمضاد للالتهابات ومقاوم للفيروسات وأفضل من أي دواء طبي لمقاومة نزلات البرد، ويتكون العسل في معظمه من الكربوهيدرات والماء ولهذا قدرته فائقة في إمداد الجسم بالطاقة، وينصح بأن يتناول الطفل ملعقة كل يوم في الصباح قبيل التوجه للمدرسة أو للنادي لممارسة الأنشطة الرياضية.

10. الملفوف "الكرب":

يعد من الأطعمة المفيدة لتقوية المناعة، كما أن كثير من الأطفال يقبلون عليه ويحبونه

تعطي هذه الفاكهة لونها الأخضر فهي فعالة في مقاومة السرطان، كما أن الكيوي يعد مصدر جيد للمغنيسيوم الذي يقوي القلب ويحمي الأوعية الدموية.

4. الموز:

يتميز الموز بأنه غني بالطاقة والمعادن، فيمكن إعطاء الطفل ثمرة موز في الصباح خلال ذهابه للمدرسة فتمنحه الطاقة والحيوية والنشاط، كما أن الموز يحتوي على كمية كبيرة من البوتاسيوم الذي يساعد على خفض ضغط الدم والتخلص من آلام العضلات وأيضاً غني جداً بالألياف.

5. الطماطم:

تحظى الطماطم بقيمة غذائية عالية حيث تحتوي على مادة لايكوبين التي تعد بمثابة المحارب الأول للجزيئات الحرة في الجسم، ويفضل أكلها نيئة حيث أن الطبخ يقلل من قيمتها الغذائية بعض الشيء.

6. السبانخ:

تعتبر السبانخ من أكثر الأطعمة الغنية بالحديد، وينصح بأن يتناولها الأطفال بكثرة خاصة خلال مراحل نموهم الأولي، ويمكن أن يتم إدخال السبانخ في الوجبات المدرسية للطفل في السندوتشات، ليكتسب جسمه طاقة وحديد.

7. الثوم:

الثوم بمثابة مضاد حيوي طبيعي كما أنه

يعد يوم بعد آخر وتأتي الدراسات الحديثة لتؤكد أن الأطعمة والأغذية الطبيعية تلعب دوراً هاماً في تقوية مناعة الطفل

1. الأسماك:

يعتبر السلمون والتونا من أكثر الأنواع المفيدة من الأسماك، لكن سمك الماكريلا يعتبر من أفضل الأنواع على الإطلاق، فهو يحتوي على أوميغا 3 وهو ضروري للجسم، حيث تمنح الأحماض الدهنية قيمة غذائية عالية للجسم، وهي فعالة جداً في تحسين المزاج ونشاط الجسم وتقوية الذاكرة وأداء المخ، وتحمي الجسم من أمراض القلب والشرايين.

2. البروكلي:

يؤكد خبراء التغذية أن البروكلي من أفضل الخضراوات لصحة الأطفال وكذلك الكبار، فهو يحتوي على مضادات للأكسدة وغني بالفيتامينات والمعادن والألياف، ومن فوائده المهمة أنه يمنع الإصابة بسرطان الأمعاء ويحمي الجهاز المناعي ويحسن الجلد والمزاج، كما أن تناول البروكلي بصفة دائمة يحسن عمل القلب والأوعية الدموية ويقوي العظام.

3. الكيوي:

يعتبر الكيوي من أفضل أنواع الفاكهة، حيث يحتوي على ضعف كمية فيتامين (C) الموجودة في البرتقال، ونسبة أكبر من نسبة البوتاسيوم المتوفرة في الموز، كما يحتوي على مضادات الأكسدة، أما مادة الكلوروفيل التي



6 Best Jewelry Trends in 2020

Fashion and jewelry trends keep changing, while several designs are classic and will stand the test of time, some of them remain on-trend for a specific period. Designers take inspiration from different sources and create jewelry pieces that are fresh and interesting. Everything from organic-looking seashells to a twist on traditional flower designs is sold by top jewelry stores like Flamme en Rose. Here's a look at the trends of the following year:

1. Layering Different Designs

Layering jewelry isn't a new concept, but 2020 has a different approach to this style. You can use chains of different lengths, thicknesses, and styles together as long as they make design sense. The result should be organic and yet cohesive to ensure it looks great. We don't recommend layering warm or cool-toned jewelry over each other unless the same theme is in-sync with your outfit.

People can layer chains, bracelets, bangles, anklets, and even earrings if they're creative enough. As long as there's a flow in the design, you can experiment with all kinds of jewelry.

2. Pearls

Pearls are making a tremendous comeback in recent years because they're so versatile. You can use them in clothes, belts, jewelry, and accessories to add a soft, sophisticated touch. Around 17% of all brides choose alternatives to a diamond for their wedding ring, and pearls are a popular choice. Actress Emma Stone's fiancé presented her with a beautiful pearl engagement ring, a short while ago.

Many people don't buy pearls because they don't want to look old-fashioned, but stores like Flamme en Rose have an extensive collection of modern pearl jewelry. You can easily find something that is beautiful yet modern.

3. Natural Stones

People today love organic, rustic designs. They prefer rough, hand-crafted pieces to polished machine-work. That's why natural stones have become very popular recently. Many famous jewelry designers incorporate beautiful and unusual natural stones in their designs. Some of these stones even have live edges to give the pieces a more organic look.

While these pieces are naturally appealing, they also serve a purpose. Many jewelry brands choose stones in their raw state based on their benefits. This is a part of the wellness trend as many people believe that raw stones have calming and soothing properties.

4. Wildlife-Inspired Designs

Wildlife-inspired pieces are always trendy, especially if you choose the right design. Some of the most popular design inspirations are bugs, unconventional birds, primates, and even different species of fish. Designers have gotten creative with how they use their wildlife motifs.

Large bird-shaped pendants, armbands with big spiders on them, snake necklaces, etc., are the latest trend now. There's something available for every kind of wearer. For example, if you're hesitant about wearing big, bold pieces, you can choose smaller, elegant ones. A hummingbird pendant or a dolphin earring is suitable for those looking for something more discreet.

5. Chain Chokers

Chokers are some of the most popular necklace styles. They highlight a person's neck and stand out, immediately catching attention. Chokers come in different forms ranging from simple leather bands to intricate animal-inspired necklaces.

In 2020, chain chokers have taken center-stage. There are different kinds of chain choker designs available in the market, and you can choose either something discreet or bold. The runways had several chunky chokers on display for 2020.

6. Heart-Shaped Pieces

Heart-shaped jewelry pieces never really go out of style. This design is timeless and has universal appeal. However, most heart-shaped pieces available in the market appear childish or dainty. Designers want to add a hint of boldness to this classical style, which is why they introduced large, chunky hearts in their collections for 2020.

These are just some of the many interesting 2020 jewelry trends. You can explore websites like Flamme en Rose to find many trendy and exciting designs.



صيحة الفساتين المنقطة للمحجبات

ظهرت موضة الفساتين المنقطة بقوة العام الماضي، مع عودة أزياء الستينات والسبعينات، والتي اعتمدها كثير من مدونات الموضة المحجبات، بطرق عصرية وأنيقة، مع اللمسة الأنثوية، وقد اخترنا لك مجموعة موديلات لصيحة الفساتين المنقطة للمحجبات، بأسلوب الفاشينيسستا، وطريقة تنسيقها مع الإكسسوارات.

اعتمدت مئة السني على هذا الفستان، مع اللمسة المبهجة، من دون أكمام، بخامة الستان الالامعة، وكذلك جاء مع لمسة بسيطة، للخطوط الطولية، نسقت معه توب أبيض، وحزام الخصر العريض الأسود، واعتمدت الصندل المفتوح باللون الأبيض، بينما اختارت تنسيق الحجاب مع القبعة، لللمسة أكثر أنوثة وكاجوال في الوقت نفسه.

في المقابل، اعتمدت دينا رزق على هذا التصميم للموديل الواسع من الفستان الأسود، مناسب للصبايا الممتلئات، أو إن كنت تبحثين عن إطلالة مريحة في المقام الأول، ولكي تحافظ على الستابل المحايد، اعتمدت على الحجاب بنفس اللون.

أما علا عبد الحميد، فقد اختارت الفساتين المنقطة بألوان الباستيل، كهذا الموديل باللون الأخضر الفيروزي، لإطلالة مخملية، مستوحاة من أجواء الزمن الجميل، وجاء الموديل أيضاً مع حزام الخصر، لبيروز رشاقة الصبية، نسقت معه شنطة ملونة مستوحاة أيضاً من أجواء الستينات، جاءت مناسبة مع الفستان.

المجوهرات البوهيمية لإطلالات جديدة وعصرية

هذا العام لمواكبة الموضة في عالم المجوهرات، لا بد أن تختاري المجوهرات البوهيمية الأكثر عصرية وجراً، لتتألقي بإطلالات لافتة للأنظار في مختلف الأوقات.

تخلي عن الطابع التقليدي في المجوهرات واختاري أجمل موديلات المجوهرات البوهيمية الراجحة من عروض أزياء 2020 لموسم الربيع والصيف.

الأقراط غير التقليدية برزت تصاميم مميزة وغير تقليدية للأقراط، وخاصةً الأقراط الطويلة، سواء بالألوان المعدنية أو الألوان النابضة بالحياة لإطلالة نهائية جذابة.

أعجبنا قراط الكرة الطويل من Ann Demeulemeester، والقراط المعدني المربع من Prabal Gurung، كما قدمت كل من ماركة Schiaparelli وماركة فالنتينو Valentino أقراط ذهبية بتصميم غريبة ومميزة. أطقم المجوهرات البوهيمية

قدمت بعض الماركات أطقم المجوهرات البوهيمية بتصاميم لافتة للأنظار وبألوان حيوية، والتي تتألف من الأقراط الكبيرة والقلايدات مثل مجوهرات Ports 1961 ومجوهرات Brandon Maxwell. القلايدات المعدنية

تستمر صيحة السلاسل المعدنية بالحجم الكبير هذا العام، والتي تمنح المرأة إطلالة مميزة وغريبة، مثل القلايدة الطويلة من Brandon Maxwell والقلايدة الذهبية من Zimmermann.

وفي تصميم جريء وعصري، قدمت ماركة بوتيفا فينيتا Bottega Veneta قلايدة السلسلة المعدنية باللون الذهبي والتي تتدلى منها حلي الكرة من الخلف.



كيفية التخلص من الجراثيم في المنزل؟

تسعى كل سيدة منزل إلى التخلص من الجراثيم والبكتيريا التي تعيش في كل ناحية من نواحي المنزل، وذلك من أجل إبعاد مخاطرها عن صحة أفراد أسرتها. تُفتتح النوافذ للسماح للهواء وأشعة الشمس بدخول المنزل. يتم التخلص من القمامة لأنها تساعد في انتشار الجراثيم، وذلك بعد ارتداء زوجين من القفازات المطاطية، لوقاية اليدين من التلوث. تُغسل الأغذية والمناشف على حرارة عالية، مع تعريضها لأشعة الشمس. تنظف العناصر الأكثر لمسًا، مثل: مقابض الأبواب، والهواتف المحمولة، ومفاتيح الإضاءة، والطاولات، والكراسي. يعقم الحمام: المراوح وحوض الاستحمام والمغسلة والصنابير، بالإضافة إلى الأرضية والجدران. تظهر أدوات المائدة: الأكواب والصحون والملاعق...

كيفية التخلص من الجراثيم في المنزل

تنظيف السجاد بالمكنسة الكهربائية، بصورة دورية ينظف السجاد بالبخار، أو بخليط الماء والصابون. التعقيم يهدف إلى الحد من الجراثيم والفيروسات عن الأسطح، وخاصة في المطبخ والحمامات يهدف التعقيم إلى الحد من الجراثيم والفيروسات عن الأسطح، وخاصة في المطبخ والحمامات، وفي هذا الإطار، يعدّ الكلور المخفف بالماء من المعقمات الكيميائية التي يكثر استخدامها في التنظيف. بالمقابل، يبدو الخل من مواد التعقيم الطبيعية، كما المكونات الآتية: ملح الليمون أو عصيره وملح الطعام، وبعض الزيوت العطرية مثل زيت شجرة الشاي.

تغسل الملابس المتسخة والمناشف بالماء الدافئ والصابون، مع وضع القليل من الخل في درج الصابون، لضمان القضاء على الفيروسات. تنشر الملابس في الهواء الطلق.

من الضروري فتح النوافذ للسماح للهواء وأشعة الشمس بدخول المنزل يكنس السجاد بالمكنسة الكهربائية باستمرار، مع المسارعة إلى تنظيف البقع. تنظف أجهزة تنقية الهواء والمكيفات، منعًا من انتشار الفيروسات في أرجاء المنزل عبر هوائها.

ترك المناطق المبللة بمواد التعقيم، حتى تجف بالهواء.

تعقيم الأسطح

الخل الأبيض، كخل التفاح، هو النوع الأفضل على الإطلاق لاستخدامه في تنظيف المنزل، لأنه لا يحتوي على صبغات لونية قد تغير لون الأسطح، كما يمتاز بخصائصه العالية. علمًا بأن حمض الأسيتيك المتوافر في الخل يجعله قادرًا على إذابة الرواسب المعدنية والأوساخ والشحوم. قد لا يتحمل البعض رائحة الخل الأبيض النفاذة، لذا ينصح بتخفيفه بالماء قبل استخدامه في تنظيف المنزل وتعقيمه.



تعقيم الأدوات في المنزل

3 خطوات

هناك طريقة أخرى فعّالة في تعقيم الأدوات في المنزل، وتقوم على 3 خطوات بسيطة:

يُملأ حوض بماء دافئ، ويوضع الصابون في الحوض الثاني، بالإضافة إلى الماء الفاتر، وملعقة من محلول التبييض في الحوض الثالث، مع جالون من الماء.

توضع أدوات المطبخ التي تحتاج إلى التعقيم داخل الحوض الثاني، ثم تشطف بشكل جيد داخل الحوض الأول للتخلص من الصابون، فتنقع الأدوات داخل الحوض الثالث بين دقيقتين أو ثلاث منها، فتشطف بجالون الماء.

توضع الأواني التي قمنا بتعقيمها في الهواء، على رف جاف، حتى تجف أو تستخدم منشفة جافة أو ورق المطبخ لهذا الغرض.

تعتبر أدوات المطبخ المصنوعة من الستاينلس ستيل الأسهل في التعقيم، بدون القلق حيال التغير في خصائصها. أما الأواني الألمنيوم فيعيبها عند تعقيمها تغير خصائصها الكيميائية. في الآتي، طرق تعقيم الأدوات في المنزل لتعقيم الأدوات في المنزل لسلامة أفراد الأسرة، ينبغي على سيدة المنزل الحفاظ على نظافته، وتعقيم الأدوات فيه.

التعقيم بالكلور: يخلص الكلور من أي نوع بكتيريا، ويستخدم عبر إضافة القليل منه إلى الماء في وعاء كبير، فوضع أواني الألمنيوم فيه، مع ضرورة ارتداء زوجين من القفازات حتى لا تتأثر اليدين سلبًا بالكلور. تترك الأواني في الماء والكلور لثلاث ساعات إلى أربع منها، فتشطف بالماء جيدًا للتخلص من آثار المستحضر.

الكلور لتعقيم أدوات المنزل

التعقيم بالجلي: تُجهز قدر مناسبة لاستيعاب أدوات المطبخ المراد تعقيمها، فتملأ بالماء حتى يغمرها. تبقى القدر على النار، مغطاة، وذلك لخمس دقائق، مع الحرص على ألا يغلي الماء بشكل كامل. ثم، ينزع الغطاء، برفق، باستعمال زوجين من القفازات العازلة للحرارة، فتترك القدر جانبًا حتى يهدأ الماء. بعد إفراغ القدر من الماء والأدوات، هي تشطف بماء بارد. توضع الأدوات على رف جاف، وتدع حتى تجف تمامًا.

هام لك

عند إضافة الملح إلى الماء، أثناء الغليان، هو سيقوم بتسريع عملية الغلي أكثر وسيقتل البكتيريا. تحتاج عملية الغلي، عند تعقيم أدوات المطبخ، إلى ثلاثين دقيقة قبل استعمالها، مع التأكد أنها جافة تمامًا. تطهير أدوات المطبخ وتعقيمها من الأمور الهامة، إذ يساعد في تجنب الأمراض التي تنتقل عبر الأغذية.

ديكور رمضاني لغرفة الصالون بالمنزل

من الهام أن تعكس غرفة الصالون جوّ رمضان، حيث يجتمع أفراد العائلة. وفي هذا الإطار، نطلع على أفكار مساعدة في تصميم ديكور رمضاني للغرفة.

- يفضل جمع الأرائك، بقرب بعضها البعض، خلال رمضان، مع شغل زجاج النافذة بعناصر توحى برموز رمضان، كالهلال والفوانيس.
- يجذب تغليف وسائد الأرائك بأقمشة بيضاء، مطبوعة برموز رمضان، أو عبارات توحى بالشهر الفضيل، بلون الفضة أو الذهب.
- تبدو طاولة القهوة محط الأنظار، لذا يفضل تغطيتها بغطاء فاتح اللون يتدلى حتى أطرافها. وتوزع على الغطاء، اكسسوارات تتناسب والشهر، إضافة إلى أدوات الضيافة، كالأطباق التي تأتي بأشكال هندسية مختلفة، أو مطبوعة بعبارات «رمضان كريم»، أو تتخذ هيئة الهلال والنجمة.

أدوات الضيافة توزع على الطاولة خلال رمضان بخلاف غرفة الطعام، حيث يتم الاعتماد على حامل (ستاند) مرتفع يحتوي على 3 أطباق موزعة على هيئة سلم، تفي طاولة القهوة في الصالون بغرض الضيافة.

- تضيف الفوانيس جاذبية خاصة على المساحة، لذا يجذب توزيع 3 منها على الأرض، الفوانيس ذات الارتقاعات المتفاوتة.
- يحلو تثبيت الأسلاك الكهربائية المضاءة حول اللوحات المعلقة على الجدران، كما تمديد الإضاءة أسفل غطاء طاولة القهوة.
- يحلو حضور مجموعة من مجسمات المسحراتي الصغيرة، فضلًا عن الفوانيس الصغيرة المضاءة.



سندويش لحم غارق في شلال من جبنة الشيدر.. تعلم تحضير Crunchwrap Supreme

حتى يبرد.
نسخن الزيت في مقلاة كبيرة فوق نار متوسطة، ثم نضيف اللحم المفروم حتى ينضج بشكل جيد، ثم نضيف نشا الذرة مع نصف كوب ماء. يُطهى المزيج ويقلب من حين لآخر حتى يصبح سميكاً حوالي 4 دقائق.

من أجل الصوص:

ربع كيلو جبنة أوكاساكان مبشورة
ربع كيلو جبنة مكعبات نصف كوب حليب مخلل مفروم
من أجل السندويش:
جبنة شيدر
خس مبشور
3 طماطم متوسطة الحجم على شكل شرائح
نصف كوب كريمة طبخ
8 قطع خبز تورتيلا رقيق أو لافاش أو أي نوع خبز رقيق مناسب
زيت نباتي

لتحضير السندويش قم بوضع رغيف من خبز التورتيليا الرقيق وضع فوقه نصف كوب من اللحم المفروم الذي قمنا بتحضيره، ومن ثم ضع القليل من صلصة الجبن الساخنة وملعقة من كريمة الطبخ وبعض الخس والطماطم والملح، و 3 شرائح من جبنة الشيدر، ثم قم بوضع رغيف آخر فوقها. حاول لفها لتصبح مثل الصورة أدناه ثم ادسها بقليل من زيت القلي وسخنها فوق سخانة الجبن. كرز العملية لتحضر كامل الخبز.

سندويش بالخبز أو الصمن -لا فرق لدي- وفي داخله الكثير والكثير من اللحم المقطع المشوي أو الناعم المقلّي -لا فرق أيضاً- فوقه شلال من جبنة الشيدر، ومزيج بشرائح البندورة والخس مع شرائح البصل، وإلى جانبه كريم الثوم وكولا! يبدو أنه حلم بعيد المنال في ظل استمرار إغلاق المطاعم بسبب الحجر المنزلي، لكنه سيصبح حقيقة إذا اتبعت بعض الخطوات لتحضير سندويش كرونش راب سوبريم Crunchwrap Supreme- في المنزل.

تحضير سندويش كرونش راب سوبريم

الكمية: تكفي 4 أشخاص
وقت التحضير: 20 دقيقة
الوقت الإجمالي للتحضير والطهي: ساعة واحدة

مكونات كرونش راب سوبريم

من أجل اللحمية:
نصف كيلو لحم بقري مفرومة بشكل ناعم
نصف ملعقة ملح
نصف ملعقة بودرة الثوم أو حبتان من الثوم المهروس
نصف ملعقة صغيرة كمون



طريقة عمل فطيرة اللحمة بالفطر

5- نغلي العجينة ببشكير نظيف ونتركها حوالي الثلاث ساعات إلى أن يتضاعف حجمها
6- في هذا الوقت نجهز الحشوة ففي مقلاة غير قابلة للالتصاق نضع القليل من الزيت ونضيف البصل المقطع إلى شرائح ونتركه على نار متوسطة إلى أن يشقر البصل

7- نضيف اللحمة الناعمة إلى البصل ونستمر بتحريكها إلى أن تبدأ بالنضوج نضيف الفلفل الأسود والملح والبهارات ونحرك الخليط جيداً
8- بعد أن نضجت اللحمة نضيف الفطر المقطع إلى شرائح ونحركه جيداً
9- نضيف الكركم والزبدة إلى خليط الحشوة ونحرك المكونات إلى أن تمتزج جيداً
10- بعد التأكد من أن الحشوة أصبحت ناضجة نتركها لتبرد

11- عند التأكد من أن الحشوة أصبحت باردة نضيف بيضة واحدة إلى الخليط ونحرك جيداً
12- في قالب مستطيل الشكل ندهنه بالزيت ونرش القليل من الطحين وندعه جانباً
13- نمد العجينة بشكل طولي ونضعها فوق القالب لتأخذ شكله ونحاول باطراق الأصابع ادخال العجينة جيداً

14- نضيف كمية الحشوة بداخل القالب إلى أن يمتلئ تماماً ونقوم برد جهة واحدة من العجينة وقص باقي الزوائد والتأكد من أن جميع الأطراف قد اغلقت جيداً
15- بقطعة العجين المتبقية نشكها بشكل نصف ساعة ونضعها فوق القالب نتركها ترتاح لمدة نصف ساعة
16- بعد نصف ساعة ندهن وجه العجينة بالبيضة المتبقية ليكسبها لون براق
17- ندخل الفطيرة إلى الفرن على درجة حرارة متوسطة لمدة نصف ساعة إلى أن يشقر وجه الفطيرة
18- نخرج الفطيرة ونقطعها ونصحب جاهزة للتقديم

هي نوع من أنواع الفطائر الشهية التي تتميز بطعمها اللذيذ الرائع وشكلها الشهوي وعادة ما تقدم كطبق جانبي وخاصة في شهر رمضان المبارك ويمكن تقديمها في السحور وسنقدم هذه الوصفة بطريقة سهلة وبسيطة واليكم الطريقة:

مقادير فطيرة اللحمة بالفطر

- 3 كوب طحين
- 1 كوب ماء
- 1/2 كوب زيت نباتي
- 1 ملعقة كبيرة خميرة فورية
- 2 ملعقة كبيرة حليب بودرة
- 1/2 ملعقة صغيرة سكر
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- مقادير الحشوة:
- 1 كوب لحمة ناعمة
- 1 بصلة كبيرة الحجم
- 1 كوب فطر شرائح
- 1 ملعقة صغيرة فلفل اسود
- 1 ملعقة صغيرة بهارات مشكلة
- 1 ملعقة صغيرة ملح
- 1 ملعقة صغيرة كركم
- 1 ملعقة كبيرة زبدة
- 2 بيض

طريقة تحضير فطيرة اللحمة بالفطر:

- 1- نخل الطحين ونضعه في وعاء كبير ونضيف إليه الملح والحليب البودرة ونحرك المكونات الجافة جيداً
- 2- في وعاء آخر نذوب الخميرة والسكر بكمية الماء ونتركهم بضع دقائق
- 3- نضيف الزيت إلى خليط الخميرة ونحرك جيداً
- 4- نضيف كمية الطحين إلى الخليط السائل ولكن على مراحل إلى أن تتشكل لدينا عجينة متماسكة



نضغط أطراف الفطائر بشوكة الطعام كي تُحکم إغلاقها، ونصنع عدة ثقوب في سطحها لخروج البخار. ندهن الزبدة المذوبة على سطح القمع، ونرش فتات التورتيليا عليها، ثم ننقلها لصينية فرن مجهزة بورق الزبدة. نخبز القمع على حرارة 350 F لمدة 15-20 دقيقة حتى تصبح ذهبية اللون، ونقدمها دافئة مع الصلصة والكزبرة.

1 ملعقة كبيرة كزبرة مفرومة
1 1/2 ملعقة كبيرة من بابريكا
1/4 كوب فتات خبز التورتيليا

طريقة التحضير

نضع الفطر في وعاء ماء يغلي حتى ينضج ثم نصفي الماء، ونقطع الفطر لشرائح، ونجمع الفطر مع التوتنة والجبنة الكريمة والكزبرة. نحضر العجينة، ونصنع منها شرائح مستطيلة، ثم نضع الحشوة في أحد أطرافها، ونطوي الطرف الآخر عليها.

إعدادها بالفرن بعد دهنها بالزبدة ورشها بفتات خبز التورتيليا. مدة التحضير: 15 دقائق مدة الطبخ: 20 دقائق الوقت الإجمالي: 35 دقائق

المقادير

1/4 كيلو جبنة كريم
2 كوب فطر مفروم
1/2 ملعقة كبيرة زبدة
2 كوب توتنة مطبوخة
1/4 كيلو عجينة الكروسان

فطائر التوتنة بالفرن .. مغذية وغنية بالبروتينات

فطائر التوتنة بالفرن مغذية وغنية بالبروتينات والأحماض الدهنية المتمتلئة بالأوميغا 3 الموجودة بلحم السمك والمواد المغذية بالفطر، لدعم النشاط والذاكرة والتكريز، ويتم



أهم طرق العناية بالبشرة خلال فترة الحجر

الجاف، وذلك باستخدام مرطب لطيف للحفاظ على بشرة ناعمة ومشرقة. الاهتمام بالمناطق الحساسة في الوجه، مثل محيط العينين، والشفاة حيث تحتاج هذه المناطق لعناية خاصة إزالة المكياج باستخدام مزبل خاص يحافظ على توازن البشرة الطبيعي. تقشير البشرة مرة أو مرتين في الأسبوع، وهو أمر لا غنى عنه للعناية بالبشرة، ويجب اختيار منتج يحافظ على الرقم الهيدروجيني الطبيعي في البشرة، فهو مثالي لتنعيم البشرة.

حماية ضرورية

استخدام كريم للوقاية من أشعة الشمس بشكل يومي، حتى لو كان الجو بارداً فأشعة الشمس تضر البشرة مهما كانت درجة حرارتها، وتزيد من ظهور التجاعيد. شرب ما لا يقل عن ثمانية أكواب من الماء يومياً.

تناول الخضروات التي ترفع هرمون الأستروجين، حيث إنه مهم للحفاظ على ليونة البشرة.

عدم العبث بحب الشباب، ومن الأفضل عدم لمس الوجه في حال وجود بثور أو أي مشاكل، حيث يوجد زيوت على اليدين من شأنها سد المسامات الموجودة في الوجه.

مهما كان نوع البشرة يجب عليك مدها بالعناية اللازمة يومياً، حتى تحافظين على نضارتها وحيويتها، وبالرغم من توفر العديد من المنتجات التي قد تجعل السيدة تقع في الحيرة لاختيار الأنسب فيما بينها، إلا أن هناك عادات أساسية يجب اتباعها للعناية اليومية بالبشرة، إليك أبرز طرق العناية بالبشرة.

من أهم طرق العناية بالبشرة يومياً:

تنظيف البشرة مرتين يومياً، وذلك باستخدام المستحضر الأنسب لنوع البشرة، فبالإضافة إلى أن التنظيف اليومي يحافظ على صحة البشرة، فهو يحميها من المشاكل، كما أن التنظيف يحارب العيوب التي تظهر على الوجه، كذلك يجب عليك مراعاة البشرة الحساسة عند اختيار الغسول المناسب لها؛ إذ يجب استخدام مستحضر لطيف على البشرة، خصوصاً لمن يعانون من حب الشباب.

ترطيب وتنظيف

إزالة شعر الوجه، وهذا يضمن نظافة الوجه إلى جانب المظهر الجميل له، ويمكن استخدام العديد من الوسائل لهذا الغرض، ولعل أكثرها شيوعاً استخدام الشمع الخاص بإزالة شعر الوجه.

ترطيب البشرة خاصة إن كانت من النوع



ترطيب الشفاة

باستمرار، ومن أبسط الطرق لذلك استخدام مرطب الماء والسكر، حيث يتم تحضير محلول من الماء والسكر ومن ثم فرك الشفاة بهما، وهذه الطريقة تزيل الخلايا الميتة وتحدد خلايا الشفاة الميتة كما تحميها من التشقق

نضارة طبيعية

استخدمي الكونسيلر لإخفاء الهالات السوداء تحت العين أو عيوب البشرة (على الأماكن التي تحتاج لتغطية) ثم تثبيت الكونسيلر بوضع القليل من البودرة حرة. طبقي القليل من البلاشر على رأس الخدود لإضائة إشراقة منعشة على وجهك.

استخدمي

ماسكرا الحواجب

لرسمة حواجب طبيعية كثيفة.

ضعي القليل من البرونز على الجفن الثابت

بواسطة فرشاة الدمج و بحركات دائرية

بسيطة.

ضعي طبقتين من الماسكارا على رموشك

لتطويلها وتكثيفها.

طبقي ملمع الشفايف للوك طبيعي او مرطب

الشفاة مع لون.

طريقة تنظيف البشرة بصابون الزبادي والكاكاو

الخطوات

تمزج كل المكونات جيداً حتى يتم الحصول على مزيج متجانس ومن دون تكتلات.

في حال استخدام الشوكولا يجب القيام بتذويبه من خلال وضعه في وعاء ضمن وعاء آخر يحتوي على الماء الساخن.

عند الحصول على عجينة متماسكة وباللون البني يضاف المثبت.

يوزع المزيج بعد ذلك على مربعات قالب للثلج ويترك في مكان جاف حتى تجمد القطع.

وعندما تصبح قطع الصابون جامدة يمكن البدء باستخدامها. وقبل ذلك يجب تنظيف البشرة جيداً لتخليصها من كل البقايا ولفتح مساماتها ثم تجفيفها بلطف على طريقة الترتيب.

يوضع الصابون على البشرة المبللة بالماء النقي أثناء الاستحمام وتفرك بلطف مع التدليك من خلال القيام بحركات دائرية قبل ان تغسل مجدداً مع الحرص على تطبيق الكريم المرطب عليها. فهذا لا يساعد على تنظيفها فقط، بل يمنحها راحة مميزة ويعمل على تعقيمها وتخليصها من البقايا الضارة وعلى ازالة اكبر نسبة من الجراثيم والفيروسات عنها أيضاً.

يعتبر تنظيف البشرة بشكل يومي أمر ضروري من اجل تخليصها من الاوساخ وبقايا المكياج والغبار. فعدم القيام بهذا يمكن ان يتسبب في انسداد مساماتها وظهور الشوائب عليها بسبب تراكم الفيروسات والجراثيم الضارة. لهذا يمكنك الاعتماد على كريمات العناية كما ننصحك بتحضير صابونة طبيعية في المنزل تزود البشرة بالمغذيات وتعيد اليها صحتها وشبابها أيضاً.

من اجل تنظيف البشرة يجب الاعتماد اولاً على آراء الخبراء واختصاصيي البشرة.

ولا بد من أن يوصي هؤلاء بالحرص على تنظيف البشرة يومياً قبل النوم

بمنتجات عناية خاصة لا تلحق الضرر بها. كذلك يمكن في موازاة ذلك اللجوء الى مكونات طبيعية تتمتع بخصائص

تساعد على ذلك ومنها اللبن الزبادي الطبيعي الخالي من المحليات ومن

كل الاضافات الصناعية مع الكاكاو.

المقادير

100 غ من اللبن الزبادي الطبيعي

10 غ من بودرة الكاكاو او الشوكولا المذوب

10 غ من زيت اللوز الحلو الاساسي

مثبت صابون



عالم واحد

أطلام الدميني

ما لا شك فيه أن ما حدث بعد الثورة الصناعية التي حصلت في العالم، بعد الحربين العالميتين الأولى والثانية، تسبب في حرب بيولوجية خفية، لم يكن العالم على علم بآثارها ونتائجها، مما جعله لم يخطط لمعرفة ماهي الآلية الضامنة لعودة الإنسانية والطبيعة إلى وضعهما المفترض والطبيعي للتعايش بينهما.

فظهرت نهضات صناعية وتكنولوجية مختلفة في كل المجالات، جعلت الإنسان يسابق الزمن ولكن دون اهتمام شامل بنتائج وآثار تلك الثورات الصناعية والتكنولوجية المتقدمة، فشهدنا طواهر كونية كثيرة من خسوف وكسوف، وزلازل وبراكين وأعاصير وفيضانات، وأمراض وأوبئة، ومؤتمرات دولية متعلقة بالاحتباس الحراري والمناخ، إلى أن وصلنا إلى ظهور فايروس كورونا الذي لم يمهل البشرية والإنسانية، حتى تقوم بالتفكير والتخطيط والتنفيذ، وحتى تكون على استعداد تام لأخذ الاحتياطات الاحترازية والوقائية، والتدخل في الوقت المناسب للحد من انتشاره، وإيقاف آثاره القاتلة، وهو الوضع الذي نعيشه اليوم - للأسف - في أغلب بقاع الأرض.

لذلك كلما كانت العلاقة بين الطبيعة والبشرية، بمفهومها الإنساني، سوية حافظ كل منهما على الآخر. ومن الآليات والوسائل لتحقيق ذلك: عودة الشعوب إلى ممارسة الزراعة بالوسائل والطرق

الحديثة عبر منظومة الطاقة المتجددة المختلفة، وغير الملوثة (شمسية، وريحية، ومائية...الخ).

- ومن ذلك أيضا ما يتعلق بأخذ المعلومة من المتخصصين في هذا الوباء، سواء أكانوا علماء أو مراكز أبحاث، أو أطباء، أو جهات رسمية، في منظومة متكاملة بينت عند ظهوره، وبعد انتشاره في مختلف دول العالم، أننا أمام أبحاث عميقة، وتفاصيل ونقاش عالمي متعدد الأبعاد، بغية الوصول إلى علاج فعال للمصابين بالمرض، ولقاح يمنع انتشاره وتفشيه، وبالتالي فكلما كانت هناك فرق متخصصة ومؤهلة سواء من الجهات الرسمية أو الغير الرسمية، توحدت الرؤية حول التوعية بمخاطره، والوقاية منه، وسبل علاج المرضى به.

وقد بينت مؤشرات من مختلف دول العالم أن عامل الوعي والالتزام من قبل الشعوب كان له الدور الحاسم في الحد من عدد الإصابات؛ فحيثما كان هناك تنسيق ميداني من فرق مؤسسية ومجتمعية وشبابية في كل المحافظات والمدريات والأرياف، استطاعت الدولة، بكافة أجهزتها المختلفة، تحقيق الوضع الصحي المناسب والسليم؛ بترتيب وضعها الداخلي، وصياغة تصور متكامل ودقيق لمكافحة المرض، بعكس ارتباك بعض الدول، وانهايار قراراتها في تدبير جوانب حيوية مختلفة، اقتصاديا واجتماعيا....، مما جعل وباء كورونا يتفشى فيها، ويذهب الكثير من الأرواح، ويحدث تذبذبا وجرحا تندمل بسهولة.



لذلك، فالاستفادة من التجارب الإيجابية لبعض الدول في مواجهة الوباء ستفرض على كل شخص، كل مواطن ومواطنة، الحرص على مصلحة الوطن والمحافظة على مصلحة الأجيال القادمة، في مواجهة أي حالة كساد أو ركود أو انهيار لقطاعات الدولة وأجهزتها المختلفة، فالمسؤولية هنا فردية وجماعية معا، وهي فرض عَيْن لا فرض كَفَايَة.

كل ما سبق ذكره من تحليل، يجعلنا نقف أمام ضرورة تخطيط مستقبلي مبكر لما بعد كورونا، والتي بينت أن المعيار الحقيقي للبشرية هو فطرتهم الإنسانية وليست توجهاتهم وأفكارهم وانتماءاتهم السياسية أو المذهبية أو المناطقية....
لذلك، كلما تم الاهتمام ببناء الإنسان، شكلا ومضمونا، توصلنا إلى الفطرة الإنسانية السليمة مع الطبيعة،

التي تجعلنا، نحن سكان الكرة الأرضية، ملتزمين بالتوجه نحو المستقبل النظيف، والنقي من التدخلات البشرية المفرطة في عالم العولمة والتكنولوجيا الصناعية، ومن هذا المنطلق سنجد أن إنشاء أي نظام صحي شامل، سيكون له تأثير كبير في تقليص كل ما ترتب عليه من تراكمات وآثار ونتائج للأوبئة والأمراض في الماضي والحاضر، ليستحق كل إنسان حياة صحية إيجابية وجيدة تجعله يقدر قيمة الإنسانية والصحة للجميع.

ومن هنا نستطيع أن نبني اقتصادنا الوطني مستقبلا بناءً على تقييم شامل لما حدث للإنسان والطبيعة. لنستطيع أن نكون دولة متقدمة وعصرية دون ضرر بالإنسان والطبيعة؛ الأمر الذي يجعل ما تقوم به الدول، من برامج للحماية والأمان الاجتماعي، ناجحا ومتكاملا دون مضاعفات أو زيادة في نسبة الأمراض والفقراء والمحتاجين... الخ، وبذلك تتشكل لدينا شبكة ضمان اجتماعي تراعي مقومات ومعطيات وظروف كل دولة وشعب، وتظهر حلول جذرية تمنح الجميع الحقوق المدنية المتكاملة لحياة كريمة تليق بكرامة كل إنسان في أي مكان وزمان في العالم، ونكتشف أن حقيقة طاقة ومرض كورونا بأنها ليست إلا فشلا بشريا وعالميا لما يقوم به الإنسان أمام الطبيعة، وتعكسه الطبيعة أمام الإنسان، ليقف العالم أمام إصلاح نفسه من الداخل.

*كاتبة وشاعرة يمنية

How Trump is using coronavirus to push his white nationalist election agenda

Sahar F. Aziz

Trump's latest immigrant ban has little to do with a collapsing labour market during a global pandemic, and everything to do with election year politics. Rather than focus on improving our public health infrastructure and emergency management systems, Trump is exploiting the Covid-19 global pandemic to mobilize his anti-immigrant voter base. His executive order barring issuance of immigrant visas for 60 days is the latest in a string of anti-immigrant executive actions. From building a border wall with Mexico to issuing a Muslim Ban within weeks after becoming president, deporting and excluding non-European immigrants is the only consistent characteristic of Trump's otherwise erratic administration. During his presidential campaign, "Make America Great Again" was a rallying cry for his far-right, xenophobic political base. They understand this dog whistle is a promise to 'Make America White Again'. Reversing decades of immigration policies that have brought people from Asia, the Middle East, and Latin America lies at the centre of that white nationalist promise. Over the past seven weeks, unemployment claims have reached an unprecedented 26

million. The dramatic loss of jobs due to the Covid-19 pandemic has produced an unemployment rate somewhere between 15 and 20 percent. Not since the Great Depression when unemployment reached a whopping 25 percent, has the country experienced such high rates of unemployment. Trump's solution is to bar for 60 days parents and siblings of US citizens and green card holders, which constitute 0.0007 percent of the US population of 328 million. In 2019, the US issued 230,000 immigrants visas to siblings and parents of US citizens who are now subject to Trump's 60-day immigration ban. Thus, Trump's proclamation that entry of "certain aliens as immigrants would be detrimental to the interests of the United States" is simply not supported by the facts. According to an authoritative report by the National Academy of Sciences, immigrants' economic contributions are hard to replace because many new immigrants take low-skilled jobs that Americans are unwilling or unavailable to take. Moreover, excluding the tiny percentage of

people that would enter the labour market will do nothing to mitigate our economic woes caused by a historic global pandemic. What Trump's executive order will do quite well, however, is continue his emblematic strategy of blaming immigrants for America's problems past, present and future.

The same spurious reasoning was used to justify the Muslim Ban.

After only 10 days in office on January 27, 2017, Trump issued an expansive executive order with the expressed intent of excluding as many people from Muslim-majority countries as legally possible. What was the justification back then?

Muslims are presumptively terrorists who make our nation less secure.

Like today's family immigration ban, the government could not produce credible evidence that the hundreds of thousands of individuals harmed by the Muslim Ban had any remote association with terrorism. Indeed, there were already extensive processes in place to screen all immigrant and non-immigrant applicants for national security threats. Trump's real motive was to gain political

points with his far-right, anti-immigrant base - not to make America safer. But there is a method to Trump's madness. For him and his die-hard supporters, making "America Great Again" requires reversing the unprecedented racial demographic changes that will occur in coming decades, strip whites of their majority status for the first time in American history. The thought of one day becoming a racial minority keeps Trump's voter base up at night. Many Americans voted for Trump because he promised to exclude and deport as many non-European immigrants as possible. Simultaneously, Trump calls for a change in immigration laws to replace family-based immigration with so-called merit-based immigration. Skeptics suspect any such system would disproportionately benefit European immigrants while disadvantaging immigrants from Asia, Latin America, and Africa. As the economy worsens due to a global pandemic (not immigrants) and Democrats rally around the presumptive nominee Joe Biden, Trump will become more xenophobic and Islamophobic. He will look for every opportunity to feed red meat to his far-right voter base eagerly looking for minorities to scapegoat. Americans should brace themselves for more xenophobia from a president who may finally be held accountable for his many failures come November 2020.





Facebook launches Messenger Kids in 70 more countries, adds new friending features

In Dec. 2017, Facebook launched Messenger Kids, a special version of its messaging app aimed at kids under 13 years of age, in the United States.

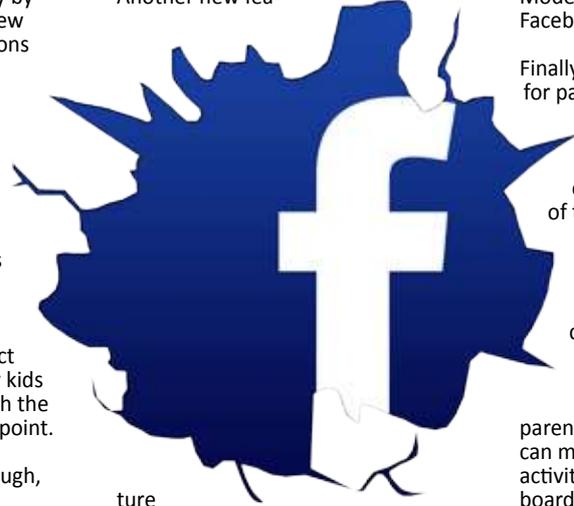
Now, the company is expanding the app's presence in a big way by launching it in more than 70 new countries. The full list of locations where Messenger Kids is available can be found here.

Originally, Messenger Kids was a pretty stripped-down version of Messenger with additional parental controls. Other differences included the absence of ads and Facebook's promise never to share Messenger Kids data with advertisers. However, Facebook itself admits that the strict controls made it quite hard for kids to connect with friends through the app – which is sort of its main point.

With this latest expansion, though, Facebook is adding some new features to the mix. One is called Supervised Friending, and it gives parents the option to enable their kids to accept, reject, add, or remove

contacts. If they do so, parents can still override new contact approvals from their Parent Dashboard. This feature is rolling out in the U.S. today, and will gradually be introduced to the rest of the world.

Another new fea-



ture is the

ability for parents to approve other adults – such as teachers or sports trainers – to connect

their child with other kids through a group in Messenger Kids. Again, the feature is live in the U.S. today, and is rolling out in the rest of the world "gradually."

SEE ALSO: Facebook's new 'Quiet Mode' lets you take a break from Facebook

Finally, Facebook is making it easier for parents to help their kid connect with other children by making their name and profile photo visible to relevant contacts, such as friends of their kid's contacts and their parents. This feature is now live in the U.S., Canada and Latin America, and will roll out to the rest of the world "in the coming weeks."

Facebook points out that even with these new features, parents are still in control, and they can manage and monitor their child's activity through the Parent Dashboard.

You can find out more about Messenger Kids here. The app is available for iPhone, iPad, iPod Touch, and Android devices.

الإذاعات المجتمعية البريطانية تواجه الإغلاق

يواجه ثلاث محطات الإذاعة المجتمعية في المملكة المتحدة الإغلاق بسبب تأثيرات فيروس كورونا، إذا لم تحصل على دعم حكومي عاجل، وفقاً للهيئة التي تمثل مصالح المذيعين. وعقدت جمعية الإعلام المجتمعي CMA التي تمثل 296 مؤسسة مجتمعية مرخصة من قبل هيئة البث «أوفكوم»، محادثات أزمة مع ممثلي إدارة الرقمية والثقافة والإعلام والرياضة و«أوفكوم»، أمس الأربعاء، لطلب الدعم لهذا القطاع. تعتبر جمعية الإعلام المجتمعي أن لأعضائها دوراً حاسماً في البث إلى جماهير متنوعة في المملكة المتحدة، بما في ذلك الأخبار والمعلومات الصحية في أثناء الطوارئ بسبب فيروس كورونا، لكنهم يشعرون بأنهم خارجين عن خطط الدعم الحكومية، حسبما نقلت صحيفة «ذا غارديان». والأسبوع الماضي، أعلنت الحكومة عقد شراكة إعلانية لمدة ثلاثة أشهر مع صناعة الصحف المحاصرة، التي تقدر قيمتها من 35 مليون جنيه إسترليني إلى 45 مليون جنيه إسترليني.

وركزت المحادثات، الأسبوع الماضي، مع وزير الدولة لشؤون التكنولوجيا الرقمية والثقافة والإعلام والرياضة جون ويتنغديل، على استخدام صندوق راديو المجتمع، وهو صندوق تمويل بقيمة 400 ألف جنيه إسترليني تديره «أوفكوم». لكن هذا يعني أن كل محطة إذاعية ستحصل على متوسط أقل من 1500 جنيه إسترليني.

وقال رئيس جمعية الإعلام المجتمعي داني لورنس، من إذاعة Gateway 97.8FM: «نحن قلقون للغاية من أن الحكومة ستسمح لما يصل إلى ثلث الإذاعات المجتمعية بأن تفشل، حسب تقديراتنا الخاصة. إن مبلغاً صغيراً نسبياً من التمويل الإضافي لقطاع الإذاعة المجتمعية سيقطع شوطاً طويلاً لدعم المحطات التي تبقي مجتمعاتها على تواصل واستنارة خلال الأزمة».

وأشارت الجمعية إلى بعض الأمثلة على الصعوبات والتنوع في إذاعة المجتمع، بما في ذلك Radio Failte من بلفاست التي تبث بالآيرلندية، والتي شهدت كيف تراجع شريان حياتها من الإعلانات والإيرادات. وقال مدير إذاعة Gloucester FM، ديريك فرانسيس، إن هناك «إمكانية حقيقية جداً» بإغلاق المحطة. وفي الوقت نفسه، رُخص إذاعة East Leeds FM مؤقتاً لمدة 84 يوماً من قبل «أوفكوم»، كي تبث الأخبار لمن هم أكبر من 70 عاماً ممن لا يستخدمون الإنترنت والتكنولوجيا.

وإلى انهيء سوق الإعلانات بسبب إجراءات الإغلاق من فيروس كورونا إلى خسائر فادحة في القطاع الإعلامي، ما أجبر مؤسسات على الإغلاق وأخرى على طرد موظفين. وتواجه الصحف البريطانية خسائر فادحة بسبب ذلك، إضافة إلى مصاعب جمة يعانيها القطاع الإعلامي ككل.



«يوتيوب» يحظر المحتوى الذي «لا يستند إلى أدلة طبية»

والإصابة بفيروس كورونا، والتي انتشرت بكثافة في بريطانيا، ما أدى إلى تدمير صواو للشبكة.

وفي حديثها لشبكة «سي إن إن»، قالت ووجيسكي: «يقول الناس: تناولوا فيتامين سي، أو الكركم، للعلاج من كورونا. هذه أمثلة على الانتهاكات لسياستنا»، مضيفة «أي شيء يتعارض مع توصيات منظمة الصحة العالمية سيكون انتهاكاً لسياستنا».

وأكدت أن «يوتيوب» شهد زيادة بنسبة 75 بالمئة في الطلب على الأخبار من مصادر «موثوقة».

يحظر «يوتيوب» أي محتوى متعلق بفيروس كورونا يتعارض بشكل مباشر مع نصيحة منظمة الصحة العالمية، فيما تقول الخدمة المملوكة لشركة «غوغل» إنها ستزيل أي شيء تراه «لا يستند إلى أدلة طبية»، حسبما نقلت «بي بي سي».

وقالت الرئيسة التنفيذية لـ«يوتيوب»، سوزان ووجيسكي Susan Wojcicki، إن عملاق الإعلام أراد القضاء على «المعلومات الخاطئة على المنصة».

وتأتي هذه الخطوة بعد أن حظر موقع يوتيوب نظريات المؤامرة التي ربطت بشكل كاذب شبكات الجيل الخامس



الصحة العالمية تقدم «روشته غذائية» لمواجهة فيروس كورونا

وتجنب عصائر الفاكهة المحلاة،
والعصائر، ومركزات عصير الفاكهة،
والمشروبات الغازية والمنعشة لأن جميعها
تحتوي على السكر.

ثالثاً: تناول كميات معتدلة من الدهون والزيوت

- تناول الدهون غير المشبعة (مثل
الموجودة في الأسماك والأفوكادو والمكسرات
وزيت الزيتون وفول الصويا والكانولا
وعباد الشمس وزيت الذرة) بدلاً من
الدهون المشبعة (مثل الموجودة في اللحوم
الدهنية والزبدة وزيت النخيل وجوز
الهند والقشدة والجبن والسمن والشحم).
- اختر اللحوم البيضاء (مثل الدواجن)
والأسماك، التي تكون منخفضة الدهون
بشكل عام، بدلاً من اللحوم الحمراء.
- تجنب اللحوم المصنعة لأنها غنية
بالدهون والملح.
- تناول الحليب ومنتجاته الخالية من
الدسم أو قليلة الدسم كلما أمكن
- تجنب تناول الدهون المتحولة، وهي
غالباً ما توجد في الأطعمة المصنعة
والوجبات السريعة والوجبات الخفيفة
والأطعمة المقلية والبيتزا المجمدة والفطائر
والكعك والسمن والأطعمة التي تدهن على
الخبز.

رابعاً: تناول كميات أقل من الملح والسكريات

- عند الطهي وتحضير الطعام، قلل من
كمية الملح والتوابل الغنية بالصوديوم
(مثل صلصة الصويا وصلصة السمك).
- قلل تناول الملح اليومي لأقل من 5
جرامات (حوالي ملعقة واحدة صغيرة)،
وتناول الملح المالح باليود.
- تجنب الأغذية الغنية بالملح والسكريات
(مثل الوجبات الخفيفة).
- قلل من مدخول المشروبات الغازية
أو الصودا والمشروبات الأخرى الغنية
بالسكريات (مثل عصائر الفاكهة
والعصائر المركزة، والشراب المركز، والحليب
المتكّه، ومشروبات لبن الزبادي).
- اختر الفواكه الطازجة بدلاً
من الأغذية الخفيفة المحلاة
مثل البسكويت والكعك
والشوكولاتة.

تعد التغذية السليمة ووفرة شرب المياه من
الأمر الحيوية والهامة للوقاية من فيروس
كورونا، فالذين يتناولون نظاماً غذائياً
متوازناً يكونون على الأرجح أوفر صحة
وأقوى مناعة وأقل تعرضاً لخطر الإصابة
ببأمراض المزمنة والأمراض المعدية مثل
فيروس كورونا المستجد.

وبحسب موقع منظمة الصحة العالمية
الإلكتروني، هناك عدد من النصائح
الغذائية للبالغين للوقاية من الفيروس
المستجد كورونا، وهي..

أولاً: تناول الأطعمة الطازجة وغير المصنعة كل يوم

- تناول الفواكه والخضروات والبقوليات
(مثل العدس والفاصوليا)، والمكسرات
والحبوب الكاملة (مثل الذرة غير المعالجة
والدخن والشوفان والقمح والأرز البني أو
الدرنات النشوية أو الجذور مثل البطاطا
أو الياق أو القنقاس أو الكسافا) والأطعمة
حيوانية المصدر (مثل اللحوم والأسماك
والبيض والحليب).

- تناول كوبين من الفاكهة (4
حصص)، 2.5 كوب من الخضروات (5
حصص)، 180 جراماً من الحبوب، و160
جراماً من اللحوم والفاصوليا (يمكن تناول
اللحوم الحمراء مرة إلى مرتين في الأسبوع،
والدواجن 2-3 مرات في الأسبوع).
- اختر للوجبات الخفيفة الخضراوات
النبتة والفواكه الطازجة بدلاً من الأغذية
الغنية بالسكريات أو الدهون أو الملح.
- تجنب الطهي الزائد للخضروات
والفواكه، فقد يؤدي ذلك إلى فقدان
الفيتامينات المهمة
- عند استخدام الخضراوات والفواكه
المعلية أو المحققة، اختر الأنواع التي لا
تحتوي على ملح أو سكر.

ثانياً: اشرب كمية كافية من المياه يوميًا

- الماء ضروري للحياة، فهو ينقل المواد
الغذائية والمركبات في الدم، وينظم درجة
حرارة الجسم، ويتخلص من النفايات،
ويخفف ويسهل حركة المفاصل.
- اشرب 8-10 أكواب من الماء كل يوم.
- الماء هو الخيار الأفضل، ولكن
يمكن أيضاً تناول المشروبات
والفواكه والخضروات الأخرى
التي تحتوي على الماء،
على سبيل المثال عصير
الليمون (المخفف)
في الماء وغير المحلى)
والشاي
والقهوة،
ولكن كن
حذراً من
استهلاك
الكثير من
الكافيين،



ما هي أفضل الطرق الطبيعية لتنظيف الكبد من السموم؟

كما يدعم حركات الأمعاء، لأنه غني
بالألياف ومضادات الأكسدة، كما يجب
استهلاك هذا المشروب سهل الصنع قبل
ساعة من النوم، لأنه يساعد في طرد السموم
من أجسامنا.
أضف ملعقة صغيرة من مسحوق الحلبة
في كوب من الماء المغلي. دعها تترقع لمدة 15
دقيقة، ثم صفي الماء في كوب واشربه ثلاث
مرات يومياً.

البابونج

شاي البابونج هو أحد مضادات الأكسدة
القوية وله خصائص مهدئة تساعد على
تخفيف التوتر وتحسين النوم. كما أنه
يساعد في السيطرة على الجهاز العصبي
الذي يهدئ الأنسجة الملتهبة.
أضف ملعقة كبيرة من زهور البابونج في
كوب من الماء المغلي، واحتفظ به مغلياً لمدة
10 دقائق، ثم اشربه. استهلكه كل يوم لمدة
أسبوعين على الأقل؛ لجني فوائده.

الشوفان بالقرفة

الشوفان غني بالألياف والمعادن
والفيتامينات التي تساعد في تنظيف
الأمعاء والكبد وتساعد على الهضم؛ نظراً
إلى أن عديد من العناصر الغذائية معبأة
في الشوفان.
انقع ملعقة صغيرة من الشوفان العضوي
لمدة 2-3 ساعات في وعاء من الماء المغلي، ثم
صفي الشوفان، وأضف ملعقة صغيرة من
القرفة وبعض الماء واشربه.

الشوندر والجزر

يحتوي كل من الشمندر والجزر على
كميات كبيرة جداً من البيتا كاروتينات
والفلافونويدات، وهي مركبات طبيعية
فعالة تساعد بشكل خاص على تحسين
وظائف الكبد.
اعصر جزرة وحبة شوندر واخلطهما
واستمتع بطعمهما الرائع.

التفاح

يحتوي التفاح على مستويات عالية من
البكتين، وهو مركب كيميائي ضروري
للجسم لتنقية وتنظيف الكبد من السموم،
وبذلك فإن تناوله بانتظام يساعد على
تدعيم وظائف الكبد.

كما تساعد على حمايته من التليف المرتبط
بالكحول.
تناول فنجان واحد يومياً يخفض نسبة
إصابة الكبد بأمراض بنسبة 22%.
2- **الأطعمة:** وفق الموقع ذاته فإن هناك
أطعمة تحتوي على فيتامينات ومعادن، من
شأنها دعم الجهاز الهضمي بشكل عام
والكبد بشكل خاص؛ لكونها تساعد على
تقليل الالتهاب وإبعاد السموم.
اشرب الشاي الأخضر والماء بدلاً من الصودا.
استخدم الكركم والزنجبيل في مكونات
الطبخ.

أكثر من تناول الخضراوات، خاصة القرنيبيط
واللفت والبروكلي، لأنها تحوي على مركبات
كيميائية تساعد الكبد على تكسير المواد
الكيميائية والهرمونات.
مشروبات تساعد على تنظيف الكبد من
السموم
إليك قائمة بالمشروبات الطبيعية التي من
شأنها مساعدة الكبد على التخلص من
السموم، قدمها موقع E Times الطبي.

شرب النعناع الساخن
أوراق النعناع مليئة بالزيوت الأساسية
مثل المنثول والمنتون، والتي تساعد في أداء
وظائف الكبد بالتخلص من السموم، كما
تدعم عملية الهضم أيضاً.
قم بغلي الماء في وعاء، ثم أضف كمية صغيرة
من أوراق النعناع، وانقعها فترة من الوقت،
واشربه قبل نصف النوم بنصف ساعة.

شاي الكركم

من أفضل الطرق للتخلص من السموم في
الجسم كاملاً شرب شاي الكركم يومياً.
أضف قليلاً من الكركم في كوب من الماء المغلي
وأضف بعض العسل.
الزنجبيل والليمون
الزنجبيل مع الليمون له خصائص قوية
مضادة للالتهابات، لا تعمل فقط على
إزالة السموم من جسمك ولكن أيضاً تسرع
عملية فقدان الوزن.

يساعد هذا المزيج في تخفيف الانتفاخ،
ويعزز التمثيل الغذائي، ويمنع المرض.
أضف عصير نصف ليمونة وشريحة من
الزنجبيل في كوب من الماء المغلي، انقعهما
15 دقيقة واشربهما قبل وقت النوم.
ماء الحلبة الساخنة
يساعد الاستهلاك المنتظم لمياه الحلبة على
تقليل الوزن وتقوية الجهاز الهضمي.

يعد الكبد أكبر غدة موجودة بجسم
الإنسان؛ لذلك هو واحد من أهم الأعضاء في
الجسم البشري، وتبرز أهمية الكبد بسبب
أدواره المهمة في تركيب المواد الكيميائية
الحيوية اللازمة لعملية الهضم، كما يخزن
الجليكوجين وينتج الهرمونات، علاوة على
أن نحو 1500 ملي من الدم تتدفق من خلال
الكبد في الدقيقة الواحدة.
فما أهمية الكبد بالنسبة لجسم الإنسان؟
وما الأمراض التي تصيبه؟ وما أفضل
الطرق الطبيعية لتنظيفه من السموم؟

أهمية الكبد بالنسبة للجسم

يزن الكبد عند الإنسان الطبيعي نحو 1.2
إلى 1.5 كغ، ويقع تحت الجانب الأيمن من
الحجاب الحاجز وتحت القفص الأيمن
السفلي.
الوظيفة الرئيسية للكبد، بحسب موقع
Web MD الطبي، هي تصفية الدم القادم
من الجهاز الهضمي وإزالة السموم
الموجودة فيه والناجمة عن استقلاب الأدوية
أو المصادر الأخرى المختلفة، وتمريضه إلى
بقية أنحاء الجسم.
كما يقوم الكبد بعمل الغدد الصماء والغدد
القنوية، ويفرز البروتينات التي تساعد على
تخثر الدم.

أسباب أمراض الكبد

مثله مثل بقية أعضاء الجسم البشري
يصاب الكبد بكثير من الأمراض، بسبب
الفيروسات أو العدوى أو تناول أشياء تضر
به مثل الكحول أو حتى السمنة، فيصاب
بأمراض كثيرة مثل الالتهاب أو التليف أو
السرطان.
ولذلك علينا دائماً النظر إلى صحة الكبد
وتناول مأكولات أو مشروبات طبيعية
تساعد الكبد على التخلص من تلك السموم
التي يستخلصها من الدم.

طرق تنظيف الكبد

هناك كثير من الطرق التي يمكن خلالها
حماية الكبد من السموم المتراكمة أو
الأمراض التي يمكن أن يصاب بها.
1- **القهوة:** أظهرت الأبحاث، وفق موقع
U.S News، أن الكبد يحب القهوة التي
تحتوي على نسب عالية من الكافيين،
لأنها تساعد في التقليل من خطر الإصابة
بأمراض الكبد بنسبة تصل حتى 70%.

Corona treatment gave excellent results

In a promising testimony to him, the spokesperson for the American College of Allergy, Asthma and Immunology, Lebanese-American Professor Talal Al-Nassouli revealed a drug to treat critical cases affected With the emerging corona virus.

In detail, the director of the International Bureau of Immunology Studies in Washington, Dr. Talal Nassouli, said that discovering a vaccine for the disease needs perhaps between 6 months to a year or even a year and a half.

In spite of this announcement, however, we received a good news about a treatment for the disease. He announced a study that was published on Sunday in "THE NEW ENGLAND JOURNAL OF MEDICINE", which is the greatest and oldest medical journal in the world, on an experiment that was conducted on very dangerous cases with "Coved 19", was originally placed on the ventilator due to the deterioration of its condition.

68% with excellent results

The doctor revealed that a drug called "REMDESIVIR" was used in the experiment and was given to 53 patients who were studied, and showed excellent positive results on 68% of them, while 18% lost their lives.

Al-Nsouli stressed that this study is very important, because it was conducted on people with very bad conditions and they were on the way to death completely, but that the drug showed positive results.

To that, he noted that the study came out of Los Angeles, the USA, and applied the drug in 3 countries, one third in America, one third in Canada, and the last in Japan.

بروفيسور أميركي ييشر: علاج لكورونا أعطى نتائج ممتازة

وكشف الطبيب أن دواء اسمه

«REMDESIVIR» استخدم في التجربة وأعطى لـ 53 مريضاً ممن أجريت عليهم الدراسة، فأظهر نتائج إيجابية ممتازة على 68% منهم، فيما فقد 18% حياتهم.

وأكد النصولي أن هذه الدراسة مهمة جداً، لأنها أجريت على مصابين حالتهم سيئة جداً وكانوا في طريق الموت تماماً، إلا أن الدواء أظهر نتائج إيجابية. إلى ذلك نوه أن الدراسة خرجت من لوس أنجلوس الأمريكية، وطبق الدواء في 3 دول، تلت في أميركا وتلت في كندا، والأخير في اليابان.



كشفت الناطق الرسمي باسم الكلية الأميركية لأمراض الحساسية والربو والمناعة البروفيسور اللبناني الأميركي طلال النصولي عن دواء لعلاج الحالات الحرجة المصابة بفيروس كورونا المستجد.

في التفاصيل، أفاد مدير المكتب العالمي لدراسات المناعة في واشنطن الدكتور طلال نصولي أن اكتشاف لقاح للمرض يحتاج ربما بين 6 أشهر إلى سنة أو حتى سنة ونصف.

وعلى الرغم من هذا الإعلان إلا أن نصولي زف بشرى سارة حول علاج للمرض، فقد أعلن عن دراسة طبعت، الأحد، في «THE

«NEW ENGLAND JOURNAL OF MEDICINE» وهي أعظم وأقدم مجلة طبية في العالم، حول تجربة أجريت على حالات خطيرة جداً مصابة بـ «كوفيد 19»، كانت وضعت أصلاً على أجهزة التنفس الصناعية بسبب تدهور وضعها. 68% بنتائج ممتازة



Dr . Ali Nasser

Internal Medicine . Board Certified

الدكتور / علي ناصر

متخصص بالامراض الباطنية من جامعة وين ستيت وعضو الهيئة الطبية بمستشفى اوكوود وخبرة في الجراحة العامة وأمراض الأطفال

نقبل جميع أنواع التأمين الطبي

نعالج السكري وضغط الدم وأمراض القلب والكوليسترول والكلية الأزمات والتهابات الحلق والرئة والبروستات وأمراض المعدة وجميع الأمراض الداخلية

Experince In General & Pediatric Surgery Staff Member At Oakwood Hospital & Detroit Medical

توفر لقاءات وفحوصات المدارس

Nitha Abraham, PA-C Fathima Syed, FNP-BC

متوفرة طبيبة نساء

Monday - Saturday

15120 Michigan Ave. Dearborn, MI 48126

(313)-843 - 8300

تعديلات بسيطة.. لكزس تكشف عن مواصفات نسخة 2021 من طراز LC

كشفت شركة لكزس اليابانية المصنعة للسيارات عن النسخة الأحدث من طرازها المميز LC، المخصصة للطرح لعام 2021 المقبل. ونقل موقع «موتور وان» المختص بأخبار السيارات اللقطات الرسمية التي نشرتها لكزس لنسخة 2021 من طراز LC، والذي ظهر بها بإطلالة فضية. وقال الموقع إن لكزس أجرت بعض التعديلات على هذه النسخة الجديدة من طراز LC؛ إذ توفره بوزن أخف عن نسخته السابقة، وأقل بنحو 22 رطلاً. كما طرحت لكزس أذرع التحكم داخل السيارة من مادة الألومنيوم، بتصميم جديد عما كانت عليه هذه الأجزاء داخل السيارة بالنسخة السابقة. وسيأتي طراز لكزس LC بعجلات بقياس 21 بوصة، حرصت لكزس أيضاً على طرحها بوزن أخف، لترفع من أداء السيارة عند المنحنيات. ومن التقنيات المضافة حديثاً على نسخة 2021 من طراز LC، تقنية Active Cornering Assist، التي تمنح السائق قدرة تحكم أكبر في السيارة عند التفافها. وفي هذه النسخة من الطراز تم تعديل آلية عمل ناقل السرعة الأوتوماتيكي، ليصبح أكثر طوعية على التأقلم مع قرارات السائق، في حالة زيادة وتيرة التسارع، أو عند حالات الدوران. ستوفر لكزس لونين جديدين لطراز LC بنسخته الجديدة، هما لون برتقالي من فئة Cadmium Orange ولون أخضر من فئة Nori Green Pearl، ويشمل ذلك لوحة التحكم الداخلية أيضاً التي يمكن منحها هذه الألوان لتكتمل متناسقة مع لون السيارة الخارجي. وستوفر شركة لكزس من طراز LC فئتين، هما LC500h وLC500، ستكشف عن إمكانيات محركيهما وتكلفتهم بالتزامن مع طرحهما رسمياً للبيع بالأسواق قبل نهاية عام 2020.



Mercedes-Benz's new electric van tops 200 miles on a full charge

Electric passenger van for the European market, and the company claims it can now travel up to 421 kilometers (about 262 miles) on a full charge. That's more than double the previous eVito's 150-kilometer (93-mile) range even when taking into account that Daimler seems to be using the extremely optimistic New European Driving Cycle standard. The big gain in usable range is largely thanks to a new 90kWh battery pack, which dwarfs the 41kWh pack used by the previous model. And it's all despite a hefty 3,500-kilogram (7,716-pound) gross vehicle weight. The eVito comes standard with 50kW charging, but buyers can add 110kW fast-charging capability, which gets the battery pack from 10 percent to 80 percent in under 45 minutes. The van has a 150kW motor on board that the company says generates the equivalent of 204 horsepower, which should be plenty to move the up to nine passengers on board. The new van is also loaded with the kinds of creature comforts one would expect from a luxury automaker. It rides on an air suspension and is equipped with active brake assist and adaptive

cruise control. There's a 7-inch touchscreen with Apple CarPlay compatibility, and the van is outfitted with an LTE modem and the company's "Mercedes PRO" service, which helps fleet owners better manage their operations in real time and even lets them see the battery's state of charge. While this is a vehicle aimed at the commercial market, it's a sign that Mercedes-Benz is moving closer to offering an all-electric van for general consumers. In fact, the eVito roughly resembles the EQV electric van concept that the German automaker unveiled at last year's Geneva Motor Show, which is meant to be its first mass-market EV van. Mercedes-Benz also has an electric version of its Sprinter cargo van. But Mercedes-Benz is not alone in trying to capture the early electric van market. Just last week, Ford announced an all-electric version of its Transit cargo van. Michigan-based startup Rivian is also working on electric delivery vans for Amazon. Even Nissan has gotten into the electric van game, with its Leaf-powered e-NV200.



مواصفات سيارة بورش Turbo s 911 «الخارقة» لعام 2021

كشفت شركة بورش عن كل إمكانيات ومواصفات نسخة 2021 الأحدث من طراز Turbo s 911، والذي يعتبر أحدث فرد يتبع فئة 922 الرياضية المميزة من بورش. ونقل موقع «موتور وان» المختص بأخبار السيارات، لقطات للطراز الجديد، مع كشفه عن إمكانيات محركه، وتكلفته الرسمية التي سيُطرح بها للبيع بالأسواق. وذكر أن الطراز يتمتع بمحرك رياضي خارق ينتج قوة 640 حصاناً مع عزم دوران 590 لفة للقدم. ويمنح المحرك طراز بورش الجديد القدرة على التسارع من صفر حتى سرعة 60 ميلاً في الساعة خلال 2.6 ثانية فقط. وتصل السرعة القصوى لطراز بورش Turbo s 911 لـ 205 أميال في الساعة، وهو ما يجعله من أسرع سيارات بورش الرياضية المطروحة حالياً بالأسواق، ويمثل نداً حقيقياً لأقرب منافسيه طراز مكلارين 720S الذي يتسارع من صفر حتى سرعة 60 ميلاً في الساعة خلال 2.8 ثانية. ويأتي طراز بورش Turbo s 911 بوزن خفيف يسهل من وصوله لسرعته القصوى، حيث يزن 3,636 رطل، مع العلم بأن بورش توفر للمرة الأولى نسخاً أخف وزناً من هذا الطراز، وذلك يرجع لتوفير هذه النسخ بقطع غيار وقطع أخف في الوزن تضاهى حسب الطلب. وتطرح بورش طراز Turbo s 911 للبيع بتكلفة تبدأ من 203,500 ألف دولار لنسخته الـ Coupe، وبتكلفة تبدأ من سعر 216,300 دولار لنسخته Cabriolet.





بريطانيا.. تجميد صناديق عقارية بأصول 20 مليار جنيه إسترليني

انتشار فيروس كورونا وتفاقم تداعياته الاقتصادية التي شملت تحديات في القطاع العقاري وتأخرًا في تحصيل الإيجارات، أدى إلى تجميد عدد من الصناديق العقارية في بريطانيا، ما يعني أن 20 مليار جنيه إسترليني لم تعد بمتناول المستثمرين.

التحديات هذه جعلت تقييم الأصول ضمن الصناديق العقارية شبه مستحيل، الأمر الذي دفع عددا من الشركات لتجميد صناديقها آخرها «بلاك روك» و«شرودر» و«ليجل & جترال جروب».

وقد بلغت قيمة الأموال المجمدة للمستثمرين المؤسسيين نحو 9 مليارات جنيه إسترليني.

وتأتي هذه الخطوة بعد إجراءات مماثلة من عدد من الصناديق التي جمدت 11 مليار جنيه إسترليني من أموال المستثمرين الأفراد.

تجدر الإشارة إلى أن بعض الصناديق لم تجمد أموالها بل قررت إعادة تقييم صناديقها، فمثلا صندوق AEW UK Core Property خفض قيمة أصوله بـ14%.

سفلز: الطلب على قطاع المكاتب والتجزئة بالسعودية يتعش بالتصاف الثاني من 2020

قالت شركة سفلز للاستشارات العقارية، إن الإجراءات الحكومية لها تأثيرات إيجابية طويلة المدى على الاقتصاد والقطاع العقاري السعودي. وأضافت، في تقرير، أن الإجراءات التي اتخذتها السعودية لمواجهة تداعيات تفشي فيروس كورونا، ستمتد تأثيراتها الإيجابية على المدى الطويل لتشمل الاقتصاد والقطاع العقاري، أما على المدى القصير والمتوسط، فمن المرجح أن يبقى النمو الاقتصادي ضعيفا.

وأشار التقرير إلى أن حزمة الإجراءات التي تبنتها «ساما» ووزارة المالية تضمنت مبادرات لتوفير السيولة في السوق، بالإضافة إلى دعم القطاع الخاص، خاصة الشركات الصغيرة والمتوسطة. وحول القطاع العقاري، توقع التقرير حدوث انتعاش قوي في معدلات الطلب، خاصة في قطاعي المكاتب والتجزئة خلال النصف الثاني من العام، بشرط احتواء الوضع الحالي واستئناف النشاط الاقتصادي في أقرب وقت ممكن.



تركيا.. مبيعات العقارات ترتفع 14% في الربع الأول من 2020

سجلت مبيعات العقارات للأجانب في تركيا ارتفاعا بنسبة 14 بالمائة خلال الربع الأول من العام الحالي، مقارنة مع 2019. ووفقا لهيئة الإحصاء التركية، فقد اشترى الأجانب 9618 شقة سكنية، خلال الفترة ما بين يناير/كانون الثاني ومارس/آذار 2019. وأظهرت نفس المعطيات وفقا لوكالة «الأناسول» أن هذا الرقم ارتفع بنسبة 14 بالمائة، ليصل إلى 10948 شقة، خلال نفس الفترة من 2020. وفضل الأجانب إسطنبول في شراء الشقق، حيث اشترى فيها، 5374 شقة، واحتلت أنطاليا المرتبة الثانية ثم أنقرة وبورصة وياالوفا. واحتل الإيرانيون المرتبة الأولى بين الأجانب الأكثر شراء للشقق السكنية في تركيا بين يناير ومارس 2020، بشرائهم 1864 شقة، وجاء العراقيون في المرتبة الثانية بـ1856 شقة، والروس ثالثا بـ763، والأفغان رابعا بـ644، واليمنيون خامسا بـ386.

ويربط البعض ارتفاع مشتريات الأجانب للعقارات التركية بالانخفاض الذي شهدته العملة التركية، حيث يجري تداول الليرة قرب أضعف مستوى لها على الإطلاق، والذي بلغته خلال أزمة العملة في 2018.

UK housing market could bounce back in Q4 2020

Housing market activity is on track for a drastic fall this summer, as significantly fewer homes change hands due to the COVID-19 pandemic.

Property prices were stable in March, but the collapse in market activity as a consequence of the coronavirus outbreak is expected to place downward pressure on prices.

House prices hit an average of £240,384 in March, slightly down from the record high £240,461 recorded in February, according to Halifax.

Property values are up 3% year-on-year indicating that the market was on an upward trajectory, but it is clear that this will not continue in the short-term.

However, market conditions could improve in the final quarter of the year, according to Tomer Aboody, director of property lender MT Finance.

Aboody said: "What a start to the year the housing market had, with positivity so strong that it stood a good chance of lasting the full 12 months.

"The year-on-year increase in values and transactions indicates that buyers and sellers had got over the Brexit debacle and were getting on with their lives.

"Of course, coronavirus has now cast a very dark shadow over the property market and wider economy.

"If the crisis is tackled properly by the government and indeed the country as a whole, then hopefully by the final quarter some of that positivity which we saw earlier in the year will have a chance to return."



فوائد عشبة العطرة

استخدام عشبة العطرة للجسم
المكونات:
أوراق من العطرة.
ماء مغلي.
سكر أو عسل.

الطريقة:

نضع أوراق العشبة في الماء.
نتركها على النار لتغلي.
ثم نقوم بتصفيته بعد ذلك، ونضع التحلية
على حسب الرغبة.
نتركها حتى تبرد.
يتم تناول هذا المشروب في الصباح.

استخدام عشبة العطرة للبشرة

المكونات:
أوراق العطرة.
ماء دافئ.
الطريقة:
نقوم بنقع أوراق هذه العشبة مع الماء.
نتركها ليلة كاملة.
ثم بعد ذلك نستخدمها في غسل الجسم
والوجه.

أضرار عشبة العطرة

بالرغم من وجود فوائد متعددة لجميع
الأعشاب فلهم أيضاً أضرار، وعشبة العطرة
لها آثار جانبية للصحة وهي:
1 - يوجد بعشبة العطرة مواد كيميائية تساعد
في تقليل تخثر الدم، لذلك يحذر الأطباء
من تناولها للأشخاص الذين يعانون من
اضطرابات نزيفية.
2 - لا يمكن للحامل تناول عشبة العطرة أثناء
الحمل لأنها غير آمنة، ولكنها من الممكن أن
تستهلك بشكل ظاهري كدهان لعلاج تهرلات
الجلد.
3 - يمنع تماماً من تناول هذه العشبة
للأشخاص قبل الجراحة، ومن المفضل
الابتعاد عنها قبل العمليات لفترة أسبوعين.

الإسهال الشديد، وتقضي على المغص، آلام
الظهر والرقبة، والطمث.
4 - تساعد عشبة العطرة الجسم في طرد
الكوليسترول الضار من الجسم.
5 - مرضى ضغط الدم تساعدهم هذه العشبة
في تنظيم نبضات القلب لديهم، والتقليل من
التوتر والعصبية.
6 - تقضي عشبة العطرة على الميكروبات
وتطهر الجسم، وتستهلك كمهدىء للسعال،
وتخفف من أعراض البرد.
7 - تساعد عشبة العطرة في علاج الكبد
 وأمراض القلب.
8 - تساعد هذه العشبة في ضخ الدم بشكل
سليم بالجسم، لتصل به للقلب والمخ، وباقي
الأعضاء التي تحتاج إليه.
9 - تساعد هذه العشبة في الحد من الصداع،
وتؤذي البلغم، الذي ينتج عنه الإصابة بالكحة
الشديدة.
10 - تساعد عشبة العطرة على إدرار البول.

فوائد عشبة العطرة العطرة لللبشرة

1 - تحد هذه العشبة من ظهور التجاعيد
بالبشرة، وتقضي على حب الشباب، والبقع
التي تظهر بسبب الشمس.
2 - تنقي هذه العشبة البشرة من الشحوم
المتراكمة بداخلها، وبالإضافة لقدرتها على
إزالة البثور السوداء الموجودة بالوجه.
3 - تخفي هذه العشبة آثار الحبوب في كل
أماكن الجسم، وتعمل على نضارة البشرة،
وتوحيد لونها، وبنائها بطريقة سليمة.
4 - تساعد عشبة العطرة على شد الجلد
المتراهل، الذي ينتج عن الحمل والولادة،
وخاصة في منطقة البطن.

طرق استخدام العشبة العطرية

بعد أن تعرفنا على فوائد عشبة العطرة
للجسم والبشرة، من المهم أن نتعرف على
طريقة استخدامها وهي:

العطرة هي من الأشجار العشبية العمرة،
وحجمها صغير، وترجع للفصائل العرنوقية،
وسميت بهذا الأسم بسبب رائحتها العطرية
المميزة، وتنمو هذه الشجرة بحوض البحر
الأبيض المتوسط، فهي تزرع بالحدائق
الموجودة في المنازل، لكي تترك رائحتها المميزة
الجميلة، ومنظرها الممتع، كما تعرف الآن
بأنها تنتمي لنباتات الزينة، وذلك بالإضافة
لاستهلكها في المطبخ، وفوائدها العظيمة
للجسم، لذلك سنتعرف على فوائد عشبة
العطرة الصحية.

القيم الغذائية لعشبة العطرة

فهي مكونة من عدد من العناصر والفيتامينات
التي تستخدم في مجالات كثيرة ومن هذه
المكونات:
مواد عطرية.
مركب الفينول.
فلافونيدات.
مركب التانين.
حمض العفص.
زيوت عطرية.
فيتامين ج.
فيتامين ب.
بلاد زراعة عشبة العطرة
تنتشر زراعة هذه العشبة في البلاد التالية:
سوريا.
الأردن.
فلسطين.

فوائد عشبة العطرة للجسم

1 - تقوي هذه العشبة جدار المعدة، فهي
تعطي المناعة، وذلك بالإضافة لمساعدتها
في التخلص من صعوبة هضم الطعام، كما
تحافظ على الجهاز الهضمي من أي تعب
قد يصيبه.
2 - تساعد عشبة العطرة في القضاء على
الدهون المتكدسة بالجسم.
3 - تعالج عشبة العطرة الأشخاص من

6617 Schaefer Rd.
Dearborn, MI 48126



قهوة عربية وأمريكية - بن يماني
حوايج يمنية وبهارات عربية طازجة

شوكولاتة و حلويات . هدايا لجميع المناسبات
مكسرات و بزورات و مخلوطة طازجة
تمر و رطب كاليفورنيا مدجول - عسل طبيعي
زيوت و أعشاب طبيعية
مستحضرات تجميل طبيعية



Dearborn Roastery
مطعمة خبير بون
*Always Fresh
Wake Up for Oil...*

(313) 584-7700
www.dearbornroastery.com



Fresh Arabic & American Coffee
Fresh Spices & Seasonings

Chocolate, Sweets & Gifts for all Occasions
Fresh Nuts & Mixed Nuts - Organic Honey
California Medjool Dates & Ruttab
Natural Herbs & Essential Oils
Natural Beauty Supplies



Ewan McGregor Disney Christopher Robin

Sooner or later,
your past
catches up to you.



August 3

9 أفلام تعلم أطفالك القيم المهدبة على تفليكس

شخصيتهم. وفي حين أن اليقطين من المفترض أن يكون مستديرا، فإن سبوكلي يقطين على شكل مربع، وهو الأمر الذي جعل الآخرين يبتسمون عليه. لكن صديقه العنكبوت والخفاش يساعدانه على تقبل نفسه.

5. الجنية القراصنة

تتمحور أحداث فيلم الجنية القراصنة حول جنية جيدة تحولت إلى أخرى سيئة انضمت إلى القراصنة. لإنقاذ زيرينا، ينبغي على تينكر بيل التوجه إلى سكول روك، وإعادة صديقتها ومساعدتها على حل مشاكلها الخاصة.

6. الأرنب بيتر

بعد إضفاء لمسة حديثة على القصة الكلاسيكية، يصور هذا الفيلم قصة أرنب متمرد يقضي أيامه في مضايقة صاحب المزرعة، ولكن عندما يقوم أحد أقاربه بالقدوم إلى منزل ماكغريغور، تصبح بعض الأمور معقدة بالنسبة له، وتتوالى الأحداث المضحكة.

7. البحث عن السعادة

أفاد الموقع بأن فيلم «البحث عن السعادة» مستوحى من قصة حقيقية، ويعد من بين الأفلام التي يحتاج المرء لمشاهدتها مرة واحدة على الأقل في حياته. يعد هذا الفيلم، من بطولة ويل سميث وابنه، بمثابة رحلة عاطفية مسلية ستساعدك على تغيير نظرتك إلى الحياة وإدراك أن لا شيء يأتي بسهولة.

8. مغامرات تن تن

إن فيلم الرسوم المتحركة ثلاثي الأبعاد من إخراج الأسطورة ستيفن سبيلبيرغ، من الأفلام التي عليك عدم تفويت فرصة مشاهدتها. تدور أحداث الفيلم حول تن تن والكابتن هادوك اللذين يبحثان عن كنوز مخبأة. ومن المؤكد أن مغامرتهما ستجعل طفلك متسمرًا أمام الشاشة.

9. إطلاق سراح ويلي

يحكي هذا الفيلم قصة طفل في الشارع، يبلغ من العمر 12 عاما، يصادق حوتًا قاتلا في حوض أسماك. والأمر المثير للدهشة أن الطفل ينجح في تدريب الحوت القاتل، وتجمع بينهما علاقة وطيدة، وعندما أدرك جيسي النوايا الشريرة التي يضمها بعض الأشخاص لويلي، ينقذ أفضل صديق له.

إذا كنت تبحث عن محتوى ذي جودة عالية لأطفالك، وتريد قضاء بعض الوقت بمفردك، فأليك مجموعة من الأفلام التي ستضع حدا لمشاغلك وتطمئن للقيم المعروضة بها. إليك مجموعة من الأفلام التي رشحها موقع «برايت سايد» الأمريكي، وستساعد أطفالك وتعلمهم دروسا في الوقت ذاته، ورغم جراءة بعض الأفلام والمسلسلات المعروضة على منصة البث «نتفليكس»، فإن هذه الأفلام مخصصة للأطفال ولا تسبب أي قلق للآباء.

1. كريستوفر روبن

إذا كنت ترغب في تعليم أطفالك قيمة الصداقة الحقيقية، فاستمتع بفيلم كريستوفر روبن للمخرج مارك فورستر. يأخذنا هذا الفيلم بسرعة إلى حياة كريستوفر الذي أصبح الآن شخصا بالغًا يشغل وظيفة مرهقة. إن كريستوفر غير سعيد، ولكن عندما يعيد التواصل مع صديق طفولته الدب «ويني ذا بوه»، يتمكن من استرجاع كل ذكرياته معه.

2. بنجي

من خلال العودة إلى عام 1974، تصور نتفليكس بنجي في صورة جديدة. تدور القصة حول جرو يتيم يدعى بنجي يصنع صداقات مع طفلين في المدرسة. يجد الشرطيين إلى الطفلين حيث يتعرضان للاختطاف، ولكن يأتي صديقهما المفضل المكسو بالفرو لإنقاذهما.

3. الأمير الصغير

يعد فيلم الأمير الصغير أحد أعظم أفلام الرسوم المتحركة على الإطلاق، وهو فيلم ينبغي على جميع أفراد العائلة والأطفال عدم تفويت مشاهدته. رغم أهمية الدراسة ووضع خطة، من المهم بالقدر ذاته تقدير الأشياء من حولنا والاستفادة من الفرص التي تتاح لنا. يصور هذا الفيلم ذلك بطريقة أجمل من خلال فتاة مدرسة مجتهدة ومنضبطة وجارتها القديمة المليئة بالحياة.

4. سبوكلي اليقطين المربع

يمكنك الاعتماد على سبوكلي في تعليم أطفالك أن المظهر لا يعكس

Help children aged 2 to 4 to learn at home during coronavirus (COVID-19)

No one expects parents to act as teachers or childcare providers. Or to be able to provide all the activities that a nursery might. While children gain a lot from nursery, things that parents do at home can help their development more.

How to help young children learn at home
You can help your child to learn through the little things you do with them, for example:
everyday conversations
make-believe play
games with numbers or letters
reading together
involving them in the things you are doing, such as household chores, and talking with them about it
Find ideas for new things you can try at Hungry Little Minds.

You do not need to set separate time or plan complicated activities dedicated to learning. These activities can be incorporated into everyday life and play. You know your child best. Avoid forcing them into lengthy planned activities if they naturally respond better to a mix of shorter activities. This can stop them getting bored or frustrated and keep them active, interested and learning through things they enjoy.

Keeping a routine

Do not worry about trying to keep to the full routine that your child had in nursery or with their childcare provider. But children will feel more comfortable with a predictable routine, so try to make sure they: get up and go to bed at the same time each day have regular meal times turn off any electronic devices, including the TV, at least an hour before bedtime

Keeping active

Young children should be active for at least 3 hours a day in total. It is also good to get some fresh air every day. If you do not have a garden and are taking children outside to exercise, make sure you follow the rules on social distancing.

While inside, there are plenty of things you can do to keep children active, such as:
playing hide-and-seek
seeing who can do the most star jumps
making an obstacle course
playing music and having a dance-off
Television and using digital devices

There are lots of ways to help your child to learn such as reading together and make-believe play. You can also use what children have watched on television

or the internet to help their learning. Talk with them about what they are watching or use their favourite TV characters in other games and activities.

Digital devices such as a laptop, desktop, tablet or smartphone can help some children learn. If your child does use them, try downloading some apps that will help them learn.

Set age-appropriate parental controls on any devices young children are using and supervise their use of websites and apps. See advice on keeping them safe online.

To read the rest of the article go to :
<https://www.gov.uk/>



هكذا تنظم وقتك كطالب جامعي

إعداد: **عمام سحمراني**

تنظيم الوقت يبدو صعباً، لكنه مثل أي شيء آخر مسألة اعتياد. في الظروف الطارئة كالتي نشهدها حالياً مع إقفال الجامعات، ازدادت صعوبة المهمة على الطلاب مع اضطرارهم إلى الاعتقاد على نمط جديد أساسه التعليم عن بعد، مع انعدام أفق حل أزمة فيروس كورونا الجديد. في هذا الإطار، يقدم موقع «تايمز هابر إيديوكيشن» بعض النصائح التي يمكن للطلاب استخدامها لمساعدتهم على البقاء في المنافسة، كالاتي:

1- التزم بجدولك الزمني:

مع إجراء المحاضرات عبر الإنترنت والتزام المحاضرين بجدول محدد مسبقاً، عليك أن تواكب التزامهم بالتزام مماثل، وعدم الاستخفاف بمسألة أنك بعيد عنهم. افترض دائماً أنك لن تتمكن من الوصول إلى مقطع الفيديو لاحقاً لمشاهدته، واحضره منذ اللحظة الأولى كما لو أنك في القاعة الجامعية بالذات. هذا الالتزام يسمح لك بنيل الفائدة من دون تأجيل قد يجعلك تهمل مشاهدة المحاضرة لاحقاً.

2- دُون قائمة بثلاث خطوات عليك أدائها يومياً:

هذه القائمة تتيح لك التأكد من إنجاز المهام التي تحتاج إليها. أما جعل المهام كثيرة فيغرك في التفاصيل وربما يحول بينك وبين أداء المهام، أو حتى بعضها.

3- استخدّم التنبيهات:

الالتهاة بأمر كثيرة سهل جداً، لذلك في حال كانت لديك مهام وقررت أن تأخذ استراحة عليك أن تنبه نفسك إلى أن من واجبك العودة إلى مهامك من دون تلك.

4- ابتعد عن مشتتات التركيز:

من ذلك هاتفك، ضعه في مكان لا يمكنك الوصول إليه، وستدهش بمقدار ما تنجزه عندما لا تطلع على حسابك في «تويتر» و«إنستغرام» و«فيسبوك» وغيرها كل خمس دقائق. وإذا كان هاتفك لا يد منه بالقرب منك، أوقف جميع الإشعارات. أيضاً، حدد ما إذا كانت هناك عوامل تشتتت أخرى مثل التلفزيون، واعمل على حل المسألة.

5- اكتشف الوقت الذي تكون فيه أكثر إنتاجية:

يمكن لعدد قليل جداً من الناس أن يقولوا إن في إمكانهم الحفاظ على مستويات عالية من الإنتاجية طوال اليوم، لكن، بالنسبة لمعظم الناس، هناك وقت محدد في اليوم يكون فيه دماغهم أكثر تركيزاً، وأقل قابلية للاستسلام للمشتتات، ما يعني أن بإمكانهم في هذا الوقت أن يكونوا أكثر إنتاجية، سواء أكان صباحاً أم ظهراً أم مساءً.



أهم 7 نصائح للطلبة أثناء التعلم عن بعد

فروضك مع أخيك أو أبيك الذي يعمل من المنزل؟ هذا سيساعدك على التقارب مع أفراد أسرتك إلى جانب التزامك بمواعيد تسليم الفروض. أو بدلاً من ذلك، يمكنك أيضاً التنسيق مع رفيق دراسة عبر الإنترنت وهذا سيضمن لك الالتزام بجدول المواعيد.

رقم الصوت:

اقرأ ملخصاتك بصوت عال. لربما يبدو هذا غريباً لكنك حين تسمع ذاتك وأنت تلفظ المفاهيم التي تدرسها بصوت عال ستساعد عقلك في استذكار الحقائق كافة وحفظها بيسر. إذا استهجنيت التحدث إلى نفسك، أحضر جمهوراً ليستمع إليك، سواء كان فرداً من أسرتك أو حتى حيوانك الأليف!

تخصيص فواصل للسترحة وإعاش الذهن

يمكن أن يكون التعلم عن بعد شديداً مثل التعلم التقليدي. تأكد من أخذ فترات راحة قصيرة بين الفصول الافتراضية من أجل الاستفادة من تجربة التعلم الخاصة بك. إن أخذ قيلولة لمدة عشر دقائق أو استراحة قصيرة هي طرق مثبتة لتكون أكثر إنتاجية.

لا تنسى طلب المساعدة

من المقبول تماماً طرح الأسئلة والاستفسار. إذا كان هناك شيء غير واضح اتصل بمعلمك إذا كان لديك أي أسئلة حول عمل الدورة التدريبية الخاصة بك. وإذا وجدت نفسك تكافح، فاطلب المساعدة. هذا هو سبب وجود معلميك - لمساعدتك وإرشادك خلال دراستك. كما يمكنك دائماً جدول استشارة فردية مع معلمك، وهذا سيضمن الالتزام المستمر لكل من المعلم والطالب. من المهم أن تعرف أن التعلم عن بعد لا ينييني فقط على المناهج الرقمية وحدها، بل هو مزيج من خبرات التعلم الإلكتروني المسنقة بعناية، والتدريب والتقييم التي تسهلها منصات التكنولوجيا.

مع تزايد انتشار وباء كورونا المستجد (كوفيد-19)، تتجه العديد من المدارس في أرجاء العالم إلى التعلم الإلكتروني في محاولة منها للتقليل من تفشي المرض. فلم يسبق أن جرى اتباع أساليب التعلم عن بعد والتأقلم معها على هذا النطاق الواسع من قبل، غير أن الظروف العصبية تقتضي تدابير استثنائية. وفي حين قد يشكل التعلم من المنزل تجربة صعبة للأفراد الذين اعتادوا الدراسة في الغرفة الصفية وحدها، نورد في ما يلي بعض النصائح الهامة لأولياء الأمور والطلبة لضمان عدم الانقطاع عن الدراسة والانتفاع بمزايا التعلم عن بعد بسهولة تامة. وفيما يلي يقدم لنا أندي فيليبس، الرئيس التنفيذي للعمليات في جامعة ولونغونغ في دبي أهم النصائح لجعل عملية التعلم عن بعد سلسلة وناجحة:

إعداد غرفة صديقة خاصة

قم بتجهيز مساحة معينة بغرض الدراسة تحديداً. واحرص على تنظيف حاسوبك الشخصي / المحمول وتعقيمه بانتظام. ولا تنس ترتيب كتبك ودفاترك وأدواتك لتضمن توافر كل شيء تحتاجه إلى جانبك. وحاول إضافة ألوان أو نباتات أو أشياء تحبها شخصياً لتكسر جو الرتابة.

إنشاء خطة عمل

ضع خطة بالمهام اليومية المتعلقة بالدروس. وخصّص 30-45 دقيقة على الأقل يومياً لمراجعة موضوع المادة قبل بدء الدرس لكي تضمن فهمك التام لما يتم شرحه ولتبقى على اطلاع بكل جديد.

الإشارة إلى الفروض والحصص على مفكرة عملية

بمجرد أن تعرف جدول الحصص ومواضيع المادة، ضع إشارة بمواعيد تسليم الفروض جميعها على مفكرة. ألصق المفكرة في مكان يوسع رؤيته بوضوح والرجوع إليه باستمرار. فمن الهام أن يكون لديك نظرة عامة واضحة إلى جدول الدروس ومهام العمل ومواعيد التسليم أثناء مدة الدراسة بكاملها.

التنسيق مع رفيق دراسة

قد تشعر خلال التعلم عن بعد بالوحدة أحياناً، فما المانع أن تنسق جدول

It's easy to accept the idea that children who attend clean, well-maintained schools have an easier time succeeding than those who don't. But do the environments you create in your clean classrooms have an impact on your

and valued. As a result, self-esteem increases and students are motivated to engage in the learning process." What happens when you make a classroom feel more like home?

How Comfortable Classrooms Lead to a Better Student Community

students' ability to learn? The research says they can. According to Dr. Sheryl Reinisch, former Dean of the College of Education at Concordia University-Portland, studies indicate that high-quality classroom environments "help children feel safe, secure,

views, student journals, and observations. The first-graders expressed ownership and pride at their artwork being included in the classroom decor, and their journals, comments and drawings expressed appreciation for the aesthetic additions to their environment.

Reinisch, who has two decades of experience in early childhood education, cites a study of 25 first-graders whose classroom was revamped over a period of four months. It included appealing elements such as comfortable reading spaces, fish, plants, and displays of student artwork. The children's reactions were recorded through inter-

Students in the study said that being comfortable helped them feel at home in their classroom, which in turn helped them learn. Quotes included:

"I feel relaxed. When I'm relaxed I'm more ready to learn."

"It's like a little living room when the plants are here."

How important is a comfortable classroom? Of the elements you might consider adding to your classroom, which ones are the most important to student success? Reinisch notes another study in which 775 students identified "comfort" as "most necessary" in their classroom. The students, who ranged from fourth to eighth grade, also correlated the following elements to a good learning environment:

A clean classroom
Artwork and wall decorations
A classroom pet
Let's look at each of these in a bit more detail. To read the rest of the article go to : <https://resilienteducator.com/>

كيفية رفع مستوى اللياقة البدنية.. تعرف على سبعة مبادئ رئيسية

التمرين بشكل عشوائي يحدث نتائج عشوائية، بل قد يؤدي إلى نتائج سلبية، ولحفاظ على لياقتك البدنية، لتحصل على أكبر قدر ممكن من فوائدها، من المهم تخضع هذه العملية لشيء من التنظيم من خلال مبادئ محددة حددتها العديد من المراجع العلمية.

التخصص (specificity): يتحتم أن يستهدف تمرينك نوع اللياقة البدنية التي تريد تحسينها. فتمارين المقاومة لرفع القوة العضلية وتمارين التحمل كالجري لمسافات طويلة تقوّي لياقة القلب والشرابين وهكذا.

الانتظام (regularity): يجب عليك أن تمارس تمارينك بانتظام. لا يخلو الأمر من الانقطاع لأيام وحتى أسابيع، ولكن إذا طالت الفترة لشهر أو أكثر ستلاحظ نوعاً من التراجع. ستلاحظ هذا جلياً إذا كنت ترفع الأوزان واصلت مرحلة متقدمة، فالقوة العضلية ستراجع، وسيطلب منك جهداً إضافياً حتى تسترجع ما كنت عليه. قد يتوقف الرياضيون المحترفون عن التدريب لإصابة ما أو حال انتهاء المنافسات، وهذا يؤدي إلى تراجع في اللياقة البدنية أياً كان نوعها.

التطور أو التقدم (progression): أنت دائماً مطالب بإحداث التحسين والتطور على روتينك التدريبي. اللياقة البدنية شيء مطاط قابل للتحسن دائماً. هي بحر لا شاطئ له. سي تشعر هذا بنوع من التحدي دائماً، ويقلل الشعور بالملل. تذكر أن لبرنامجك الرياضي أربع مكونات رئيسية هي: التكرار والشدة والوقت. زد شدة تمرينك أو وقته بين الفينة والأخرى. إذا كنت تمشي لمدة 30 دقيقة، زدها لمدة 40 دقيقة. إذا كنت تمشي بسرعة، حاول الجري الخفيف.

الحمل الزائد (overload): يرتبط هذا المبدأ ارتباطاً وثيقاً بمفهوم الجهد البدني، ويشبه بعض الشيء مبدأ التطور والتقدم. في كل مرة تتدرب، فإن جسمك يتفاعل مع هذا الجهد، فالقلب ينبض والعضلات تتحرك، والدم يجري بسرعة أكبر والتنفس تزداد وتيرة. الحمل الزائد يعني أن يحتوي تمرينك نوعاً من الصعوبة يزيد عما اعتدت عليه. من الأمثلة على ذلك، أن ترفع وزناً يعادل 4 كغم بسهولة، فإذا زدت الوزن إلى 6 كغم ستشعر بنوع من الحمل الزائد، والصعوبة التي تستحثك لجهد أكبر، وهذا يزيد من القوة العضلية. قد تجري لمسافة 2 كم بسرعة متأنية، لكن عند زيادة السرعة سيصبح تمرينك أكثر إجهاداً، وهذا ما يزيد قوة عضلة قلبك.

التوازن (balance): قد يصاب بعض الرياضيين بالهوس فيكون شغلهم الشاغل تقوية العضلات وزيادة حجمها. في المقابل، قد يكره البعض هذه التمارين وبالكاك يفعلونها. احرص على أن يضم برنامجك الرياضي ما تقوي به مختلف عناصر اللياقة البدنية كلياقة القلب والشرابين والتحمل والقوة العضلية والمرونة والتوازن. حتى وإن كان هدفك الرئيسي بناء الكتلة العضلية، عليك فعل شيء من التمارين الهوائية كالجري، للذين لا يروق لهم تمارين القوة العضلية، عليهم بممارستها مرتين على الأقل في الأسبوع. ويشمل التوازن أيضاً إعطاء جميع عضلات الجسم حقها كعضلات الجسم العلوية كالصدر والذراعين والجزء السفلي كالأرجل وعضلات مركز الجسم كعضلات البطن، بالإضافة إلى العضلة وما يقابلها عضلات الظهر تقابل عضلات الصدر وهكذا.

الاستشفاء (recovery): التمرين القاسي والشديد يجب أن يتبعه يوم من الراحة وذلك لإعطاء فرصة للعضلات للاستشفاء والتعافي خصوصاً إذا شعرت ببعض الآلام. التراجع (reversibility): كما تتحسن اللياقة البدنية بانتظام التدريب واستمراره، فإنها تتراجع عند التوقف عن التمرين، وحتى عند تغيير برنامجك ونوع تدريباتك. هذه المبادئ على بساطتها ينبغي أن تستحضرها دائماً خلال فترات تمرينك لتعلم كيف تقوّي لياقتك البدنية الحالية، ومدى استفادتك من برنامجك الحالي، وما يمكن أن تعدله من أجل رفع اللياقة البدنية، كما أنها تساعد على تقليل احتمالية حدوث الإصابات.

الأكل بعد تمرين البطن

لبناء عضلات بطن قوية يجب أن يكون تناول الطعام قبل التمارين الرياضية يجب أن تتناول وجبة غنية بالبروتين وبعدها بـ 60 دقيقة تبدأ في ممارسة تمارين البطن، ولكن يجب قبلها البدء بتمارين الإحماء الخفيفة، عن طريق التمدد والاستلقاء، وبعدها النهوض لهيئة الجسم للتمارين الرياضية الثقيلة لتكوين عضلات البطن، حتى يتخلص جسمك من الكسل والخمول بعد تناول وجبة الطعام.

أما بعد التمرين فيمكنك أن تتناول وجبة خفيفة بعد التمارين الرياضية بـ 120 دقيقة، على أن تكون مكونة من البروتين والكربوهيدرات، ومن أمثلتها حليب الشيكولاتة - البطاطا الحلوة - الكيوتو - الأناناس - التوت - الموز - الكيوي - الأرز - دقيق الشوفان - البطاطا - المعكرونة - الخضراوات الورقية الخضراء وذلك للحصول على الكربوهيدرات، أما للحصول على البروتين فليكن أن تتناول مسحوق البروتين - البيض - الزبادي - الأجبان - سمك السلمون - الدجاج - سمك التوتنة.

وجبات بعد التمرين مباشرة

هناك بعض الوجبات التي من الممكن أن تتناولها بعد التمرين وتمدك بالطاقة اللازمة وتجعلك تستفيد بشكل أكبر من التمرينات الرياضية ومنها، الخضار المشوي مع الدجاج المشوي - البطاطا الحلوة مع سمك السلمون - شطيرة من خبز الحبوب الكاملة والتوتنة - الحليب خالي الدسم والحبوب - التوت والجراونلا مع الزبادي اليوناني. كما يمكنك تناول زبدة اللوز مع خبز التوست من الحبوب الكاملة - الحليب مع عصير الفواكه والتمر - الموز مع مسحوق البروتين - البسكويت المالح مع سمك التوتنة - اللوز والموز مع دقيق الشوفان. وكل تلك الأطعمة بعد التمرين مباشرة تجعلك تحصل على الطاقة اللازمة من دون أن يزيد وزنك أو تتراكم الدهون في المناطق الصعب إقناص الدهون منها مثل البطن والأرداف والمؤخرة.

الأكل بعد التمرين هل له أضرار؟

يغفل كثيرون عن دور تناول الطعام بعد التمرين والفوائد التي تعود على الجسم، فممارسة الرياضة بانتظام يجب أن يتبعها برنامج غذائي صحي مناسب، ولا بد أن يحرص كل رياضي على الوجبات المناسبة والسعرات الحرارية الضرورية؛ حتى يستطيع استكمال التمرين الرياضي والمواظبة عليه. وتتميز بعض الأطعمة بأنها تساعد على تحسين أدائك أثناء ممارسة التمارين الرياضية، وفي التقرير التالي نرصد لك الأكل بعد التمرين هل له أضرار؟

أضرار الأكل بعد التمرين مباشرة

يحذر أخصائي التغذية والأطباء من تناول الطعام بعد التمارين الرياضية مباشرة، محذرين من أن ذلك يؤدي إلى نتائج كارثية، وقد يزيد من الوزن كثيراً. وأكدوا تراكم بعض الدهون في مناطق الجسم سيكون من الصعب التخلص منها وحرقتها، وينصح الأطباء أن ينتظر الشخص ما يقارب 120 دقيقة قبل تناول الطعام بعد الانتهاء من التمرين للحماية من زيادة الوزن.

كما أن تناول الطعام مباشرة بعد الانتهاء من التمارين الرياضية يؤدي إلى الشعور بالتخمة، حيث إن الشخص يستهلك كثيراً من الطاقة في ممارسة التمارين الرياضية، لذلك عند تناول الطعام مباشرة بعد التمارين يجعل الشخص يشعر بالتخمة والشعور بالنعاس والحاجة إلى الراحة؛ مما يؤدي لتراكم الدهون في الجسم وزيادة الوزن.

الأكل بعد التمرين للتخسيس

يمكن أن يكون الهدف من تناول الطعام بعد ممارسة التمارين الرياضية فقدان الوزن والتخسيس، وهناك أطعمة معينة تعمل على زيادة نسبة حرق الطاقة بعد التمرين، وعليك أن تتناول وجبة بعد التمرين تحتوي على 20 جراماً من البروتين ومن 40 إلى 80 جراماً من الكربوهيدرات، حيث تعمل الكربوهيدرات مثل الوقود للعضلات، وتعمل على تعويض التغذية التي فقدها جسم الإنسان خلال التمرين، في حين أن البروتين يعمل على إصلاح أنسجة العضلات التي



The 15 Most Important Gym Routines for Men

Every guy who's into fitness has some methodology, piece of equipment, or program they like over anything else. Some like to circuit train every day, some follow bodybuilding protocols, and still others participate in any number of fitness trends and fads. But some exercises have withstood the test of time, no matter what your approach. These moves have become staples in every serious lifter's plan. If you're serious about your gym routine at all, make sure you add these into your workouts.

1. Deadlift

Arguably the king of all exercises, the deadlift hits every major muscle group hard, and is perhaps the greatest test of strength there is. Because of all the muscles involved, it releases a huge amount of testosterone (a muscle-building hormone) into the bloodstream. For this reason, the deadlift is a great cornerstone for any fitness plan.

2. Back squat

Just like the deadlift, the barbell back squat hits just about every major muscle group there is in the body and is the king of leg-developing movements. Any athlete will tout the squat as the reason they run fast, jump high, and keep increasing in strength all over.

3. Bench Press

Every gym-goer in the world has been asked "Whaddya



bench?" at least once. This move is responsible for developing powerful, well-defined pecs, shoulders, and triceps, which lead to a more commanding presence, with or without a shirt on. Combine that with the muscle-building effects of the testosterone this move releases and all you have left to do is watch your "little black book" fill up.

4. Dumbbell romanian deadlift

This could be the most important exercise there is for lower-back health and developing an impressive set of glutes. Any seasoned lifter will tell you they're truly impressed by a good set of legs, and a butt usually comes with it. Also, this move helps to make the hamstrings more flexible, meaning less back pain after sitting all day.

To read the rest of the article go to : <https://www.mensjournal.com/>

«كوكب نيبيرو».. هل حقا اقتربت نهاية الأرض؟

شادي عبد الحافظ

من ملاحظة تلك الظاهرة الغريبة بمجرد وصول الكوكب إلى مدار كوكب زحل مثلا.

وذلك يعني أنه كان من المفترض أن يرى في تلسكوبات هواة الفلك في العالم أجمع وليس الوكالات الفضائية فقط، فأي شخص يمتلك تلسكوبا متوسطا يمكنه ببساطة أن يلاحظ وجوده، وهناك عشرات الآلاف من هواة الفلك الذين يمتلكون تلسكوبات حول العالم كله، ومنهم كاتب هذا التقرير. ومن جهة أخرى، فإن مرور كوكب كبير نسبيا بين الكواكب الأخرى كان سيؤثر بوضوح شديد في مداراتها، بحيث كان من الممكن للفلكيين وبعض هواة الفلك ملاحظة ذلك من مسافات بعيدة جدا، وبالتالي فإن «نيبيرو» ليس حتى ضمن الكواكب الثمانية للمجموعة الشمسية.

كما أن تلك الادعاءات بأن «نيبيرو» يتخذ مدارا حول الشمس مرة كل 3600 سنة لا يمكن أن تكون صحيحة، حيث إن وجود كوكب يخترق مدارات الكواكب الأخرى بهذا الشكل كان سيدفع المنظومة الكوكبية حول الشمس للانزياح منذ مليارات السنين، وبالتالي فإن هذا الكوكب غير موجود من الأساس.

ويحاول البعض أن يربط بين أسطورة «نيبيرو» وما نعرفه الآن باسم «الكوكب 9»، لكن الأخير هو جسم افتراضي يتوقع بعض العلماء وجوده في الإطار الخارجي للمجموعة الشمسية بسبب بعض الشذوذ في مدارات الأجرام ما بعد النبتونية. لكن بفرص وجود «الكوكب 9» فإنه حينما يكون قريبا من الشمس

خلال الشهور القليلة الماضية انتشرت على الإنترنت أخبار كثيرة مرعبة عن كوكب يدعى «نيبيرو» يقترب من الأرض وسوف يصطدم بها قريبا، مما يعني نهاية الحياة على سطحها تماما، فهل يمكن أن يكون ذلك حقيقيا؟

في الواقع، تلك الأخبار ليست جديدة، بل تتكرر كل عام في ديسمبر/كانون الأول، وكانت في أوجها عام 2012، حيث فسّر البعض مجموعة من نصوص حضارة المايا القديمة بأنها تشير إلى نهاية العالم في هذا العام بسبب اقتراب أحد الكواكب من الأرض، وهو ما سيتسبب في براكين وزلازل وأعاصير شديدة تنهي حياة البشر.

أحد مؤسسي تلك الفكرة يدعى زكريا سيتيشن، وهو كاتب أمريكي من أصول روسية كان يرى أن الكائنات الفضائية هي من وضعت البشر على سطح الأرض، وقال إن كوكبا يقترب من الأرض وقد يصطدم بها قريبا.

وفي الواقع، فإن كل تلك الأخبار المنتشرة على وسائل التواصل الاجتماعي عبارة عن خرافات لا يوجد دليل واحد على صحتها. وبحسب وكالة الفضاء والطيران الأمريكية (ناسا)، فإن هناك عدة أسباب واضحة تجعلنا نجعلنا متأكدين تماما من ذلك.

لماذا هي مجرد خرافة؟ وعلى سبيل المثال، إن اقتراب كوكب آخر من الأرض يعني أنه سيكون واضحا في السماء لفترة طويلة من الزمن، عدة شهور إلى سنوات، حيث من المفترض أن يتمكن أي شخص يمتلك تلسكوبا

علماء الفلك: بعض جسيمات الضوء تستطيع الإفلات من «برائن» ثقب سوداء

تمكن علماء الفيزياء الفلكية الأمريكيون لأول مرة من متابعة مصير جسيمات الضوء التي ظهرت بالقرب المباشر من ثقب أسود واستطاعت الهرب من السقوط فيه.

وقال عالم الفلك في جامعة كاليفورنيا، رايلي كونورس، الذي نشر مقالا في مجلة The Astrophysical Journal «إننا تابعنا اقتراب جسيمات الضوء من الثقب الأسود، ثم رصدنا محاولتها للهروب من قوة جاذبيته. وكان المنظرون قد تنبأوا بذلك، إلا أن أحدا لم يرصد حتى الآن».

يذكر أن قوة الجاذبية للثقوب السوداء العادية والعملاقة هائلة إلى درجة تمنع أي جرم فضائي من التغلب عليها دون أن يتجاوز سرعة الضوء. ويعني ذلك أن أي جرم فضائي أو أي نوع من الإشعاعات لا يستطيع اجتياز أفق الأحداث بصفته حاجزا يرسم حدودا لتأثير قوة جاذبية الثقب الأسود. مع ذلك فإن عالمي الفيزياء الفلكية السوفيتيين، رشيد سيونايف ونيقولاي شاكورا، أثبتا أن بعض جسيمات الضوء التي تقترب من نقطة لا رجعة عنها تستطيع التهرب من أسر الثقب الأسود. ومن أجل أن يتحقق ذلك يجب عليها أن تسير في اتجاه معين بالنسبة إلى خط الأفق. وفي هذه الحال تقوم قوة جاذبية الثقب الأسود بتسريعها وتساعدتها في الهروب إلى خارج حدوده.

وشهد، كونورس، وزملاؤه لأول مرة هروبا كهذا، وذلك بعد أن قاموا بتحليل الأرصاء التي حققها تلسكوب RXTE الفضائي في منطقة النجم المزدوج J1550-564 XTE الواقع في كوكبة «المثلث»، الذي يبعد عن الأرض مسافة 14.4 ألف سنة ضوئية.

يصبح على مسافة من هنا

تساوي حوالي 4-5

مرات المسافة بين الشمس وكوكب نبتون نفسه، مما يعني أنه أبعد

ما يكون عن الأرض ولا يمكن أن يتدخل في مدارات الكواكب.

وفي أوقات الهلع المجتمعي كذلك التي نعيش فيها الآن بسبب

كورونا المستجد تنتشر الخرافات بين الناس بشكل كثيف، لأن

الخوف يسمح لعقولنا بتقبل الأفكار قبل معالجتها بأي طريقة

منطقية أو عقلانية، والترويج لتلك الأخبار الكاذبة دون تأكد

يرفع درجة الرعب لدى الناس ولا أحد في حاجة لذلك الآن،

يكفيهم ما هم فيه.

ناسا تبدأ قريبا مهمة فضائية جديدة لإنقاذ الأرض

أعلن فريق بحثي من جامعة ميتشغن الأمريكية عن اتفاق جديد مع وكالة الفضاء والطيران الأمريكية (ناسا) يتضمن إطلاق تلسكوب راديوي، هو الأول من نوعه، يختص بدراسة الانفجارات الشمسية التي يمكن أن تؤثر سلبا على الأرض ورواد الفضاء.

ويأتي هذا المشروع في إطار سياسة جديدة تتبعها وكالة ناسا لتطوير البحث العلمي الخاص بها مع العمل على خفض النفقات، حيث تتكلف المهمة الجديدة حوالي 62 مليون دولار فقط، وهو رقم صغير مقارنة بمهام ناسا الأخرى والتي تتخطى المليارات في بعض الأحيان. موعد الانطلاق

سميت المهمة الجديدة، المزمع إطلاقها في تموز 2023، بـ«صن رايز»، وهي عبارة عن 6 من الأقمار الصناعية المكعبة الصغيرة (Cubesat)، الواحد منها بحجم خلات منزلي، تتوزع على ارتفاع حوالي 35 ألف متر من سطح الأرض، يفصل بين كل منها عشرة كيلومترات تقريبا، وتشكل معا تلسكوبا راديويًا.

والأقمار الصناعية المكعبة «كيوسات» هي تقنية حديثة نسبيا تتكون من وحدات مكعبة الشكل بطول ضلع حوالي 10 سنتيمترات فقط للقطعة الواحدة، مع وزن حوالي كيلوغرام إلى 1.5 كيلوغرام.

لاقت تلك التقنية نجاحا واسعا في الفترة الأخيرة، وكانت مجموعة من المبادرات غير الربحية، مثل «بلانيتاري سوسايتي» الأمريكية، قد نجحت في استخدامها لأغراض بحثية، وهو ما شجع ناسا على المضي قدما في خططها الخاصة بهذا النوع من الأقمار الصناعية.



After months in space, astronauts returning to changed world

Two NASA astronauts said they expect it will be tough returning to such a drastically changed world next week, after more than half a year at the International Space Station.

Andrew Morgan said the crew has tried to keep atop the pandemic news. But it's hard to comprehend what's really going on and what to expect, he noted, when his nine-month mission ends next Friday.

"It is quite surreal for us to see this whole situation unfolding on the planet below," said Jessica Meir, who took part in the first all-female spacewalk last fall. "We can tell you that the Earth still looks just as stunning as always from up here, so it's difficult to believe all the changes that have taken place since both of us have been up here."

As an emergency physician in the Army, Morgan said he feels a little guilty coming back midway through the medical crisis.

"It's very hard to fathom," Morgan told reporters.

Meir said it will be difficult not being able to hug family and friends, after seven months off the planet. She anticipates feeling even more isolated on Earth than in space.

"We're so busy with so many other amazing pursuits and we have this incredible vantage point of the Earth below, that we don't really feel as much of that isolation," Meir said.

"So we'll see how it goes and how I adjust," she said. "But it will, of course, be wonderful to see some family and friends, at least virtually and from a distance for now."

Morgan flew to the space station last July, and Meir last September. They will return in a Soyuz capsule with Russian Oleg Skripochka, landing in Kazakhstan.

Their departure will leave three astronauts, who arrived Thursday, on board.

The three will return exactly 50 years after the Apollo 13 astronauts splashed down in the Pacific. An oxygen tank explosion aborted the moon-landing mission.

"Once again, now there's a crisis and the crisis is on Earth," Morgan said.



بشهر للدجاج الحلال

BISHER HALAL LIVE CHICKEN MARKET



دجاج حي مذبوح حلال - بقر - خرفان - عجل - سمك



**LIVE CHICKEN
SLAUGHTERED TO ISLAMIC RITES**



Beef - Lamb - Veal - Goat - Poultry & Fish

3440 WYOMING DEARBORN, MI 48120

FOR FASTER SERVICE. CALL AHEAD

اتصل مسبقاً لحجز طلبيات الدجاج

313-843-4041



Open
7
Days

8-7

انخفاض مستوى تلوث الهواء في المدن الأوروبية بسبب قيود كورونا

أكدت بيانات وكالة الفضاء الأوروبية انخفاض مستوى تلوث الهواء في المدن الأوروبية، إثر اتخاذ الحكومات إجراءات لتقييد أنشطة الحياة بهدف منع انتشار فيروس كورونا.

وتبين الصور التي تم التقاطها من القمر الصناعي الأوروبي «Copernicus Sentinel-5P» انخفاض مستوى تلوث الهواء بثاني أكسيد النيتروجين فوق فرنسا وإسبانيا وإيطاليا بنسبة 40% خلال الفترة بين 14 و25 مارس الجاري، بالمقارنة مع المستوى الشهري المتوسط المسجل في 2019.

واعتبر مدير برامج رصد الأرض بوكالة الفضاء الأوروبية جوزيف أشباخر، أن ذلك خير دليل على تأثير الأنشطة البشرية على تلوث البيئة، الذي تتسبب به وسائل النقل والصناعة.

جدير بالذكر أن مستويات التلوث في المدن الأوروبية تزيد على المستويات القصوى، مما يضر بصحة السكان، حسب تقرير لوكالة البيئة الأوروبية صدر في العام الماضي.

وغاز ثاني أكسيد النيتروجين، الذي ينبعث من السيارات ومحطات الطاقة والمصانع، يتسبب بأمراض القلب والجهاز التنفسي للبشر.



دراسة: الأثرية السبب الرئيس في تغير المناخ

سكان الصين مؤهلون. وما يزال أفقر 20% من السكان في المملكة المتحدة، يستهلكون طاقة أكثر من ثلاثة أرباع سكان الهند. ويحذر الفريق من أنه بحلول عام 2050، يمكن أن يرتفع استهلاك الطاقة في النقل وحده بنسبة 31% إضافية، وهو أمر قد يكون له عواقب «كارثية» على المناخ.

وقال كيفين أندرسون، وهو باحث في مجال الطاقة والمناخ في مركز Tyndall في المملكة المتحدة، سيكون من الصعب على الكثيرين استيعاب نتائج الدراسة، «إن قضية المناخ مؤطرة من قبلنا - السياسيون ورجال الأعمال والصحفيون والأكاديميون. لقد أقنعنا أنفسنا بأن حياتنا طبيعية، ولكن الأرقام تحكي قصة مختلفة تماما».

بينما يميل الأغنياء إلى السفر بمفردهم ويفضلون في الغالب القيادة حتى لمسافات قصيرة.

وهناك فرق كبير آخر يأتي من استخدام الطاقة المنزلية، والذي يشمل الطهي والتدفئة وتكييف الهواء.

ويستهلك أغنى 10% من سكان العالم زهاء ثلث جميع الطاقة المستخدمة في المنازل، وهو ما يعزوه الفريق إلى وجود خصائص أكبر أقل كفاءة في استخدام الطاقة في التدفئة أو التبريد أو ملء الأجهزة الإلكترونية المتعطشة للطاقة.

كما أظهرت الدراسة أن الثروة المالية موزعة بشكل غير متساو، مثل استهلاك الطاقة.

وفي حين أن 20% من المواطنين البريطانيين، و 40% من المواطنين الألمان، مؤهلون من بين أعلى 5% من مستخدمي الطاقة في العالم، فإن 2% فقط من

وجدت دراسة جديدة أجراها باحثون في جامعة «ليدن» (Leeds) أن الأثرية هم السبب الرئيس في تغير المناخ.

وحسب فريق البحث مقدار الطاقة، التي استخدمتها مجموعات الدخل المختلفة، بناء على بيانات الإنفاق من 86 دولة، والتي جمعها الاتحاد الأوروبي والبنك الدولي.

ومن غير المستغرب أن يستخدم الأثرية طاقة أكبر بكثير من الفقراء، وهو فرق يطبق على كل من المستوى الفردي والوطني.

وكشف تقرير يلخص الدراسة في BBC، أن الاختلاف الأكبر يكمن في النقل ويستهلك أغنى 10% من سكان العالم، وقودا أحفوريا 187 مرة أكثر من أفقر

10% من السكان، لأغراض النقل، حيث يعتمد الفقراء بشكل أكبر على وسائل النقل العام والمشى،

غاية عمرها 90 مليون عام بالقارة القطبية الجنوبية

وجدت مجموعة من الباحثين أدلة تشير إلى أن القارة القطبية الجنوبية كانت قبل 90 مليون سنة تضم موطنًا لغابة مطيرة ومستنقعات مليئة بالحياة الحيوانية والنباتية المتنوعة، وفقا لبحث جديد نُشر الأربعاء في دورية «نايتشر».

وذكر تقرير شبكة «سي بي إس نيوز» الأمريكية أن الفريق اكتشف شبكة من الجذور المحفوظة، بصورة أثارت دهشتهم في قلب الرواسب التي تم جمعها بالقرب من نهر جزيرة باين الجليدي.

وقال البروفيسور أولريش سالزمان الأستاذ في جامعة نورثمبريا البريطانية: «من الرائع

لغاية رؤية اللقاح الأحفوري المتنوع المحفوظ جيدا وبقيًا نباتات أخرى في رواسب تكونت قبل نحو 90 مليون سنة بالقرب من القطب الجنوبي».

وأوضح سالزمان أن العينات التي تم جمعها تشير إلى أن ساحل غرب أنتاركتيكا كان يحتوي في السابق على غابة مطيرة كثيفة ومستنقعات مع العديد من أشجار الصنوبر، وشبهه

على الغابة القديمة، التي كانت موجودة خلال أكثر الفترات حرارة قبل 140 مليون سنة الماضية، بتلك الموجودة في نيوزيلندا اليوم.

وأشار البحث إلى أن الديناصورات عندما سيطرت على الكوكب، خلال العصر الطباشيري، كانت درجات الحرارة العالمية أعلى بكثير مما هي عليه اليوم، وكذلك مستويات البحر.

ويعد دراسة التربة وجد الباحثون أدلة على هطول أمطار غزيرة، مشيرين إلى أن متوسط درجة حرارة الهواء السنوي وصلت لنحو 54 درجة فهرنهايت، ومتوسط درجة حرارة الصيف وصلت إلى 66 درجة فهرنهايت، في حين وصلت درجات حرارة الأنهار والمستنقعات إلى 68 درجة فهرنهايت.



Great Barrier Reef Suffers Worst Mass Bleaching Event in Recent Years

The Great Barrier Reef, the world's largest coral reef system located in northeast Australia, has suffered its worst mass coral bleaching in recent years, a group of scientists said on .

This is the third mass bleaching of the reef, which is around 344,000 square kilometers in size, after two other similar devastating events in 2016 and 2017, reports Efe news.

«For the first time, severe bleaching has struck all three regions of the Great Barrier Reef—the northern, central and now large parts of the southern sectors,” Terry Hughes, director of the ARC Centre of Excellence for Coral Reef Studies at James Cook University, said in a statement.

The main cause of coral bleaching is rising water temperatures, and in the worst of cases, can lead to the death of the corals and life around it.

Hughes and his team surveyed 1,036 reefs in the last fortnight of March to measure the extent and severity of coral bleaching in this area, declared a UNESCO World Heritage Site and considered one of the seven wonders of the world.

Morgan Pratchett, who led underwater surveys of the Great Barrier Reef, explained that when bleaching is severe, it is fatal for the corals—just as the event that occurred in 2016, when half of the shallow water corals died in the northern region of the reef.

«The north was the worst affected region in 2016, followed by the central region in 2017. In 2020, the cumulative footprint of bleaching has expanded further to include the south,” Pratchett added.

Only a few reefs have escaped severe bleaching so far—those located offshore, in the extreme north, and the remote parts of the south, according to the scientists.

The distinctive geographic footprint of each bleaching event in these regions reflects the greater or lesser degree of the warming of the waters in the areas affected by these events.

«As summers grow hotter and hotter, we no longer need an El Nino event to trigger mass bleaching at the scale of the Great Barrier Reef,” Hughes warned.

The expert said that of the five bleaching events that occurred in the Great Barrier Reef, only those in 1998 and 2016 were caused by this weather phenomenon, and warned that bleaching is occurring at more frequent intervals.



بكتيريا صديقة للبيئة.. «تمضغ» أصعب المواد البلاستيكية

البلاستيك من أكثر المشكلات التي تهدد البيئة يوما بعد يوم؛ وذلك لصعوبة إعادة تدويره، غير أن فريقا من العلماء حدد الآن ميكروبا يمكنه المساعدة في تحطيم أحد أصعب المواد البلاستيكية الموجودة.

هذا الميكروب أحد أنواع بكتيريا (الزائفة الزنجارية) ويسمى (Pseudomonas sp. TDA1)، وهو قادر على مضغ بعض الروابط الكيميائية التي تحمل البلاستيك القائم على البولي يوريثين، وهو النوع المستخدم في كل شيء من التلاجات إلى الأحذية.

ولا يذوب البولي يوريثين عند تسخينه ما يجعل من الصعب تدميره، لكن يبدو أن هذه البكتيريا قادرة على استقلاب بعض المكونات الكيميائية التي يتكون منها هذا النوع من البلاستيك.

يقول عالم الأحياء الدقيقة هيرمان هيبير، من مركز هيلمهولتز للبحوث البيئية بألمانيا: «يمكن للبكتيريا استخدام هذه المركبات كمصدر وحيد للكربون والنيتروجين والطاقة، وتمثل هذه النتيجة خطوة مهمة في القدرة على إعادة استخدام منتجات البولي يوريثين التي يصعب إعادة تدويرها».

واكتشفت هذه البكتيريا في التربة تحت موقع نفايات يحتوي على هرة من البلاستيك الهش، وبعد اكتشافهم السلالة أجزى العلماء تحليلا جينيا وتجارب أخرى لتحديد قدرات البكتيريا ووفقا للفريق فإن هذه السلالة تنتمي لمجموعة من البكتيريا المعروفة بقدرتها على التعامل مع المركبات العضوية السامة، وهي أيضا جزء من عائلة الكائنات الحية الدقيقة المتطرفة التي يمكن أن تعيش في أصعب البيئات، بما في ذلك البيئة السامة للبلاستيك.

يمثل هذا الاكتشاف الذي تطرقت له دراسة بحثية بدورية «فرونترز إن ميكروبيولوجي»، بداية واعدة لمشكلة إعادة تدوير البلاستيك من خلال حل قائم على البكتيريا.



PURE HANDS
Yemen Relief

**AS YEMEN GOES
THROUGH
ITS WORSE
—
CAN WE
BRING HOPE
TO ITS
PEOPLE?**



DONATE NOW

www.purehands.org

info@purehands.org



1-800-425-1647



@PUREHANDS2

Middle Eastern Cuisine . a Healthier Choice




Malek
AL KABOB


Royal
Kabob 

Tel: 313-203-2067

Fax: 313-203-2069

22371 Goddard Rd. Taylor MI 48180

www.malekcuisine.com

Tel: 313-872-9454

Fax: 313-285-2065

3236 Caniff St. Hamtramck, MI 48212

www.hroyalkabob.com

TOP GEARZ

AUTO SALES

SERVING THE
COMMUNITY
FOR OVER 18
YEAR

18
عاماً في خدمة
الجالية



معرض هاني عميسان

لبيع أحدث السيارات الأمريكية واليابانية والأوربية والكورية

BUY - SELL - TRADE

ملكية
نظيفة وأسعار
مدهشة
clean titles -
great prices

■ أسالوا عن التقسيط لمدة ثلاثة
أشهر بدون ربا
■ نبيع جميع أنواع السيارات
ونشحنها إلى أي مكان تريد

● نبيع بأفضل الأسعار
● نبيع كل السيارات مع ضمان
سنة كاملة للأجن والترازميشن

نعطيك
أفضل قيمة
لسيارتك عند الشراء
1 year warranty
engine &
transmission



FOR MORE DETAILS VISIT WWW.TOPGEARZ.COM

3540 E.DAVISON* DETROIT, MI 48212

313-368-7000

haniomasan@gmail.com

hamza.omasan@gmail.com