

Black Comedy 'Bye Bye Morons' Dominates France's Cesar Awards

تجاوزت 130 تريليون دولار ثروات الأميركيين عند مستوى قياسي

العلماء يكتشفون لأول مرة أسرار ناب الحوت وحيد القرن

Google claims it has blocked over 99 million COVID-19

9 أشكال للموضة الرجالية عليك تجنبها في 2021

2022 Kia EV6 Will Be First of 11 Promised Electric Cars

تريدين زواج ناجح؟ اعتمدي هذه العادات الإيجابية

Stark link between obesity and Covid deaths revealed

هذه التمارين تساعدك في بناء العضلات وخسارة الوزن



بايدن يبعث برسالة أمل للأمريكيين في «معركة لم تنته» ضد فيروس كورونا

Ilhan Omar Proposes Bill to Cancel Rent, Mortgage Payments During Pandemic

مقترح أمريكي لوقف إطلاق النار في اليمن والحوثيون يعتبرون أنه يمثل الرؤية السعودية

Turkey, Egypt resume first contacts since 2013

ارتفاع معدل وفيات كورونا بين عرب أمريكا

Middle East sees biggest import of arms in last 5 years

يمني أمريكي يتحكم بحركة الملاحة في ثاني أكبر مطارات

كيفية استقبال رمضان في 7 خطوات

البابا في زيارة سلام إلى أرض السلام

The Pope Is On A Peace Visit To The Land Of Peace



أسواق المصطفى

FREE DELIVERY ORDERS OVER 75\$
تسوق عن طريق موقعنا .. التوصيل مجاناً إلى المنزل
www.supergreenlandmarket.com



سمانة عربية وعالمية في خدمتكم منذ 1993



أطيب وألذ الأكلة



أفخر الحلويات العربية



لحوم حلال



خضار وفواكه طازجة

WILD WEDNESDAY



shop our super produce daptment for great savings an fresh **fruits & vegetables!**
in appreciation of our customers we have deducted every **wednesday**
of every week as a ady of savings an fruits & vegetables!



SUPER GREENLAND
12715 W. WARREN,
DEARBORN, MI 48126
313.584.5445



15237 W. WARREN,
DEARBORN, MI 48126

15853 FORD RD,
DEARBORN HEIGHTS, MI 48127

23340 FORD RD,
DEARBORN HEIGHTS, MI 48127



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 - 4 PM



SHEBA PHARMACY Rx
4132 Schaefer Rd.
Dearborn MI 48126
Phone : 313-406-4006
Fax : 313-551-4799
HOURS
MON - FRI . 9AM - 6PM
SAT . Closed



PACKARD PHARMACY Rx
4726 Greenfield Rd. Ste. 101
Dearborn MI 48126
Phone : 313-633-9310
Fax : 313-633-9706
HOURS
MON - FRI . 9AM - 6PM
SAT . 10AM - 2 PM

المحتويات 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
عبدالناصر مجلي

Publisher & Editor -in-Chief
ABDULNASSER MUGALI

يتم إرسال جميع المشاركات والرسائل بإسم
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



6



12



10



14



16



46



57



ثقافة cultur



28

نقد Criticism



24

ثقافة cultur



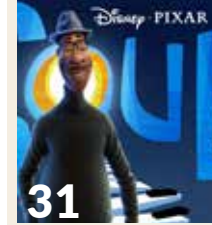
30

تشكيل ART



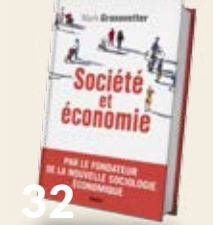
29

نصوص Provision



31

سينما CINEMA



32

كتب books

عرب أمريكا Arab America 10

العرب اليوم Arabs Today 14

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



40

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



الرئيس بايدن يبعث برسالة أمل للأمريكيين في «معرفة لم تنته» ضد فيروس كورونا

يجتمعوا «ضمن مجموعات صغيرة» للاحتفال بالعيد الوطني في 4 تموز/يوليو.

وإن حث بايدن مواطنيه على تلقي اللقاحات المضادة للفيروس والاستمرار في اتباع قواعد التباعد الاجتماعي ووضع الكمامات الواقية، أكد أنه في نهاية المطاف «سيسجل التاريخ أننا واجهنا وتغلبننا على واحدة من أصعب الفترات وأحلكها في تاريخ هذه الأمة».

الولايات إلى الرفع التدريجي للقيود العمرية على التلقيح لكي يصبح كل أمريكي مخولا الحصول على التطعيم بحلول الأول من أيار/مايو، مشددا «هذا أكبر بكثير مما كان متوقعا (...) لكن هذه المعركة أبعد من أن تكون قد انتهت، هذا ليس الوقت المناسب للتراجع».

وأعلن الرئيس الأمريكي عن سلسلة خطوات لتسريع عمليات التلقيح في البلاد، واعداد مواطنيه بأنهم في حال عملوا بخطة القائمة على تلقي اللقاح والالتزام بالقواعد الصحية، فإن هذا الأمر سيوفر «فرصة جيدة» بأن

تغيب النبرة التحذيرية في خطابه الذي ألقاه من البيت الأبيض.

وأشاد بايدن بالتقدم الهائل الذي حققته الولايات المتحدة في حملة التطعيم الوطنية ضد كوفيد-19 التي قد تسمح ببدء عودة الوضع إلى طبيعته بحلول العيد الوطني في 4 تموز/يوليو، في وقت علق عدد من الدول التلقيح بعقار أسترازينيكا.

وأمر بايدن في الخطاب الذي ألقاه من البيت الأبيض كل

بنبرة تفاؤلية، أشاد الرئيس الأمريكي جو بايدن بحملة التلقيح ضد فيروس كورونا في بلاده. لكنه شدد في خطاب ألقاه من البيت الأبيض، أن «المعركة أبعد من أن تكون قد انتهت»، معلنا في الوقت نفسه عن سلسلة خطوات لتسريع عمليات التلقيح في جميع الولايات. واعتبر أن التزام الجميع بخطة سيوفر «فرصة جيدة» للاحتفال بالعيد الوطني في 4 تموز/يوليو «في مجموعات صغيرة».

تحدث الرئيس الأمريكي جو بايدن بنبرة تفاؤلية لمواطنيه حول حملة التطعيم ضد فيروس كورونا في البلاد، دون أن

بعد تطورات نطنز.. واشنطن لطهران:

«رويترز» أنها «تأكدت في السابع من مارس 2021 أن إيران بدأت ضخ سادس فلوريد اليورانيوم الطبيعي في السلسلة الثالثة التي تضم 174 من أجهزة الطرد المركزي أي آر-2 إم».

إلا أنها لفتت إلى أن السلطات الإيرانية ركبت المجموعة الرابعة من الجيل الجديد من أجهزة الطرد (والتي تحوي 174 جهازاً) تحت الأرض، لكنها لم تباشر تخصيب اليورانيوم بعد حيث لم تعذ الأجهزة بالمادة.

رأينا تعليقات علنية متناقضة من قبل الإيرانيين، ومنتظر اقتراحا بناء».

انتهاك أحر في نطنز.. تحت الأرض

يأتي هذا بعد أن أعلنت الوكالة الدولية للطاقة الذرية في تقرير لها أمس، أن إيران بدأت بتخصيب اليورانيوم في أجهزة طرد مركزي متطورة من طراز IR - 2M في منشأة نطنز تحت الأرض.

كما أوضحت في تقرير حصلت عليه وكالة

منشأة نطنز، أن لصبر الإدارة الأمريكية حدودا، مكررا التحذيرات السابقة. مقترح بناء

إلى ذلك، أشارت الخارجية إلى أنها تنتظر مقترحا بناء من قبل إيران حول برنامجها النووي ردا على إعلان إدارة الرئيس جو بايدن استعدادها للمفاوضات.

وقال برايس: «تقدما بمقترح للعمل بشكل منصف في إطار مفاوضات بصيغة 5+1، لكننا

تواصل طهران اختبار أقصى الحدود التي يمكن أن تصل إليها وتحسين الشروط قبيل موعد الحسم والتفاوض والمساومة إن حصل.

لعل تخصيب اليورانيوم بأجهزة طرد مركزية جديدة في منشأة نطنز النووية، بحسب ما أفادت الوكالة الدولية للطاقة الذرية، يأتي في هذا السياق أيضا. إلا أن الإدارة الأمريكية شددت تعليقا على تقرير الوكالة أن للصبر حدودا.

وأكد المتحدث باسم وزارة الخارجية الأمريكية، نيد برايس، خلال مؤتمر صحافي تعليقا على تطورات



1 من كل 5 أميركيين فقد شخصا في الجائحة

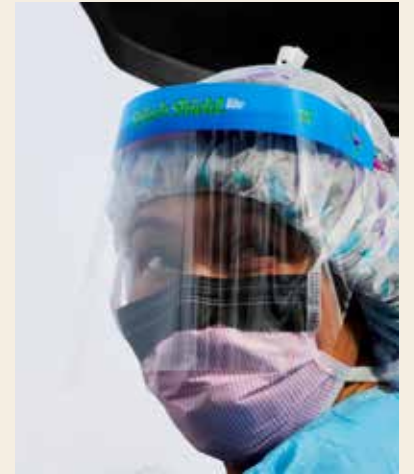
يقول أميركي من بين كل خمسة أميركيين إنه فقد قريبا أو صديقا مقربا بسبب فيروس كورونا.

جاء هذا في استطلاع رأي جديد أجراه مركز أسوشيتد برس- نورك لأبحاث الشؤون العامة بعد عام على بدء الجائحة.

يتراجع قلق الناس من الفيروس بالرغم من أن البعض يمر بحالة حداد ويعبر عن الإحباط من استمرار المعاناة للبقاء في أمان.

المجتمعات الملونة كانت الأكثر تضررا من الجائحة. فقد كشف الاستطلاع أن حوالي 30 بالمائة من الأميركيين من أصل إفريقي وإسباني يعرفون قريبا أو صديقا مقربا توفي بسبب كوفيد-19، مقارنة بنحو 15% بين الأميركيين البيض.

وبالرغم من أن اللقاحات تقدم أملا حقيقيا في إنهاء المحنة، فإن 1 من كل 3 أميركيين لا ينفون الحصول عليها. وكان الأكثر ترددا هم البالغون الشباب والأشخاص الذين لا يحملون شهادات جامعية والجمهوريون.



تسوية بقيمة 27 مليون دولار لعائلة جورج فلويد كتعويض على مقتله

في قضية قتل رجل أسود عن طريق الخطأ برسالة قوية مفادها أن حياة السود مهمة فعلا وعلى قسوة الشرطة ضد ذوي البشرة الملونة أن تنتهي». ويذكر أن التسوية جاءت نتيجة دعوى قضائية فدرالية رفعتها عائلة فلويد في تموز/يوليو ضد مدينة مينيابوليس. واعتبر رودني شقيق فلويد أن التسوية «خطوة ضرورية لنتمكن جميعنا من بدء طي الصفحة». وقال «ستكون روح تفالو جورج الدائمة حيال إمكانية تحسن الأمور إرثه بالنسبة لأولئك الذين أحبه، ونأمل بأن يقوم هذا الاتفاق بذلك».

الخطأ في تاريخ الولايات المتحدة». وتجري حاليا محاكمة الشرطي في مينيابوليس ديريك شوفين بتهمة القتل والقتل غير العمد على خلفية مقتل فلويد في 25 أيار/مايو العام الماضي، في واقعة تم تصويرها بالفيديو من قبل مارة وشهدت حول العالم. كما يواجه ثلاثة عناصر شرطة آخرين اتهامات تتعلق بالحادثة. «رسالة قوية» وقال بن كرامب، أحد محامي عائلة فلويد، إن لحظة «مقتل جورج فلويد المرعبة التي شاهدها الملايين حول العالم، أطلقت العنان لرغبة عميقة ومطالبة لا يمكن إنكارها بالعدالة والتغيير». وتابع «تبعث أكبر نسوية على الإطلاق تسبق محاكمة

وافقت مدينة مينيابوليس الأمريكية على تسوية مع عائلة الأميركي من أصل أفريقي جورج فلويد تقضي بحصول العائلة على مبلغ 27 مليون دولار كتعويض عن وفاته في قبضة الشرطة في أيار/مايو 2020، وفق تأكيد محامي العائلة وأشعلت قضية فلويد احتجاجات عارمة في أنحاء الولايات المتحدة ضد التمييز العنصري وعنف الشرطة. توصلت عائلة جورج فلويد، الأميركي من أصل أفريقي الذي توفي أثناء توقيفه على أيدي شرطي أبيض في مينيابوليس، إلى تسوية مع المدينة الواقعة في ولاية مينيسوتا تمنحها 27 مليون دولار، وفق ما أعلن محاموها. وأفاد المحامون في بيان أنه تم التوصل إلى «أكبر تسوية تسبق محاكمة في قضية حقوق مدنية تتعلق بالقتل

للمصير حدود

إلى ذلك، أكدت الوكالة أن إيران تعمل الآن على تركيب المجموعة الخامسة من أجهزة الطرد IR-2M في نطنز، بينما تركيب السلسلة السادسة لم يبدأ بعد.

ويشكل هذا الأمر انتهاكاً آخر للاتفاق النووي الذي أبرمته إيران مع القوى الكبرى عام 2015، في وقت تتصافر المساعي الأوروبية من أجل إعادة إحياء هذا الاتفاق مع إشراك الولايات المتحدة مجدداً فيه.



زعيم الأغلبية الديمقراطية شومر يطالب حاكم نيويورك بالاستقالة

واجه حاكم نيويورك أندرو كومو سلسلة مذهلة من الانشقاقات والدعوات لاستقالته، وسط مزاعم بالتحرش الجنسي، والتي تركت الديمقراطي البارز حاكم ولاية نيويورك يقاتل من أجل بقائه السياسي غاضبًا ووحيدًا.

وفقد الحاكم دعم ما يقرب من 29 عضوًا من أعضاء الكونغرس في نيويورك، وأغلبية الديمقراطيين في المجلس التشريعي للولاية، لكن الضربة الأبرز كانت من زعيم الأغلبية في مجلس الشيوخ تشاك شومر والسيناتور كيرستن جيلبيراند اللذين طالبا كومو بالتناحي.

وكتب أعضاء مجلس الشيوخ الديمقراطيون في بيان مشترك: «نظرًا لادعاءات التحرش الجنسي المتعددة وذات المصادقية وسوء السلوك، من الواضح أن الحاكم كومو فقد ثقة شركائه في الحكم وشعب نيويورك يجب أن يستقيل الحاكم كومو. وأدت الأزمة السياسية المتصاعدة إلى إثارة قضايا تتعلق بعزل الحاكم في ولاية ذات أغلبية ديمقراطية ساحقة وتهدد بإحداث معضلة في الأيام الأولى للرئيس جو بايدن في منصبه. وانتهز الجمهوريون الفضيحة في محاولة لصف الانتخاب عن نجاح بايدن في معالجة جائحة فيروس كورونا وتحدي الميزة الراسخة لحزبه مع الانتخابات.

ويعتبر بايدن حليف كومو منذ فترة طويلة وصديقًا لوالده، لكنه تجنّب تناول الجدال بشكل مباشر على الرغم من أنه أصبح صعبًا بشكل متزايد. ورفضت السكرتيرة الصحافية للبيت الأبيض جين ساكي، القول ما إذا كان بايدن يعتقد أن كومو يجب أن يستقيل. وقالت إن كل امرأة اشتكت «تستحق أن يُسمع صوتها، ويجب معاملتها باحترام ويجب أن تكون قادرة على سرد قصتها». وأصر كومو المتحدي في وقت سابق على أنه لن يتناحي، وأدان منتقديه الديمقراطيين ووصفهم بأنهم «منهزون وخطيرون». من جهتها قالت النائبة التقدمية أوكاسيو كورتيز، في بيان مشترك مع النائب الأميركي جمال بومان، إنها بعد الاتهامات الجديدة ضد الحاكم، كانت قلقة بشأن سلامة ورفاهية موظفي الحاكم.



الكونغرس يسعى لاستعادة «سلطة إعلان الحرب» من الرئيس

تنظيم القاعدة في أعقاب هجمات 11 سبتمبر أيلول 2001. وقالت النائبة باربرا لي في المؤتمر الصحفي إن «تفويض استخدام القوة العسكرية» استخدم أكثر من 40 مرة لتبرير هجمات في 19 بلدًا. وأضافت قائلة «حان الوقت لكي ننهي هذه الحروب التي لا تنتهي». وقال آدم شيف رئيس لجنة المخابرات بمجلس النواب إنه ينبغي لأي تفويض جديد أن يحمل موعدًا محددًا وأن ينطبق على دول محددة وينبغي التشاور بشأنه مع الكونغرس. وكان البيت الأبيض قد قال إن الرئيس جو بايدن يرى أنه ينبغي مراجعة تشريع «تفويض استخدام القوة العسكرية».

الأبيض. وفي أعقاب ضربات جوية في سوريا أمر بها الرئيس جو بايدن، طرحت مجموعة من الحزبين في الثالث من مارس تشريعًا لإلغاء تفويض استخدام القوة العسكرية في العراق عام 2002 وتفويض آخر أقر في عام 1991. ووافق مجلس النواب في العام الماضي على إلغاء تفويض استخدام القوة العسكرية 2002 لكن الإجراء لم يحظ بموافقة مجلس الشيوخ الذي كان يهيمن عليه الجمهوريون آنذاك. ويمنح الدستور سلطة إعلان الحرب للكونغرس وليس الرئيس. وتغيرت هذه الصلاحية بعد إقرار الكونغرس تصاريح «استخدام القوة العسكرية» التي لا تنقضي بموعد محدد وذلك في قرارات متعلقة بالعراق وفي تفويض أجاز الحرب على

يبدأ مشرعون أميركيون من الحزب الديمقراطي العمل على تشريع لتعديل تفويض استخدام القوة العسكرية الذي استخدمه رؤساء من الحزبين على مدار عقود لتبرير هجمات على أهداف خارج البلاد.

وقال النائب غريغوري ميكس إن لجنة الشؤون الخارجية التي يرأسها بمجلس النواب ستبدأ في مناقشة إلغاء «تفويض استخدام القوة العسكرية» الذي سمح بالحرب في العراق عام 2002. وقال ميكس في مؤتمر عبر الفيديو مع مجموعة من النواب الديمقراطيين «أنوي تجهيز تشريع في لجنة الشؤون الخارجية في الأسابيع المقبلة لإلغائه (التفويض)». ويسعى أعضاء في مجلس الشيوخ أيضا إلى إعادة سلطة إعلان الحرب إلى الكونغرس من البيت

Pelosi Says NY Governor Must Decide If He Can Still Govern

US House speaker Nancy Pelosi weighed in Sunday on the growing calls for New York Governor Andrew Cuomo to resign over sexual misconduct allegations, saying he should “look inside his heart ... to see if he can govern effectively.”

But in carefully worded comments on ABC’s “This Week” program, she stopped short of joining a growing list of other politicians, including many fellow Democrats, in demanding Cuomo’s resignation.

New York’s senior senator, Chuck Schumer, now the majority leader in the US Senate, is among those who have explicitly called for the governor to step down.

Cuomo’s accusers, most of them women who worked in the state government with him, “must be treated with respect,” Pelosi said. “They are credible and serious charges.”

She added: “The governor should look inside his heart -- he loves New York -- to see if he can govern effectively.”

Eight women have come forward since last month to denounce what they said were inappropriate words and gestures from Cuomo. One former employee said he slipped his hand under her blouse in an incident last year.

Cuomo, who at 63 has been governor for the last 10 years, has repeatedly denied acting in any way he considered “inappropriate.”

He has shrugged off the calls to resign, asking people to wait for the results of several investigations, including one being led by the state’s attorney general, Letitia James.

Pelosi told ABC she had “zero tolerance for sexual harassment” and said Cuomo’s accusers should be listened to.

But she said both the women and Cuomo “deserve to hear the results of these investigations,” adding that she had confidence in the state’s attorney general.



فيروس كورونا يضرب مقر إقامة ترامب

أغلق مقر إقامة الرئيس الأمريكي السابق، دونالد ترامب، جزئياً بعد أن ثبتت إصابة بعض الموظفين بمرض كوفيد 19، حسبما ذكرت وسائل الإعلام الأمريكية. والمنجع الذي يملكه ترامب ويقع في ولاية فلوريدا هو المقر الرسمي له، منذ أن ترك منصبه في يناير/ كانون الثاني.

وقالت إدارة المنجع في بيان إنه تم إغلاق نادي الشاطئ وغرفة الطعام، لكنها لم تحدد عدد الأشخاص الذين ثبتت إصابتهم بالوباء.

وأصيب ترامب بفيروس كورونا في أكتوبر/ تشرين الأول الماضي، وتم تطعيمه في يناير/ كانون الثاني.

وفي وقت تشخيص إصابته، تم إدخاله إلى المستشفى لعدة أيام وعولج بجرعة منخفضة من علاج السترويد ديكساميثازون.

كما ثبتت إصابة زوجته ميلانيا ترامب ونجله بارون بالفيروس، وكذلك العديد من مسؤولي البيت الأبيض المقربين من الرئيس آنذاك.

تم نقل السيد ترامب إلى المستشفى إثر إصابته بفيروس كورونا، في أكتوبر/ تشرين الأول الماضي.

وفي رسالة بريد إلكتروني إلى الأعضاء حصلت عليها صحيفة واشنطن بوست، قالت إدارة المنجع إنها تتبع «جميع إجراءات الاستجابة المناسبة»، وستظل خدمات الحفلات والفعاليات مفتوحة.

وفي يناير/ كانون الثاني الماضي، ظهرت صور من حفلة ليلة رأس السنة في منتجع «مار إيه لاغو» أظهرت عددا من الضيوف لا يرتدون أقنعة. وتلقى المنجع تحذيرا رسميا من إدارة مقاطعة «بالم بيتش»، جاء فيه إن الحدث انتهك القواعد المرتبطة بوباء كورونا. وذكرت صحيفة نيويورك تايمز أن النادي يخطط لاستضافة أحداث، خلال معتكف الربيع للجنة الوطنية للحزب الجمهوري الشهر المقبل.



البيت الأبيض يكشف أسباب سقوط بايدن على سلم الطائرة الرئاسية

الحالة الصحية لبایدن، البالغ 78 عاما من عمره والذي يعتبر سياسيا أكبر سنا أصبح رئيسا للولايات المتحدة.

وسبق أن جذب بايدن مرات عدة اهتماما واسعا من وسائل الإعلام بحوادث محرجة أخرى، بما في ذلك الخميس حينما وصف من جديد عن طريق الخطأ نائبته، كامالا هاريس، بالرئيسة.

وفي أواخر نوفمبر تعرض بايدن لكسر في قدمه اليمنى أثناء اللعب مع أحد كلابه.

بنسبة 100%، لكنها لم توضح ما إذا خضع الرئيس لفحص طبي كان يسافر معه على متن الطائرة.

والتقطت عدسات المصورين بايدن يسقط على ركبتيه ويتعثّر ثلاث مرات، قبل أن يلحق نفسه ويكمل صعود سلم طائرته للسفر إلى مدينة أتلانتا.

وقبيل دخوله الطائرة، عاد الرئيس الأمريكي البالغ من العمر 78 عاما ليلقي التحية مودعا الصحفيين.

ويأتي هذا الحادث وسط مخاوف متزايدة من

أكد البيت الأبيض أن الرئيس الأمريكي، جو بايدن، في حالة جيدة بعد أن تعثر مرات عدة قبل أن يسقط خلال صعوده سلم الطائرة الرئاسية أمام كاميرات وسائل الإعلام.

واعترفت المتحدثة باسم البيت الأبيض، كارين جان-بيير، خلال مؤتمر صحفي، أن سبب الحادث قد يعود إلى رياح قوية في قاعدة أندريوس الجوية المشتركة التي انطلقت منها الرحلة الرئاسية.

وقالت جان-بيير إن «الجو عاصف جدا في الخارج»، مضيفة أن بايدن «في حالة جيدة

دونالد ترامب سيعود لوسائل التواصل الاجتماعي من خلال «منصته الخاصة»

وقال المستشار إن السيد ترامب قد أجرى بالفعل «اجتماعات رفيعة المستوى»، مع فرق مختلفة بخصوص المشروع في منتجعه «مار إيه لاغو» في فلوريدا.

وأضاف ميلر أن «العديد من الشركات» قد اتصلت بالفعل بالرئيس السابق.

وتابع أن «هذه المنصة الجديدة ستكون كبيرة»، وتوقع أن يجذب السيد ترامب «عشرات الملايين من الناس».

لماذا تم حظر ترامب؟

في البداية، تم حظر استخدام ترامب لحسابه على تويتر لمدة 12 ساعة، في يناير/ كانون الثاني، بعد أن وصف الأشخاص الذين اقتحموا مبنى الكابيتول الأمريكي بأنهم «وطنيون».

ودخل المئات من أنصاره المبنى، في الوقت الذي كان من المقرر أن يصدق فيه الكونغرس الأمريكي على فوز جو بايدن، في الانتخابات الرئاسية العام الماضي.

وحذر موقع تويتر بعد ذلك من أنه سيحظر السيد ترامب «بشكل دائم»، إذا خالف قواعد المنصة مرة أخرى.

وبعد السماح له بالعودة إلى تويتر، نشر ترامب تغريدتين أشارت إليها الشركة على أنها المقشة الأخيرة.

وقالت شركة التواصل الاجتماعي إن هاتين التغريدتين «تنتهكان سياسة تجريد العنف».

كما تم تعليق حسابات ترامب على فيسبوك، ومنصة الألعاب الشهيرة Twitch، وتطبيق الرسائل متعددة الوسائط سناب شات.

أعلن مستشار للرئيس الأمريكي السابق، دونالد ترامب، إن الأخير سيعود قريبا إلى مواقع التواصل الاجتماعي «بمنصته الخاصة».

وقال جيسون ميللر لشبكة فوكس نيوز: «أعتقد أننا سنشهد عودة الرئيس ترامب إلى وسائل التواصل الاجتماعي، في غضون شهرين أو ثلاثة على الأرجح».

وقال إن المنصة «ستكون الأكثر شعبية بين وسائل التواصل الاجتماعي» و«ستعيد تعريف اللعبة بالكامل».

وتم تجميد حسابات ترامب على تويتر وفيسبوك، بعد أعمال الشغب المميتة التي جرت في يناير/ كانون الثاني في مبنى الكابيتول الأمريكي في واشنطن العاصمة.

وشهد الهجوم الذي شنه أنصار ترامب، في السادس من يناير/ كانون الثاني، مقتل خمسة أشخاص بينهم ضابط شرطة، في أحداث وصفت بأنها هزت أسس الديمقراطية الأمريكية.

وبعد عدة أيام، قال موقع تويتر إن حساب ترامب -@realDonaldTrump- «تم تعليقه بشكل دائم ... بسبب خطر حدوث مزيد من التحريض على العنف».

واستخدم ترامب تويتر كوسيلة، لأكثر من 10 سنوات، لتجاوز وسائل الإعلام التقليدية والتحدث مباشرة إلى الناخبين.

هل نعرف ما هي المنصة التي يريد ترامب استخدامها؟

لم يقدم السيد ميللر أي تفاصيل بهذا الشأن، واكتفى بالقول إن «الجميع ينتظر ويراقب، ليروا ما يفعله الرئيس ترامب بالضبط».





صحيفة أمريكية: «ارتفاع معدل وفيات كورونا بين عرب أمريكا»

بالنسبة للوافدين حديثاً، غالباً ما تعاني الحياة في الولايات المتحدة خلال بدايتها من الفقر وانخفاض مستويات التعليم والوظائف كسائقي سيارات أجرة أو كعاملين في المطاعم أو الأسواق أو خدمات التنظيف التي عرضتهم لتفاوت في الرعاية الصحية الأشياء التي لا تمكنهم من التزام التباعد الاجتماعي أو الإجراءات الاحترازية.

في الوقت نفسه، تجذب العديد من الأمريكيين العرب الخضوع للفحص بحثاً عن الفيروس، إما غير مدركين للخدمات المتاحة، أو قلقين للغاية بشأن إعالة أسرهم لدرجة أنهم لا يريدون مواجهة نتيجة اختبار إيجابية.

في مدينة نيويورك، حيث غالباً ما تتضاعف عائلات المهاجرين واللاجئين لتحمل تكاليف السكن الباهظ في المدينة، وجد استطلاع أجراه مركز دعم الأسرة العربية الأمريكية في المدينة أن الأزواج قد تفارق مع فقدان الوظائف بسبب الوباء، مما سمح للفيروس بالانتشار أكثر.

وفقاً للتقرير يعد جنوب كاليفورنيا، موطناً لما يصل إلى 300 ألف من العرب الأمريكيين، وهو أكبر تجمع في البلاد، ولكن السكان أعلى من حيث النسبة المئوية في ميشيغان، وبشكل أساسي في ديترويت والمناطق المجاورة مثل ديربورن، حيث يشكلون نصف سكان المدينة البالغ عددهم حوالي 100 ألف نسمة.

وتفاقت المشكلة بسبب فيروس كورونا، مما أثار مخاوف لدى مجتمع يواجه بالفعل العديد من عوامل الخطر للفيروس، بما في ذلك أعداد كبيرة من المهاجرين واللاجئين، والأسر متعددة الأجيال، وارتفاع معدلات ارتفاع ضغط الدم والسكري وأمراض القلب.

وتوفي أكثر من 500,000 أمريكي من كورونا وتظهر البيانات الفيدرالية أنه مقارنة بالبيض غير اللاتينيين، فإن السود أكثر عرضة للوفاة من الفيروس مرتين تقريباً، في حين أن معدلات الوفيات بين الأمريكيين من أصل لاتيني والأمريكي الأصليين تقارب من مرتين ونصف المرة بالمقارنة، لا توجد بيانات رسمية عن الأمريكيين العرب الذين تم تجميعهم في فئة البيض.

يواجه الأمريكيون ذوو الأصول العربية، معدلات مرتفعة للوفاة والإصابة بعدوى كورونا في مجتمعاتهم، لكن هناك القليل من البيانات لدعم هذه المخاوف لأن الحكومة الفيدرالية تصنف معظمهم على أنهم من العرق الأبيض.

وقالت صحيفة يو اس ايه توداي، إن 3.7 مليون عربي أمريكي في البلاد غير قادرين على تحديد هويتهم في التعداد السكاني والهياكل الحكومية الأخرى، ونتيجة لذلك من الصعب الحصول على بيانات الرعاية الصحية الرسمية، حيث يضطر الخبراء وقادة المجتمع إلى الاعتماد على بيانات مختلطة، وغالباً ما يتم تجميعها ذاتياً.

احتجاجات ومظاهرات مناهضة للعنصرية في عدد من الولايات الأمريكية



نساء من أصول آسيوية»، ويشار إلى أن الولايات المتحدة شهدت ارتفاعاً في مستوى العنصرية بعد وصول الرئيس السابق دونالد ترامب إلى البيت الأبيض حيث تخللت هذه الفترة خطابات له تحض على العنصرية والكراهية ضد الأمريكيين من أصول أفريقية ولاتينية.

وأعلنت رابطة مكافحة التشهير في مدينة نيويورك الأمريكية أن الترويج لتفوق العرق الأبيض في الولايات المتحدة ولا سيما رسائل العنصرية تضاعف خلال العام الماضي ووصل إلى مستويات قياسية.

وقالت في تقرير لها: إنها وصلت إلى 5125 حالة خلال 2020 مقارنة مع 2724 حالة في 2019 وقد ظهر هذا الارتفاع في جميع الولايات الأمريكية.

شهدت معظم الولايات الأمريكية احتجاجات ومظاهرات مناهضة للعنصرية ضد الأمريكيين من أصول آسيوية وسكان جزر المحيط الهادئ وذلك بعد مقتل 8 آسيويين في حوادث إطلاق نار بمنتهجات صحية في منطقة أتلانتا.

وقالت شبكة (إن بي سي) الأمريكية: «إن مسيرات الاحتجاج التي انطلقت شرارتها أمس الأول من مقاطعة سان فرانسيسكو في ولاية كاليفورنيا وصولاً إلى بيتسبرغ وعدة مناطق بينهما شاركت بها مختلف الفئات العمرية لإدانة وشجب العنصرية والتمييز العنصري بسبب تصاعد جرائم الكراهية ضد الأمريكيين من أصول آسيوية».

وأضافت: «بلغ ذروة الاحتجاج بعد حوادث إطلاق النار التي شهدتها 3 منتهجات صحية في أتلانتا وأدت إلى مصرع 8 أشخاص 6 منهم



Ilhan Omar Proposes Bill to Cancel Rent, Mortgage Payments During Pandemic

Although vaccine distribution is ramping up across the country, the Covid-19 pandemic isn't over, and Americans are still facing financial hardships. And while moratoriums on evictions and foreclosures have been instituted and repeatedly extended, progressive House Democrats want the government to do more.

They want to ease the burden on renters and homeowners by cancelling rent and mortgage payments for the duration of the pandemic.

Rep. Ilhan Omar of Minnesota introduced the Rent and Mortgage Cancellation Act on 'which would cancel rent and mortgage

payments nationwide through the end of the pandemic. The bill would ensure no negative impact on landlords' and homeowners' credit ratings and rental histories, and would establish a relief fund for landlords and mortgage holders to cover the losses of cancelled payments.

Although President Joe Biden extended previous moratoriums on foreclosures and evictions, Omar said in a statement that those are not long-term solutions.

"People across this country will be forced to pay tens of thousands of dollars in back rent when it ends," Omar said. "In some cases, local

governments are allowing evictions to continue despite the moratorium. In other cases, landlords are going bankrupt due to lack of income. To avoid an even larger crisis, we must cancel rent and mortgage payments during this pandemic. This isn't a radical idea. It's what is needed to prevent an even bigger crisis."

12 million Americans currently owe \$6,000 on average in back-rent, Omar said during a press conference on , and according to the nonpartisan Center on Budget and Policy Priorities, one in five renters is behind on rent, and since the pandemic began, over 10 million Americans have fallen behind on mortgage payments.

يمنى أمريكي يحصل على براءة اختراع والولايات المتحدة تعتمد عالم بشكل رسمي

حاز البروفيسور اليمني إبراهيم العريقي، في ولاية كاليفورنيا، على براءة اختراع في مجال البيانات، واعتماده رسمياً كعالم، على مستوى الولايات المتحدة الأمريكية.

وأفاد مصدر مقرب من البروفيسور العريقي بأنه حصل على أفضل براءة اختراع في أول عمل له وهو عبارة عن نظام صناعة الداتا بخوارزميات للسيارات ذاتية القيادة.

وأكد المصدر أن الولايات المتحدة الأمريكية أعتمدت البروفيسور إبراهيم العريقي، كعالم في مجال البيانات، على مستوى أمريكا.

إلى ذلك أصدرت شركة جوجل للبروفيسور، إبراهيم العريقي شهادة كمهندس محترف في الذكاء الاصطناعي وتعليم الآلة.

البروفيسور ابراهيم احمد علي قائد العريقي هو من أبناء محافظة تعز، من الاعروق قرية «عرار».



يمنى أمريكي يتحكم بحركة الملاحة في ثاني أكبر مطارات أمريكا

والذي يلعب دوراً استشارياً لحكومة مدينة نيويورك، والتي تمثل أكثر من 150,000 شخص.

حيث كان يحيى استاذاً جامعياً بدوام جزئي في كلية الطيران من 2009-2012 حيث قام بتدريس مراقبة الحركة الجوية وطقس الطيران.

ولد يحيى أحمد عبيد في اليمن ثم هاجر إلى الولايات المتحدة مع أسرته عام 1991 وهو في الثامنة من عمره. اكمل تعليمه الابتدائي والثانوي ثم تحصل على رخصته التجريبية الخاصة في الطيران عام 2003، والتحق بعد ذلك بكلية Vaughn College وتحصل على بكالوريوس علوم إدارة الطيران عام 2005.

عمل اليمني الأمريكي الكابتن يحيى عبيد في إدارة الطيران الفيدرالي (FAA) شغل منصب مدير عام لإدارة التحكم بحركة الملاحة الجوية في مطار جون كندي الشهير ثاني أكبر مطارات أمريكا والذي يقع في مدينة نيويورك.

فقد كان يحيى ضابط أمن النقل في وزارة الأمن الداخلي في مطار LaGuardia ومطار أورلاندو. بدأ «يحيى» في مطار كينيدي منذ ما يقرب من 20 عاماً للعمل في شركات الطيران. حصل على رخصة طيار خاص في عام 2003. ويشغل يحيى حالياً منصب نائب رئيس مجلس إدارة المجتمع 11 في مدينة برونكس في ولاية نيويورك



مقترح أمريكي لوقف إطلاق النار في اليمن والحوثيون يعتبرون أنه يمثل الرؤية السعودية

حمل المبعوث الأمريكي الخاص باليمن تيم ليندركينغ خطة وصفها بالمتسامكة لوقف إطلاق النار في اليمن. لكن ليندركينغ لفت إلى أن الخطة مطروحة أمام قيادة حركة الحوثيين «العدد من الأيام» لكن الحركة تعطي الأولوية فيما يبدو للهجوم العسكري لانتزاع السيطرة على مأرب. من الجانب الآخر، أعلن المتحدث باسم الحوثيين أن المقترح الأمريكي الخاص بوقف إطلاق النار في اليمن «لا جديد فيه ويمثل الرؤية السعودية والأممية».

أشار المبعوث الأمريكي الخاص باليمن تيم ليندركينغ إلى أن خطة متسامكة لوقف إطلاق النار في اليمن مطروحة الآن على قيادة حركة الحوثيين «العدد من الأيام» لكن الحركة تعطي الأولوية فيما يبدو للهجوم العسكري لانتزاع السيطرة على مأرب. وأعلن ليندركينغ لمجلس الأطلسي بعد زيارة للمنطقة لإحياء الجهود لإنهاء الصراع المستمر منذ ست سنوات والذي يُنظر إليه على نطاق واسع على أنه حرب بالوكالة بين السعودية وإيران «سأعود على الفور عندما يكون الحوثيون على استعداد للحوار».

وأوضح: «الولايات المتحدة والأمم المتحدة تحت الحوثيين على الرد... إذا لم تتمكن من إحراز تقدم الآن، فسوف تدخل البلاد في صراع وعدم استقرار أكبر».

وتدخل تحالف عسكري تقوده السعودية في اليمن عام 2015 بعدما أطاحت جماعة الحوثي بالحكومة الشرعية من العاصمة صنعاء. وأضاف ليندركينغ: «لدينا الآن خطة متسامكة لوقف إطلاق النار في جميع أنحاء البلاد بعناصر من شأنها أن تعالج على الفور الوضع الإنساني المزري في اليمن مباشرة... هذه الخطة معروضة على قيادة الحوثيين لعدد من الأيام». ولم يقدم مزيداً من التفاصيل وقال إن الخطة تلتقي دعماً من السعودية.

وقال ليندركينغ «بشكل مأساوي ومربك إلى حد ما بالنسبة لي، يبدو أن الحوثيين يعطون الأولوية لحملة عسكرية للسيطرة على مأرب... بدلاً من وقف الحرب ونقل المساعدات إلى الشعب اليمني».

وأعلن أن الولايات المتحدة ستستأنف تمويل المساعدات الإنسانية لشمالي اليمن وقال إن واشنطن ستعمل مع حكومتي اليمن والسعودية لإيجاد طريقة لإيصال الوقود إلى اليمنيين الذين هم في أمس الحاجة إليه.

من الجانب الآخر، أعلن المتحدث باسم الحوثيين في اليمن محمد عبد السلام لتلفزيون المسيرة أن المقترح الأمريكي الخاص بوقف إطلاق النار في اليمن «لا جديد فيه ويمثل الرؤية السعودية والأممية».

وأضاف قائلاً: «في المقترح الأمريكي لا وقف للحصار ولا لإطلاق النار بل التفافات شكلية تؤدي لعودة الحصار».



اليمن يعلن استئناف العلاقات الدبلوماسية مع قطر

أطيان الشعب اليمني كأساس لإنهاء هذه الأزمة»، كما دعا إلى «تنفيذ قرارات مجلس الأمن الدولي ذات الصلة، لا سيما القرار رقم 2216».

وتعهدت قطر، مطلع الشهر الجاري، بتقديم 70 مليون دولار لدعم خطة الاستجابة الأممية في اليمن خلال مؤتمر المانحين الذي عقد مؤخراً، وقد سلّمت قطر 10 ملايين دولار منها بالفعل.

وكانت الحكومة اليمنية قد أعلنت، مع اندلاع الأزمة الخليجية مطلع يونيو/ حزيران 2017، قطع العلاقات الدبلوماسية مع قطر، تماشياً مع إجراء مماثل للسعودية والإمارات اللتين تقودان التحالف في اليمن، ومعهما مصر والبحرين.

وتشهد العلاقات بين دول الأزمة تقارباً متسارعاً منذ صدور بيان قمة العلا في 5 يناير/ كانون الثاني الماضي، الذي أعلن رسمياً عن انتهاء الأزمة الخليجية. وقبل أيام، التقى وزير الخارجية القطري نظيره المصري سامح شكري في القاهرة، على هامش اجتماعات الجامعة العربية على المستوى الوزاري، للمرة الأولى منذ 4 سنوات.

الساحة اليمنية، والعمل على تحقيق السلام والاستقرار في المنطقة».

وأكد وزير الخارجية اليمني أن «سعي بلاده لعودة العلاقات مع دولة قطر إلى مجراها الطبيعي والدفع بها إلى أفق أوسع يستجيب لتاريخ تلك العلاقات بين البلدين والشعبين الشقيقين»، وعبر عن «سعادته الغامرة بالإنجاز العظيم الذي تحقق خلال قمة العلا 2021

والمتمثل في المصالحة الخليجية وعودة اللحمة والتآلف بين الأشقاء الخليجيين، والذي رُحبت به الجمهورية اليمنية بالغ التحريب، خاصة لما تحظى به قطر وجميع الدول الخليجية من مكانة خاصة في قلوب اليمنيين تستند إلى وشائج القربى ووحدته الهدف والمصير والتاريخ المشترك».

ووفق وكالة الأنباء القطرية «قنا»، فقد شدّد وزير الخارجية القطري خلال الاجتماع على «موقف دولة قطر الثابت بشأن أهمية المحافظة على وحدة اليمن وتحقيق أمنه واستقراره»، وأشار إلى «ضرورة إنهاء حالة الحرب، وتبني الحوار والحل السياسي، وتحقيق المصالحة الوطنية، والعودة إلى مخرجات الحوار الوطني الشامل التي توافقت عليها القوى السياسية وكافة

أعلن اليمن، استئناف العلاقات الدبلوماسية مع قطر، وذلك عقب استقبال نائب رئيس الوزراء وزير الخارجية القطري، الشيخ محمد بن عبد الرحمن آل ثاني، اليوم في الدوحة، وزير الخارجية اليمني أحمد عوض بن مبارك.

وسلم وزير الخارجية اليمني نظيره القطري، خلال اللقاء، رسالة من الرئيس اليمني عبد ربه منصور هادي إلى أمير قطر الشيخ تميم بن حمد آل ثاني.

ورفع في وقت لاحق العلم اليمني على مبنى السفارة بالدوحة، إيذاناً باستئناف العلاقات. وذكرت وزارة الخارجية اليمنية في موقعها الإلكتروني أن الوزير اليمني نقل خلال اللقاء تحيات الرئيس عبد ربه منصور هادي إلى الشعب القطري قيادة وحكومة، مثنياً جهود دولة قطر في المساعدة الإنسانية والتنموية لليمن، ودعمها للشرعية اليمنية.

وأضافت أنه «تم في اللقاء الاتفاق على استئناف العلاقات الثنائية بين البلدين، وبحث سبل تعزيزها وتنميتها وتنسيق مواقف البلدين إزاء التطورات السياسية على الساحة الإقليمية والدولية، وأهمية توحيد الآراء والمواقف الدبلوماسية إزاء



الأيادي النقية تحشد العالم لإغاثة أطفال اليمن

PURE HANDS RALLIES THE WORLD FOR YEMENI CHILDREN'S

1-800-425-1647 @PUREHANDS2

www.purehands.org

تبرع الآن

info@purehands.org

UK's 'inexplicable' cut to Yemen aid sparks outrage

The UN's chief has lashed out at the United Kingdom's decision to cut aid to Yemen, branding it a "death sentence" to the war-torn country.

Britain has drastically cut its aid to Yemen, under the pretext that the coronavirus pandemic has created "a difficult financial context for us all".

The UK government said it would provide "at least" £87 million (\$120 million) in aid this year, a little over half of the £164 million (\$228 million) it pledged last year.

The sharp cut was announced on at a virtual donors' conference by Minister of State for the Middle East and North Africa James Cleverly.

«Recent global challenges meant a difficult financial context for us all,» Cleverly said.

London's decrease in aid was deplored by officials.

Jeremy Hunt, the former foreign secretary, said he was "deeply disappointed" and added that the "timing is inexplicable with the UN warning only last week that Yemen faces the worst famine the world has seen for decades".

UN's Secretary-General Antonio Guterres said that generous donations had averted a famine in 2018, but that "today, reducing aid is a death sentence" to Yemeni civilians.

UN officials warned at the event that if the UN failed to meet its \$3.85bn target for 2021, millions of Yemenis could face starvation.

David Beasley, Executive Director of UN's World Food Programme, told the conference: "We've got famine knocking on the door."

The US pledged an extra \$191m at the conference - bringing its total aid for Yemen to \$350m this year.

According to the latest UN data, more than 16 million Yemenis - about half the 29 million population - will face hunger this year.

The world body has warned that 400,000 Yemeni children under the age of five could die from acute malnutrition



الأمم المتحدة: مساعدات المانحين غير كافية لدرء مجاعة في اليمن ونحتاج لأموال إضافية

العراقيل التي تفرضها جميع أطراف النزاع في اليمن، التي تحول دون وصول جزء من المساعدات الإنسانية في بعض المناطق، نحاول معالجة هذا الموضوع والحيلولة دون تحويل مسارها ونقوم بفحص ذلك، المشكلة التي تواجهنا الآن هي أننا لا نملك ما يكفي من الأموال، وهذا هو السبب وراء الأزمة التي نواجهها، أي عدم تقديم الدول المانحة ما يكفي من التبرعات لصندوق الإغاثة الخاص باليمن».

وقال إن الأمم المتحدة تنشر وبشكل دوري التقارير المالية حول الأموال التي تحصل عليها وطريقة صرفها، ثم أكد أن المشكلة الحقيقية تعود بشكل رئيسي لعدم تقديم المانحين الكبار، الذين كانوا يقدمون مساعدات بحجم أكبر، ما يكفي من التبرعات. وتلقت الأمم المتحدة العام الماضي 1.9 مليار دولار، أي قرابة النصف مما احتاجته لتمويل صندوق مساعداتها الإنسانية، مما أدى إلى تفاقم الأوضاع الإنسانية وزيادة خطر المجاعة على نطاق واسع، كما اضطرت لإغلاق عدد من برامجها الأساسية بسبب نقص حجم التبرعات، وتواجه الأمم المتحدة تحديات ضخمة في عملياتها الإنسانية وزادت تلك التحديات بسبب جائحة كورونا، بالإضافة لانتشار الكوليرا وتهديدات أخرى.

لتلك المساعدات للبقاء على قيد الحياة، كما وصف تقليص المساعدات بأنها بمثابة «عقوبة إعدام» بحق اليمنيين، وطلب غوتيريس من الدول التي لم تقدم ما يكفي لإعادة النظر بإمكانية زيادة حجم مساعداتها من أجل الحيلولة دون حدوث أكبر مجاعة قد يشهدها العالم منذ عقود. كما أكد غوتيريس على ضرورة الوقف الفوري لإطلاق النار في اليمن، وفرض تدابير لبناء الثقة وتحقيق تقدم في عملية سياسية جامعة برعاية الأمم المتحدة والمجتمع الدولي وبقية مبنية.

ويحتاج أكثر من عشرين مليون يمني إلى نوع من أنواع المساعدات الإنسانية، وتقدر الأمم المتحدة عدد اليمنيين الذين سيعانون من الجوع خلال العام بقرابة 16 مليون يمني، خمسون ألفاً منهم يعيشون في ظروف شبيهة بالمجاعة ويواجهون خطر الموت جوعاً، كما تقدر الأمم المتحدة أن نصف أطفال اليمن دون الخامسة سيعانون من سوء التغذية الحاد، من بينهم 400 ألف طفل معرضون للموت إن لم يحصلوا على العلاج بشكل عاجل. وأكد لوكوك إن الأمم المتحدة ستبثت إمكانية عقد مؤتمر إضافي خلال العام الجاري، في محاولة لحشد المزيد من التبرعات، ولفت الانتباه إلى «ضرورة وقف

حذر مارك لوكوك، منسق شؤون الإغاثة للأمم المتحدة في حالات الطوارئ، من أن الأمم المتحدة لا يمكنها أن توقف حصول مجاعة في اليمن إن لم تحصل على أموال بالإضافة لتلك التي تم التعهد بها في مؤتمر المانحين لليمن، نحو 1.7 مليار دولار، وجاءت تصريحات لوكوك خلال مؤتمر صحفي عقد بعد انتهاء المؤتمر.

وتحتاج الأمم المتحدة لأكثر من 3.85 مليارات دولار أميركي لتقديم المساعدات الإنسانية في اليمن وسد احتياجات اليمنيين الإنسانية لهذا العام، من بينها قرابة 1.9 مليار دولار على الأقل لدرء المجاعة، بحسب برنامج الغذاء العالمي التابع للأمم المتحدة.

وقال لوكوك «لم نحصل على تعهدات بتقديم 1.9 مليار، وهو المبلغ الذي أشار إليه برنامج الغذاء العالمي لمنع حدوث المجاعة، ولذلك إذا لم نحصل على الأموال ستكون هناك مجاعة أكبر في اليمن».

وكان الأمين العام للأمم المتحدة، أنطونيو غوتيريس، عبر عن خيبة أمله لأن الرقم، الذي تعهدت به الدول المانحة، أقل مما تلقتة الأمم المتحدة لصندوقها الخاص بالإغاثة لليمن في عام 2019 وحتى العام الماضي.

وقال غوتيريس أن الكثير من النساء والأطفال والرجال اليمنيين بحاجة ماسة



الأيادي النقية تحشد العالم لإغاثة أطفال اليمن

PURE HANDS RALLIES THE WORLD FOR YEMENI CHILDREN'S

1-800-425-1647 @PUREHANDS2

www.purehands.org

تبرع الآن

info@purehands.org

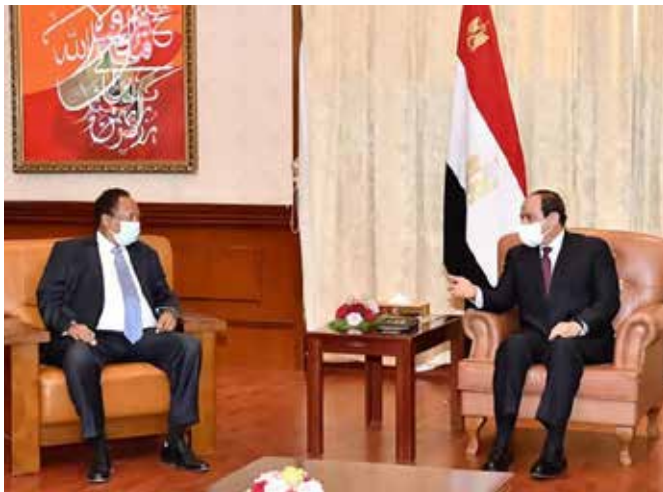
السياسي وحمدوك يبحثان تطورات سد النهضة الإثيوبي

استعرض الرئيس المصري عبدالفتاح السيسي، ورئيس وزراء السودان الدكتور عبدالله حمدوك، آخر التطورات والجهود المشتركة بين مصر والسودان فيما يتعلق بقضية سد النهضة، خلال لقائهما بقصر الاتحادية بالقاهرة، بحسب بيان صادر عن رئاسة الجمهورية المصرية.

واتفق الطرفان، بحسب البيان، على «تكثيف التنسيق الحثيث في ظل المرحلة الدقيقة الحالية التي يمر بها ملف سد النهضة، وتعزيز الاتصالات مع الأطراف الإقليمية والدولية لتفعيل المقترح السوداني بتشكيل رابعية دولية للتوسط في تلك القضية، بما يساعد على التوصل لاتفاق قانوني شامل وملزم حول قواعد ملء وتشغيل سد النهضة، وقبل موسم الأمطار القادم»، بحسب بيان رئاسة الجمهورية.

وأكد الرئيس السيسي، خلال اللقاء، دعم مصر المتواصل للسودان من خلال التعاون والتنسيق في كافة الملفات، والاهتمام المتبادل، وأهمية الزيارة الحالية لرئيس الوزراء السوداني إلى القاهرة لمتابعة مختلف أوجه العلاقات الثنائية ومشروعات التعاون المطروحة بين الجانبين، وترجمة الإرادة السياسية المتوافرة إلى خطوات تنفيذية واقعية لتعزيز التعاون الثنائي بين البلدين الشقيقين، بما يجعله نموذجاً يحتذى به لبقاى المنطقة.

وشهد اللقاء التباحث حول سبل دفع التعاون الثنائي في مختلف المجالات بين البلدين الشقيقين، خاصة ما يتعلق بنقل التجربة المصرية في الإصلاح الاقتصادي إلى السودان وتدريب الكوادر السودانية، إضافة إلى تنفيذ مشروع الربط الكهربائي وربط السكك الحديدية، وتعزيز المناخ المواتي لإقامة المشروعات الاستثمارية المشتركة سواء الصناعية أو الزراعية، فضلاً عن دفع العلاقات التجارية والاقتصادية بالبلدين، إلى جانب تفعيل أنشطة اللجان الفنية المشتركة، وكذا تفعيل مذكرات التفاهم والبروتوكولات المبرمة بين البلدين.



الحكومة المغربية تصادق على تقنين زراعة القنب الهندي

سامي جولال

الأغراض الطبية والصناعية»، ويشهد حزب العدالة والتنمية الحاكم في المغرب منذ 2012 أزمة داخلية حادة بسبب مشروع قانون تقنين زراعة القنب الهندي، بعدما هدد الأمين العام السابق للحزب، وأكثر رموزه شعبية، عبد الإله بن كيران، مطلع مارس الجاري، بتجميد عضويته في الحزب، إذا وافقت أمانته العامة على تبني القانون المتعلق بالقنب الهندي، وبالانسحاب النهائي من الحزب، إذا صادق ممثلوه في البرلمان على القانون، بحسب التزام مكتوب نشره ابن كيران، العضو الحالي في المجلس الوطني للحزب، عبر موقعه الإلكتروني إخباري مغربي.

وتنتشر زراعة القنب الهندي في مناطق الشمال المغربي. ويبلغ إنتاج القنب الهندي الخام في تلك الأقاليم 47 ألفاً و400 طن

سنوياً، ويُقدَّر الإنتاج المحتمل من القنب الهندي المستخلص (الحشيش) بـ3080 طناً سنوياً في أقاليم الشمال، بحسب بحث أجراه مكتب الأمم المتحدة لمحاربة المخدرات والجريمة، بشراكة مع الوكالة من أجل الإنعاش والتنمية الاقتصادية والاجتماعية لعمالات وأقاليم الشمال بالمملكة المغربية، في عام 2003.

وكشف البحث، المنشورة نتائجه على الموقع الإلكتروني لمكتب الأمم المتحدة لمحاربة المخدرات والجريمة، عن أن «800 ألف شخص يزرعون القنب الهندي في تلك المناطق، ويجنون من تجارته 214 مليون دولار أمريكي سنوياً، بعدما يبيعون 66% من محصولهم في شكله الخام، و34% منه على شكل مسحوق «الحالة الأولى قبل تحويله إلى قطع من الحشيش».

صادق المجلس الحكومي المغربي، على مشروع قانون يسمح بزراعة القنب الهندي لاستخدامه في أغراض مشروعة، وفق شروط معينة، وتحت مراقبة الدولة.

وتم تأجيل المصادقة على مشروع القانون، الذي تقدمت به وزارة الداخلية، لمرتين مؤخراً؛ بهدف استكمال دراسته. ومن المرتقب أن تتم إحالة مشروع القانون بعد أن صادقت عليه الحكومة إلى غرفتي البرلمان للمصادقة عليه، ثم ينشر في الجريدة الرسمية ليدخل حيز التنفيذ رسمياً. وذكرت المذكرة التقديمية لمشروع القانون، أن التقنين سيمكن من جلب «استثمارات عمالية من خلال استقطاب الشركات المتخصصة في الاستعمالات المشروعة للقنب الهندي في

الكاظمي يدعو لحوار وطني على كافة المستويات يضمن وحدة العراق

أقدم الجماعات المسيحية في العالم، كما التقى المرجع الشيعي آية الله العظمى علي السيستاني. وبعد ثلاثة أيام حافلة، اختتم البابا فرنسيس زيارته التاريخية إلى العراق بقُداس من مدينة أربيل بكرديستان أقامه شارك فيه الآلاف وسط إجراءات صحية وأمنية، وودَّع العراقيين قائلاً «العراق سيبقى معي وفي قلبي». وأنهى زيارته برسالة أمل قائلاً «في الأيام التي أمضيها بينكم، سمعت أصوات ألم وشدة، ولكن سمعت أيضاً أصواتاً فيها رجاءٌ وعزاء»، قبل أن يحيي الحضور بعبارات «سلام، سلام، سلام. شكراً! بارككم الله جميعاً! بارك الله العراق!»، ثم «الله معكم!» بالعربية.

وكان البابا فرنسيس، بزيارة إلى الموصل التي كانت يوماً ما معقلاً لتنظيم داعش.

دعا رئيس وزراء العراق، مصطفى الكاظمي، إلى حوار وطني على كافة المستويات يضمن وحدة العراق. وقال الكاظمي إن العراق أمامه «فرصة تاريخية لاستعادة دوره في المنطقة».

وعرّد الكاظمي على «تويتز»: «بمناسبة اللقاء التاريخي بين قطبي السلام والتسامح، سماحة المرجع الأعلى السيد علي السيستاني، وقداسة البابا فرنسيس، ولقاء الأديان في مدينة أور التاريخية، نعلن عن تسمية يوم السادس من آذار من كل عام، يوماً وطنياً للتسامح والتعايش في العراق».

هذا وغادر البابا فرنسيس العراق بعد زيارة تاريخية هي الأولى لحبر أعظم إلى العراق. وجال البابا فرنسيس البالغ من العمر 84 عاماً بين بغداد وأربيل، والموصل وقرقوش في شمال العراق الذي عانى لسنوات من الإرهابيين، حاملاً قضية إحدى





تونس.. الحوار الوطني حلقة جديدة في صراع الرئاسة والحكومة

أنور الفرجاني

تتواصل حالة الانسداد السياسي التي تعيشها تونس منذ نحو شهر ونصف بين مؤسسة الرئاسة والحكومة، والتي كان آخر فصولها، سعي التحالف البرلماني الذي تقوده حركة النهضة المساندة للحكومة، إلى تنظيم حوار وطني تحت مظلة اتحاد الشغل، واتحاد رجال الأعمال، بعيداً عن رئاسة الجمهورية. في وقت أعلن فيه الرئيس قيس سعيد شروطاً جديدة لقبوله الحوار، فسرها سياسيون بأنها «تتضمن إقصاء للحكومة وجماعة الإخوان». وفي ديسمبر الماضي أطلق الاتحاد العام التونسي مبادرة للخروج من الأزمتهن الاقتصادية والاجتماعية بالبلاد.

تقوم حسب ما أعلن «على حوار تشاركي شامل يرسي أسس عدالة اجتماعية ويعدل بين الجهات، ويسوي بين التونسيين، ويحد من الفقر والجور الاجتماعي».

وقدم الرئيس قيس سعيد لدى استقباله الأمين العام لحركة الشعب، زهير المغزاوي، و الأمين العام لحزب التيار الديمقراطي، غازي الشواشي، شروطاً جديدة في تصوره للحوار الوطني، أهمها «ألا يشارك فيه إلا من كان مؤمناً حقيقة باستحقاقات الشعب التونسي الاقتصادية والاجتماعية»، فضلاً عن «إيجاد صيغ جديدة تتيج للشباب من كل أرجاء تونس المشاركة في هذا الحوار حتى يكون عنصراً فاعلاً فيه، وقوة دفع له». بحسب بيان رئاسة الجمهورية.

وتسود خلافات بين سعيد، ورئيس الحكومة هشام المشيشي عقب إعلان الأخير في 16 يناير الماضي تعديلاً حكومياً شمل 11 حقيبة وزارية من أصل 25، وبعد 10 أيام صدّق عليها البرلمان، لكن الرئيس لم يوجه دعوة إلى الوزراء الجدد لأداء اليمين الدستورية حتى الآن؛ بدعوى أنه تطلّهم شبهات فساد.

وجاء استقبال سعيد للمغزاوي والشواشي بصفتهم الحزبية كمعارضين للحكومة التي تساندها حركة النهضة؛ رداً على مساعي راشد الغنوشي للاستعانة بالاتحاد العام التونسي للشغل واتحاد الصناعة والتجارة والصناعات التقليدية (منظمة رجال الأعمال) لتنظيم حوار وطني تحت رعاية رئيس الحكومة هشام المشيشي،

وهو ما طالب به أيضاً رئيس كتلة الإصلاح الوطني حسونة الناصفي المساندة للحكومة.

وفي هذا السياق قال المحلل السياسي والنائب السابق في مجلس نواب الشعب عبدالعزيز القطي إن حركة النهضة الاخوانية وحليفها حزب قلب تونس وكتلة ائتلاف الكرامة، هم المعنيون في حديث الرئيس بعدم حضور الحوار الوطني. مشيراً إلى أن مواقف الرئيس من حركة النهضة واضحة «ووصلت إلى مرحلة الالعودة». وفي السياق ذاته قال الناطق الرسمي باسم الاتحاد العام التونسي للشغل، سامي الطاهري، إن الاتحاد ينتظر تفعيل مبادرته التي قدمها إلى الرئيس قيس سعيد، لإنقاذ البلاد من عثرتها.

Saudi Arabia's labor reforms to 'kafala' sponsorship system come into effect

Saudi Arabia's promised reforms to improve on its "kafala" sponsorship system announced last November officially comes into effect on , which will see expatriate workers enjoy job mobility and freedom to enter and exit the Kingdom without the need for an employer's permission.

Saudi Arabia's Ministry of Human Resources and Social Development last November announced it would implement starting March 2021 new conditions under which expatriate workers in the Kingdom can benefit from with the aim of improving the kafala sponsorship system in the Kingdom.

The new conditions include stipulations that will allow migrant workers to transfer to other jobs upon the expiry of their work contract without the need for their former employer's approval. Saudi Arabia announces conditions for new labor reforms set to improve kafala system The newly reformed laws pertaining to foreign labor workers also include transition mechanisms during the validity of the

contract, provided that the notice period and the specified controls are adhered to. It also provides an exit and return service, which allows a migrant worker to travel outside Saudi Arabia, upon submitting the application, with an online notification to the employer without the need to seek prior permission.

A 'final exit' stipulation will also enable a migrant worker to leave immediately after the end of their contract, with an online notification sent to an employer without requiring his or her consent.

The reformed system will also address exceptional cases where workers were not provided with a work contract or who did not receive their salaries.

The kafala system in Saudi Arabia previously tied workers to their employers, or sponsors, who are responsible for the employees' visa and legal status. The new law would limit the relationship between employers and expatriate workers under the system, who primarily work in construction and domestic work.



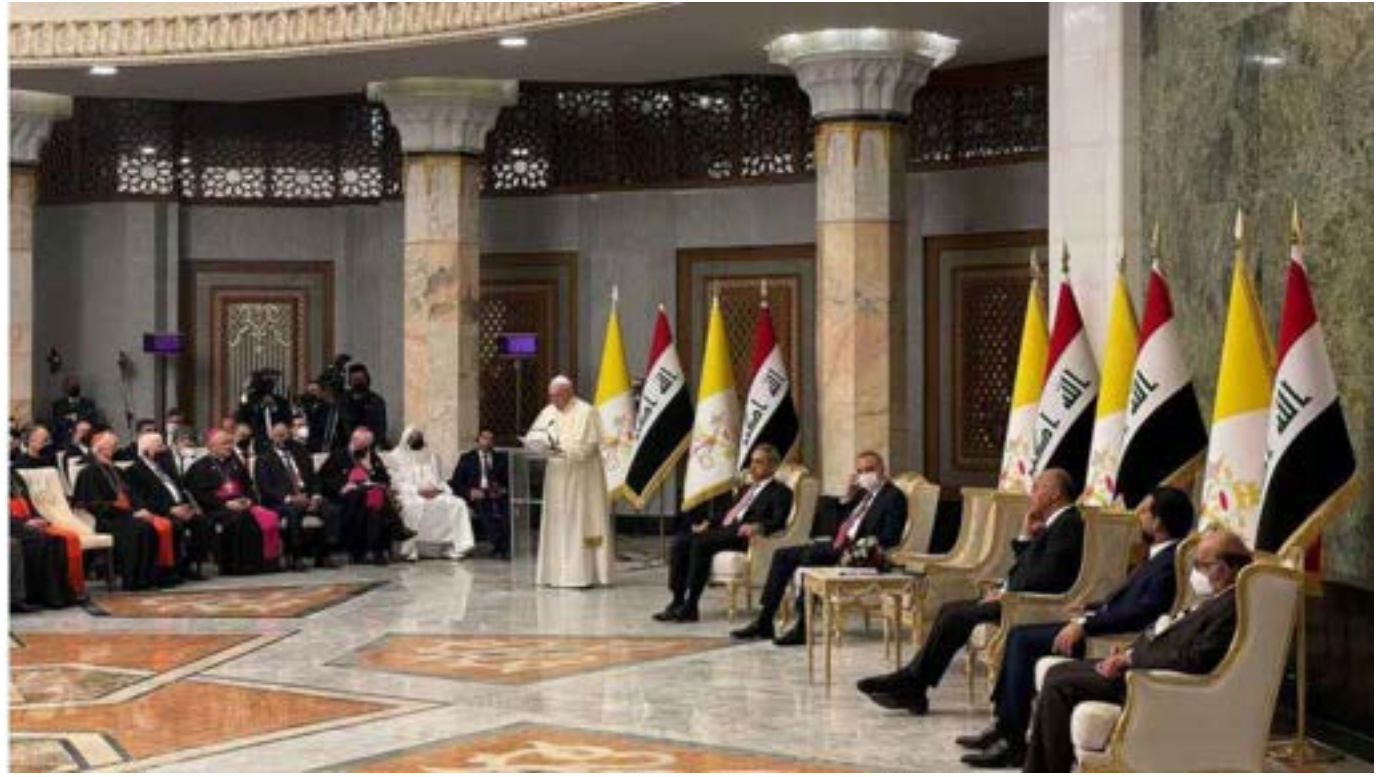
Reports of Saudi Arabia abolishing its sponsorship system were first raised earlier last year in February Saudi Gazette reported through unnamed sources. Last October, Saudi Arabian Maaal newspaper reported using unnamed sources

that Saudi Arabia was set to announce the replacement of the foreign worker sponsorship system, known as kafala, and that it would be replaced with a form of reformed system of contracts between employers and employees.

The Pope sends a word to Iraqi women: I thank you with all my heart

Pope Francis addressed a speech to Iraqi women, in which he thanked them for their sacrifices and courage in facing the wars and hardships that the country has endured.

"I would like to thank with all my heart all the mothers and women in this country, the courageous women who continue to give life despite the violations they are subjected to and the wounds they inflict," the Pope said during his visit to the town of Qaraqosh in Nineveh Governorate. He added, "To respect women and give them protection, so that they receive attention and give them opportunities."



البابا فرنسيس يدعو من بغداد إلى تعزيز السلام في المنطقة والتصدي للفساد واستغلال السلطة

ومنذ ذلك الوقت، تراجمت أعداد المسيحيين في العراق من 1.4 مليون إلى حوالي 250 ألفاً. وكان كثيرون قد فروا خارج البلاد هرباً من أعمال العنف عقب الغزو الذي قادته الولايات المتحدة عام 2003 وأطاح بصدام حسين.

دعا البابا فرنسيس، بعد وصوله إلى العاصمة العراقية بغداد، المجتمع الدولي لأداء دور حاسم في تعزيز السلام في العراق وكل الشرق الأوسط. وقال بابا الفاتيكان في كلمة ألقاها أمام رئيس الجمهورية العراقية، برهم صالح، في قصر بغداد «إن التحديات المتزايدة تدعو الأسرة البشرية بأكملها إلى التعاون على نطاق عالمي لمواجهة عدم المساواة في مجال الاقتصاد، والتوترات الإقليمية التي تهدد استقرار هذه البلدان».

وأضاف: «فلتصمت الأسلحة»، «وليكن الدين في خدمة السلام والأخوة».

جدول زيارة البابا؟

بعد لقائه رئيس الجمهورية ورئيس الوزراء وكبار المسؤولين العراقيين، التقى بالأساقفة ورجال الدين الآخرين في كنيسة «سيدة النجاة» للسريان الكاثوليك في العاصمة، التي شهدت مقتل 52 مسيحياً وشرطياً في هجوم شنه مسلحون من تنظيم القاعدة عام 2010.

وذهب البابا جنوباً إلى مدينة النجف الشيعية حيث يزور المرجع الشيعي آية الله علي السبيستاني، البالغ من العمر 90 عاماً. الأمر الذي سوف يمثل قمة تواصله المستمر مع المسلمين الشيعة.

وعارضت بعض الجماعات الشيعية المتشددة زيارة البابا ووصفتها بأنها تدخل غربي في شؤون العراق. لكن الكثير من العراقيين يأملون أن يساعد ذلك في تعزيز رؤية جديدة للعراق.

بعد ذلك حضر البابا فرنسيس اجتماعاً مشتركاً بين أتباع المسيحية والإسلام واليهودية في موقع مدينة أور الأثرية، الذي يعتقد أنها مسقط رأس النبي إبراهيم.

كما ذهب البابا إلى مدينة الموصل شمالي البلاد، حيث أقيمت صلاة في كنيسة الساحة من أجل من سقطوا في الحرب مع تنظيم الدولة الإسلامية التي خلقت عشرات الآلاف من القتلى من المدنيين.

كما زار البابا قره قوش القريبة، حيث عاد المسيحيون بعد هزيمة تنظيم الدولة الإسلامية عام 2017 لترميم كنيسة المدينة وإعادة بناء منازلهم.

كما أقام البابا قداساً يحضره آلاف الأشخاص في ملعب في أربيل، عاصمة إقليم كردستان العراق.

وانتشر نحو 10 آلاف فرد من قوات الأمن العراقية لتأمين الزيارة، فضلاً عن فرض حظر تجول على مدار الساعة للحد من انتشار فيروس كورونا.

ما الذي يأمل البابا في تحقيقه؟

يهدف بابا الفاتيكان إلى تشجيع المسيحيين والدعوة إلى السلام خلال اجتماعات مع زعماء سياسيين وغيرهم من رجال الدين، بحسب مراسل بي بي سي مارك لوين. وقال البابا فرنسيس، مخاطباً الشعب العراقي في رسالة بالفيديو عشية رحلته: «وأفنيكم حاجا تائباً لكي التمس من الرب المغفرة والمصالحة بعد سنتين الحرب والإرهاب، ولأسأل الله عزاء القلوب وشفاء الجراح».

وأضاف: «وأفنيكم حاجا يشوقني السلام... وأسعى خلف الأخوة وتدفعني الرغبة في أن نصلي معا ونسير معا ومع الإخوة والأخوات في التقاليد الدينية الأخرى أيضاً، تحت راية أينا إبراهيم، الذي يجمع في عائلة واحدة المسلمين واليهود والمسيحيين».

وقال البابا للمسيحيين العراقيين: «أود أن أحمل لكم عنق الكنييسة بأسرها المفعم بالحنان، الكنييسة التي هي قريبة منكم ومن الشرق الأوسط المتأمل، وأنا أشجعكم على المضي قدماً».

من هم مسيحيو العراق؟

وفقاً لوزارة الخارجية الأمريكية، يقول رجال دين مسيحيون إن هناك أقل من 250 ألف مسيحي في العراق، ويعيش معظمهم، نحو 200 ألف، في سهل نينوى وإقليم كردستان شمالي البلاد.

يقدر 67 في المئة منهم من الكلدان الكاثوليك، الذين تحتفظ كنيستهم ذات الطقوس الشرقية بطقوس دينية وتقاليد خاصة بها لكنها تعترف بسلطة البابا في روما، بينما ينتمي

كما شجع الخطوات الإصلاحية المتخذة في العراق، ودعا إلى ضمان مشاركة جميع الفئات السياسية والاجتماعية، مؤكداً على ضرورة التصدي لآفة الفساد واستغلال السلطة.

وقد وصل البابا فرنسيس إلى العاصمة العراقية بغداد، في زيارة هي الأولى من نوعها لبابا الفاتيكان إلى العراق.

وهدفت الزيارة، التي استمرت أربعة أيام، إلى طمأنة المجتمع المسيحي في العراق، وتعزيز الحوار بين الأديان. وهبطت الطائرة التابعة لشركة أليطاليا، التي أقلت البابا والوفد المرافق له، في مطار بغداد قادمة من مدينة روما الإيطالية.

ورافق البابا في هذه الرحلة وفد كبير يضم مسؤولاً أمينياً، ونحو 75 صحفياً.

وفرش السجاد الأحمر لاستقبال البابا، الذي كان يرتدي الكمامة، وكان في استقباله رئيس مجلس الوزراء العراقي مصطفى الكاظمي وكبار الشخصيات السياسية.

والتقى البابا، في أول رحلة خارجية له منذ تفشي وباء كورونا، أبرز رجال الدين من الشيعة في العراق.

البابا فرنسيس

وكان البابا قد أصر على الزيارة رغم تسجيل زيادة جديدة في أعداد الإصابات بفيروس كورونا والمخاوف الأمنية.

وقال البابا فرنسيس، بعد ساعات من هجوم صاروخي استهدف قاعدة تستضيف القوات الأمريكية، إن المسيحيين العراقيين لا يمكن «حذلائهم للمرة الثانية».

وكان البابا يوحنا بولس الثاني، بابا الفاتيكان السابق، قد ألقى زيارة للعراق في نهاية عام 1999 بعد انهيار محادثات مع حكومة الرئيس العراقي السابق صدام حسين.



«لقاء تاريخي» بين البابا فرنسيس والمرجع الشيعي الأعلى علي السيستاني في النجف

الاجتماعي» أيضا.

«مصالح خارجية»

وألقى آية الله العظمى بثقله في العام 2019 لإسقاط الحكومة حينها بعد أشهر من تظاهرات قادها شباب احتجاجا على الفساد والتردي في الأوضاع الاجتماعية في بلادهم. وينحو البابا كما السيستاني، إلى إطلاق مواقف سياسية غالباً. لكن كلاهما يعتمدان أسلوباً موزوناً في إطلاق مثل هذه المواقف.

وفي خطابه الجمعة في بغداد، تطرق البابا إلى مواضيع حساسة وقضايا يعاني منها العراق خلال لقائه الرئيس برهم صالح. فقال «للتصمت الأسلحة! ولنضع حداً لانتشارها هنا وفي كل مكان! ولنتوقف المصالح الخاصة، المصالح الخارجية التي لا تهتم بالسكان المحليين. ولنستمع لمن يبني ويصنع السلام!».

وأضاف «كفى عنفاً وتطرفاً وتحزبات وعدم تسامح! ليعط المجال لكل المواطنين الذين يريدون أن يبنوا معاً هذا البلد في الجوار وفي مواجهة صريحة وصادقة وبناءة».

ودعا أيضاً إلى «التصدي لآفة الفساد وسوء استعمال السلطة، وكل ما هو غير شرعي».

وجرت زيارة البابا وسط إجراءات أمنية مشددة، وفي ظل إغلاق تام سببه ارتفاع الإصابات بفيروس كورونا مع أكثر من خمسة آلاف إصابة في اليوم.

وتلقى البابا لقاحاً مضاداً للفيروس، فيما لم يشر مكتب السيستاني إلى أن آية الله العظمى حصل على لقاح من جهته.

بعد النجف، يتوجه البابا فرنسيس جنوباً أيضاً إلى أور، الموقع الأثري الذي يعتقد أنه مكان مولد النبي إبراهيم، أب الديانات السماوية.

وشارك هناك في صلاة مشتركة مع رجال دين شيعة وسنة وأيزيديين وصابئة.

ويرى الكاردينال الإسباني ميغيل أنخيل أبوسو الذي يرأس المجلس البابوي للحوار بين الأديان أن «مدرسة النجف الفقهية أكثر علمانية من مدرسة قم التي لها اتجاه أكثر تدنياً»، مضيفاً أن النجف «تعطي أهمية أكبر للبعد

استشارياً للسياسيين وليس مُقررًا، مقابل مرجعية قم في إيران التي تؤكد أن لرجال الدين دوراً في إعطاء توجيهات سياسية على غرار المرشد الأعلى للجمهورية الإسلامية الإيرانية علي خامنئي.



الكاظمي: البابا والسيستاني يرسمان لنا طريق الأمل في المستقبل

اعتبر رئيس الحكومة العراقية مصطفى الكاظمي أن المرجع الديني الأعلى علي السيستاني وبابا الفاتيكان البابا فرنسيس، رسما للعراق طريق الأمل في المستقبل. وورد في بيان حكومي أن «الكاظمي استقبل الكاردينال ساكو، الذي أعرب خلال اللقاء، عن عميق شكره وتقديره للجهود الحكومية التي أدت إلى نجاح زيارة قداسة البابا فرنسيس إلى العراق، وتجسد هذا النجاح بتعزيز مكانة العراق في المجتمع الدولي، فضلا عن إسهامها في دعم قيم التعايش السلمي والاستقرار في البلاد».

وأثنى الكاظمي على جهود الكنيسة العراقية ودورها في التحضير لهذه الزيارة، وتحقيقها بأن تكون زيارة للعراق بأجمعه وليس لمسيحييه فقط. ونقل الببان عن الكاظمي قوله، إن «النموذج الذي تقدمه شخصيات مثل سماحة المرجع الأعلى السيد السيستاني، وقداسة بابا الفاتيكان، إنما يرسم لنا طريق الأمل في المستقبل، ويعزز قيم التلاحم ويمنح السلم المجتمعي الثقة المستدامة».

شهد العراق لقاء غير مسبوق يجمع بين البابا فرنسيس، الزعيم الروحي لـ1,3 مليار مسيحي في العالم، والمرجعية الشيعية العليا آية الله العظمى علي السيستاني في النجف، في واحدة من أهم محطات زيارة الحبر الأعظم التاريخية إلى البلاد.

وبعدما كان التقى البابا زعماء الطوائف الكاثوليكية الجمعة في بغداد، يمد اليد إلى المسلمين الشيعة بزيارته السيستاني البالغ من العمر 90 عاماً والذي لا يظهر في العلن أبداً، في منزله المتواضع في مدينة النجف على بعد 200 كلم إلى جنوب بغداد.

وعقد الرجلان لقاء مغلقاً لمدة ساعة يأتي بعد عامين من توقيع البابا فرنسيس وثيقة الأخوة الإنسانية مع إمام الأزهر، إحدى أبرز المؤسسات التابعة للمسلمين السنة ومقرها مصر. ويشكل السنة تسعين بالمئة من مسلمي العالم، بينما يشكل الشيعة عشرة بالمئة يتركز معظمهم في العراق وإيران. ورفعت في بعض شوارع النجف لوحات عليها صور البابا فرنسيس وآية الله السيستاني مع عبارة بالإنكليزية «اللقاء التاريخي».

«بعد أفر»

ويقول رجل الدين الشيعي محمد علي بحر العلوم لوكالة الأنباء الفرنسية أن هذه الزيارة تشكل مصدر «اعتزاز»، مضيفاً «نتمن هذه الزيارة التي بلا شك سوف تعطي بعداً آخر للنجف الأشرف».

في مطار بغداد الدولي الذي نزل به الحبر الأعظم، رفعت لافتة كبرى فيها دعوة إلى التعايش والحوار بين الأديان تتضمن اقتباساً من أحد أقوال الإمام علي الشهيرة «فإنهم صنفان: إما أخ لك في الدين، أو نظير لك في الخلق».

وبعد السيستاني أعلى مرجعية بالنسبة لغالبية الشيعة البالغ عددهم 200 مليون في العالم، والذين يعدون أقلية من 1,8 مليار مسلم بالإجمال. ويمثل السيستاني المولود في إيران مرجعية النجف التي تؤيد أن يكون دور المرجعية



الرئيس الأمريكي يعلق على زيارة البابا فرنسيس للعراق

علق الرئيس الأمريكي جو بايدن، على زيارة البابا فرنسيس إلى العراق معتبراً أنها «زيارة تاريخية وبعثت برسالة مهمة، وهي أن الأمل أقوى من الموت، وأن السلام أقوى من الحرب».

وقال بايدن في نص التعليق على الزيارة التي نشرها البيت الأبيض: «العراق بلد غارق في التنوع الديني والعرقي، كما أنه موطن لواحدة من أقدم المجتمعات المسيحية وأكثرها تنوعاً في العالم».

ورأى بايدن أن «زيارة البابا فرنسيس (للعراق) كانت أول زيارة تاريخية ومرحب بها للبلاد. لقد بعث برسالة مهمة، كما قال البابا فرنسيس نفسه، مفادها أن الأخوة أكثر ديمومة من قتل الأخوة، وأن الأمل أقوى من الموت، وأن السلام أقوى من الحرب».

واعتبر بايدن أن «رؤية البابا فرنسيس يزور المواقع الدينية القديمة، بما في ذلك مسقط رأس إبراهيم التوراتي، وقضاء بعض الوقت مع آية الله العظمى، علي السيستاني، في النجف، وإقامة الصلاة في الموصل، المدينة التي عانت قبل بضع سنوات فقط من فساد وتعصب جماعات متطرفة مثل داعش، هو رمز الأمل للعالم بأسره».

وأضاف: «إنني أهنئ حكومة وشعب العراق على الرعاية والتخطيط اللذين ساهما في تنظيم هذه الزيارة الضخمة، وأواصل الإعجاب بالبابا فرنسيس لالتزامه بتعزيز التسامح الديني، والروابط المشتركة لإنسانيتنا، والتفاهم بين الأديان».



البابا فرنسيس يختتم زيارته التاريخية بقداس من مدينة أربيل ويقول إن «العراق سيبقى دائما في قلبي»

وأديرته التراثية العريقة لدمار كبير على يد التنظيم المتطرف. وقال البابا في كلمته من الموصل «إنها لقسوة شديدة أن تكون هذه البلاد، مهد الحضارات قد تعرّضت لمثل هذه العاصفة اللاإنسانية التي دمرت دور العبادة القديمة».

«لا تيأسوا»

ورأى المسيحيون الذين عملوا منذ أسابيع على ترميم وتنظيف كنائسهم المدمرة والمحروقة، في هذه الزيارة البابوية الأولى في تاريخ العراق، رسالة أمل. وقال منير جبرائيل الذي شارك في استقبال البابا في قرقوش «ربما تساعد زيارة البابا في إعادة بناء البلاد، وإحضار السلام والحب أخيراً. شكراً له».

واستقبل سكان البلدة البابا بسعف النخيل، قبل أن يدخل الكنيسة على وقع الألحان السريانية ويؤدي فيها صلاة أشار فيها إلى ضرورة إعادة بناء ما دمرته سنوات من «العنف والكراهية».

وأحرق تنظيم «الدولة الإسلامية» هذه الكنيسة في قرقوش الواقعة على بعد نحو 30 كلم إلى جنوب مدينة الموصل، قبل أن يعاد ترميمها. ولحق دمار كبير ببلدة قرقوش على يد التنظيم، ولا يزال الوضع الأمني متوتراً مع انتشار مجموعات مسلحة بأعداد كبيرة في السهول المحيطة.

وقال البابا في كلمته «قد يكون الطريق إلى الشفاء الكامل ما زال طويلاً، لكنني أطلب منكم، من فضلكم، ألا تيأسوا».

وتعرّض عشرات الآلاف من مسيحيي نينوى للتهجير في العام 2014 بسبب سيطرة تنظيم «الدولة الإسلامية»، ويقت قلة منهم حالياً بالقوات الأمنية التي يقولون إنها تخلت عنهم، وبخشي العديد منهم حتى الآن العودة إلى بيوتهم. وبالإضافة إلى التحديات الأمنية، تأتي الزيارة وسط تحدّ صحي أيضاً مع زيادة أعداد الإصابات بكوفيد-19. حرمت الحشود من ملاقة البابا وإلقاء التحية عليه.

وقال المتحدث باسم الفاتيكان أتيو بروني الأحد «هذه رحلة لها طابع خاص نظراً للظروف الصحية والأمنية». وأضاف «لكنها مبادرة حبّ و سلام لهذه الأرض وهذا الشعب». وفي اليوم الثاني من زيارته التاريخية، التقى البابا السبت في النجف المرجع الشيعي الأعلى علي السيستاني الذي أعلن اهتمامه ب«أمن و سلام» المسيحيين العراقيين.

والمشاركة في القداس. ويتسع ملعب فرانسو حبري الذي يحمل اسم سياسي آشوري عراقي اغتيل قبل 20 عاماً في أربيل، لعشرين ألف شخص، لكن عدد الحاضرين كان أقل من ذلك بكثير، إذ فرض على المشاركين الحصول مسبقاً على بطاقة خاصة وتمّ تحديد العدد، وذلك في إطار تدابير الوقاية من وباء كوفيد-19.

وفي المدينة التي تعرّض مطارها وأخر شباط/فبراير لهجوم صاروخي استهدف الوجود الأمريكي، لاقى الآلاف البابا رافعين أعلام الفاتيكان وكردستان وأغصان الزيتون.

«السلام أقوى من الحرب»

في الموصل، أسف البابا له التناقض المأساوي بأعداد تلاميذ المسيح في الشرق الأوسط. وقال على أنقاض كنيسة الطاهرة السريانية الكاثوليكية، إن هذا «ضرر جسيم لا يمكن تقديره، ليس فقط للأشخاص والجماعات المعنية، بل للمجتمع نفسه الذي تركوه وراءهم». وصى من الموقع الأثري الشاهد على انتهاكات الجهاديين «من أجل ضحايا الحرب والنزاعات المسلحة»، مؤكداً أن «الرجاء أقوى من الموت، والسلام أقوى من الحرب».

ثم توجه إلى قرقوش حيث أدى صلاة في كنيسة الطاهرة الكبرى التي تشهد أيضاً على الانتهاكات العديدة لتنظيم «الدولة الإسلامية» في شمال البلاد.

وقام بجولة بعربة غولف في المدينة وسط حشد صغير رافقه بالزغاريد والتحيات. ويعاني البابا البالغ من العمر 84 عاماً من التهاب في العصب الوركي ويواجه صعوبة في السير. وقالت هلا بعد أن مرّ البابا من أمامها، «هذا أجمل يوم!». وأضافت المرأة المسيحية التي فرت من الموصل عند سيطرة الجهاديين عليها، «نأمل الآن أن نعيش بأمان، هذا هو الأهم».

وأرغم العديد من مسيحيي العراق، بفعل الحروب والنزاعات وتردي الأوضاع المعيشية، على الهجرة. ولم يبق في العراق اليوم سوى 400 ألف مسيحي من سكانه البالغ عددهم 40 مليوناً بعدما كان عددهم 1,5 مليون عام 2003 قبل الاجتياح الأمريكي للعراق.

واكتست هذه المحطة أهمية كبرى، لا سيما أن محافظة نينوى وعاصمتها الموصل، تشكل مركز الطائفة المسيحية في العراق، وقد تعرّضت كنائسها

في آخر محطة من زيارته التاريخية إلى العراق، ترأس البابا فرنسيس قداساً ختامياً في أربيل بكرديستان، شارك فيه الآلاف وسط إجراءات صحية وأمنية مشددة. وودع الحبر الأعظم العراقيين قائلاً «العراق سيبقى معي وفي قلبي». بعد ثلاثة أيام حافلة بالتنقلات بالطائرة والمروحية وسيارة مصفحة، اختتم البابا فرنسيس زيارته التاريخية إلى العراق بقداس من مدينة أربيل بكرديستان أقامه بعد ظهر الأحد، شارك فيه الآلاف وسط إجراءات صحية وأمنية، وودع العراقيين قائلاً «العراق سيبقى معي وفي قلبي».

وودع البابا هذا البلد الذي طوى صفحة تنظيم «الدولة الإسلامية» الدامية قبل ثلاث سنوات فقط ولا يزال يشهد توترات أمنية ناتجة عن وجود فصائل مسلحة خارجة عن السيطرة. وقال البابا في ختام القداس «الآن، اقتربت لحظة العودة إلى روما. لكن العراق سيبقى دائماً معي وفي قلبي».

رسالة أمل وأنهى زيارته برسالة أمل قائلاً «في هذه الأيام التي أمضيتها بينكم، سمعت أصوات ألم وشدة، ولكن سمعت أيضاً أصواتاً فيها رجاءً وعزاء»، قبل أن يحيي الحضور بعبارات «سلام، سلام، سلام. شكراً بارككم الله جميعاً ببارك الله العراق!»، ثم «الله معكم!»، بالعربية.

وبتأثر واضح، قالت بيضاء سافو البالغة من العمر 54 عاماً التي شاركت في القداس في ملعب فرانسو حبري في أربيل مع أولادها، «نعرف الآن أن هناك من يفكر فينا، ويشعر بما نفكر به». وأضافت «سيشجع ذلك المسيحيين للعودة إلى أرضهم». وسافو من بين آلاف المسيحيين الذين فروا من الموصل في شمال العراق إلى أربيل بعد سيطرة تنظيم «الدولة الإسلامية» على المنطقة بين 2014 و2017.

وكان البابا زار في وقت سابق مدينة الموصل حيث صلى على أرواح «ضحايا الحرب». كما زار قرقوش، البلدة المسيحية التي نزح كل أهلها خلال سيطرة تنظيم «الدولة الإسلامية»، وعاد جزء منهم خلال السنوات الماضية.

سيارة الـ«باباموبيلي» الشهيرة

ووصل البابا بمواكبة أمنية كبيرة إلى الملعب في سيارة الـ«باباموبيلي» الشهيرة التي ألقى منها التحية على الحشد الذي تجمع لاستقباله



كشف مصير كرسي البابا فرنسيس «المختفي» في العراق

أثار الكرسي الذي جلس عليه البابا فرنسيس خلال زيارته إلى العراق، جدلاً واسعاً في البلاد التي زارها بابا الفاتيكان لأول مرة في زيارة اعتبرت «تاريخية».

الكرسي الأبيض الكبير الذي ظهر خلال «لقاء الأديان» والصلاة الإبراهيمية في مدينة أور الأثرية جنوبي العراق، كان قد صمم خصيصاً لزيارة البابا من قبل شركة غير عراقية اسمها (خلف الأضواء).

بعد انتهاء الزيارة أثرت أنباء عن «سرقة» الكرسي من قبل الشركة التي صممتها وتعاقبت معها الدولة العراقية لتنظيم اللقاء، لكن مصادر نفت ذلك.

وقال مصدر عراقي إن «الكرسي من مقتنيات الشركة التي نظمت اللقاء، ولم يكن هناك اتفاق على تسليمه للعراق أو لأي متحف، وما خرج من معلومات عن سرقة، غير صحيحة».

من جهتها أعلنت شركة (خلف الأضواء) في بيان صحفي، أن «الكرسي الذي أقيم عليه القُداس هو من عائدات الشركة وما أُثير عن اختفائه عار عن الصحة».

يذكر أن البابا زار العراق في الخامس من مارس الحالي، وقام بجولة في خمس محافظات عراقية خلال ثلاثة أيام، وكان لقاؤه بالمرجع الديني الأعلى علي السيستاني وزيارة مدينة الموصل، من أبرز محطاته في العراق.



بالزغاريد والتراتيل.. المصلون يستقبلون الحبر الأعظم في أول قداس له في بغداد

خلال القداس نصاً من إنجيل القديس متى بلحن شرقي خاص بطقوس الكنيسة الكلدانية المشرقية إن «هذا أول لقاء حقيقي يجمع قداسه مع رعيته». في القداس، بارك البابا فرنسيس القربان والنيبذ اللذين يرمزان بالنسبة للمسيحيين إلى دم وجسد المسيح، لكنه لم يتم بطقس المناولة شخصياً. وقام بدلاً منه العشرات من رجال الدين بتقديم القربان للمصلين. وطلبت امرأة من الكاهن أن يضع قطعة القربان لها في صندوق صغير لتأخذه معها إلى قريب مريض. وفيما هم البابا بالمغادرة، بدأ الحضور بهتاف عبارة «فيها بابا» أو «ليحيا البابا».

«إذا لم يسمحوا لي بالدخول... سأبكي»

وكانت زيارة البابا فرنسيس حتى الآن محكومة بقواعد احتواء وباء كوفيد-19، وبدأت بلقاءات رسمية في بغداد، ولقاء مع المرجع الشيعي الأعلى علي السيستاني السبت، بالإضافة إلى زيارة لأور جنوباً. لكن كل تلك اللقاءات خلت من الجموع الغفيرة التي عادة ما تلاقي حبراً أعظم في مثل هذه الزيارات.

وأثارت تلك التدابير غضب عدد من المسيحيين البغداديين، ممن لم يتسنى لهم المشاركة في القداس داخل الكنيسة، رغم أنهم عانوا في تحجب الحواجز الأمنية العديدة التي أقيمت في جميع الطرق المؤدية إليها، لوصولها إلى بواباتها. من بين هؤلاء الذين بقوا في الخارج، سميرة يوسف العراقية الكاثوليكية التي جاءت مع أختها محاولة حضور القداس. وقالت لوكالة الأنباء الفرنسية «كنت أنتظر خارج الكنيسة منذ الظهر، كنت أنتظر هذه اللحظة طوال حياتي».

وأضافت «إذا لم يسمحوا لي بالدخول... سأبكي». في الجوار، وقف طفل صغير وهو يحك رأسه بينما كان ينظر إلى حراس الفاتيكان وهم يغلقون بوابة الكنيسة التي تفوقه طولاً بثلاثة أضعاف. وقال فهد وهو مسلم يبلغ من العمر 12 عاماً «أنا أعيش في الجوار وأتني إلى هنا طوال الوقت لإضاءة الشموع». وأضاف «لكن البابا هنا اليوم... أتمني أن يصبح الأمر طبعياً ويأتي إلى العراق طوال الوقت».

قليلاً. واستعدت جوقة أطفال لاستقبال البابا بالتراتيل. من بينهم فتاة صغيرة وضعت على رأسها قبعة كبيرة الحجم وعليها صورة البابا، قالت وقد بدا عليها الحماس «تدربنا لثلاثة أيام كاملة» استعداداً لاستقبال الضيف الاستثنائي. توجه البابا إلى الحضور بكلمة عن التواضع والمحبة أوجت مشاعر نبيل يعقوب البالغ من العمر 46 عاماً، والذي يقطن في بغداد منذ زمن طويل. وقال الرجل «لقد نجوت من كل شيء، من الطائفية، من العنف، من التفجيرات في بغداد»، فيما جلس في الصف الأول في باحة الكنيسة حيث شاهد القُداس عبر شاشة.

«البابا هنا اليوم»

رغم الفرح العارم الذي خيم على المكان، إلا أن الحضور داخل الكنيسة كان محدوداً، على خلفية تفشي وباء كوفيد-19. إن منحت كل رعية في بغداد 13 دعوة فقط لتوزيعها على الرعايا التابعين لها، كما قال الأب نظير دكو في الكاتدرائية، ويسمح لهؤلاء بدخول الكنيسة. وقال دكو الذي تلى

في مشهد مهيب بياحة كاتدرائية مار يوسف للكلدان، أنتظرت جموع من المصلين المسيحيين الذين تضاءلت أعدادهم على مر السنوات في بغداد، وصول الحبر الأعظم لإقامة أول قداس له منذ قدومه الجمعة إلى العراق. وارتفعت أصوات الزغاريد وتراتيل الطقس الشرقي التي تليق باللغة العربية، حين بدأ البابا فرنسيس طقوس القداس. ثم بارك البابا القربان والنيبذ اللذين يرمزان بالنسبة للمسيحيين إلى دم وجسد المسيح، لكنه لم يتم بطقس المناولة شخصياً. أقام البابا فرنسيس القداس بالطقس الكلداني، هو الأول منذ وصوله إلى بغداد. وفي باحة كاتدرائية مار يوسف للكلدان، أنتظرت جموع من المصلين المسيحيين الذين تضاءلت أعدادهم على مر السنوات في بغداد، بصمت مهيب رجال لم يحملوا قط برؤيته.

وخلال القداس، فاق عدد المشاركات من النساء الرجال، وارتدت بعضهن غطاءً أسوداً أو أبيض فوق رؤوسهن، احتراماً للزعيم الروحي لأكثر من 1,3 مليار مسيحي في العالم.

في الباحة، وانتظارا لأول قداس يحييه الحبر الأعظم في العراق، جلس الحضور على مقاعد خشبية مزينة بأزهار زاهية، حاملين بأيديهم مسابح أو كتب صلاة صغيرة، فيما فصلتهم دقائق قليلة للقاء البابا فرنسيس.

زغاريد وتراتيل

فجأة، انكسر الهدوء الذي كان يخيم على الأجواء، وارتفعت مئات الأيدي بشكل عفوي إلى السماء، وقد وصل البابا بملابسه البيضاء إلى الباحة الخارجية للكاتدرائية، وبدت على وجهه السعادة لكونه تمكن أخيراً من أن يكون قريباً من مؤمنين ينتظروه بفارغ الصبر.

بالزغاريد وتراتيل الطقس الشرقي التي تليق باللغة العربية، استقبل المصلون، بعد طول انتظار، البابا أخيراً.

فيما عبر الحبر الأعظم الرواق المؤدي إلى الكنيسة، لم يتوان الحضور مراراً وتكراراً عن رفع هواتفهم لسرقة صورة ذاتية معه، بل نزعوا كاماتهم عدة مرات لتظهر ابتسامات فرحة لم يتمكنوا من احتوائها في ظل هذه المناسبة التاريخية.

«تدربنا لثلاثة أيام كاملة»

بدت الحماسة واضحة أيضاً على وجوه الشباب من الحضور رغم أن عددهم كان

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ
الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْ مَصْرَبًا قَالُوا إِنَّ الْمَتْرَافِينَ إِلَيْنَا وَإِلَى اللَّهِ الْمَرْجِعُ
صَلَّى وَاللَّهُ الْعَظِيمُ



بقلوب مؤمنة بقضاء الله وقدره
نتقدم بخالص العزاء وصادق
المواساة القلبية إلى /
الأخ / **قائد محمد قائد العتولي**
و **الدكتور / عبدالله شريف**
والى آل العتولي وآل شريف
الكرام في وفاة المغفور له
بإذن الله

الحاج / محمد قائد العتولي

سائلين الله العلي القدير أن يتغمده بواسع رحمته وأن
يسكنه فسيح جناته وأن يلهم أهله وذويه الصبر والسلوان..

إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ
الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْ مَصْرَبًا قَالُوا إِنَّ الْمَتْرَافِينَ إِلَيْنَا وَإِلَى اللَّهِ الْمَرْجِعُ
صَلَّى وَاللَّهُ الْعَظِيمُ



بقلوب مؤمنة بقضاء الله وقدره
نتقدم بخالص العزاء وصادق
المواساة القلبية إلى /
زوجته : **هنية مصباح حلواني**
اولاده : **نزيه - جمال - سمير - وفيق**
عامر - حسام
بناته : **دلال - وفاء - سناء**
والى آل أبو عرقوب الكرام وذلك في
وفاة المغفور له بإذن الله والدمع

الحاج / مصطفى يوسف أبو عرقوب

سائلين الله العلي القدير أن يتغمده بواسع رحمته وأن
يسكنه فسيح جناته وأن يلهم أهله وذويه الصبر والسلوان..

إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ



United Mobile

- T Authorized Dealer**
- T Payment Center**
- T Accessories**



لدينا خدمات سريعة لإصلاح تلفوناتكم

لمزيد من المعلومات

313-888-0011

خدمة متميزة - وعروض مغرية



Bashir

7431 w. vernor, detroit mi 48209

tel: 313-843-3575 fax : 313-843-4182



AL-AMEER Restaurant



أشهى المأكولات اللبنانية



DEARBORN, MI
12710 W. Warren Ave Dearborn, MI 48126
Phone: (313) 582-8185



DEARBORN HEIGHTS, MI
27346 Ford Rd. Dearborn Hts., MI 48127
Phone: (313) 565-9600



اعتداء على مسجد جنوب شرقي إسبانيا..

تعرض مسجد في منطقة «سان جافير» التابعة لمدينة مرسية جنوب شرقي إسبانيا، لاعتداء من قبل مجهولين.

ونقلت الصحافة الإسبانية عن مصادر أمنية، أن الاعتداء على المسجد في منطقة يقطنها مهاجرون من المسلمين العرب. وكتبت على نوافذ المسجد عبارات «الموت للإسلام»، كما لحقت أضرار بنوافذ وباب المسجد، نتيجة تفجير علبة الدهان التي استخدموها في الكتابة على النوافذ.

وأفاد المسلمون القاطنون في المنطقة أنهم لأول مرة يعيشون حادثة كهذه، مؤكدين أنهم يعتبرونها حادثة فريدة لا تخل بعلاقات المجتمع المسلم مع الإسبان في المنطقة.

بدوره، قال إبراهيم روبي، إمام المسجد، إن المعتدين لن يحققوا أهدافهم في استهداف الاستقرار والسلام القائم بين المجتمعين المسلم والإسباني في المنطقة.

وتحتضن إسبانيا قرابة 2.1 مليون مسلم، بينهم 100 ألف يقيمون في منطقة مرسية.



فرنسا تطلق 17 مسجداً

قال وزير الداخلية الفرنسي جيرالد دارمانيان: إنهم أغلقوا 17 مسجداً من أصل 89 تابعاً للمسلمين في بلاده، لاشتباهم بارتباطها بـ«أنشطة انفصالية»، حسب زعمه.

وأضاف في معرض رده على أسئلة النواب في برلمان بلاده أن 89 من أصل 2500 دار عبادة للمسلمين في فرنسا يشتبه بوجود صلات لها بـ«أنشطة انفصالية».

وأوضح أنهم أغلقوا حتى الآن 17 مسجداً من بين دور العبادة هذه، استناداً لقانون «انتهاك قواعد الأمن التي يجب اتباعها في الأماكن المتاحة للعبادة».

وأشار إلى أن القوانين الحالية في فرنسا لا تسمح له بإغلاق كافة دور العبادة المشتبه بها، مبيناً أنهم تمكنوا من إغلاق 17 منها فقط، ضمن إطار القوانين الحالية.

ولفت إلى أن القوانين الفرنسية تسمح بإغلاق دور العبادة فقط في حالتين؛ الأولى أن يكون على صلة مباشرة بعمل إرهابي قد وقع، والأخرى أن ينتهك قواعد الأمن التي يجب اتباعها في الأماكن المتاحة للعبادة.



أنس سروار.. أول مسلم يقود حزباً سياسياً بإسكتلندا

وقال سروار، في مقطع مصور نشره عبر «تويتز»: إنه «لشرف عظيم لي في حياتي أن أصبح زعيماً لحزب العمال الإسكتلندي، سأكون قائداً يركز على ما يوحدنا كدولة، وليس ما يفرقنا». وأضاف: «أريد أن أقول مباشرة لشعب إسكتلندا.. أعرف أن حزب العمال عليه أن يفعل الكثير ليسترد ثقته». ويشغل حزب العمال المعارض في إسكتلندا 23 مقعداً في البرلمان، المكون من 129 مقعداً. وولد سروار في غلاسكو عام 1983. ورغم تعرضه إلى التهديدات العنصرية وسوء المعاملة كونه مسلماً، ترك سروار وظيفته كطبيب أسنان في عام 2010، وقرر دخول عالم السياسة.

انتخب حزب العمال الإسكتلندي أنس سروار زعيماً له قبل انتخابات برلمانية مقرر إجرائها في مايو. وبهذه الخطوة، واصل أنس سروار تقليداً عائلياً، في سابقة سياسية، ليصبح أول مسلم يقود حزباً سياسياً في البلاد، بعد والده محمد الذي كان أول عضو برلماني مسلم في المملكة المتحدة. وذكرت صحيفة «غارديان» البريطانية أن سروار تغلب على زميلته مونيكا لينون بنسبة 57.6% مقابل 42.4%. ويخلف سروار المولود لأبوين باكستانيين مسلمين، عضو البرلمان الإسكتلندي عن غلاسكو (أكبر مدن إسكتلندا)، ريتشارد ليونارد، الذي استقال في يناير الماضي.

ولاية بافاريا الألمانية تدرج مادة للتعريف بالإسلام في 350 مدرسة

تم توسع نطاقها مرارا، وتم تطبيق هذه التجربة النموذجية مؤخرًا في نحو 350 مدرسة ولا سيما في المدارس الابتدائية والمتوسطة خاصة في المناطق الحضرية.

وذكرت حكومة بافاريا أنه يتعين أن يتمكن المعلمون الذين شاركوا حتى الآن في التجربة النموذجية الحالية من مواصلة العمل في التجربة الجديدة.

ويكفل الدستور الألماني الذي تم وضعه سنة 1949، لكل فرد في البلاد حرية ممارسة الشعائر الدينية، ونصت الفقرة 3 من المادة 7 من الدستور أن لجميع الأديان الحق في تدريس الدين في المدارس. ويعيق عملية تدريس الإسلام الكثير من العوامل المرتبطة بتشكيل المنظمات الإسلامية، وعدم اتفاق العديد منها على منهاج مشترك. ويعكس هذه الاختلاف التوجه السياسي للعديد من هذه المنظمات، خاصة أن بعضها مرتبط سياسياً بدول أخرى.

وسبق لعدة ولايات أن شرعت في تقديم دروس الدين الإسلامي للتلاميذ المسلمين، ومنها ولاية برلين، وكذلك ولاية شمال الراين ويستفاليا، منذ عام 2010، غير أن ذلك لم يتطور إلى دروس نظامية رسمية في هذه الأخيرة، ووصل الخلاف على الموضوع حدّ التقاضي بين حكومة الولاية ومجلسين إسلاميين.

قرر مجلس وزراء حكومة ولاية بافاريا الألمانية تطبيق مادة للتعريف بالدين الإسلامي في نحو 350 مدرسة في الولاية الواقعة جنوبي ألمانيا وسيتم إدراج هذه المادة كمقرر اختياري من بين مجموعة من المواد الدراسية الإلزامية.

وحسب موقع «dw» الألماني فإن حكومة بافاريا تقرر بهذه الخطوة تحويل التجربة النموذجية التي يتم إجراؤها على مستوى ألمانيا إلى مادة دراسية عادية، وسيتم طرح هذه المادة للتلاميذ ولا سيما أصحاب الديانة الإسلامية كمادة اختيارية بدلا من مادة التربية الدينية أو مادة الأخلاق.

وتتعلق هذه الخطوة بعرض حكومي؛ حيث يفترض أن يقوم معلمون حكوميون بنقل معارف باللغة الألمانية عن الدين الإسلامي والتوجه الأساسي للقيم وذلك في إطار «روح نظام القيم في القانون الأساسي البافاري».

«درس إسلامي»

وتعود مسألة تدريس الدين الإسلامي بالمدارس لعقود، ففي البداية كان هناك ما يعرف بـ«التوجيه الإسلامي» باللغة التركية، وتلا ذلك عرض لتدريس هذه المادة باللغة الألمانية. وبدأت تجربة نموذجية في ألمانيا منذ عام 2009 تحت اسم «درس إسلامي»،





NASSER

PHARMACY

AHMED SHAFAL, PHARM.D

بإدارة 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
مستلزمات 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 - 4PM
SUN : Closed

5237 Oakman Blvd, Dearborn, MI 48126

Phone : 313-908-2399 Fax: 313-908-2832

www.nasserpharm.com

nasserrx10509@gmail.com

زورنا إلى
عنواننا الجديد
Near Dearborn
Manar &
Huntington
Bank

كيفية استقبال رمضان في 7 خطوات



بقلم: محمد رياض

الخطوة الثانية: الشكر على بلوغ رمضان

إذا دخل رمضان على المسلم وهو حي يرزق، فتلك منحة كبيرة وخير وفير. فإذا وفق العبد لصيامه وقيامه وطاعة الله فيه كما ينبغي، فتلك نعمة عظيمة وهبة كريمة تستحق الشكر والثناء، وتستوجب الاعتراف بكرم الله وفضله. لذلك، يتعين على المؤمن أن يحمد الله على مدِّ عمره لبلوغ هذا الشهر الكريم، وشرح صدره لاغتنام هذا الفضل العظيم، وتوفيق قلبه وجسده وجميع جوارحه لأداء مختلف الطاعات والعبادات.

الخطوة الثالثة: الإبتهاج برمضان

رمضان هو شهر الخيرات وموسم الرحمت، فيه يزداد الأجر وتضاعف الحسنات. لذلك، من الطبيعي أن يفرح المسلم لإطلالة هذا الشهر العظيم، وبيتهج لمقدم هذه المناسبة العطرة. مصداقاً لقوله تعالى: (قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ) [يونس: 58]. فالمسلم الحقيقي هو الذي يفرح بطاعة الله وبيتهج بعبادته، ويسعد بفضل الله عليه أن مدِّ في عمره وبلغه هذا الشهر الكريم.

تمر الأيام كالبرق وتمضي السنوات مسرعة، فنضيق في زحمة الحياة وعمتها، ونثيب في دروب الدنيا وفتنتها، وننشغل في اقتناء الماديات وشراء الكماليات وتوفير الشكليات، فلا نعبد الله حق عبادته، ولا نعتني بأرواحنا حق عنايتها، ولا نرعى قلوبنا حق رعايتها. وفجأة، يبيغ فجر شهر رمضان الكريم، فتتفرج الوجوه وتهفو الأرواح وتسد القلوب. لذلك، نستعرض فيما يلي بعض الخطوات التي تساعد المسلم على استقبال رمضان وأيامه، واغتنام أجره وثوابه.

الخطوة الأولى: الدعاء لبلوغ رمضان

أهم استعداد لرمضان هو الشوق لنفحاته الدينية، والتطلع لنسماته الروحية. لذلك، يُستحسن للمسلم أن يسأل الله في كل وقت وحين أن يبلغه رمضان وهو في صحة وعافية. فقد روي عن النبي صلى الله عليه وسلم قوله: (اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِي رَجَبٍ وَشَعْبَانَ وَبَلِّغْنَا رَمَضَانَ). فإذا دخل رمضان دعا المسلم ربه أن يُدخله عليه وعلى الأمة الإسلامية بالأمن والأمان، وأن يوفقه لصيامه وقيامه ويجعله مغفرة لذنوبه وآثامه.

الخطوة السادسة: التوبة الصادقة

لأننا بشر، تارة نخطئ وتارة نصيب! فالمسلم مهما بلغت درجات إيمانه معرض للخطأ، والمؤمن مهما وصلت درجات تقواه قابل للزلل. ومن حسن حظ العباد أن الله رحيم بهم، يصفح عنهم ويغفر لهم ولا يأخذهم بأخطائهم إن اعترفوا بها وندموا عليها. لذلك، يتعين على المسلم أن يستقبل رمضان وكله عزم على ترك الآثام والسيئات، والتوبة الصادقة من جميع الذنوب، والإقلاع عنها وعدم العودة إليها كي يتوب الله عليه، ويخرج من رمضان نقياً طاهراً كيوم ولدته أمه.

الخطوة السابعة: فتح صفحة جديدة

مادام في الجسد نُقَسَّ فالفرصة قائمة، وما دام في القلب روح فالألوان لم يَفُتْ. لذلك على المسلم أن لا يتصايق من أخطاء الماضي، وأن لا يحزن على سقطات الأمس. فالأخطاء تلقن لمرتكبها درس النجاح، والسقطات تعلم صاحبها فن النهوض. لذلك، على المسلم أن يستغل نفحات شهر رمضان لبدء صفحة جديدة طاهرة ونقية مع الله أولاً، ومع نفسه ثانياً، ومع أهله ثالثاً، ومع الناس من حوله رابعاً وخامساً وعاشراً.

الخطوة الرابعة: التخطيط لرمضان

رمضان بمثابة ورشة تدريب سنوية يُقَوِّي بها المسلم إيمانه، ويعزز بها تقواه، ويتعلم منها الصبر على الطاعة، والابتعاد عن المعصية، والإقبال على الله في كل وقت وحين. لذلك ينصح المسلم بالتخطيط المسبق للاستفادة من فضائل رمضان، وتحقيق أقصى المكاسب الروحية فيه عبر برنامج يومي ينظم من خلاله مواقيت الطاعات والعبادات، ويعاهد نفسه على الالتزام بها والسير عليها طيلة الشهر الكريم كي تنشط همته، وتقوى عزمته، ويثبت الأجر بإذن الله.

الخطوة الخامسة: العلم بأحكام رمضان

معرفة الأشياء خير من جهلها، والمسلم الحق هو الذي يعبد الله عن علم ومعرفة ويقين. لذلك يجب على المؤمن أن يستقبل رمضان ويستعد له بمعرفة شروطه وأحكامه وموانعه وغيرها من المسائل الفقهية المتعلقة به، حتى لا يخطئ في جنب الله وهو غافل، أو يعصيه من حيث لا يدري. فمصادر العلم في زمننا كثيرة وينابيعه في عصرنا غزيرة. وقد أوصانا الحق تعالى بالتفقه في أمور ديننا فقال: (فَاسْأَلُوا أَهْلَ الذِّكْرِ إِنْ كُنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ) [الأنبياء: 7].

The world is the farm of the hereafter

The life of a person in this life is limited, and his degree in the hereafter is based on the days that you live, so if you offer yourself a goodness you are happy, and if you neglect yourself in this life and overstay your hours, you will regret the hereafter, and God Almighty has mentioned that you are dependent on your work in this world in the hereafter.

The Almighty said: (And that there is only for a person that which he pursues). [The Star: 39]

And you do not know when the angel of death will visit you, and if you take away your soul, your relatives and loved ones and those around you

after burying you in work in this life and strive in this world vigorously, which makes them oblivious to you after your death by supplicating for you, and this is God's law in life with forgetfulness.

He is not far from you, even though he is the reason for your existence in life, and the time will come when your grandchildren and without them will forget to pray for you.

If this is decided by you, and that people are negligent about you after your death, then do more righteous deeds, knock on every door for good in this world, perhaps it will bring you closer to your Lord in the hereafter.



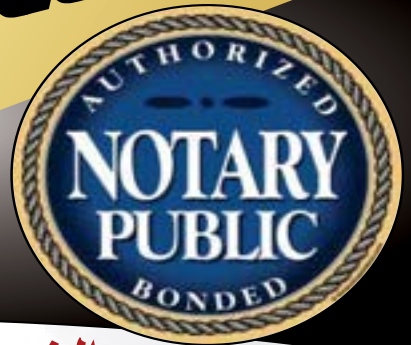
ADMITTED TO
PRACTICE
BEFORE THE IRS

ENROLLED
AGENT



مكتب عسكر العباسي

خدمات المحاسبة والضرائب ومعاملات الهجرة



الخصوصية والاحترافية- الحصول
على اكبر مردود ضريبي - السرعة والدقة
والخبرة في المعاملات

- Business Taxes
 - Personal Taxes
 - Incorporation
 - Payroll
 - Bookkeeping
 - Immigration
 - Translations
 - Notary Public
 - Travel Tickets
 - Financial Planning
 - Electronic Filing
- ضرائب المحلات - الضرائب الشخصية
تأسيس الشركات - جدول الرواتب
التخطيط المالي - التعبئة الإلكترونية
مسك الدفاتر - معاملات الهجرة
ترجمة الوثائق - كاتب عدل
حجز تذاكر السفر



NATP
شراكة مع الرابطة الوطنية للمهنيين
الضريبيين

NAEA
عضو في الرابطة الوطنية للوكلاء
المسجلين لدى مصلحة الضرائب

١٤ سنة خبرة في مجال الضرائب والهجرة والمحاسبة

15234 Michigan Ave. Dearborn MI 48126

Tel:313-429-9510 Fax:313-429-9530

E-mail: askar.alabasi@gmail.com - www.alabasiservices.com

ترشيح أكثر من 300 عمل أدبي لجائزة «الكتاب الكبير» الوطني الروسي

أفاد المركز الصحفي لجائزة «الكتاب الكبير» الوطني الروسي للآداب بأنه تم ترشيح أكثر من 300 عمل أدبي لهذه الجائزة العام الجاري.

وتضم قائمة المرشحين كتابا من روسيا والتشيك وألمانيا والولايات المتحدة وجورجيا وبلغاريا وفرنسا وغيرها من بلدان العالم، وبينهم مارينا ستينبونا ونارينيه أيجاريان ومايا كوتشيرسكايا وبافل باسينسكي وسيرغي شويغو وأندريه روبانوف وليونيد يوزيفوفيتش.

وستدخل الأعمال التي ستمر بالاختيار الأولي لمجلس الخبراء ما يسمى «القائمة الطويلة» التي سيتم إعلانها في أبريل القادم. وعلى أساسها سيتم تشكيل «قائمة النهائية». أما أسماء الحائزين على الجائزة فستعلن في ديسمبر القادم.

وتم تأسيس جائزة «الكتاب الكبير» عام 2005 من قبل «مركز دعم الأدب الروسي».



الفرنسي هنري لورانس والجزائري رشيد قريشي والفلسطيني فهد بكري يفوزون بجائزة درويش

نيسان 2002.

وبحسب موقع مؤسسة محمود درويش على الإنترنت، تنتكون الجائزة من شعار الجائزة وبراءة الجائزة موقعة من الرئيس الفلسطيني ومكافأة نقدية قيمتها 25 ألف دولار لكل فائز.

الفائزون الثلاثة

ولورانس هو مؤرخ وأكاديمي فرنسي ألف العديد من الكتب والدراسات التاريخية عن فلسطين، وله كتاب «مسألة فلسطين» الذي صدرت ترجمته العربية عن المركز القومي للثقافة والترجمة في 5 مجلدات. ومن أعمال لورانس «يونان والإسلام.. بونابرت والدولة اليهودية»، و«الأصول الفكرية للحملة الفرنسية على مصر.. الاستشراق المتأسلم في فرنسا 1798-1698»، و«المغامر والمستشرق»، و«العروبة في أزمة»، و«الملكة المستحيلة.. فرنسا وتكوين العالم العربي الحديث»، و«المسألة الفلسطينية 1922-1947.. مهمة حضارية مقدسة». أما الفنان والمخرج الفلسطيني محمد بكري، ابن قرية البعنة في الجليل، فقد أخرج فيلم «جنين جنين» الذي تبدأ مشاهدته بشاب أبكم يشرح ما شهده في اجتياح مخيم جنين (2002) بجسده كاملا، يقلد الشاب إطلاق الرصاص بيديه، وقتل القناصة بتوجيه إصبعه على رأسه، والخوف بالاختباء والرخص من زاوية إلى أخرى، بينما كاميرا بكري تلاحقه لتقول

أعلنت مؤسسة محمود درويش -اليوم السبت- فوز الباحث والمؤرخ الفرنسي هنري لورانس والفنان التشكيلي الجزائري رشيد قريشي والمخرج الفلسطيني محمد بكري، بالدورة الـ12 لجائزتها السنوية للإبداع التي تحمل اسم الشاعر الفلسطيني الراحل.

ويأتي الإعلان عن الفائزين بالتزامن مع يوم ميلاد محمود درويش (1941-2008) ويوم الثقافة الوطنية في 13 مارس/ آذار.

وقالت لجنة التحكيم إنها اعتمدت 3 معايير في اختيارها، وهي: الحضور الثقافي الفعال للشخصية، والإسهام في الحركة الثقافية الفلسطينية والعربية والعالمية، والدفاع عن قيم الحق والحرية والعدالة ميدانيا أو من خلال المنجز الثقافي. وقالت في مسوغات منح الجائزة إنها اختارت هنري لورانس «لوضوح أبحاثه ولارتباطه بالقضايا العربية وقضية فلسطين تحديدا».

كما اختارت رشيد قريشي «لعمله الجبار في استعادة كل ما هو إنساني من خلال الفن والتشكيل واللون»، إضافة إلى أن «القضية الفلسطينية» شكلت واحدة من اهتماماته الجوهرية. أما محمد بكري فجاء اختياره لجهوده السينمائية والتوثيقية للقضية الفلسطينية والنضالية، خصوصا فيلم «جنين جنين» الذي يوثق مجزرة مخيم جنين خلال اجتياح أبريل/

وفاة وزير الثقافة الأردني السابق الشاعر جريس سماوي

كما أصدرت جامعة كوستاريكا ترجمة لمجموعة من قصائده، وكذلك أصدرت جامعة إسطنبول مجموعة من أشعاره مترجمة إلى التركية.

قصيدته برية متمردة

والشاعر سماوي من مواليد الفحيص في 22 ديسمبر/ كانون الأول، 1956، درس الأدب الإنجليزي والفلسفة وفن الاتصالات الإعلامية في أميركا.

عمل في التلفزيون الأردني وقدم مجموعة من البرامج التي تتصل بجماليات المكان، وعمل كذلك مديراً عاماً لمهرجان جرش للثقافة والفنون حتى عام 2006، وتسلم منصب أمين عام وزارة الثقافة الأردنية، ثم وزيراً للثقافة عام 2011.

صدرت له مجموعة شعرية وحيدة بعنوان «زلة أخرى للحكمة»، رغم أنه كتب الكثير من القصائد وترجمت قصائده إلى الإنجليزية والفرنسية والإسبانية والإيطالية والرومانية والتركية. وقصيدته تمتاز بالبرقة والعدوية وبساطة الكلمات التي يستعيرها من المناطق البرية والظالجة، ويستلهمها من فضاءات التمر.

ورغم تندرته خصوصاً، إلا أنه كان يحرص على أنقائه، وخفوت صوته، محباً للحياة، وهو لم يفترز برفيقة درب، رغم أن الأصدقاء يطلقون عليه كنية «أبو حنا» على اسم والده الشاعر وعازف الربابة.

التي «استقاهما من ينباع الأصالة والقيم الراسخة للإنسان الأردني المعطاء».

وقال رئيس رابطة الكتاب الأردنيين المحامي أكرم الزعبي «ما تزال الفواجع تتوالى، والصدمة ياثر الأخرى بسبب هذا الوفاء الذي لا يرحم أحداً، وآخر من فقدتهم الرابطة الشاعر والوزير جريس سماوي الذي شكل رحيله صدمة شديدة في الوسط الثقافي عامة، ولأصدقائه وزملائه في الهيئة العامة لرابطة الكتاب الأردنيين.. وإننا إذ نعزي أنفسنا ونعزي أهل الراحل لنرجو له الرحمة والمغفرة، واتقن من وجوده بيننا لأن أثر الكبار لا يزول».

جغرافيا الحلم

في قصيدة جريس رؤية للمكان بوصفه نصاً ناجزاً لبلاد الشام، مستمداً قصيدته -وهو المسيحي- من مرجعيته العربية على امتداد حوران وبلاد الشام، ليتأتمى نصه بين ضفتي النهر وجناحي الأردن وفلسطين مقترباً من مساحات عرار وقضاءات صديقه الشاعر الفلسطيني محمود درويش التي يسميها جغرافيا الحلم.



وأقرأ الآثار/ هل وطني هنا».

الشاعر الإنسان

كان رحيل الشاعر والوزير والإعلامي والفنان والإنسان سماوي «فاجعة» لمن عرفه «رقيقاً، مهذباً، نبيلاً، مفرطاً في الأحاسيس، متواضعاً، عروبياً» وقد ترك مساحة من الحزن في الأوساط الرسمية والشعبية.

ونعى رئيس الوزراء بشر خصاوة الشاعر الوزير مستذكراً الخدمات الجليلة التي قدمها لوطنه في جميع المواقع التي شغلها وإسهاماته الواضحة في مجالات الأدب والثقافة

والشعر والصحافة والترجمة.

كما نعاه وزير الثقافة علي العابد ببيان،

قال فيه «رحيل الشاعر سماوي يعد

خسارة كبيرة لوطن، وخسارة

للثقافة العربية التي كان أحد

رموزها لاسيما وأنه كان يعد

علامة فارقة ليس في المشهد

الشعري الأردني، وحسب،

وإنما الثقافي والإعلامي

العربي، مشيراً إلى إسهامه

في بناء الوجدان الثقافي

والوطني من خلال رؤيته

الشعرية الوطنية والعروبية

حسين نشوان

لن تكون هناك «زلة أخرى للحكمة» فالأموات لا يخطئون، فقد مات الشاعر الأردني، وزير الثقافة السابق جريس سماوي، ف كسرت الألام وجفت الصحف» أظنا الموت صوته بعد معاناة إصابته بفيروس كورونا عن عمر 65 عاماً.

ولم يبق سوى ضجيج وسائل التواصل الاجتماعي التي تحمل مشاعر الحزن من مئات الأصدقاء: شعراء وفنانين وناشرين ومتقنين، بنعي الشاعر الذي أعلن خبر وفاته أيمن سماوي مدير مهرجان جرش (ابن عمه) على صفحته الشخصية على

فيسبوك في ساعة مبكرة من صباح اليوم (الخميس 11 مارس/

آذار)، بقوله «معالي أبو حنا، بعرف قد يش بتحب سليم، بس

ما كنت أتوقع أن يصل هذا الحب إلى حد أن تلحق به.. فأرح

خراطك (..) يا مهندس/ واتند في الخطو/ هذي الأرض

روحي/ والماء مائي/ والمدى زعبي الوفير/ أنا التمر».

ربما لم يصب المرض جريس بمقتل، لكن فاجعته كانت بأخيه

الأصغر سليم الذي توفي قبله بنحو أسبوعين بالوفاة نفسه

مما أصاب قلب الشاعر المرفه والنبييل بـ «الصمت»، ربما،

وقتها كان يردد كلماته الأخيرة حينما وضع الجراح مبيضه

لفتحة في الرقبة حينما انحس الهواء، كمحاولة أخيرة لنجاته،

من قصيدته «رحلوا إلى الماضي بدوني»:

«ورحلت في ذاتي/ أفتش عن ملاحي البعيدة/ اقتنفي أثري/

أنقب في الخرائب عن بلادي/ اقتنفي أثر الخرايط والرسوم،

SAVEMAX PHARMACY

"Same Quality , Fast Friendly & Professional Service"



- نقوم بتركيب وصف الأدوية بأمر الدكتور
- خدمات كاملة للوصفات الطبية
- نقبل الميديكيد ومعظم التأمينات
- معدات طبية وأجهزة السكر والضغط والكولسترول



10035 W. Vernor Hwy
Dearborn, MI 48120

www.dixfamilycarepharmacy.com



313.914.5556

moenabil@yahoo.com

التوصيل مجاني
free Delivery

Dearborn community Care PHARMACY

صيدلية الشفاء

www.dixfamilycarepharmacy.com

15120 Michigan Ave
Dearborn, MI 48126



313.558.2121

التوصيل مجاني
free Delivery



القاص والشاعر المصري « عادل بسيوني » يطوع مشاهد الحياة على الأوراق بطريقة السرد القصصي .

قاسم ماضي - ديترويت

صدر حديثاً للشاعر والقاص المصري « عادل بسيوني » المجموعة القصصية المعنونة « مارلين » عن دار نشر « أطلس للنشر والإنتاج الإعلامي » الجيزة - مصر ، والكتاب من القطع المتوسط ويقع في 130 صفحة . وتضم المجموعة أكثر من 14 قصة مع دراسة نقدية بقلم الناقد « محمد دحروج » .

، ويحمله على الاعتراف بصدق التفاعل الذي يحدث بين الشخصيات والحوادث .

« عند رجل كهذا بدا عليه الفقر عنوانا »
ص 100

الاشتغال القصصي يحتاج من أي كاتب ، أن يكون واعيا لما يكتبه ليعبر به عن دواخله وهو يرسم تسلسل قصصه وخطوطها الأساسية حتى يصل إلى مبتغاه ، وهنا تتجلى رغبة القاص في تمكنه من حرفيته ، ومهارته المهنية ، وكذلك الوصول السريع والتلقائي في كتابة القصص التي يريد الانطلاق منها .

يقول الكاتب « بسيوني » في مقدمة هذه المجموعة « لم يكن ببالي يوماً أنني سأكتب هذه المجموعة القصصية التي هي الآن بين يدي »

أيديكم ، أو أقف على منبرها ، أو أريت على كتفها وأن سأدللها على الرغم من أن ذلك كان يراودني ، لكنها الصدفة التي أتت بي إلى هنا وما كنت لأفعل . ص 9

يقول « ترومان كابوت » « أنني دائماً امتلك اللعبة الخادعة ، إن اللعبة الكاملة للقصة ، ببدايتها ووسطها ونهايتها ، تحدث في فكري في وقت واحد أي أراها في ومضة واحدة »

حتى يؤكد القاص المصري « بسيوني » فلسفته الخاصة به ، واستحضار مواجع أبطاله ، بعد أن غاص في عوالم الأدب ، واستهل عوالمه وهبياً لنفسه ، لعبته التي انطلق منها ورسم لها بكل ما حمله من أفكار في هذا السرد الحكائي ، الذي أعطاه قوة وعزم على الخوض في هذا المضمار « وهو يحمل في داخله مكنونات خاصة تسكن في وجدانه » ص 22



وهنا يكون للقاص والشاعر « بسيوني » عدد من الممارسات الإبداعية في عالم الأدب تمتد على مساحة تشكيلية تستحق النظر والتأمل . وهو يؤكد للقارئ أن قصصه التي كتبها هي مختلفة عن كتابة القصة التقليدية المعروفة عند الكثير من الذين يكتبون ، فأراد « البسيوني » في معظم قصصه التي شكلت وعاءاً تجريبياً مدروساً ، وبأسلوب جديد ومكثف بالرغم من انطلاق هذه القصص من الواقع .

« ما أجمل الواقع الذي تخلقه رؤى الخيال ، وما أجمل أن يرفرف القلب في خياله الذات »
ص 90

ويبدو ومن خلال هذه المجموعة أراد الأديب المصري « بسيوني » أن يقول قصصي مرتبطة بفكرة الزمن وقدرتي على هذا العطاء ، وهذا ما تؤكد قصصه المليئة بالحكمة والمعرفة لشؤون الناس الذين يقابلهم ، وشكلت في ذهنه حلقة مهمة من سمفونيات واقعية تعتمد على لغة حياتية مكثفة وفيها من الإيحاء الكثير وخاصة « قطة شحاته » وتبقى الذكرى « الزيارة الأخيرة » التيمية « وغيرها من القصص . وهنا يؤكد الناقد « محمد دحروج » ثمة أشياء كثيرة يحتاج إليها الكاتب ، ليقدم لقرائه عملاً قصصياً ناجحاً ، فاللغة والأسلوب ، والتصوير وبالجملة الشكل ، ومن ثم الموضوع والمضمون ، جميعها شروط أساسية لنمو العمل القصصي . ص 117 وفي اعتقادي أن القصة تبقى وليدة اللحظة ، وأن كتبها لا يتطلب حيزاً زمنياً كبيراً حتى تولد الفكرة ولهذا جاء الكاتب « بسيوني » ليسابق الزمن وتقديم مشروعه القصصي للقارئ العربي الذي انطلق منه وكما أطلقوا عليه شبيه ببعض اتجاهات « أنيس منصور » في تواليه ك « عاشوا في حياتي » و « يسقط الحائط » وبقي أن نذكر أن الشاعر والقاص له العديد من المطبوعات الأدبية نذكر منها المجموعة الشعرية « أعلنت حيك » الصادرة عن دار نشر أطلس للنشر والإنتاج الإعلامي لعام 2019 بالإضافة إلى مجموعته « مارلين »

والمجموعة التي كتبها « البسيوني » هي أرشفة ومواجهة للواقع تحمل صدق الإحساس بما يحيط به ، وكذلك معاينة للواقع المتردي الذي يعيشه الإنسان العربي ، مستخدماً حوادث وأسماء مرت بحياته . معبراً عنها بصدق الإحساس بالأشياء المحيطة به ، وهو يعمق رؤاه الأدبية المعروضة في قالب إبداعي مدروس يحمل صفات فكر صاحبها . وهو يحمل سوداوية الواقع وبرزخية الحلم . وفي كلمة الإهداء

« إلى الأرواح العزيزة التي كانت هنا ، ذات يوم ، وما زالت تحلق حولنا لتتجلى مظاهر النور » ص 7

جاء السرد الحكائي لهذه المجموعة القصصية مفعماً برائحة المعاناة والتنقل بين زوايا هذه الحياة التي أعطته هذا الكم المعرفي من الرصد والبحث ، وهي محاولة جريئة لأنها تعبر بقوة عن قلقه المأساوي الذي يتحرك في دواخله المشتعلة والمسيطر على نفسه يقول « البسيوني » في مقدمة المجموعة .

« حتى أيقظني بعضهم ، وكانوا من المقربين ، حيناً وجدوا ما أنا عليه من دقة حين سردي وقوفاً عند التفاصيل ، لماذا لا تخوض هذا المجال وأنت أهل له ؟ ص 9

وهو يلمس جانباً مهماً من معاناة شخوصه التي إنطلق منها ، من خلال ضيق الواقع بمختلف تجلياته ، مما أعطته معاناة أبطاله الدافع الأساسي للوصول إلى ما يربو إليه من هامش أدبي للتعبير عنهم ، مضافاً إلى معاناة كاتب هذه القصص وكتابة موضوعاته المستلهمة من الواقع الإنساني بمختلف تنوعات أحداثه ضمن أرضية لا بديل لها في مخيلته .

« كم هي غريبة تلك الحياة ، وكم تتشابه الروايات ولكن أبطالها رغم هذا التشابه أبطالاً حقيقيين على مسرحها » ص 22
وهنا يقول عنه الناقد المصري « محمد دحروج » مهمة القاص تنحصر في نقل القارئ إلى حياة القصة ، بحيث يتيح له الاندماج التام في حوادثها

أعترف بأنني كنت خطأ



أعترف بأن جسدي
يدفع ضريبة
وجوده باللاوجود،
أعترف أيضاً بأنه غريب
وأنته يتحمل رعونة الصيف
أكثر من رعونة الشتاء،
فهذا ديدن كل عارف.

أعترف بأنني كنت خطأ
وأنتي ما زلت إلى الآن
أبحث عن صوابي.

أعترف بأنني كنت ولا زلت
نموذجاً رائعاً للكسل
يُحتذى به أمام كل
العاجزين عن الحياة.

أعترف بأنني محق
في كل اختيارياتي
إلا واحد
وهو أنني ما زلت أعيش..

وأعترف بأنني
كنت سكراناً
حين اخترت حياتي
وإلا بربكم
هل هذه حياة؟

أعترف بأنني كنت
حجراً في صحراء
وأنتي نتيجة للعطش،
تحوّلت إلى نبع
وها أنا أهب نفسي للجميع..

صالح رحيم

شاعر من العراق

أعترف بأنني كنت نائماً
حين أذن لي بالدخول
وإلا كيف استيقظت
فزعاً من فراشي؟
لا أنام مُبكراً
إنها عادة سيئة

أعترف بذلك..
وأيهما عشنت
الليل أكثر من النهار
أم النهار أكثر من الليل؟
لا أدري!

أعترف بأنني تائهة
وأنتي كلما تخلصت
من متاهة
لججت إلى أخرى!

أعترف بأنني حزين
أكثر من ذي قبل
وأنتي كلما تقدمت
في العمر،
تسرّب إلى داخلي
حزن أكبر..

كان اسمها نيليا

أسبوعين أو ثلاثة، وأرغب في رؤيتها طوال الوقت. وحين أعود بعد أن أقبلها قبلة أخيرة، أحلم مرة ثانية بابتسامتها الربيعية، بمشيتها بين أشجار الموز، وبحبها الذي يغمري. أحلم بمحبتني الخلاسية الكوبية.

رحلت وحيدة في مستشفى بالكاد يتسع لمرضى الوباء

وقد ظلّ الأب يحلم بنيليا الخلاسية حتى أيقظه جنود الاحتلال الإسرائيلي يوماً من حلمه. هاجموا بيته وبعض بيوت قريتهم من نواحي نابلس، بحثاً عن أسلحة مهيبة، وكانت وسادة تتوسط مقاعد غرفة الجلوس مختلفة عن أخواتها، مطرزة بيد نيليا، قد لفتت نظر جندي مرقها بحثاً عن موسى أو مسدس مدسوس في باطنها. لربما كانت عيننا الأب تلمعان خوفاً كلما اقترب أحدهم منها ويصل صوت خفقان قلبه إليهم. كانت الوسادة هدية نيليا الكوبية له قبل افتراقهما. الكل يعلم ذلك، ويعلم سبب الدموع التي تدفقت من عينيه حين شاهد أحشاء الوسادة خارجها.

تحمل نيليا حكاية أبيها ومحبوته معها. تلقى بالأئمة عليه وتستغفر له. كيف لعجوز، لها أبناء وأحفاد، أن تسمى نيليا؟ تخفي اسمها بأخر منحها إياه بكزها، فتصير أم فلان، بل الحاجة أم فلان، فتتناسي اسمها وتحل الإشكالية. هكذا كانت توحى إليها البلاد التي ولدت فيها، البلاد الخالية من الخلاسيات والتي تعجز فيها نيليا عن ارتداء ثوب بلون عينيهما العسلية، خشية القيل والقال: «عجوز ترتدي ثوباً زاهياً». أضف إلى ذلك - لا بد أنها كانت تقول لنفسها هذا الكلام - أنه اسم كافر.

انتظرت نيليا أكثر من سبعين عاماً كي تطل أرض الخلاسيات وترتدي ثوباً ذا ألوان زاهية، تقتنص قماشه من متاجر أبنائها في نيكاراغوا. خجل وردي يلون وجنتيهما وهي تبرّز لمن يمتدح مظهرها أن اللون الفاتح لم يكن خيارها.

كل يوم، خلال عامين قضتهما في نيكاراغوا، عاشت نيليا حياتها كـ«نيليا». عاشت فتاة عشرينية. تخرج مع أبنائها إلى متاجرهم صباحاً، تجالس العمال والناس في السوق. تتحدث مع الجميع بعفوية، وتهددهم مسبحات صنعتها من حبات الزيتون. ترتاد المطاعم وتجول في مزارع القهوة وتسمع الأغاني. تقطع مسافات طويلة من مدينة إلى أخرى من دون أن تشكو تعباً أو إرهاقاً، يفرضهما كبر السن. تقضي نهاية الأسبوع على شاطئ المحيط، تُشمّر قليلاً عن ثوبها الطويل وتلغو كطفلة. كل يوم خلال عامين، كانت تسمع اسمها من أهل البلاد وهم ينادونها «دونيا نيليا» (السيدة نيليا)، فتبتسم وترد.

* كاتبة و مترجمة فلسطينية أردنية مقيمة في نيكاراغوا



غدير أبو سنية

ماتت نيليا. بعيدة عن أبنائها في مستشفى بالكاد يتسع لمرضى الوباء، حيث لم يكن بإمكان أحد أن يصحح الاسم الذي استبدله طاقم المستشفى باسمها ليصبح «نيليا»، مستبعدين أن يكون لسنّة فلسطينية فلاحه ذلك الاسم الغريب.

عاشت حياتها وهي تشعر بذنب تقول إن أبها ارتكبه حين منحها اسماً أجنبياً لا صلة له بالعربية، لغة القرآن الكريم. ولعلها، رغم حنقها على اسمها، لو خير لها أن تغيره لتزدت. فقد كان اسماً عشقه والدها، بل كان اسم محبوبته، وكانت ابنة بارّة.

بعد أكثر من سبعين عاماً على ولادتها، عرفت نيليا البلاد التي منحتها اسماً. وصلت نيكاراغوا. ونيكاراغوا، بالنسبة إليها، هي كوبا وكولومبيا، بل هي أميركا. لا فرق. فهي بلاد يتطلب الوصول إليها قطع المحيط الأطلسي. منذ طفولتها وهي تودع أفراداً من عائلتها هاجروا إلى أميركا، وتستقبل آخرين. أما إن كانت أميركا هذه شمالية أو وسطى أو جنوبية، فهو أمر لم يكن يُدرکه والدها حتى وصل إلى كوبا وانتقل منها إلى كولومبيا في نيكاراغوا في عشرينيات القرن الماضي. خرج من فلسطين مع اثنين من رفقاءه يتبعون الحلم الأميركي، فإذا بالحلم يأخذ شكل فتاة كوبية اسمها «نيليا»، لتظل حلماً «أميركياً» لم يتحقق.

عاد إلى فلسطين خاوي اليدين من نيليا، حين رفض أهلها تزويجها من رجل «تركي» من غير دينها. تعرف زوجته الحكيمة، ولا تمنع أن يسمي ابنتها الكبرى باسم المحبوبة البعيدة. لا يهمها إن كان الاسم نيليا أو فتحية أو فاطمة. ما يهم حقاً هو محصول الزيتون والزيت وإطعام الدجاجات وإنجاب مزيد من الأبناء سيقص عليهم والدهم حكاية نيليا ويعلمهم أغاني الخلاسيات. يُسمونهن المولاتا، العرق الناتج عن تزواج الأفارقة بالبيض. يتعلم الأبناء والأحفاد أغنية «خلاسية في هافانا، سرقت قلبي. أسافر لأراها كل

Stuck in bewilderment traps



Mohammed Zagzoog

fire

Open the door for me, I want to sleep leaning on my shadow, which I counted as the ink of the earth when you wrote me like no one had written me before, and wiped me with the hand of the yard as if

I was nothing. My heart is primitive and blames wood and the fire is its only obsession, it carves with a chisel to remain on a rock What became hearts flying, torches fading, and claws digging into the world's ice. That world that I want you to open the door for me to burn and rest.

Exit

Stuck in the traps of confusion, as if I were ten faces of a lonely road, panting in the scattering of mirrors, whenever I saw my face the glass shattered from deformations that I did not know, and then I fell on the face of the lake, shadows.

I want to get out and the language stick breaks me into a labyrinth that leads to an endless shouting. Why is there a new entry in every exit endeavor, language?

Prayer

In my soul
With my heart, which became a mind
In my mind that I have forgotten the meanings
With my mud body
His ventricle, which mixed your row
I knew you, O God
A baby is also used to breast milk
With full knowledge
Without any intention.

It is a circle

It is a circle, O Moujam
And they are fantasies swimming in the shadows
Fantasies driven by illusion
And the great decrease will annihilate her

A circle widens, O Master
Pain driven by pain
Pain repelled by pain
While your hand delivers the meanings
and softens my body
With the abundance of knowledge
Bless me, O honorable one
And don't leave me alone
I am checking now.

Invocation

Grant me an awakening at night, I glorify your names on the heights, explain them in the kingdoms of the bees an annual sustenance from beeswax and a country of praises, O Lord of the desire, you told me to be, so it was a deprivation that lasts, and when the way was revealed I found your gifts, in every prevention, giving, and visions that you drink from Eternal. O Lord, the pain that you said to him,

Be, and it was the debris of the exile and the support of the weary on the sides, and poets pulling the bodies of words by the way of the sevenths, carving the meaning from the Genesis tree, redrawing the orbit and making mistakes so that the universe would return from where it came. O Lord of sin, you said to me, Be, and I split the vaults of eternity and opened the metaphor for the fire, it was water that preceded the fire.

Water that long remained in the stream of sins, and when I was bathed in it, the flower crept between my fingers, and in my blood the devil turned on temptation, and from the excess of delusion I was guided and believed the prophecy of olives when I touched the oil of the old shop lamps, and I saw all the parts in my body, which was hardened in my body.

(Poet from Palestine)

رحيل التشكيلي المصري فاروق الرزاز: مقدرات من مصر القديمة وحاضرها

رحل الفنان التشكيلي المصري فاروق الرزاز (1949 - 2021) في القاهرة بعد إصابته بفيروس كورونا، ونعاه العديد من الفنانين والأكاديميين على صفحاتهم في وسائل التواصل الاجتماعي بالإضافة إلى «نقابة الفنانين التشكيليين»، متوقفين عند تجربته الممتدة لأكثر من ثلاثين عاماً.

وُلد الراحل في محافظة الدقهلية، حصل على درجة البكالوريوس في التصوير من «كلية الفنون الجميلة» بالعاصمة المصرية سنة 1973، وشارك في العديد من المعارض الخاصة منها معرض بنقابة الفنانين التشكيليين في دار الأوبرا المصرية عام 1998، كما قدّم معرضاً فنياً بمجمع الفنون عام 1997.

كما شارك الرزاز، بالعديد من المعارض الجماعية المحلية، ومنها معرض ألوان الأتيليه (السابع والخمسين) بأتيليه القاهرة في أيلول/سبتمبر 2009، وصالون الأتيليه (التاسع والخمسين) بأتيليه القاهرة عام 2010، وعمل مسؤول الأنشطة الفنية بـ «الجامعة الألمانية» منذ نهاية التسعينيات، إلى جانب ترؤسه فرقة المسرح فيها بين عامي 2012 و2016.

تنوّعت موضوعات أعماله والتقنيات التي يستخدمها، سواء في توظيفه مقدرات وعناصر وأشكال تنتمي إلى الحضارة المصرية القديمة، أو في ذهابه نحو تعبيرية في رسم المناظر الطبيعية والبيورتريات، كما صوّر في بعض اللوحات جوانب من الحياة المصرية اليومية في مشاهد تعكس حركة الناس والمهن والطقوس والعادات والتقاليد.

كما ركّز الرزاز في مشواره على تعليم الفنون من خلال التدريب الذي مارسه بحكم وظيفته، وانعكس ذلك في كتابات العديد من طلبته في منشوراتهم في الفيسبوك وتقديرهم لجهوده لفترة طويلة، لم ينقطع خلالها عن المشاركات في المهرجانات والبيئاليات.



لوحة رقمية تبايع برقم خيالي في تاريخ المزادات

تصورها عبر الإنترنت، من الألبومات الموسيقية إلى تغريدات لشخصيات، عن طريق أسلوب تشفير يُعرف بالرموز غير القابلة للاستبدال (ان اف تي).

وتشمل هذه التسمية، التي بدأ استخدامها في 2017، كل قطعة رقمية يمكن توثيق هويتها وأصالتها والقدرة على تعقبها بصورة لا تحمل اللبس أو الطعن.

ومنذ حوالي ستة أشهر، دخلت رموز «ان اف تي» في قاموس عدد أكبر من مستخدمي الإنترنت، في ظل تزايد عدد الفنانين وهواة الجمع وأصحاب المشاريع الراغبين الإفادة من هذا المنحى. في نهاية فبراير، بيع عمل آخر للفنان ببيل بعنوان «كروسودز» بـ 6,6 ملايين دولار عبر منصة «نيفتي غايتواي» المتخصصة في الأعمال الافتراضية. وتقاضى الفنان 10% من هذا المبلغ، وهي النسبة المتعارف عليها عبر المنصات المتخصصة.

كما أن رسماً متحركاً له كان قد باعه نهاية أكتوبر في مقابل مبلغ رمزي بلغ دولاراً واحداً، بيع أخيراً في مقابل 150 ألف دولار. ويمكن شراء أكثرية السلع الرقمية المشفرة بنسب «ان اف تي» من خلال عملات رقمية، وهو ما حصل مع عمل ببيل الذي بيع مؤخراً.

بيع عمل رقمي بالكامل للفنان الأمريكي ببيل، مقابل 69,3 مليون دولار أمريكي في رقم قياسي يشهد على الثورة الحاصلة في هذا المجال.

ومع هذا العمل، الذي يحمل عنوان «إفريداي: ذي فيرست 5000 دايز» وهو تجميع رسوم ثابتة ومتحركة أنجزت يومياً على مدى خمسة آلاف يوم على التوالي، بات مايك وينكلمان وهو اسم ببيل الأصلي، بين الفنانين الثلاثة أصحاب الأعمال الأعلى ثمناً خلال حياتهم في العالم، بما يشمل كل الوسائط الفنية.

كذلك حطّم رقم قياسي ثانٍ إذ تابع حوالي 22 مليون مستخدم للإنترنت اللحظات الأخيرة من المزاد عبر موقع «دار كريستيز»، في أول حدث من نوعه تنظمه دار مزادات كبرى على عمل رقمي بالكامل.

ويجسد الرقم القياسي، المسجل الخميس، الأهمية المتزايدة لتقنية التوثيق الجديدة التي تستعين بتكنولوجيا «بلوك تشين» (سلسلة الكتل) المستخدمة في العملات الرقمية والتي تُقدّم على أنها الحل المثالي للاستغناء عن النسخ التي تشكل أحد العوائق أمام تطوير سوق الفن الرقمية.

وتتيح هذه التقنية طرح أعمال فنية، وأي سلعة أخرى يمكن

Angelina Jolie Sells Winston Churchill Painting for Staggering \$11.5 Million Sum

Winston Churchill's work as an amateur painter of hundreds of works is well documented. But during World War II, the British prime minister competed only one painting—a canvas he notably gifted to U.S. President Franklin D. Roosevelt. Now, that same work, has sold for a staggering sum of \$11.5 million at Christie's. And as twists and turns of fate would have it, the seller is none other than Angelina Jolie.

The story of the painting can, however, be traced all the way back to 1935, when Churchill first visited Morocco and became enchanted by its light. Flash forward to 1943, and Churchill persuaded Roosevelt to travel with him from the Casablanca Conference to the city of Marrakech. The next day, after the American president had left, Churchill captured a vista that the two leaders viewed together. The significance of the Casablanca Conference is notable, as Allied leaders demanded unconditional surrender from the Axis powers soon after. The painting, which is titled Tower of the Koutoubia Mosque, was reportedly gifted to Jolie by

her husband, Brad Pitt. The final figure fetched far exceeded the lot's estimate of \$3.5 million, and was reached after a dramatic nine-minute bidding battle among 10 interested parties.

Bill Rau, of New Orleans's antiques dealership M.S. Rau, who had sold the painting to Pitt, connected with AD before the sale to discuss the work's post-World War II provenance. "It is always amazing when you come across a stunning work like this that also has a historical significance," he says. "We were first notified about this spectacular oil on canvas by Winston Churchill by a local dealer. Apparently, the owner had inherited it when her stepfather passed. It had been hidden away in her stepfather's closet for nearly 50 years without anyone knowing what a treasure they had sequestered in their home."

Rau, reached by AD not long after news of yesterday's record-breaking sale was made, adds, "When we sold the Tower of the Koutoubia Mosque by Winston Churchill it was valued at just under \$3 million. We felt that was a fair price for such a historic work. The fact that it sold at auction for over \$11.5 million just goes

to show you that important pieces will continue to be coveted and fetch top dollar. When you add in the painting's unprecedented journey, it really becomes priceless. We are thrilled to have been a part of that."

Interestingly, two additional Churchill pieces were included in the Christie's auction. Both exceeded their initial estimates as well. Perhaps then, Winston Churchill could be considered one of the hot new names on the art market.





Black Comedy 'Bye Bye Morons' Dominates France's Cesar Awards

Albert Dupontel's "Bye Bye Morons" ("Adieu Les Cons") has won the top prizes at France's Cesar Awards, taking six awards including Best Film, Best Director and Best Supporting Actor.

The black tragicomedy is about a terminally ill woman and a suicidal man on the run who team up in an attempt to locate the child the woman hasn't seen in almost 30 years. It also won awards for Dupontel's screenplay and for its cinematography and set design.

The only other film to win more than one award was the documentary "Adolescents," which won in the Best Documentary and Best Editing categories.

"Bye Bye Morons" went into Friday's Cesar Awards, France's version of the Oscars, with 12 nominations, second only to Frederic Niedermeyer's "Love Affair(s)" ("Les Choses qu'on dit, les choses qu'on fait"). That film won a single award, for supporting actress Emilie Dequenne.

"Two of Us," France's entry in this year's Best International Feature Film category at the Oscars, was nominated for four awards and won one, for Best First Film.

Thomas Vinterberg's "Another Round," another international Oscar contender, won the foreign-film award over nominees that included Sam Mendes' "1917" and one American film, Todd Haynes' "Dark Waters."

The awards were the first since last year's stormy Cesar ceremony. That show had been preceded by the resignation of Cesar President Alain Terzian and the entire board of governors after protests over voting irregularities and the paucity of Black nominees, and it ended in tumult when some guests walked out in protest after Roman Polanski won the award for best director.

This year's Cesars, under the leadership of Veronique Cayla and director Eric Toledano, gave two awards to Black actors, both in the categories for best new-comers:

Jean-Pascal Zadi won for "Tout Simplement Noir," while 14-year-old Fathia Youssouf won for "Cuties," the Sundance film that stirred up controversy in conservative circles after it aired on Netflix last year.



أفلام ديزني وبيكسار في 2021.. قائمة مثيرة للخيال للكبار والصغار

قد تكون الأمل الأخير لعائلتها الاستثنائية. كرويل

فيلم «كرويل» (Cruella) هو فيلم لايف أكشن قادم، مبني على شخصية «كرويل دي فيل» التي ظهرت من قبل في فيلم الرسوم المتحركة 101 مرقش.

الفيلم من إخراج كريغ غيليسبي، وسيناريو دانا فوكس وتوني ماكنمارا، ومن قصة ألين بروش ماكينيا وكيلي مارسيل وستيف زيسيس. ومن المقرر إطلاقه في الولايات المتحدة في 28 مايو/أيار 2021 بواسطة «والت ديزني ستوديوز موشن بيكتشرز».

وتدور أحداث الفيلم في السبعينيات من القرن الماضي بلندن، عندما أصبحت مصممة الأزياء الشاببة «إستيلا دي فيل»

مهووسة بجلود الكلاب، وخاصة الدماسيين المرقشة، وبعد أن وجدت نفسها تحت رحمة صاحبة العمل غير المكتزة، البارونة فون هيلمان، أعادت تشكيل نفسها على أنها المجرمة الشريرة المعروفة باسم «كرويل».

كاساروزا في أول ظهور له في الإخراج، وكتبه مايك جونز وجيسي أندروز، وإنتاج أندريا وارين.

ومن المقرر بدء عرض لوكا في 18 يونيو/حزيران 2021، ولم تتحدد بعد كيفية عرضه، هل سيتم عرضه سينمائيًا فقط، أو كذلك عبر ديزني بلس في الوقت ذاته؟

تدور أحداث الفيلم في بلدة ساحلية على الريفيرا الإيطالية، حيث يشارك صبي صغير يدعى «لوكا» مغامراته مع صديقه الجديد «ألبرتو»، وكانا يخفيا سرا، وكلاهما من وحوش البحر من عالم تحت سطح الماء، وعندما يلمسان المياه يتحولان عن صورتهم البشرية إلى صورة أخرى، ولذلك يجب أن يخوضا مغامراتهما على الأرض بمنتهى الحذر. إنكانتو

فيلم «إنكانتو» (Encanto) هو رسوم متحركة موسيقي بالكمبيوتر من إنتاج شركة «والت ديزني بيكتشرز» (Walt Disney Pictures) و«والت ديزني» للرسوم المتحركة، ستوزعه شركة «والت ديزني ستوديوز موشن بيكتشرز» (Walt Disney Studios Motion Pictures)، وهو الفيلم الـ60 الذي ينتجه الاستوديو، يخرج به بايرون هوارد وجاريد بوش، ويشارك في الإخراج تشاريس كاسترو سميث، وكتبه بوش وكاسترو سميث، وكتب أغانيه لين مانويل ميراندا، ومن المقرر إطلاق الفيلم في الولايات المتحدة في 24 نوفمبر/تشرين الثاني 2021.

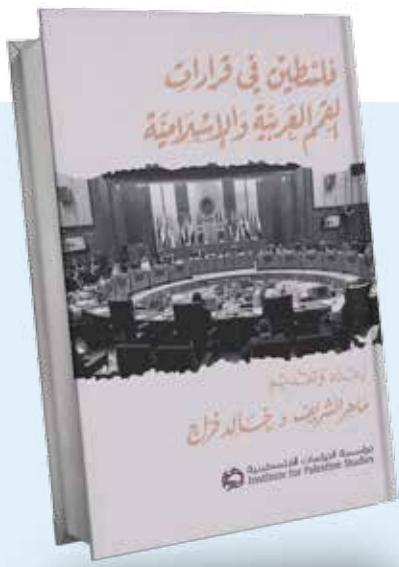
يحكي «إنكانتو» قصة عائلة غير عادية، وهي آل مادريغال الذين يعيشون مختبئين في جبال كولومبيا بمنزل ساحر، في بلدة نابضة بالحياة، وكان رائع يسمى «إنكانتو»، ولقد أنعم سحر «إنكانتو» على كل طفل في العائلة بهدية فريدة من القوة الفائقة إلى القدرة على الشفاء، كل طفل باستثناء طفل واحد، وهو ميرابل، ولكن عندما تكتشف أن السحر المحيط بـ«إنكانتو» في خطر قررت ميرابل أنها مادريغال العادية الوحيدة،

تحتل شركة «والت ديزني» (The Walt Disney) بالوقت الحالي القمة في عالم الترفيه، وخاصة السينمائي منه، حيث تمد أذرعها يمينًا ويسارًا لتحصد المليارات حرفيًا من سلسلتها السينمائية واستحواداتها المتعددة، بداية من «عالم مارفل» (Marvel Cinematic Universe) الممتد، إلى الشراكة مع أستوديو بيكسار وتقديم أروع أفلام الرسوم المتحركة، وحتى منصتها الجديدة «ديزني بلس» (Disney plus)، والمسلسلات المميزة التي صدرت عنها مؤخرًا مثل «الماندالوري» (The Mandalorian) و«واندا فيجن» (Wanda Vision).

وعلى الرغم من حالة الركود الكبيرة في عالم الترفيه بالوقت الحالي فإن ذلك لم يضعف الأستوديو العملاق نهائيًا، فقدم العام الماضي أعمالًا مبهرة، على رأسها فيلم «روح» (Soul) الذي حصل مؤخرًا على جائزة «الغولدن غلوب» (Golden Glob) لأفضل فيلم رسوم متحركة، وفي هذا المقال نتحدث عن 2021 وأفلام «ديزني» و«بيكسار» (Pixar) التي ستسعدنا هذا العام.

فيلم «رايا والتنين الأخير» (Raya and the Last Dragon) رسوم متحركة عن طريق الكمبيوتر، من إنتاج ديزني «بيكتشرز» (Disney Pictures)، وهو رقم 59 من إنتاج الأستوديو وإخراج دون هول وكارلوس لوبيز إسترادا، ويشارك في الإخراج بول بريغز وجون ريبا. وتم إصدار «رايا والتنين الأخير» بشكل سينمائي في الولايات المتحدة في 5 مارس/آذار 2021، وكان إصدار الفيلم متاحًا أيضًا في وقت واحد على ديزني بلس مع شركة «بريمير أكسيس» (Premier Access) أو بثمن إضافي متلما حدث مسبقًا مع فيلم «مولان»، وسيصبح مجانًا للمشتركين جميعًا في 4 يونيو/حزيران القادم، وذلك لتجاوز أزمة إغلاق أغلب دور العرض في الولايات المتحدة، وقد تلقى الفيلم آراء إيجابية من النقاد.

وتدور أحداثه في عالم يُعرف باسم «كوماندرا»، وهي أرض تسكنها حضارة قديمة، والمحاربة «رايا» تنوي العثور على آخر تنين موجود. فيلم «لوكا» (Luca) رسوم متحركة بالكمبيوتر بالشراكة بين بيكسار وديزني، من إخراج إنريكو



صدر كتاب «فلسطين في قرارات القمم العربية والإسلامية»

«فلسطين في قرارات القمم العربية والإسلامية» عنوان كتاب من إعداد وتقديم ماهر الشريف وخالد فراج، أصدرته حديثاً «مؤسسة الدراسات الفلسطينية».

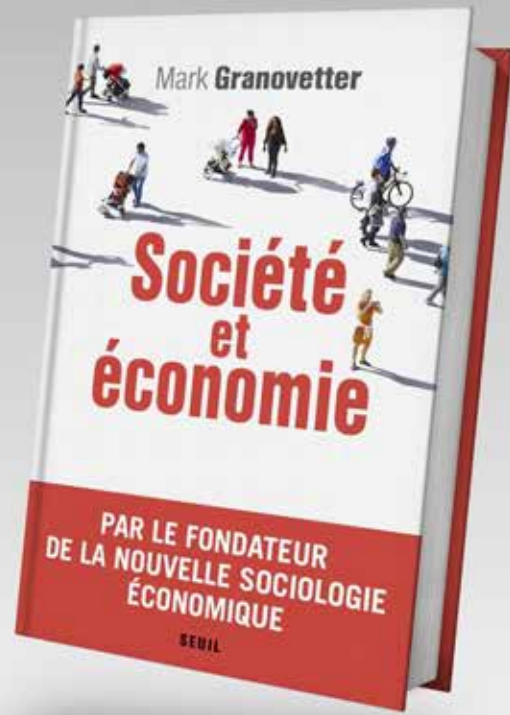
يضمّ العمل قرارات القمم العربية والإسلامية الخاصة بقضية فلسطين والقدس المحتلة (منذ القمة العربية الأولى في أنشاص سنة 1946 حتى قمة تونس في 2019، ومن القمة الإسلامية بالرباط عام 1969 حتى قمة مكة في 2019).

يمهد المحرران للقرارات بمقدمات قصيرة تدرجها في سياقها التاريخي. عمل يبيّن عدم التزام بعض البلدان بما أقرته، ويظهر تنكّرها لفلسطين عبر تطبيعها مع إسرائيل.



الربيع الخفي: رحلة إلى مصدر الوعي

ينطلق مارك سولمز في كتابه «الربيع الخفي: رحلة إلى مصدر الوعي»، الذي صدر حديثاً عن «منشورات دبليو دبليو. نورتون أند كومباني»، من تفسير فرويد للحلم بأنه تعبير عن رغبة غير واعية، وتوصل من خلال بحثه كعالم في الأعصاب إلى أن المرضى الذين يعانون من تلف في جزء الدماغ المسؤول عن النوم يحلمون رغم ذلك، حيث يلعب جزء آخر في الدماغ دور توليد الرغبات الذي يظل موجوداً، كما لو أن هذا الاكتشاف الجديد يعني أن علم الأعصاب مدين لفرويد باعتذار، ما يعيد الاعتبار إلى أهمية الدافع والرغبة في حياتنا وأنشطتنا العقلية.



كتاب المجتمع والاقتصاد: غرانوفيتز خارج قواعده

قليل الحظ من الشهرة إلا في دوائر أكاديمية ضيقة في شمال أميركا.

مؤخراً، صدر عن منشورات «سوي» الفرنسية كتاب له بعنوان «المجتمع والاقتصاد». تقديم مؤلف الكتاب للقارئ يأتي بصيغة ترويجية بعض الشيء؛ حيث جرت الإشارة في الغلاف إلى أنه «مؤسس علم الاجتماع الاقتصادي الجديد».

ليس الكتاب عملاً تأليفيّاً بالكامل، حيث لا يدرس قضية موحدة أو يضيء بشكل شامل ومنهجي حقل علم الاجتماع الاقتصادي؛ إنه عبارة عن مختارات من أبرز مؤلفات غرانوفيتز ومقالاته.

وصول غرانوفيتز إلى خارج دوائره المعروفة يمثل إشعاعاً متأخراً لباحث أثبتت مقارباته نجاعتها في تفسير ظواهر أساسية أبرزها فهم البنية الاجتماعية للأسواق المالية، وخصائص عصر المعلومات من زاوية بشرية، وهي انشغالات ليس من الممكن التقدّم في فهمها بمقولات علم الاجتماع فحسب أو بالنظريات الاقتصادية وحدها.

يبدو اليوم علما الاجتماع والاقتصاد كحقلين معرفيّين متباعدين، من ناحية المنهجيات والخطاب والمواضيع، غير أنهما تشكّلا ضمن مناخ مشترك خلال القرن التاسع عشر، وكان وقتها يصعب التفريق بين عالم الاجتماع وعالم الاقتصاد لتداخل الإشكاليات وتقارب المفاهيم المعتمدة، وهو ما نجده لدى كارل ماركس وفيلفريدو باريتو وجورج زيمل.

باعتماد الاقتصاد المكتف على الرياضيات، بدأ يخرج بالتدريج من دوائر العلوم الاجتماعية، لكن هذا الخروج بات مضرّاً بالمقاربات المعرفية، حيث لا يمكن فصل الأبعاد الاقتصادية والاجتماعية ضمن بيئة واحدة. وهكذا بدأت في النصف الثاني من القرن العشرين محاولة جسر المجالين، وكان هذا الهاجس واضحاً في انشغالات عالم الاجتماع الفرنسي بيير بورديو، رغم أنه عُرف بجعل الثقافة محور السوسولوجيا التي يقترحها.

راهناً، يُعتبر الباحث الأمريكي مارك غرانوفيتز (1943) أحد أبرز المشتغلين على منطقة التقاطع بين علم الاجتماع وعلم الاقتصاد، إلى جانب السويدي ريتشارد زفيدبرغ والفرنسي لوك بولتانسكي. وعلى الرغم من مساهماته الكبرى، خصوصاً على مستوى ابتكار المفاهيم، بقي غرانوفيتز

«محاورات غوته مع إكermann وسوريت».. طبعة عربية

صدرت حديثاً عن «دار الرافدين للنشر» الترجمة العربية لكتاب «محاورات غوته مع إكermann وسوريت».

الكتاب الذي حرره يوهان بيتر إكermann ونقله إلى العربية إبراهيم جار الله.

ويقول إكermann إن تلك المحاورات «جاءت نتيجة لدافع طبيعي طاف بعقلي لكي أسطر أي جزء عن تجربتي أرى أنه ذو قيمة ومميز. إضافة لذلك فقد كنت أشعر دائماً أنني بحاجة للتعلم، ليس فقط عندما التقيت بهذا الرجل العظيم، بل عندما عشت معه لسنوات».





تذاكر طيران – حج وعمرة
تأشيرات – رحلات سياحية



13912 Michigan Ave.
Dearborn, MI 48126

 (248)991-2464



SHEBA MEDICAL CENTER



FAMILY MEDICINE & PEDIATRICS
متخصصون في طب الأطفال وطب الأسرة

Dr. Zaid Aljahmi

د. زيد الجهمي في خدمة الجالية

10140 Vernor Highway Dearborn, Mi 48120

Tel. 313-438-6059 Fax. 313-481-5990
shebamedical.net

RAPID (10
MIN) COVID - 19
TESTING

نقوم بفحص كورونا
في عشر دقائق



ثورة شعبية بالسنگال: الهيمنة الفرنسية سبب لتنامي الفوضى بالقارة السمراء

إيمان زواري

تأججت موجة غضب شعبية كبيرة، ترى في التهم الموكلة إلى سونكو، وهي تهم تحرش واغتصاب، مجرد ادعاءات باطلة ومؤامرة لصالح أطراف أجنبية، باعتبار أنه من الداعين لإنهاء النظام الاستعماري الجديد، ومن المدافعين عن الاقتصاد الوطني ويحظى بمقبولية شعبية واسعة خاصة لدى الشباب السنغالي.

استهدفت الاحتجاجات المنشآت والمؤسسات الفرنسية بالحرق والتخريب، ومنها نحو 32 متجراً من متاجر أوشان التي تحمل علامة تجارية فرنسية ومحطات تونالوجيا، ما أدى إلى تشديد الحماية الأمنية أمامها وإغلاق المدارس الفرنسية.

تطورت وتيرة الاحتجاجات والمظاهرات لتؤدي إلى اشتباكات مع الأمن أسفر عن سقوط قتلى وجرحى، وذلك على الرغم من كل دعاوى التهدئة الدولية. فدعت الأمم المتحدة من خلال أمينها العام أنطونيو غوتيريش لتجنب التصعيد، فقال: «يجب أن تظل المظاهرات سلمية ويجب على قوات الأمن والشرطة السماح لهؤلاء المتظاهرين بالتعبير عن رأيهم وإرادتهم».

ولم يكن اعتقال سونكو إلا القطرة التي أفاضت الكأس، فسياسات الرئيس السنغالي مكي سأل عززت الانطباع لدى المواطنين باستمرار الوصاية الفرنسية. كذلك فإن تردّي الوضع الاقتصادي فاقم من احتقان الشارع، فعوض أن تحظى الشركات المحلية والوطنية بالدعم، تفوز شركات فرنسية بجزء كبير من العقود العامة، كما جرى أيضاً تجديد اتفاقيات الصيد مع الاتحاد الأوروبي، ما يعني ظلماً لمئات الصيادين السنغاليين.

وعلى الرغم من إطلاق سراح المعارض سونكو فيما بعد فإن الاحتجاجات لا تزال مستمرة وترفع شعار رفع الوصاية الفرنسية عن السنغال ودعم اقتصاده الوطني لحل أزمة حادة مستمرة منذ سنوات، وفي لقاء صحفي له أمام الحشود قال سونكو: «لقد بدأت الثورة بالفعل، ولا شيء بل ولا أحد يمكن له أن يوقفها. يجب أن نحافظ على هذه التعبئة، يجب أن تكون أكثر أهمية حتى، ولكن قبل كل شيء يجب أن تكون سلمية».

إن كان اعتقال سونكو قد أثار سخط السنغاليين فقد حرك غضب الشارع تجاه السلطة وسط ما تعيشه السنغال من أزمة اقتصادية وتدهور في المعيشة جراء تركة ثقيلة من الاحتلال الفرنسي وسياسات استعمارية لا تزال تلقي ظلها على بلدان القارة السمراء إلى اليوم، التي لم يغير حصولها على استقلالها الهزيل شيئاً كبيراً. فهل ينجح الحراك الشعبي السنغالي؟ وهل يتمكن من إنقاذ الاقتصاد الوطني ودعمه؟

جديدة أثار غضب الأفارقة، وهو ما يفسر الاحتجاجات الحالية في السنغال.

اشتعال فتيل ثورة شعبية في السنغال

أعلنت السنغال استقلالها عن فرنسا منذ 4 أبريل/ نيسان 1960، إلا أنها تعاني تركة الاستعمار الفرنسي إلى اليوم، التي تحول دون تطورها ونموها.

وفي هذا السياق يقول وزير التربية السابق والمؤرخ السنغالي إيبا در ثيام: «حين أنظر إلى المجتمع أرى أنه لا تزال نخبة تريد أن تكون السنغال ولاية تابعة لفرنسا، وهذا وضع مؤلم للغاية». ودعا لإخراج العلاقات الفرنسية السنغالية من دائرة الغالب والمغلوب، مطالباً بأن يكون الاقتصاد والتعليم في أيدي السنغاليين.

ويشير في ذلك إلى النخبة السياسية التي تعتبر امتداداً لفرنسا على الأراضي السنغالية من حيث الولاء وتنفيذ أجنداتها. وكان رئيس السنغال السابق ليوبولد سيدار سنغور صرح بأن الطريقة الأنسب لبلاده هي المحافظة على موقعها داخل الإمبراطورية الفرنسية، وهو موقف يتسق مع تماهي الإدارة السياسية في السنغال مع مخططات ومساعي فرنسا على أراضيها لضمان الاستمرار وتعزيز موطن القدم.

أضعفت السيطرة الفرنسية على المؤسسات الحيوية في السنغال اقتصاد البلاد، ما أدى إلى ارتفاع نسب الفقر والخصاصة، وهذا أثار احتقان المواطنين وزاد انتشار فيروس كورونا مع تداعيات سلبية من تآزم الوضع وتدهور المعيشة.

ومع اعتقال عثمان سونكو رئيس حزب الوطنيين السنغالي للعمل الذي احتل المرتبة الثالثة في الانتخابات الرئاسية لعام 2019 والمتوقع مشاركته في انتخابات 2024 المقبلة كمنافس وخمسم رئيسي

ولمزيد حفظ سيطرتها وتعزيز نفوذها، غدت فرنسا الفرقة والقطيعة بين سكان البلد الواحد والمنطقة الواحدة، عبر رسم حدود ودعم جماعات وأطراف، ما أدى إلى اشتعال حروب أهلية دامية استمر وطيسها إلى اليوم.

إن الاستعمار الفرنسي كان خطأ جسيماً ارتكبه الجمهورية، بهذا التصريح الإعلامي عبّر الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون عن الرغبة في القطع مع التاريخ الاستعماري لفرنسا وفتح الباب أمام نهج جديد في العلاقات مع بلدان إفريقيا.

وعلى الرغم من منح فرنسا الاستقلال لبعض هذه المستعمرات فإنها تستمر بانتهاج سياسة الاحتلال ولكن بصور مختلفة، إذ عمدت إلى إيجاد نخبة إفريقية تدعو لـ «الأوربة الإفريقية»، ومناهضة حركات التحرر والاستقلال واستعمال العنف ضدها لمزيد من إحكام قبضة السلطات الفرنسية ومواليها من الحكام والإدارات المتعاقبة على حكم هذه المستعمرات السابقة.

وبدعوى تعويضها عن البنية التحتية التي طورتها طالبت فرنسا بلدان القارة السمراء التي حصلت على استقلالها المشروط، بدفع ضرائب إلى الخزائن الفرنسية، فضخت بلدان غرب إفريقيا احتياطياتها من العملة الأجنبية في المصرف المركزي الفرنسي لفترة طويلة، ووقعت اتفاقية تعاون ملزم تتعلق بنظام التعليم الفرنسي والعلاقات العسكرية والتجارية، إضافة إلى اعتماد العملة الاستعمارية الفرنسية وهي الفرنك الإفريقي.

تحاول فرنسا بهذه الإجراءات التي يجري انتهاجها مع صعود جيل الاستعمار الجديد كما يشاء تسميته خبراء ومحللون، ضمان مزيد من استمرارها بإفريقيا. إلا أن سعيها المستمر ليسط نفوذها من بوابات

عاش الكثير من دول القارة السمراء عقوداً طويلة تحت وطأة الاستعمار الفرنسي، الذي استغل سكانها المدنيين واستنزف ثرواتها الطبيعية.

على الرغم مما أبدته فرنسا عبر تصريحات مسؤوليها من استعداد للقطع مع ماضيها الاستعماري والتصكين للدول الإفريقية، فإن ذلك لم يتعد كونه مجرد تصريحات إعلامية لم تنفذ حقيقة على أرض الواقع.

«إذا تبعك النحل فهذا يعني أنك أكلت عسلاً»، مثل إفريقي يترجم بوضوح دوافع تنامي الصراع العالمي للنفوذ والسيطرة على إفريقيا. وكان التنافس قد احتدم والتدافع قد اشتد بين القوى الاستعمارية للهيمنة على أراض غنية تزخر بموارد طبيعية وتوفر إمكانيات لأسواق تجارية.

فتعرضت بذلك بلدان القارة الإفريقية للاستنزاف، وعلى الرغم من حصول بعض منها على استقلالها في ستينيات القرن الماضي وتسعينياته فإنها لا تزال تعاني إلى اليوم هيمنة الدول الاستعمارية وتعديها على مواردها.

الهيمنة الفرنسية بإفريقيا: استعمار في حلة مختلفة

بعد منافسة عالمية شديدة تمكنت فرنسا من بسط سيطرتها على عدة دول في غرب إفريقيا ووسطها، واستمر احتلالها لمساحات واسعة منها سنوات طويلة شهدت فيها القارة الإفريقية أشد الجرائم الإنسانية فظاعة وانتهاكاً لسيادتها واستنزافاً لثرواتها.

وَرَجَّ بعد ذلك بالأفارقة كوقود للحرب في الصفوف الأولى والجيهاث الأممية لمعارك فرنسا العالمية وحروبها. إذ أصدر في ذلك مركز روبرت شومان للأبحاث سنة 2011 تقريراً يكشف حجم خسائر الحرب العالمية الأولى، وورد في التقرير أنه قتل نحو 71 ألف جندي إفريقي بصفوف الجيش الفرنسي، وأغلبهم من المغرب والسنغال والجزائر وتونس ومدغشقر.

كما تعد البلدان الإفريقية مناطق حيوية لفرنسا إلى اليوم، إذ تزودها بالطاقة واليورانيوم، ولم يتوقف استنزاف القارة السمراء وما تزخر به من موارد بوسائل وسياسات مختلفة. علاوة على ذلك وفرت البلدان الإفريقية العمالة لفرنسا وغيرها من بقية القوى الاستعمارية في المنطقة التي تحتاج إلى اليوم إلى موارد بشرية مقابل أجور زهيدة لتشغيل مؤسساتها الحيوية، كما جرى استغلال هذه البلدان كمناطق لتجارة العبيد لفترة طويلة.

Turkey, Egypt resume first contacts since 2013

Turkey on said it had held its first diplomatic contacts with regional rival Egypt since President Fattah al-Sisi ousted the Ankara-backed Islamist leader Mohamed Morsi in 2013.

The two powers have sparred over a range of issues and found themselves on opposite sides of the war in Libya.

But Turkish President Recep Tayyip Erdogan has reached out to several rivals as he tries to break out of growing diplomatic isolation and faces potential sanctions from the EU.

The charm offensive comes as Turkey suffers from a wave of economic woes and faces a tough stance from the new US administration of President Joe Biden.

Turkish Foreign Minister Mevlut Cavusoglu raised eyebrows earlier this when he signalled that Ankara was prepared to negotiate a new maritime agreement for the eastern Mediterranean with Cairo.

He told Turkish state media on that the two countries have made "contacts both at the level of intelligence and foreign ministries with Egypt," adding: "Diplomatic-level contacts have started."

Anadolu quoted Cavusoglu as saying that a lack of trust was normal at the early stages of the discussion. "For this reason, negotiations are taking place and continuing under a certain strategy, road map," he said. Turkey and Egypt expelled each others' ambassadors and downgraded their relations in 2013.

Cavusoglu said on that Turkey was also ready to improve relations with the United Arab Emirates—one of its biggest rivals in the Arab world—as well as Saudi Arabia.

"We have been seeing more positive messages lately from Abu Dhabi," he said. "We have had no problems with them anyway, but they have had a problem with us. We are now seeing a more moderate approach from them."

Turkey's relations with Saudi Arabia deteriorated sharply after the murder of journalist Jamal Khashoggi in Riyadh's Istanbul consulate in 2018.

But Cavusoglu said on Friday that Turkey was not treating the death as a "bilateral issue". "They turned it into a bilateral issue, but we never accused the government of Saudi Arabia."

A Turkish court trying 26 Saudi suspects in absentia for Khashoggi's murder this month refused to admit a US report blaming the kingdom's Prince Mohammed bin Salman for the killing. Cavusoglu stressed: "We see no reason not to improve relations with Saudi Arabia."



استقالة وزير الصحة الأردني بعد وفاة عدد من مرضى كورونا جراء انقطاع الأكسجين

من تقع عليه المسؤولية، في حال ثبوتها، التبعات التي تطاله وفق أحكام القانون».

وقال رئيس النيابة العامة القاضي يوسف ذيابات لقناة «المملكة» الرسمية، إن «ثلاثة مدعين عامين باشروا إجراءات التحقيق لمعرفة جميع ملابسات الحادث». وبحسب مصدر طبي فإن «المتوفين هم أربعة رجال واثنان من النساء»، مشيراً إلى أن «المستشفى يعالج حوالي 150 مريضاً من مرضى كورونا».

دعوات للمحاسبة

وقال أبو عبد الله الذي فقد أحد أقاربه في الحادث لوكالة الأنباء الفرنسية «نحن نتمنى أن يرحم الله الضحايا كلهم وأن تتم محاسبة المسؤولين عما جرى بشدة، يجب أن تتم محاسبة كل انسان أخطأ» في هذا الحادث.

من جهته، أكد سليمان خريسات وهو ممرض متقاعد فقد اثنين من أقاربه إن «المستشفى كان يعاني في السابق من نقص في الكوادر الطبية والتمريضية، ولكن نقص الأكسجين هذه المرة كان الأكبر والأصعب والأمر على... المرضى الذين لم يأخذوا حقوقهم الطبية الكاملة».

وقال رئيس مجلس النواب عبد المنعم صالح في بيان «أنه يُفترض في مثل هذه الأوقات الصعبة أن تتعامل جميع المؤسسات بشكل لا يحتمل التقصير والخطأ، خاصة عندما يتعلق الأمر بالعناصر العلاجية الأساسية كالأوكسجين»، وأكد على ضرورة «عدم التهاون في محاسبة كل من يثبت تقصيره في هذه الحادثة وغيرها، وتحميل المسؤولية المباشرة والأخلاقية في كل مراتب المسؤولية عن هذه الحادثة الأليمة».

وقال رئيس النيابة العامة القاضي يوسف ذيابات لقناة «المملكة» الرسمية، إن «ثلاثة مدعين عامين باشروا إجراءات التحقيق لمعرفة جميع ملابسات الحادث».

وبحسب مصدر طبي فإن المستشفى يعالج نحو 150 مريضاً من المصابين بكورونا. ويشهد الأردن ارتفاعاً في الإصابات اليومية بفيروس كورونا، ووصلت الحصيلة الإجمالية إلى 464856 إصابة و5224 وفاة.

وقررت الحكومة زيادة ساعات حظر التجول الليلي ومنع إقامة صلاة الجمعة وقداش الأحد وغلق الحدائق العامة والنوادي الليلية والمراكز الرياضية، وكانت قد أعلنت تعليق التعليم الوجاهي في كافة مراحل التعليم في المدارس والجامعات.



من (طلب من وزير الصحة التقدم باستقالته».

ووصل العاهل الأردني الملك عبد الله الثاني إلى المستشفى، بحسب مشاهد بثتها قناة «المملكة» الرسمية التي قالت إنه طلب من مدير المستشفى تقديم استقالته.

وبحسب مقاطع فيديو بثتها مواقع التواصل الاجتماعي قال الملك مدير المستشفى بغضب بينما طلب منه الاستقالة «كيف يحصل شيء من هذا القبيل في المستشفى؟ هذا الأمر ليس مقبولاً».

واحتشد مئات الأشخاص الغاضبين أمام المستشفى التي شهدت تواجداً أمنياً كثيفاً.

وعقد مجلس الوزراء اجتماعاً طارئاً لبحث مستجدات الحادث فيما يعقد مجلس النواب هو الآخر جلسة طارئة الأحد لبحث الحادث.

وفي مؤتمر صحفي لاحق، أعلن رئيس الوزراء الأردني بشر الخصاونة إقالة وزير الصحة وإنهاء خدمات مدير مستشفى السلط الحكومي وإيقاف مدير صحة محافظة البلقاء (حيث يقع مستشفى السلط) عن العمل مشيراً إلى أن «الحكومة تتحمل وحدها كامل المسؤولية عما حدث».

ووصف رئيس الوزراء ما حدث بأنه «خطأ جسيم فادح غير مبرر وغير مقبول»، معتذراً على هذا «التقصير».

وكان الخصاونة قد دعا إلى «إجراء تحقيق فوري في الحادث»، مشدداً على ضرورة أن «يتحمل كل

أعلن وزير الصحة الأردني نذير عبيدات أنه تقدم باستقالته بعد وفاة سبعة أشخاص في مستشفى السلط الحكومي شمال غرب عمان بسبب انقطاع الأكسجين لمدة ساعة، واعتبر أنه يجب محاسبة المسؤولين وأنه هو يتحمل المسؤولية الأخلاقية. وتوجه العاهل الأردني الملك عبد الله الثاني إلى المستشفى، وقالت قناة المملكة الرسمية إنه طلب من مدير المستشفى التقدم باستقالته.

أدى انقطاع الأكسجين في مستشفى السلط الحكومي شمال غرب عمان إلى وفاة سبعة مرضى من المصابين بفيروس كورونا، وفق ما أعلن وزير الصحة الأردني نذير عبيدات الذي قدم استقالته.

وقال عبيدات في تصريحات للصحافيين في مستشفى السلط (30 كلم شمال غرب عمان) إنه حصل نقص أكسجين في هذا المستشفى ولمدة ساعة تقريباً وهذا ربما أدى إلى وفاة ستة أشخاص». وأضاف «هناك تحقيق جارٍ للتأكد من أن نقص الأكسجين هو السبب الذي أدى إلى وفاة هؤلاء الأشخاص الستة».

وتابع «كل مقصر يجب أن يحاسب، وأنا كوزير صحة أتحمّل المسؤولية الأخلاقية كاملة بهذا الخصوص وقدمت استقالتي لرئيس الوزراء ولغاية الآن لم يتم إخباري إذا ما تم قبول استقالتي».

وأكد عبيدات أنه «تم اليوم تأمين المستشفى بالأوكسجين وبالطريقة الصحيحة»، وانتشرت قوات الشرطة في محيط مستشفى السلط لإبعاد أقارب للمتوفين يمتلكهم الغضب.

وفي وقت لاحق، أعلن مدير المركز الوطني للطب الشرعي في وزارة الصحة الطبيب عدنان عباس إن عدد الوفيات ارتفع إلى سبعة.

وقال في تصريحات لقناة «المملكة» الرسمية إنه «جرى تشريح أربعة جثامين لرجال وثلاثة جثامين لإنات جميعهم كانوا نزلاء داخل المستشفى ومثبت إصابتهم بكورونا وكانوا على الأكسجين». وأضاف أنه «بعد التشريح وأخذ عينات من الرئتين تبين وجود علامات واضحة لنقص الأكسجين».

ولفتاً إلى أن أعمار جميع المتوفين تتجاوز الأربعين. وتولى عبيدات منصبه على رأس وزارة الصحة في تشرين الأول/أكتوبر الماضي وكان قبلها يشغل منصب رئيس لجنة الأوبئة المكلفة بمتابعة تطورات فيروس كورونا.

وقال وزير الدولة لشؤون الإعلام الناطق الرسمي باسم الحكومة صخر دودين في تصريحات لوكالة الأنباء الأردنية (بترا) بأن «رئيس الوزراء (هو



exp REALTY **MLS**

**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
أوراق قضايا المحاكم
الشهادات المدرسية
التقارير الطبية
قصص اللجوء السياسي

خدماتنا تغطي كافة أنحاء الولايات المتحدة الأمريكية

ترجمة معتمدة لدى
دائرة الهجرة الأمريكية
والجهات الحكومية
الفيدرالية الأخرى

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

ترجمة حرفية ومهنية وسرية وبأسعار رمزية
أسعار خاصة لمكاتب الهجرة والمحامين

AZAL COMPUTERS

Yemen Wireless & More

AZAL YEMEN (313) 580-3387

Lycamobile Call the world for less

Get Your SIM Card TODAY

بمعناك تعيش اجواء اليمن

شحن لافراض من وإلى اليمن

Computer Sales Repairs

ازال اليمن هامتراميك

معنا تعيش اجواء اليمن

كل يوم جمعة
ديترويت - عمان - عدن

فقط
940\$

مدار - حراصي - جرة
ماء - كوز

جنابي ازال
اليمن

بخور عرائسي
عدني

غتر شيلان
بارخص الأثمان

لوز بلدي

3606 Caniff Hamtramck MI 48212 phone/313-580-3387 cell. /313-580-3387

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

Nahshal Graphics

Call: 313.918.6791

2120 Caniff, Hamtramck, MI 48212

المطبعة - هامترامك

nahshalgraphics@gmail.com

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

ترجمة الوثائق بأسعار ميسرة

Creative Accounting & Tax Service, LLC.

AUTHORIZED IRS e-file PROVIDER

Ahmed Numan, MSPA, Director
المحاسب القانوني / أحمد نعمان

خبرة أكثر من 20 عاماً في خدمات المحاسبة والضرائب

- Accounting & Bookkeeping Services.
- Business & Personal Consulting Services.
- Tax preparations: Individual, Partnership, and Corporations.
- Budget and forecast.
- QuickBooks setup and installation.

14200 W. 8 Mile RD. #37343 Oak Park, MI 48237

Tel: 248.219.9966
email: numana@creativeaccountingts.

لإعلاناتكم في

مجلة العربي THE ARAB AMERICAN TODAY

الأمريكي اليوم

سياسية • ثقافية • اجتماعية • شهرية • شاملة • مستقلة

مجلة العربي الأمريكية الأولى

First Arab American Magazine

عرب أمريكا الأولى

الاتصال على

313 - 409 - 9541

هل انتهت حقاً حقبة العرب؟

الصراع الرئيسي في المنطقة لم يعد كما كان سابقاً بين مشرعين، عربي وإسرائيلي (عربي)، بل عدا بين ثلاثة مشاريع: تركي وإيراني وإسرائيلي، تتنافس السيادة على المنطقة الممتدة من وسط آسيا إلى قلب أفريقيا العربية. أما العالم العربي فقد أصبح، في غياب مشروع خاص به ودولة مركزية تقوده، ضعيفا، ومنقسما في تقصيلاته وتحالفاته بين هذه القوى، وملحقا بها حتى. لا جديد في هذا الكلام، ولا يثير أي اهتمام لولا ترديده ونشره، بطريقة احتفالية، وكأنه إضافة فكرية عظيمة، من باحثين عرب يشك المرء في أنهم باتوا هم أنفسهم ملحقين بهذه المشاريع.

لا بد من التذكير أنه قبل عقود فقط، لم يكن ممكنا تخيل منطقة الشرق الأوسط أو الحديث عنها بدون إعطاء العرب الذين احتلوا مكانة القلب فيها، ما يستحقون من اهتمام، فيما كانت القوى الأخرى (إيران وتركيا وإسرائيل) ملحقة بالمشاريع الغربية، وتلعب أدواراً هامشية في الإقليم. وحدهم العرب تصدوا للسياسات الغربية في المنطقة، خلال فترة الحرب الباردة، ووقع على عاتقهم مواجهة الممتدة، وموقعهم المركزي في منظومة العالم الثالث، وامتلاكهم مصادر الطاقة بالغة الأهمية للاقتصاد العالمي. لا بل تمكن العرب حتى، في منعطفين تاريخيين، من فرض إرادتهم على الغرب (عامي 1956 و1973)،



مرwan قبلان

تعج وسائل الإعلام ومراكز الأبحاث الغربية هذه الأيام بمقالات ودراسات تناقش ما اتفق أصحابها على تسميتها «نهاية الحقبة العربية» في منطقة الشرق الأوسط، في مقابل صعود أدوار القوى غير العربية (إيران، تركيا، إسرائيل). ويذهب بعض هؤلاء، كما الأميركي من أصل إيراني، والي نصر، في مجلة فورين بولسي، إلى القول إن

فالحليج، كما تدل التطورات الجارية على ساحته اليوم، عاجز عن التصدي بمفرده للتحديات التي تواجهه، وهو يدفع فاتورة غياب دول المشرق العربي عن موازين القوى الإقليمية، واستفراغ إيران به. وتضمن دول الخليج العربية في الخطأ، إذ تحاول تعويض غياب السند العربي بالتحاقها بمشاريع غير عربية، لأن هذا سيحوّلها هي نفسها إلى ساحة صراع، وهو ما بدأت بوادره تظهر.

عدم تقدير نخب الحكم العربية أهمية التضامن العربي، وغياب إرادة الفعل لديها خارج إطار الحفاظ على كرسي الحكم، وعدم إدراكها أهمية الاستقواء بشعوبها، وبالطاقات التي تملكها، هي العوامل الرئيسية في تهميش أدوارها، فالعرب لا يفتقرون إلى مقومات قوة حقيقية، بل إلى الإيمان بها وبأنفسهم، فاقتصادات دول الخليج وحدها مثلا تبلغ نحو 1,65 تريليون دولار، أي أنها أكبر من اقتصادات تركيا (761 مليار دولار) وإيران (445 مليار) وإسرائيل (394 مليار) مجتمعة. وتنفق على التسلح ضعفي ما تنفقه الدول الثلاث، وهي قادرة، إذا اختارت مصر الاضطلاع بدورها التاريخي في المشرق العربي، على إعادة بناء النظام الإقليمي العربي، ومساعدة سورية والعراق على النهوض من جديد. إذا حصل هذا تصبح أطروحة «نهاية العرب» مثل أطروحة «نهاية التاريخ»، بانسة، مصيرها سلة المهملات.

وكانت لذلك تأثيرات بالغة الأهمية على مستوى العالم. ولم يقل دور مصر وأهميتها في الخمسينات والستينات عن دور الصين وأهمية الهند، وكانت بالتأكيد أعظم أثرا من أي قوة متوسطة الحجم في العالم. ظل الرئيس الأميركي، دوايت أيزنهاور، يخطب ود الرئيس المصري جمال عبد الناصر، والقوميين العرب، حتى آخر يوم من ولايته. وظل وزير خارجيته، جون فوستر دالاس، يردد أنه لا يمكن هزيمة الاتحاد السوفييتي بدون مساندة العرب الذين يحملون الإسلام باعتباره نقيض الشيوعية (- Anti thesis) ويملكون النفط. وبالفعل هزم الاتحاد السوفييتي بالإسلام في أفغانستان، وبالنفط الذي دفعت السعودية أسعاره إلى الانهيار في منتصف الثمانينات.

صارت تلك الأيام من الماضي، إذ لا يفتقد العرب اليوم إلى مشروعهم الخاص فحسب، بل صارت حواضهم ساحة صراع لمشاريع الآخرين، بسبب بؤس نظم الحكم العربية وضيق أفقها، وسوء تقديرها وفشلها في إدارة دولها ومجتمعاتها، فانتهدت أدوار الحواضر العربية الكبرى، من بغداد إلى دمشق والقاهرة، وبينهما بيروت بالقها الفكري والثقافي. ليست منطقة الخليج العربية أفضل حالا، فاللحظة الخليجية التي احتفى بعض المثقفين الخليجيين ببلوغها، مع انتقال مركز الثقل في السياسة العربية إلى منطقة الخليج، بعد سقوط العراق وسورية وانكفاء مصر، جاءت أقصر كثيرا مما تخيل أصحابها،

To Asian-Americans: Your Muslim compatriots stand with you against racism



Hiba Rahim

Respected Asian-Americans, I've been following recent reports of the rise in hate crimes against members of your community with a heavy heart. As an American-Muslim, I know very well the devastating impact of misinformation, ignorance, and propaganda.

It's the combination of those very things that led to 73 percent of American adults to view China unfavourably in a recent survey. A few years ago, it's also what caused only 27 percent of Americans to say they had a positive view of Muslims - statistics that fare much worse during election cycles and periods of national crises.

There is a flood of parallels between what Asian-Americans are experiencing and what the Muslim community has faced for the last 20 years. You see, it almost always follows the same trajectory: Difficult times and uncertainty lead people to experience fear

and anxiety. These worries lead to irrational behaviour, anger, and the need to find an individual or group to blame.

Behavioural science studies have found that the tendency to shift blame is socially contagious, and when the public blaming stems from a leader, its effects are far more detrimental.

The unfounded fears, energized by massive, deliberate media campaigns and amplified by agenda-driven politicians and pundits, are at the root of this discrimination. Islamophobia has as little to do with what Islam teaches as Sinophobia has with the reality of this pandemic's cause and spread. But both xenophobic productions have led to bigotry and personal and collective harm.

The rise of Islamophobia saw the number of anti-Muslim hate groups in the US nearly triple between 2015 and 2016, emboldened by the fear-mongering, divisive rhetoric of Donald Trump.

Perhaps you don't remember when Trump said, "Islam hates us" on national television. And that's understandable, because if you're not directly affected, the words sting less and the repercussions are virtually nil.

But the Muslim community certainly felt the impact of Trump's anti-Muslim sentiment on many fronts, best quantified in a 67 percent increase in hate crimes against Muslims in 2015, according to the FBI.

This is the same man responsible for fanning the flames of hate against the Asian community. Instead of addressing his failures in dealing with Covid-19 in our country, Trump shifted the blame to the easiest target: the

Chinese. He publicly called it the "China plague" and resorted to juvenile and racist jabs like "kung flu" to amplify the insult.

The result? 122 incidents of anti-Asian hate crimes were reported in 2020 - an increase of 150 percent.

Of course, not only the Chinese were impacted. Asian-Americans of many backgrounds have faced waves of violence and racism as a result. Similarly, not only Muslims are affected by anti-Muslim prejudice. Christian Arabs and Sikhs have also been verbally and physically harassed, discriminated against, and even killed since 9/11 because they were mistaken for Muslims.

Twenty years. That is how long the Muslim community has been collecting reports of discrimination and violence, of school bullying and workplace inequity, of violations of constitutional rights, of hate incidents and hate crimes.

That is how long the Muslim community has organised unprecedented activism on interfaith, social, humanitarian, and political fronts.

And all the while, Muslim leadership has been actively working to educate, empower, and protect American-Muslims. Civil rights organisations like CAIR-Florida where I work, offer Know Your Rights training to our community that covers a range of areas where discrimination is rampant: school, work, housing, prison, travel, and even most recently, hospice care.

These organisations stand ready to defend victims of discrimination through advocacy or litigation.

Asian-Americans leaders have also mobilised in clear efforts to educate and protect their community. As grandchildren are still experiencing the violence and discrimination that their grandparents likely encountered in this country, it is critical to be aware of what to expect, and proactive in how to respond.

The same advice we share with our community, I pass along to you: be vigilant, be wise, try to avoid being alone, especially at night, know your rights, have a plan, know who to call if you're in trouble, and be sure to report any type of discrimination or assault to the proper community organisations and authorities.

The tides of favour toward minority groups ebb and flow in this country, triggered by seemingly any opportunity to promote division and fear. Even with "warmer" views of Islam and Muslims in recent years, we are so far from where we need to be as a nation in our tolerance of one another. The mere necessity for these types of surveys speaks volumes.

But, my fellow citizens and friends from the Asian-American community, this too shall pass.

Unfortunately, though, if the trajectory of history remains consistent, it will be at the expense of the next minority group. Muslims may feel a sense of liberation and relief that we are no longer the main target of such threats. But it is critical we never forget, and it is imperative that we never join the contagious chorus of blame shifters, just because we, too, are uncertain, or afraid.



الإمارات تعلن عن صندوق بـ 10 مليارات دولار للاستثمار في إسرائيل

أعلنت الإمارات عن إنشاء صندوق بقيمة 10 مليارات دولار يستهدف الاستثمار في قطاعات استراتيجية في إسرائيل. وستقوم دولة الإمارات من خلال هذا الصندوق بالاستثمار في إسرائيل ضمن قطاعات استراتيجية تشمل الطاقة والتصنيع والمياه والفضاء والرعاية الصحية والتكنولوجيا الزراعية وغيرها، وفقا لما أوردته وكالة الأنباء الإماراتية الرسمية (وام).

يأتي ذلك بعدما تلقى الشيخ محمد بن زايد آل نهيان ولي عهد أبوظبي نائب القائد الأعلى للقوات المسلحة، اتصالا هاتفيا من بنيامين نتانياهو، رئيس وزراء إسرائيل، جرى خلاله بحث تقدم العلاقات الثنائية في ضوء معاهدة السلام التي تم توقيعها بين البلدين.

وسيركز الصندوق على مبادرات التنمية وتعزيز التعاون الاقتصادي بين البلدين. وسيتم تمويل الصندوق من مخصصات من الحكومة ومن مؤسسات القطاع الخاص.

يأتي تأسيس الصندوق بعد التوقيع على الاتفاق الإبراهيمي التاريخي بين البلدين، وتهدف هذه الخطوة إلى تعزيز العلاقات الاقتصادية بين اثنين من الاقتصادات المزدهرة في المنطقة وفتح المجال للاستثمارات وخلق فرص الشراكة لدفع النمو الاجتماعي والاقتصادي في البلدين والمنطقة.

French central bank sees 'slightly positive' Q1 growth

The French economy is on course to return to growth in the first quarter, the central bank said on , as coronavirus restrictions hold back a stronger recovery.

The Bank of France said the euro zone's second-biggest economy will likely post "slightly positive" growth in the first three months of the year from the previous quarter, when it shrank 1.4%.

The central bank said in its monthly economic outlook that if the first quarter's rate of growth was maintained through the whole of 2021, the economy would book 4% annual growth this year.

The central bank had forecast in December growth this year of 5% and is due next week to provide an in-depth update of its long-term economic forecasts.

The government has had to impose new coronavirus restrictions in some regions as new infections remain high and has ordered big shopping centres to close. But it has so far not imposed a third national lockdown.

The central bank estimated that the economy was currently operating down 5% from pre-crisis levels, unchanged from last month.



تجاوزت 130 تريليون دولار.. ثروات الأميركيين عند مستوى قياسي

قال مجلس الاحتياطي الاتحادي في تقرير، إن ثروات الأسر الأميركية ختمت العام 2020 عند مستوى قياسي مرتفع بلغ 130.2 تريليون دولار، في ظل أسعار فائدة بالغة التدني وإجراءات تحفيز اقتصادي ضخمة كبحت التداعيات المالية لجائحة فيروس كورونا.

وأظهر التقرير أن ارتفاعات أسواق الأسهم أضافت 4.9 تريليون دولار إلى الأصول في الربع الأخير من السنة، وأن ارتفاع قيمة العقارات أضاف حوالي 900 مليار دولار.

وزادت الأرصدة النقدية 642.7 مليار دولار في الربع الرابع إلى مستوى قياسي بلغ 14.1 تريليون دولار. ونمت ثروات الأسر 12 تريليون دولار عنها قبل عام، وسدد المستهلكون 118.3 مليار دولار من ديون بطاقات الائتمان، وهو رقم قياسي أيضا.

ولا يوضح التقرير قدر التفاوت بين الأسر ذات الدخل المرتفع والأسر الفقيرة، ولا بين أوضاع أصحاب الوظائف ومن فقدوها أو من يملكون أسهما وعقارات ومن لا يملكون.

لكن البيانات تعطي مؤشرا عاما على قوة الأوضاع المالية للأسر الأميركية، والتي تلقت دعما بنحو 3 تريليونات دولار في وقت مبكر من الأزمة، فضلا عن تخفيضات أسعار الفائدة ومشتريات السندات الشهريّة من البنك المركزي.

التعاون الاقتصادي: النمو العالمي سيرتفع 5.6% هذا العام

رفعت منظمة التعاون والتنمية في الميدان الاقتصادي بشكل كبير توقعاتها للنمو العالمي إلى 5.6% في 2021 بعدما كان 4.2% معولة على الآثار المتضاربة لخطة الإنعاش الأميركية الضخمة وحملات التطعيم.

وأوضحت المنظمة في توقعاتها الاقتصادية الوسيطة «تحسنت الآفاق الاقتصادية العالمية بشكل واضح في الأشهر الأخيرة مع توافر اللقاحات الفعالة بشكل تدريجي وإعلان إجراءات دعم جديدة في بعض الدول ومؤشرات تظهر أن الاقتصاد يتكيف بشكل أفضل مما كان متوقعا مع القيود، المفروضة.

لكنها دعت المسؤولين «إلى تسريع إنتاج اللقاحات» المضادة لفيروس كورونا. وأوضحت لورانس بون كبيرة خبراء الاقتصاد في المنظمة التي تضم 37 دولة لوكالة فرانس برس أن وحدها خطة الرئيس الأميركي جو بايدن البالغة قيمتها 1900 مليار دولار لانعاش أكبر اقتصاد في العالم، تساهم بنسبة 1% في هذه المراجعة لتوقعات النمو العالمي.

لكنها حذرت في مؤتمر صحفي من مخاطر زيادة معدلات الفائدة ما لم تكتسب حملات التلقيح المزيد من الزخم. وهو سيناريو مخيف: فارتفاع معدلات الفائدة يؤدي إلى زيادة كلفة الدين العام ما يضر بقدرة الدول على دعم الاقتصاد، وقد يعرقل الأسواق المالية التي تستفيد من الأموال السهلة منذ سنوات.

وجاء في بيان للمنظمة «لقد تحسنت التوقعات الاقتصادية العالمية بشكل ملحوظ في الأشهر الأخيرة بسبب الانتشار التدريجي للقاحات الفعالة، والإعلان عن تدابير دعم جديدة في بعض البلدان ومؤشرات على أن الاقتصادات تتكيف بشكل أفضل من المتوقع مع القيود... الناتج المحلي الإجمالي العالمي قد يكون أعلى من مستواه قبل الجائحة بحلول منتصف العام 2021»، رغم الاختلافات الشديدة بين الدول.

وبفضل ضخ هذه السيولة الهائلة، سيتضاعف نمو إجمالي الناتج المحلي الأميركي مقارنة بما كان متوقعا في كانون الأول/ديسمبر ليصل إلى 6,5% من دون أن يؤدي ذلك إلى مخاطر تضخمية على ما أوضحت بون.

وتابعت بون «إذا نظرنا إلى وضع سوق العمل والقدرات غير المستخدمة، نجد متسعا كبيرا في الاقتصاد قبل أن يرتفع الطلب بشكل قوي».



اعتقال مواطن تشيكي بقسوة أمام طفله لرفضه ارتداء الكمامة

وقال عمدة المدينة، إن «هؤلاء الضباط أقبلوا بالفعل من الخدمة»، وشددت السلطات التشيكية منذ مطلع مارس الجاري، من إجراءات مكافحة فيروس كورونا لمدة 3 أسابيع، إذ منعت السكان من مغادرة مناطقهم، باستثناء السفر إلى الطبيب أو العمل على سبيل المثال. وأجبرت السلطات الجميع على ارتداء الأقنعة في الشارع وفي العمل.

أكدت وسائل إعلام تشيكية، أن الشرطة اعتقلت مواطناً بشكل قاس في بلدة أوهريسكي هراديسيت أمام أنظار طفله الصغير، بسبب رفضه ارتداء الكمامة وإظهار وثائقه.

وأظهر شريط فيديو تناقلته مواقع التواصل الاجتماعي ضابطين من الشرطة وهما يطرحان أرضاً الرجل فيما يهزول طفله باكياً نحو أناس تجمعوا بالقرب من مكان الحادث.



الأمير وليام يكشف موقفه من "عنصرية" العائلة المالكة في بريطانيا

ميغان بشأن حرمان آرثشي من لقب أمير قد ضربت خطط الأمير تشارلز المستقبلية -بشأن تقليص امتداد النظام الملكي- في مقتل، وذلك في تقرير للمجلة مؤخراً.

في الحوار نفسه، الذي تابعه الملايين عبر العالم، ويث مباشرة بأكثر من 60 دولة، قالت دوقة ساكس للإعلامية وينفري والجمهور في أنحاء العالم، كيف انعكست المحادثات بشأن منح طفلها آرثشي لقب «أمير» على مسألة تأمينه، وأضافت ميغان، أن تلك المحادثات قد جرت بالتزامن مع التعليقات التي تلقاها الأمير هاري بشأن بشرة ابنه الداكنة أكثر منه.

إذ نقلت المجلة عن مصادر مطلعة، قولها إن التصريحات كانت جزءاً من المناقشات حول «تقليص امتداد الحكم الملكي»، في إطار رؤية الأمير تشارلز طويلة الأمد والهادفة إلى توفير الأموال التي تنفق على هذا الصعيد. لذا تشير تعليقات ميغان إلى أنها شهدت عنصرية في طريقة مناقشة العائلة مسألة مستقبلها بوصفها مؤسسة حاكمة، حسب رأيها.

قال الأمير وليام حفيد ملكة بريطانيا، إن العائلة المالكة ليست عنصرية، وذلك بعد أن قالت ميغان زوجة أخيه الأمير هاري، إن أحد أفراد العائلة تساءل عن مدى ما ستكون عليه سمرة بشرة ابنتها آرثشي. الأمير وليام قال أيضاً، أثناء زيارة لمدرسة في شرق لندن، إنه لم يتحدث مع هاري (36 عاماً)، منذ بث المقابلة التي جرت معه ومع زوجته. وتابع: «لم أتحدث معه لكنني سأفعل». فيما رد الأمير وليام على سؤال لأحد الصحفيين عما إذا كانت العائلة المالكة عنصرية، قائلاً: «نحن لسنا أسرة عنصرية على الإطلاق». كان هاري قد قال في المقابلة، إن والده الأمير تشارلز، ولي عهد بريطانيا، خذله وأنه شعر بأنه حبيس الحياة الملكية. أكثر من 49 مليون شخص شاهدوا المقابلة.

بينما ذكرت شبكة «سي. بي. إس.» الأمريكية، أن أكثر من 49.1 مليون شخص في أنحاء العالم شاهدوا عبر التلفزيون أو الإنترنت، المقابلة التي أجرتها مذيعة التلفزيون الشهيرة أوبرا وينفري مع الأمير هاري وزوجته ميغان، وكان لها وقع الصاعقة.

تم بث المقابلة، التي وجه فيها الزوجان اتهامات بالعنصرية والتجاهل ووجود تناحر داخل العائلة المالكة، عبر شبكة «سي. بي. إس.»، وعلى محطة «أي. تي. في» التلفزيونية البريطانية، ولا تزال المقابلة متاحة على منصات البث.

فيما ذكرت شبكة «سي. بي. إس.»، وهي وحدة تابعة لشركة فايبكوم سي. بي. إس، أن أعداد المشاهدين تتزايد وأنها قد تعيد بث المقابلة في الولايات المتحدة.

أضافت الشبكة الأمريكية، أن جمهور التلفزيون في الولايات المتحدة بلغ 17.8 مليون من العدد الإجمالي للمشاهدين، ما يجعلها أعلى حدث ترفيهي خاص من حيث التصنيف منذ حفل الأوسكار في فبراير/ شباط 2020. من جهة أخرى، كشفت مجلة Newsweek الأمريكية، أن تصريحات

العثور على سائح بريطاني مشنوقاً في مطار اسطنبول

أو إجابات لعائلة المتوفي، ولم تتمكن عملية التشريح الثانية التي أجريت على الجثة من الكشف عن السبب الرئيسي للوفاة. وقال جرايم إيرفينغ، كبير المحققين في محكمة والثامستو كورونيرز، إنه على الرغم من أن لديه سلطة استدعاء الشهود في إنجلترا وويلز، إلا أن المكتب لا يملك أي سلطة على السلطات القضائية الأجنبية، وغير قادر على طلب الملفات من تركيا نفسها.

وأضاف أن مكتب الطبيب الشرعي اعتمد على وزارة الخارجية وشؤون الكومنولث لاستخدام الضغط الدبلوماسي للحصول على الوثائق المرتبطة بالقضية.

واستغربت زوجة توكام عدم تجاوب السلطات التركية معها، وقالت أنه إذا كانت هناك كاميرات مراقبة موزعة في أرجاء المطار فلم لا يتم تتبعها لمعرفة جميع ملابس الحادثة.

وقد تم تأجيل التحقيق في القضية إلى موعد آخر يتم تحديده بناء على طلب السيدة توكام، لتتمكن من العودة إلى وزارة الخارجية للحصول على قدر أكبر من المعلومات.

عثر في مطار اسطنبول على سائح ميت، وكشفت التحقيقات أنه بريطاني كان قد قدم إلى البلاد مع عائلته.

وطالبت أسرة المتوفي، ستيوارت توكام، وزارة الخارجية التركية، بالإجابة عن استفسارات السلطات البريطانية وبتسليم تقرير تشريح الجثة.

وتم العثور على توكام البالغ من العمر 44 عاماً بعد منعه من ركوب طائرة عائدة إلى المملكة المتحدة في الثامن عشر من سبتمبر/ أيلول الماضي، بحسب ما ذكرت صحيفة «mirror» البريطانية.

وتم تأجيل التحقيق في وفاته لعدم حصول المحكمة على معلومات كافية حول الحادث، والتدرج بتقصير قاضي الطب الشرعي الذي لم يقيم بتسجيل كل معلومات حول القضية.

وفي التفاصيل، بينت المحكمة أن توكام كان يعاني من مرض عقلي، وقد منع من الصعود إلى متن الطائرة لاعتقاد المناوبين بأنه في حالة سكر، ووجد فيما بعد مشنوقاً في أحد أقسام المطار. ومع ذلك لم تقدم السلطات في تركيا أي وثائق





شابة تخسر جائزة بقيمة 250 مليون يورو بسبب خطأ بسيط!

خسرت شابة بريطانية تبلغ من العمر 19 عاما جائزة كبرى بقيمة 250 مليون يورو، بسبب خطأ بسيط! ولم تستطع راشيل كيندي، التي فازت بالجائزة الكبرى من مسابقة اليانصيب «EuroMillions»، المطالبة بالجائزة بسبب خطأ بسيط، ارتكبه هي وصديقها. فكان لدى راشيل جميع الأرقام السبعة (6 و12 و22 و29 و33 و6 و11) متطابقة في اليانصيب. وتلقت إشعارا من موقع اليانصيب بذلك.

وأتصلت بالمنظمين وأكدوا لها أنها قامت فعلا بمطابقة جميع الأرقام، لكنهم أشاروا إلى أنه لا يمكن احتساب فوزها، لأنها لم تدفع ثمن التذكرة، نظرا لأنه كان متصلا بخدمة الدفع التلقائي، ولم يتم الدفع مطلقا من حساب الفتاة، ولم تتحقق هي حتى من الرصيد في حسابها لكي تعرف ما إذا جرى خصم ثمن البطاقة منه أم لا!

كما اتضح أنه لم تكن هناك أموال كافية في حسابها في يوم الخصم. وقالت راشيل، طالبة الأعمال في جامعة برايتون، لصحيفة «The Sun»: «أتصلت بصديقي ليام وأمي في الغرفة ولم يصدقا أيضا بأني ربحت الجائزة. أتصلت بالرقم معتقدة أنني ربحت 182 مليون جنيه إسترليني، وقالوا نعم، لقد ذكرت الأرقام الصحيحة، ولكن لم يكن لديك أموال في حسابك لدفع ثمن التذكرة، لذلك لم يتم تمريرها بالفعل». من جهته، علق القائمون على «Euromillions»: «نحن على دراية بقصة راشيل، ونأمل أن تبدأ مبكرا لشراء تذكرة أخرى للسحب الكبير القادم».



العثور على عيادة سرية في الكناري يعتقد أن هتلر استخدمها

قالت صحيفة The Sun، إنه تم في جزر الكناري، العثور على فيلا يحتمل استخدامها كمستوصف سري، لتغيير شكل أدولف هتلر بعد هزيمة ألمانيا في الحرب العالمية الثانية.

وذكرت الصحيفة، أن مؤلفي برنامج Secret Nazi Bases، زاروا فيلا كانسا وينتر، التي تقع على جرف صخري بالضواحي الجنوبية لجزيرة فويرتيفنتورا.

وفي داخل المبنى، تم العثور على صالة مبلطة بالسراميك تذكر بغرفة العمليات الجراحية وكذلك غرفة تشبه مكان حرق الجثث، بالإضافة إلى نفق.

يعتقد الباحثون أن هتلر، تظاهر بالانتحار، وتم نقله إلى جزر الكناري في نهاية أبريل 1945.

ويزعم هؤلاء، بأن هتلر وصل إلى الفيلا مع سكرتيره مارتين بورمان، والطبيب يوسف مينجيل. وقامت مجموعة من الجراحين، بتغيير مظهرهم الخارجي، ليغادروا بعدها إلى البرازيل والأرجنتين هربا من العدالة.

تم بناء هذا العقار من قبل المهندس الألماني غوستاف وينتر، وجرى ذلك وفقا للشائعات بتمويل من النازيين.

في الوقت الحالي، يعيش في الفيلا مالكها السيد بيدرو فوميرو. ووفقا له، شارك أقاربه في بناء الفيلا. وهو يعتقد أن المبنى كان مرتبطا بالعمليات العسكرية، مستشهدا بروايات من الأقارب حول وصول عسكريين ألمان أثناء بناء الفيلا. ويؤكد المالك الحالي، أن هذا المنزل «يخفي الكثير من الأسرار»، ولم يكن مخصصا للترفيه.

UN chief warns of risk of famine for millions around the world

Millions of people around the world risk dying of hunger and the Covid-19 pandemic and climate change are increasing the threat, UN Secretary-General Antonio Guterres said.

"Without immediate action, millions of people will reach the brink of extreme hunger and death," Guterres told the Security Council during a meeting on the links between food and security.

Guterres said over 30 million people in more than three dozen countries are "just one step away" from a declaration of famine.

"Climate shocks and the Covid-19 pandemic are adding fuel to the flames. I have one simple message: if you don't feed people, you feed conflict," he said.

"Famine and hunger are no longer about lack of food. They are now largely man-made -- and I use the term deliberately There is no place for famine and starvation in the 21st century."

At the end of 2020, more than 88 million people were suffering from acute hunger due to conflict and instability -- a 20 percent increase in one year, he said, pointing to a worsening trend in 2021.

High-risk zones include the Sahel, the Horn of Africa, South Sudan, Yemen and Afghanistan. The US ambassador to the United Nations, Linda Thomas-Greenfield, told how she saw a two-year-old girl die of hunger in Uganda in 1993.

"There's no reason we can't get resources to people in acute need," the ambassador said.

"In today's world, famine is human-made. And if it is caused by us, that means it must be stopped by us too," Thomas-Greenfield added.

Oxfam International executive director Gabriela Bucher said people in these areas "are not starving -- they are being starved."

She added: "It makes little difference to the hungry whether they are being starved by deliberate action or the callous negligence of conflict parties or the international community."

Guterres said that in order to save 34 million people in the high risk zones, the United Nations and its agencies have appealed for emergency mobilization of \$5.5 billion.

Guterres announced he was launching a task force "to avert catastrophe," with representation from the World Food Program and the UN Food and Agriculture Organization.

Countries' responsibilities do not end with simply donating money for food aid, said Bucher of Oxfam.

She denounced "an international community whose most powerful states too often drive starvation with a plentiful supply of weapons."

She cited as examples the Tigray region of Ethiopia, and Yemen.

She said the council "should deepen its work on this topic," guarantee humanitarian access to dangerously hungry people and "also take any opportunity to create meaningful accountability for starvation crimes."



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



A&T UNITED SERVICES, INC.

Authorized E-File



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

سمانة عربية بأنواعها



أسواق فوردسون Fordson Market



Mid-East Groceries, Fruits & Vegetables

بإدارة الحاج / محمد عثمان

Mohamed Osman

313-584-5849

14301 Ford Rd. Dearborn, MI 48126

أما يغفر مساجد الله من أمن بالله واليوم الآخر وأقام الصلاة وآتى الزكاة ولم يخش إلا الله - فمسي 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 رياضية للأطفال في مدينة سان دياجو كاليفورنيا . الرجاء التبرع يا أهل الخير فهي صدقة جارية لك ولذريتك

قال عليه الصلاة والسلام (من بنى مسجداً لله كمضخ قطرة 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

Islamic Poultry

المسلخ الإسلامي

الرجاء الإتصال مسبقاً لحجز طلبيات الدجاج

Call Ahead For Chicken Orders

Tel: 313.841.4300

2461 Akron St.
 Dearborn, MI 48120

Open 7 Days
 8am-5pm

بقالة ناصر جمجم وأولاده

سمانة عريية - لحوم - أسماك - دجاج

NASSER FAMILY IMPORTS

FRESH MEAT & GROCERIES

OPEN 7 DAYS



313-842-6366

10411 DIX AVE. DEARBORN, MI 48120

MasterCard VISA DISCOVER

الخارجية الفلسطينية: اقتحام نتنياهو «سوسيا الأثرية» استفزاز

دانت وزارة الخارجية والمغتربين الفلسطينية، اقتحام رئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتنياهو قرية سوسيا الأثرية في مسافر يطا جنوب الخليل، جنوبي الضفة الغربية. ويأتي اقتحام نتنياهو قرية سوسيا بحجة المشاركة في افتتاح موقع أثري مزعوم يتبع لإحدى المستوطنات الجائمة فوق الأرض الفلسطينية، فيما قمت قوات الاحتلال قبيل وصول نتنياهو مسيرة احتجاجية على ذلك الاقتحام على مقربة من قرية سوسيا الأثرية. وأوضحت الخارجية الفلسطينية، في بيان صدر عنها، أن هذا الاعتداء الاستفزازي يأتي بعد ساعات قليلة من إقدام مليشيات المستوطنين بالاعتداء على عائلة فلسطينية وهي في أرضها في «التوانة» بمسافر يطا، في إطار سياسة احتلالية ممنهجة تهدف إلى تهجير وطرد المواطنين الفلسطينيين من يطا والسيطرة على أراضيها وتخصيصها لصالح الاستيطان، وهو حال جميع البلدات والتجمعات الفلسطينية الواقعة في المنطقة المصنفة (ج). وأشارت الخارجية الفلسطينية إلى أن نتنياهو اعتمد في حملته الانتخابية تنظيم اقتحامات لعدد من المواقع في الضفة الغربية المحتلة، لاستمالة المستوطنين انتحاليين من خلال دعمهم في التغول والسيطرة والتهويد لمئات المواقع في الأرض الفلسطينية المحتلة، كجزء لا يتجزأ من التنافس الانتخابي داخل اليمين على استقطاب أصوات المستوطنين. ولفتت الخارجية الفلسطينية إلى أن هذه المنطقة يستوطن فيها غلاة المستوطنين وتعتبر من قواعد انطلاق عناصر الإرهاب اليهودي، مبينة أن نتنياهو يهدف من خلال هذا الاقتحام إلى تحسين وتعزيز مركزه الانتخابي على حساب حقوق الفلسطينيين، ضاربا عرض الحائط القانون الدولي والشرعية الدولية وقراراتها والقانون الإنساني الدولي.

ورأت الخارجية الفلسطينية أن اعتداء نتنياهو على سوسيا يفتح شهية غلاة المستوطنين لارتكاب المزيد من الانتهاكات والاعتداءات والجرائم بحق المواطنين الفلسطينيين، وعلى نهب وسرقة المزيد من الأرض الفلسطينية في تلك المنطقة الاستراتيجية والحساسة، ويمنحهم الغطاء والحماية والشرعية لمشاريعهم الاستعمارية التوسعية. وأكدت الخارجية الفلسطينية أن ما جرى أول من أمس في بلدة كفل حارس يتكرر هذا اليوم تحت رعاية وحضور نتنياهو في خربة سوسيا، في محاولة إسرائيلية مفضوحة تهويد قلب التجمعات السكانية الفلسطينية.

ويعمل الاحتلال على تصنيع أماكن يسميها «دينية» في مناطق مهددة بالاستيطان، كأسلوب للسيطرة على الأراضي الفلسطينية و«شواهد ماثلة» على رواية الاحتلال يتم اختلاقتها وفرضها وزرعها في الواقع، تحت حجج وذرائع دينية وأهية، وهي ذات الأسطورة التي اعتاد نتنياهو على تسويقها والترويج لها لاستدراج الطابع الديني للصراع، بدلاً عن الطابع السياسي، وإخفاء صفة الاحتلال عن دولة إسرائيل لتضليل الرأي العام العالمي والقادة الدوليين بقوله أن هذه الأرض متنازع عليها بين أتباع ديانتين.

واقترح نتنياهو، قرية سوسيا الأثرية في مسافر يطا جنوب الخليل، برفقة عدد كبير من المستوطنين، وسط إجراءات احتلالية عسكرية مشددة، شملت إغلاق منطقة المسافر وإعلانها منطقة عسكرية مغلقة، وأقامت حواجز عسكرية لمنع المتضامنين والطواقم الصحافية من الوصول إلى المنطقة.

وقمت قوات الاحتلال قبيل اقتحام نتنياهو قرية سوسيا مسيرة جماهيرية رفضاً لاقتحام نتنياهو قرية سوسيا الأثرية، حيث هاجمت قوات الاحتلال الأهالي والنشطاء المشاركين في المسيرة التي انطلقت من قرية سوسيا باتجاه المواقع المزمع اقتحامها من قبل نتنياهو، وفق ما أفاد به منسق لجان الحماية والصمود فؤاد العمور.

وأشار العمور إلى أن المتظاهرين رفعوا الأعلام الفلسطينية وردوا الهتافات المنددة بالاحتلال وبما يمارسه بحق أهالي المسافر لصالح المشاريع الاستيطانية، فيما أكد العمور أن اقتحام نتنياهو سوسيا يأتي في سياق شرعنة التوسع الاستيطاني بكافة مستوياته.

وتجمع النشطاء الفلسطينيون وأهالي قرية سوسيا جنوب غرب يطا، جنوب على الطريق الواصل إلى منطقة «سوسيا الأثرية»، رفضاً لاقتحام مرتقب عصر اليوم لرئيس حكومة الاحتلال الإسرائيلي بنيامين نتنياهو لسوسيا التي تسيطر عليها قوات الاحتلال منذ 35 عامًا، حيث سيعلم نتنياهو الخربة جزءاً من التراث اليهودي.

وسوسيا هي قرية فلسطينية قديمة معروفة بسكانها عبر التاريخ الفلسطيني، وفيها آثار مملوكية ومسجد، يدعي الاحتلال أنها جزء من تراثه وأن فيها كنيسة يهودية، بعكس الوقائع التي تثبت أنها إسلامية وفيها مسجد و آثار تعود للعهد المملوكي، وفق ما أفاد به رئيس مسافر يطا نضال يونس.

وأشار يونس إلى أن قوات الاحتلال أقامت بالقرب من قرية سوسيا الأثرية عام 1984، وعلى بعد 3 كيلومترات، مستوطنة «سوسيا»، وبعدها بعامين، اقتحمت القرية وهجرت أهلها الذين كان يبلغ عددهم حينها نحو 400 نسمة، ما اضطرهم إلى الرحيل والسكن في أراضيهم الزراعية قرب قريتهم، وشكلوا قرية جديدة، والتي تعرضت للترحيل أكثر من مرة على مدار إنشائها، ويسكنها حالياً 300 نسمة، وجزء منهم اضطر للعيش في يطا.

في سياق منفصل، تمكن شبان من قرية بيت دجن شرق نابلس، شمالي الضفة الغربية، من إزالة خط مياه واصل إلى البؤرة الاستيطانية التي أقامها مستوطنون قبل قرابة خمسة أشهر، شرق القرية، فيما وصلت قوات الاحتلال إلى البؤرة وأطلقت القنابل الصوتية والغازية المسيلة للدموع باتجاه الشبان، وفق ما ذكرت وكالة الأنباء الرسمية الفلسطينية «وفا».

على صعيد آخر، استدعت قوات الاحتلال الإسرائيلي، الطالب الجامعي وليد جمال عزام من قرية الجديرة شمال غرب القدس المحتلة، للتحقيق، على حاجز قلنديا العسكري، شمال القدس المحتلة.



الصحافية الإيرانية البريطانية زاغري- راتكليف تنتظر حكماً جديداً في طهران

صابر عنبري

في الخارج كانوا معتقلين بتهمة الالتفاف على العقوبات الأميركية المفروضة على إيران.

وكان زوج زاغري-راتكليف، ريتشارد راتكليف، قد قال في أعقاب انتهاء فترة العقوبة إن نازنين البالغة من العمر 42 عاماً شعرت بـ«سعادة غامرة» و«اعتلت وجهها ابتسامة عريضة»، وذلك على هامش مشاركتها مع ابنته في تجمع أمام السفارة الإيرانية في لندن. ورفع راتكليف عريضة لمنظمة العفو الدولية وفعها 160 ألف شخص تطالب بالإفراج عن زوجته، معتبراً أنها «رهينة» لعبة سياسية على صلة بدين قديم مترتب على المملكة المتحدة في إطار صفقة لشراء دبابات بريطانية، لكن الصفقة ألغيت بعد قيام الثورة الإسلامية في إيران عام 1979.

وقال راتكليف «سنواصل النضال حتى نعودتني إلى المنزل».

والجمعة، قالت منظمة غير حكومية في تقرير سلمته إلى وزير الخارجية البريطاني دومينيك راب، إن فحصاً طبياً أجري لزاغري-راتكليف أظهر تعرضها إلى «سوء معاملة» خلال اعتقالها في إيران، ويجب بالتالي أن تعتبرها لندن «ضحية تعذيب». ونفت السلطات الإيرانية على الدوام الاتهامات بسوء معاملة نازنين.

وكان رئيس الوزراء البريطاني، بوريس جونسون، قد طالب الرئيس الإيراني، حسن روحاني، في محادثة هاتفية معه، الأسبوع الماضي، بالسماح لزاغري-راتكليف بمغادرة إيران والعودة إلى أسرتها في بريطانيا.

وثمة تقارير وتصريحات بريطانية تربط بين مصير الملف القضائي الجديد لهذه الصحافية وخروجها من إيران وبين مصير ديون إيرانية لدى بريطانيا، رفضت إعادتها خلال العقود الأربعة الماضية. تبلغ هذه الديون 400 مليون جنيه إسترليني، دفعها النظام الإيراني السابق لبريطانيا في سبعينيات القرن الماضي، في إطار صفقة لشراء دبابات بريطانية، لكن الصفقة ألغيت بعد قيام الثورة الإسلامية في إيران عام 1979.

وسبق أن نفت الخارجية الإيرانية عدة مرات وجود ربط بين ملف زاغري-راتكليف والسجناء الإيرانيين الذين يحملون جنسية بريطانية والمشاكل المالية مع لندن.

وقال وزير الخارجية البريطاني الأسبق، جاك سترو أخيراً، في مقابلة تلفزيونية، إن المباحثات مع إيران مستمرة بشأن هذه الديون، كما أن الجلسة القادمة للمحكمة البريطانية بشأن هذا الملف ستعقد أواخر إبريل/نيسان المقبل.

وأعرب الرئيس الإيراني، حسن روحاني، عن استغرابه، خلال الاتصال الذي أجراه معه رئيس الوزراء البريطاني، من عدم حصول تقدم عملي في إعادة بريطانيا هذه الأموال إلى إيران، داعياً إياها إلى التسريع في ذلك، وقال إن ذلك «سيُساهم في حل مشكلات العلاقات».

ويشكل ملف السجناء أحد أهم عناوين التوتر بين إيران والدول الغربية خلال العقود الماضية، ويواجه معظم هؤلاء السجناء مزدوجي الجنسية في إيران، تهماً أمنية، ولا تعتبرهم السلطات الإيرانية «أجانب»، فلا تعترف قانونياً بالجنسية الثانية لمواطنيها.

وشهدت السنوات الخمس الأخيرة صفقات تبادل السجناء بين إيران ودول غربية، في مقدمتها الولايات المتحدة الأميركية، وشملت صفقات التبادل مواطنين أجانب وبعض مزدوجي الجنسية مقابل الإفراج عن إيرانيين

بعد أسبوع من الإفراج عنها إثر قضائها 5 سنوات في السجن بتهمة التجسس ضد إيران، انتهت، آخر جلسات محاكمة للصحافية الإيرانية البريطانية نازنين زاغري-راتكليف بتهمة ممارسة النشاط الدعائي ضد نظام الحكم الإيراني.

وقال حجت كرماني، محامي زاغري-راتكليف لوكالة «إيسنا» الإيرانية، إن محكمة الثورة في طهران أعلنت في جلسة المحاكمة بحضور المحامي ومدّوب المدعي العام انتهاء عملية البت في الملف القضائي الآخر لزاغري-راتكليف بعد الاستماع إلى آخر دفاعاتها.

وأعرب كرماني، في مقابلة أخرى عن أمه في أن تتم تبرئة زاغري في هذه القضية، مشيراً إلى أن جلسة المحاكمة الأخيرة «تمت في أجواء هادئة».

وأفردت السلطة القضائية الإيرانية عن زاغري-راتكليف الأحد الماضي بعد قضائها فترة محكوميتها لمدة 5 سنوات في السجن بتهمة التجسس ضد إيران.

وكانت زاغري-راتكليف أشهر السجناء مزدوجي الجنسية في إيران، ونالت قضيتها اهتماماً أكبر من الحكومة البريطانية التي منحتها الحماية الدبلوماسية في مارس/آذار 2019، للضغط على طهران للإفراج عنها، إلا أن الأخيرة رفضت الخطوة، معتبرة أنها «غير بناءة».

وكانت زاغري-راتكليف تعمل لمؤسسة «تومسون رويترز» البريطانية، قبل اعتقالها في إيران عام 2016 ومحاكمتها بتهمة التجسس. وحُكم عليها في سبتمبر/أيلول 2016 بالسجن خمس سنوات، وانقضت فترة محكوميتها في السابع من مارس/آذار، علماً بأنها خرجت من السجن في مارس/آذار 2020 في أعقاب تفشي فيروس كورونا، وأمضت الأشهر الأخيرة من العقوبة في منزل ذويها مزودة بسوار تعقب إلكتروني.

وبعد الإفراج عنها، لم يُسمح لزاغري-راتكليف بمغادرة البلاد لاستكمال إجراءات المحاكمة في ملفها القضائي الآخر.

عدنان أحمد - سلام حسن

لم تنجح اللقاءات التي أجرتها البعثة الأميركية في الأيام الأخيرة مع طرفي الحوار الكردي في شرق سورية؛ «أحزاب الوحدة الوطنية الكردية»، «الاتحاد الديمقراطي وشركاؤه» و«المجلس الوطني الكردي»، (المنضوي ضمن الائتلاف السوري المعارض)، في دفع الطرفين لتجاوز خلافاتهما وإعادة إطلاق الحوار بينهما، على الرغم من إعلان الطرفين دعمهما العلني للحوار.

ويرى مراقبون أن عودة الوفد الأميركي إلى شمال شرقي سورية تعكس رغبة واشنطن في إنجاح هذا الحوار، في ظل فشل مسار اللجنة الدستورية، وما قد يفرضه هذا الواقع من ضرورة تفعيل مسارات أو خطط أخرى لدفع النظام السوري وروسيا للتعامل بجديّة مع مشروع التغيير السياسي في سورية، وهنا تبرز أهمية

سورية: فشل جهود أميركية لإعادة إطلاق الحوار الكردي



نجاح العملية التفاوضية شرقي الفرات، بشقيها الكردي-الكردي في الوقت الحاضر، والكردي مع بقية المكونات في مرحلة لاحقة. وبينما يشير مراقبون إلى وجود بصيص أمل بإنجاح هذا المسار بعد التغييرات التي حدثت في الولايات المتحدة وبعض الدول الإقليمية، يستبعد آخرون ذلك طالما يواصل حزب «الاتحاد الديمقراطي» محاولاته للتوصل إلى اتفاق لا يغيّر من الواقع على الأرض.

والتقت البعثة الأميركية الخاصة لشمال وشرق سورية، والتي ترعى الحوار الكردي-الكردي، في الأيام الأخيرة، مع طرفي الحوار كل على حدة، للتهيئة لبداية جلسة جديدة من المباحثات الكردية. وأوضح مصدر مطلع من «المجلس الكردي» أن المبعوث الأميركي الخاص إلى شمال وشرق سورية، ديفيد براونستين، أكد لوفد المجلس، خلال اجتماع الإثنين الماضي، جدية وإصرار إدارة الرئيس الأميركي جو بايدن لإنجاح الحوار الكردي. وأضاف المصدر أن وفد «المجلس الكردي» طرح من جديد شروطه على الراعي الأميركي لاستئناف الحوار بين الطرفين، ومنها ضرورة تقديم الاعتذار عن التصريحات التي صدرت من بعض قيادات أحزاب «الوحدة الوطنية»، وأيضاً الكف عن الاعتقالات التي حدثت لبعض المدرسين وحرق المكاتب، في إشارة إلى ممارسات «قوات سورية الديمقراطية» (قسد) في المناطق الخاضعة لسيطرتها، شرق سورية. ولفت المصدر إلى أن وفد «المجلس الكردي» طالب براونستين بوضع جدول زمني للحوار. كذلك أكد مصدر آخر من أحزاب «الوحدة الوطنية» أنهم عقدوا لقاء مع نائب المبعوث الأميركي، وأكدوا له استعدادهم في أي وقت لاستئناف الحوار من النقطة التي توقفت.

وفي هذا الإطار، قال شلال كدو، عضو «الائتلاف الوطني السوري»، عن «المجلس الوطني الكردي»، إن المنطقة تشهد حوارات ماراتونية بين البعثة الأميركية والطرفين الكرديين كل على حدة، بهدف استئناف الحوار الذي توقف بعيد الانتخابات

الرئاسية الأميركية. وأضاف كدو، أن «المجلس الوطني» يرى أن «أجواء الحوارات قد تم تسميمها من قبل الحزب الديمقراطي الذي شن حرباً إعلامية شعواء ضد المجلس في الفترات الأخيرة بلا مبرر، ويرى أنه لا بد من تهيئة الأجواء مرة أخرى لإنجاح أي مفاوضات مقبلة». وشدد على ضرورة أن «يكون لعملية الحوار سقف زمني محدد، لأن جميع مكونات المنطقة بحاجة لإنجاح هذه العملية التي لا يمكن أن تستمر إلى الأبد»، مؤكداً جاهزية حزبه له، حوار جدي وحقيقي.

ولم يستبعد كدو استئناف الحوار في الفترة المقبلة، لكن الرهان كما قال «على مدى شفافية الحوار والنيات الصادقة، وكذلك تصميم الراعي والطرفين المتفاوضين على إنجاح هذه الحوارات». وأكد «ضرورة إيقاف الحملات الإعلامية الظالمة، ومختلف الممارسات المخافية للحوار، خصوصاً ما يتصل بالمسائل التي كنا نقاها عليها سابقاً، مثل حرق المكاتب، واعتقال المدرسين، ومحاولة فرض المناهج الأيديولوجية وغير ذلك».

على الجهة المقابلة، قال صالح كدو، أحد أبرز المفوضين في وفد «أحزاب الوحدة الوطنية»، إن «لا جديد حتى الآن في ما يخص استئناف الحوار، وليس هناك أي اجتماع محدد بيننا وبين المجلس الوطني الكردي»، مضيفاً أن «موقف أحزاب الوحدة الوطنية واضح وتم إبلاغه للوفد الأميركي، إذ أكدنا جاهزيتنا لاستمرار الحوار». وحول ما إذا كان الأميركيون قد مارسوا أي ضغط على الطرفين لاستئناف الحوار بينهما، قال صالح كدو إن «الأميركيين يرفعون الحوار ولم يتحدثوا عن أي مطالب، وليست

وظيقتهم تحقيق مطالب أحد الطرفين، بل تشجيع المفاوضات بينهما وإزالة العوائق أمام استمرارها». وعلق صالح كدو على زيارة وفد «الائتلاف الوطني السوري» إلى إقليم كردستان العراق، والتصريحات التي أدلى بها رئيس الائتلاف نصر الحريري هناك، وهاجم فيها قوات «قسد» و«وحدات حماية الشعب» و«وحدات حماية المرأة»، قائلاً «طلبنا من المجلس الوطني الكردي أن يبدي موقفه من هذا التصريح ويوضح أنه ليس معه، وفي حال كان متفقاً مع رأي الحريري، سنكون هناك مشكلة كبيرة».

وفي تقييمه هذه الحوارات المديدة، والخلاف بين المكونات الكرديين الرئيسيين، قال الناشط السياسي علي محمد رضوان، إن «الحوار الكردي ليس وليد اليوم أو هذه المرحلة، بل بدأ منذ بداية الثورة السورية وخصوصاً منذ اتفاقية هوليير في يوليو/ تموز 2012،

التي اعتبرت مرجعية للحوار إلى الآن، واتفق بموجبها المجلس الوطني الكردي وحزب الاتحاد الديمقراطي على معظم النقاط الخلافية، ولكن لم يتم التوصل إلى نتائج بسبب تمسك الطرفين بمواقفهما، وتحديد الخلاف بشأن القوة العسكرية والأمنية لإدارة المنطقة، وكيفية الإدارة المدنية وهيئات ومؤسسات الإدارة الذاتية، وتدخلات الأطراف الخارجية».

وأضاف رضوان، المقيم في مدينة القامشلي شرق سورية، أنه في شهر سبتمبر/ أيلول الماضي «بدأت مبادرة ثانية من قبل بعض المستقلين والمتقنين الأكراد تحت إشراف قائد قسد مظلوم عبيدي، إلا أنها لم تصل إلى نتيجة أيضاً، خصوصاً بعد تدخل

الروس وفتح حوار بين حزب الاتحاد الديمقراطي والنظام السوري، وبالتزامن مع تغيير الإدارة الأميركية وتغيير أسلوب واشنطن في التعامل مع الملف السوري».

ورأى أن الطرفين؛ «المجلس الوطني» و«الاتحاد الديمقراطي»، «يحملان إيديولوجيات مختلفة، ولا قواسم مشتركة بينهما، فالمجلس الوطني يحمل صفة حركة تحرر وطني ذات ميول قومية بأهداف واضحة للقضية الكردية في سورية، فيما الطرف الثاني يحمل إيديولوجية حزب العمال الكردستاني، المتمثلة بالماركسية الثورية والتي تنادي بشعارات شعبية أممية تحت غطاء الديمقراطية بعيدة عن تطورات الشعبين الكردي والعربي». وأشار إلى أن «كلا الطرفين عرقلا ظهور طرف ثالث مستقل سياسياً مثل المتقنين والمفكرين والحقوقيين والسياسيين الأكراد، ليقيموا بدور مقرب للرؤى الواقعية والموضوعية للحل الأنسب».

واعتبر رضوان أن «الطرفين لهما مرجعية خارجية، إذ يعود كل منهما إلى أربيل أو قنديل حين تكون هناك حاجة لاتخاذ قرارات مهمة، إضافة إلى أن الطرفين ليست لديهما رؤى مشتركة في الجانبين العسكري والأمني، فضلاً عن عدم تمثيل الإدارة الذاتية في مفاوضات اللجنة الدستورية السورية، واعتماد تلك الإدارة على منصات لا يتقبلها الشارع الكردي، مثل منصة موسكو ومنصة القاهرة. هذا بالإضافة إلى تدخل النظام في بداية كل حوار كردي يفتح الحوار مع الإدارة الذاتية والضغط عليها، مما يساهم في عرقلة الحوار».

France and US chide Lebanese politicians amid warnings of 'collapse'

France and the United States hit out at Lebanon's warring politicians on with Paris saying they were failing to help the country as it slid towards "total collapse".

«It's tempting to say it is a case of non-assistance to a country in danger by Lebanese politicians», French Foreign Minister Jean-Yves Le Drian told a news conference. «Everyone knows what needs to be done.» France has taken a leading role in trying to break the political deadlock in its former protectorate, with President Emmanuel Macron visiting the country twice last year. Lebanon's deeply divided political class has failed to agree on a new cabinet since a massive explosion in Beirut port last August that killed more than 200 people and led to the government's resignation. Le Drian said "nothing has happened" since Macron's visits when he pushed a plan for the political parties to form a non-sectarian government of experts which would be tasked with carrying out economic reforms and tackling corruption. «I do believe that it is still not too late,

but we're running out of time before total collapse», the French minister added. The US supported Le Drian's statement, saying that Lebanon's leaders have shown "inaction in the face of multiple ongoing crises". «The Lebanese people -- we believe they deserve a government that will urgently implement the necessary reforms to rescue the country's deteriorating economy», State Department spokesman Ned Price said in Washington. «Lebanon's political leaders need to put aside their partisan brinkmanship, they need to change course, they need to work for the common good and common interest of the Lebanese people,» he said. Lebanon is mired in protests and an economic crisis, which has brought surging unemployment and spiralling prices while the currency has plunged to lows to the dollar on the black market. French officials have repeatedly voiced their exasperation at what they see as Lebanese politicians failing to put the interests of the country before their own.



Report : Middle East sees biggest import of arms in last 5 years

International arms sales and purchases have levelled off after years of sharp growth, with deliveries of major weapons staying at the same level between 2011-2015 and 2016-2020, according to a leading defence think-tank.

The United States, France and Germany substantially increased their weapons exports in the last five years, according to a new report, released on , by the Stockholm International Peace Research Institute (SIPRI).

The biggest growth in arms imports was seen in the Middle East where countries imported 25 percent more weapons in the past five years than in the 2011-2015 period.

SIPRI said this reflected regional strategic competition among Gulf states.

Saudi Arabia increased its arms imports by 61 percent while Qatar did so by 361 percent.

But the total volume of global arms deliveries flat-lined, largely because of a fall in Russian and Chinese weapons exports.

Still, SIPRI cautioned that international arms transfers remain close to the highest level since the end of the Cold War in 1991.

"It is too early to say whether the period of rapid growth in arms transfers of the past two decades is over," said Pieter Wezeman, senior researcher with the SIPRI Arms and Military Expenditure Programme.

"For example, the economic impact of the COVID-19 pandemic could see some countries reassessing their arms imports in the coming years. However, at the same time, even at the height of the pandemic in 2020, several countries signed large contracts for major arms."

The US remained the world's largest arms exporter, supplying major arms to 96 states in the past five years, with nearly a quarter of its transfers going to Saudi Arabia.

Russia, the second-largest arms importer, saw its exports drop by 22 percent, largely due to a fall in deliveries to India.

SIPRI said New Delhi is seeking to reduce its dependence on Russian arms, although its imports of US arms also fell significantly in the same period.

China's exports, meanwhile, decreased by 7.8 percent.

Pakistan, Bangladesh and Algeria were the top recipients of Chinese arms.

Egypt, also increased its arms imports by 136 percent. Turkey's imports, however, fell by 59 percent – mainly because the US halted the deliveries of F-35 aircraft to the country after Turkey brought in Russian air defence systems.

The Asia Pacific region was the largest importing region for major arms, receiving 42 percent of global arms transfers between 2016 and 2020.

India, Australia, China, South Korea and Pakistan were the biggest importers in the region.

"For many states in Asia and Oceania, a growing perception of China as a threat is the main driver for arms imports," said Siemon Wezeman, senior researcher at SIPRI.

"More large imports are planned, and several states in the region are also aiming to produce their own major arms."



انتكاسة تاريخية لحزب ميركل في انتخابات محلية بألمانيا

المنطقة المنتهية ولايتها مالو دراير، وهي زعيمة الحزب الاشتراكي الديمقراطي في المنطقة (33-34%).

أما حزب البديل من أجل ألمانيا اليميني المتطرف، فتراجع في الولايتين بين 3.3 و4.2 نقطة.

الملل من القيود

بعد 16 عاماً في الحكم، كانت أنغيلا ميركل تأمل في ترك حزبها يتقدم بثقة نحو الانتخابات، إلا أن شعبية الاتحاد المسيحي الديمقراطي وحليفه الباقاري الاتحاد المسيحي الاجتماعي، تراجع في الفترة الأخيرة إلى ما بين 30 و33 في المئة من نوايا التصويت، المستوى الذي كانا يسجلانه قبل أزمة الوباء. واضطر نائبان هما يورغ نوسلاين (الاتحاد المسيحي الاجتماعي) ونيكولاس لوبل (الاتحاد المسيحي الديمقراطي) في الأيام الأخيرة، إلى الاستقالة من حزبيهما للاشتباه بتقاضيهما مئات آلاف اليورو لقاء قيامهما بوساطة في عقود أبرمتها السلطات لشراء كمادات.

وفي قضية منفصلة، تخلى النائب المحافظ مارك هاوبتمان عن منصبه بعدما وجهت إليه تقارير صحافية اتهامات بشأن إعلانات ترويجية لأذربيجان نشرت في صحيفة محلية يديرها.

وترخي هذه الهزيمة بثقلها على طموحات أرمين لأشيت المنتخب حديثاً على رأس الاتحاد المسيحي الديمقراطي والذي ينبغي أن يقنع بأنه سيكون أفضل مرشح محافظ للمستشارية. ويتقدم رئيس حكومة بافاريا ماركوس سودر عليه في استطلاعات الرأي. وما يزيد من وطأة «قضية الكمادات» أن ملايين الألمان ملوا القيود المفروضة بعد عام على بدء انتشار الوباء، وياتوا يشككون في استراتيجيات الحكومة. ومع صعوبة التزود باللقاحات ضد فيروس كورونا، فقد ازداد الاستياء ولا سيما مع ارتفاع أعداد الإصابات في الأيام الأخيرة. ولم تعد السلطات الصحية تخفي قلقها حيال «بدء موجة ثالثة» من الوباء.

ووعده المسؤول بـ«عدم التسامح بتاتا» حيال أشخاص ارتكبوا اختلاسات أموال و«يزدادون ثراء أثناء الأزمة» الصحية. في المقابل، ربح حزب الخضر الذي يطمح في الدخول إلى الحكومة الفدرالية بعد الانتخابات التشريعية، بـ«بداية ممتازة» في عملية الاقتراع التي اتسمت بانتصارهم الساحق في بادن فورتمبرغ، الولاية التي يحكمونها منذ عقد من الزمن.

في هذه المنطقة المزدهرة التي تُعتبر مركز صناعة السيارات في ألمانيا، حسن وينفريد كريتشمان (72 عاماً)، وهو البيئي الوحيد الذي يحكم ولاية ألمانية، نتيجته.

وغالبا ما يعتبر الائتلاف مع الاتحاد المسيحي الديمقراطي الذي يقوده منذ خمس سنوات مختبراً لتحالف محتمل على المستوى الوطني بين الحزبين بعد الانتخابات الفدرالية. وبعدما حقق حزب الخضر انتصاراً كبيراً (حوالي 31 بالمئة من الأصوات)، فسيفكون لديه هامش مناورة كبيرة للتفاوض على تحالف جديد مع الاتحاد المسيحي الديمقراطي مجدداً أو مع الاشتراكيين الديمقراطيين، وحتى مع الليبراليين (حوالي 11 بالمئة)، ضمن صيغة الثلاثة أطراف. وفي ولاية راينلاند بفالتس، يحلّ الاتحاد المسيحي الديمقراطي خلف رئيسة حكومة

تكبد المحافظون الألمان بزعامة المستشار أنغيلا ميركل انتكاسة غير مسبوقة في انتخابات محلية أجريت في ولايتين أساسيتين، قبل ستة أشهر من موعد الانتخابات التشريعية، وفق استطلاعات للرأي أجريت لدى خروج الناخبين من مراكز الاقتراع.

ويتجه الاتحاد المسيحي الديمقراطي نحو تسجيل أسوأ نتيجة انتخابية في ولايتي بادن فورتمبرغ وراينلاند بفالتس في جنوب غرب ألمانيا، وفق استطلاعات الرأي التي أجرتها محطات تلفزيونية رسميتان.

ولم يحصد حزب «الاتحاد المسيحي الديمقراطي» الذي يعاني من أزمة كبرى، سوى 23.3 بالمئة من الأصوات في ولاية بادن فورتمبرغ، في مقابل 27 بالمئة قبل خمس سنوات، فيما حصل على 26 بالمئة من الأصوات في ولاية راينلاند بفالتس، في مقابل 31.8 بالمئة في العام 2016. وتكتبت صحيفة «دي فيلت» أنه «وقت عصيب» للاتحاد المسيحي الديمقراطي فيما تحدثت مجلة «دير شبيغل» الأسبوعية عن «هزيمة انتخابية».

وتعتبر هذه الهزيمة بالنسبة للمحافظين في الولايتين اللتين يقودهما على التوالي حزب الخضر والحزب الاشتراكي الديمقراطي، نذير شؤم مع اقتراب موعد الانتخابات التشريعية المقررة في 26 أيلول / سبتمبر.

وأضعف الكشف بشكل متتال منذ شباط / فبراير، عن فضيحة تعرف بـ«قضية الكمادات» والانتقادات المتزايدة حول إدارة الأزمة الصحية، حزب المستشار الألمانية. ويشهد الاتحاد المسيحي الديمقراطي «أخطر أزمة» يمر بها منذ فضيحة «الصناديق السود» التي تسببت في سقوط هلموت كول في أواخر التسعينيات، على حد قول الكثير من المعلقين. وقد سددت شبّهات بتقاضيات نواب عمولات على عقود لشراء كمادات عند بدء تفشي وباء كوفيد-19 - ضربة قوية لصورة الغالبية.

وأقر الأمين العام للاتحاد المسيحي الديمقراطي بول زيمباك، بأن هذه القضية «أثرت كثيراً» على نتيجة الانتخابات.



«بيج سيكس»: ميغان ماركل ليست الملونة الوحيدة بالعائلة المالكة في بريطانيا

كشف تقرير لصحيفة «بيج سيكس» أن ميغان ماركل، زوجة الأمير هاري، ليست أول عضو ملون في العائلة المالكة في بريطانيا. وذكر التقرير نقلا عن خبيرة في شؤون العائلة المالكة أن تتبع أثر العائلة يوضح أن فيها ملكتين على الأقل، من أصل أفريقي. وقالت ليدي كولين كامبل المولودة في جامايكا «جميع أفراد العائلة المالكة البريطانية لديهم دماء أفريقية».

وكامبل ألقت عديدا من الكتب عن «قصر وندسور» بما في ذلك كتاب «المللون والعائلة المالكة» الذي نُشر في عام 2019. قالت كامبل للصحيفة إن «الملكة شارلوت» هي إحدى أفراد العائلة المالكة السوداء، وهي محور سلسلة «بريدجستون» على نتفليكس.

والدة صوفيا شارلوت، المولودة في عام 1774، تدعى مارغريتا دي كاسترو سوزا، وهي سيدة برتغالية نبيلة تعود جذورها إلى مادراغانا بن ألواندرو المتحدرة من شمال أفريقيا وكانت عشيقة ملك البرتغال أفونسو الثالث في القرن الثالث عشر، حسب بيج سيكس.

وقال المؤرخ ماريو دي فالديس، وفقا للصحيفة ذاتها، إن تصوير شارلوت في اللوحات الملكية يؤكد على سماتها الأفريقية.

ويتزامن هذا التقرير مع مزاعم بالعنصرية للعائلة المالكة

وردت على لسان ميغان ماركل خلال لقاء مع الإعلامية الأميركية أوبرا وينفري.

ماركل المولودة لأب أبيض وأم سوداء، كشفت خلال المقابلة عن محادثات دارت في القصر الملكي، عندما كانت حاملا، بشأن لون بشرة طفلها المتقرب آنذاك. وقالت ماركل إن العائلة المالكة في بريطانيا استبعدت «أن يصبح ابني أرثي أميرا أو يحظى بحماية أمنية». وقد نفى الأمير البريطاني ويليام مزاعم العنصرية الموجهة للعائلة المالكة.



قيادة مكافحة الإرهاب، في شرطة لندن، مشددا على أهمية أن يكون هناك إجراء فعال في الذكرى العاشرة للحرب بسوريا، لضمان محاسبة المسؤولين. وأشار إلى أن التحقيق يرى أسماء الأسد مذنبية في التحريض على الإرهاب، من خلال الدعم العلني لقوات النظام السوري.

وقالت الصحيفة إنه من غير المرجح أن تمتثل زوجة الأسد لأمر استدعاء المحكمة في المملكة المتحدة، وليس من الواضح، ما إن كان المدعون العامون يرغبون في المضي في محاكمة غيابية، لكن يمكن إصدار نشرة حمراء من الإنترنت، يجعلها غير قادرة على السفر خارج سوريا، دون مواجهة الاعتقال. وأوضحت أن التحقيق يثير احتمالا جديا بأن تخضع الأسد للتحقيق من قبل وزارة الداخلية، وتجريدها من الجنسية البريطانية، كما حصل في السنوات الأخيرة مع عدد من مؤيدي تنظيم الدولة البريطانيين بعد زهابهم إلى سوريا.

«صندي تايمز»: أسماء الأسد ستلاحق بجرائم حرب في بريطانيا

علاء عبد الرحمن

12 مليون أي نصف السكان. وفتحت الشرطة التحقيق الأولي، ضد أسماء الأسد، بعد إرسال غرفة القانون الدولي المعروفة باسم «جيرنيكا 37»، ومقرها في بلومزبري أدلة على قوة أسماء الأسد، في طبقة الحكم بسوريا، ودعمها لقوات النظام. وأضافت الصحيفة أنه في حال مقاضاتها فسوف تنضم أسماء الأسد، إلى صفوف الشخصيات المؤثرة الأخرى، في الأنظمة الديكتاتورية التي واجهت المحاكمة في المملكة المتحدة، مشيرة إلى إلقاء القبض على ديكتاتوري تشيلي السابق أوغستو بينوشيه، الذي حكم 17 عاما، وأوقف في لندن، وبقي فيها لمدة عام رهن الإقامة الجبرية، قبل إرساله إلى بلاده. ويقضي تشارلز تايلور، الرئيس السابق للبيبريا، حكما بالسجن لمدة 50 عاما في المملكة المتحدة، بعد إدانته من قبل محكمة دولية في لاهاي قبل 9 أعوام بارتكاب والتحريض على جرائم حرب في سيراليون، فضلا عن اعتقال زوجته السابقة أغنيس ريفز تايلور، بتهم التعذيب التي ألغيت لاحقا. وقال توبي كادمان رئيس «جيرنيكا 37»، إن هناك حجة قوية لمحاكمة أسماء الأسد، التي تخضع لعقوبات من المملكة المتحدة والاتحاد الأوروبي منذ عام 2012. ولفت إلى التحقيق المتواصل لرفيقه القانوني في قضيتها لعدة أشهر، وإرساله رسالتين سريتين، إلى

قالت صحيفة «صندي تايمز» إن أسماء زوجة رئيس النظام السوري، بشار الأسد، تواجه محاكمة محتملة، وإمكانية فقدان جنسيتها البريطانية، بعد فتح شرطة لندن، مزاعم بتحريضها وتشجيعها على «أعمال إرهابية»، على مدار السنوات العشر الماضية من عمر الحرب في بلادها.

وأوضحت الصحيفة في تقرير، أن أسماء الأسد (45 عاما) درست في كينغز كوليدج بلندن، وهي ابنة مصر في بريطاني سابق، انتقلت إلى سوريا عام 2000، بعد زواجها من رئيس النظام، وتوسعت إمبراطوريتها التجارية ومؤسساتها، وألقت خطابا تدعم بها جيش النظام السوري.

وخلال عقد من الزمان، استهدفت قوات النظام مناطق مدنية، تشمل مستشفيات ومدارس بالبراميل المتفجرة والمقاتلات، وأصدرت الأمم المتحدة تقارير عن استخدام النظام أسلحة كيميائية، ضد المدنيين، وهي ما تعد «أعمالا إرهابية»، بموجب قانون المملكة المتحدة، في ظل تصنيف الولايات المتحدة، حكومة النظام السوري «راعية للإرهاب».

وتقدر تقارير وإحصاءات دولية، مقتل 500 ألف شخص جراء الحرب في سوريا، وتسببها بنزوح قرابة

MEE: مليشيات عراقية تحدد شرطا لوقف استهداف الأمريكيين

النووي لسنة 2015، على أمل نشر الهدوء في المنطقة. من جهة أخرى، قالت المصادر إن اتفاق خفض التصعيد الأخير هذا وقع التوصل إليه من قبل مجموعة من قادة الفصائل المعروفة باسم الهيئة التنسيقية لفصائل المقاومة والحكومة العراقية. وينص الاتفاق على أن جميع الهجمات يجب أن تتوقف، وفي المقابل سيرسل الكاظمي خطابا إلى مجلس الأمن التابع للأمم المتحدة يطلب فيه إنهاء مهمة التحالف الذي تقوده الولايات المتحدة في العراق، وذلك وفقا لما قاله اثنان من الأطراف التي أبرمت الاتفاق لموقع ميدل إيست آي. وساعد الطرفان الإيراني واللبناني، وكذلك منظمة دولية تعمل في العراق، على الجمع بين الأطراف، «أحدهما كضامن والآخر كمفاوض»، على حد تعبير مسؤول عراقي. وقال أحد المفاوضين العراقيين لموقع ميدل إيست آي: «في الوقت الحالي، اتفقت جميع الأطراف المعنية (قادة الفصائل المسلحة المدعومة من إيران والقوات الأمريكية) على التهدئة».

وأضاف: «إذا انتهك أي طرف من هذه الأطراف الاتفاق، فهذا يعني أنه عمل شخصي وأن مرتكب الفعل خارج الاتفاق الجماعي ويقع التعامل معه على هذا الأساس». في المقابل، طلب موقع ميدل إيست آي من التحالف الذي تقوده الولايات المتحدة التعليق، لكنه لم يتلق أي رد حتى وقت النشر.

مقاول عسكري وجرح تسعة آخرين من بينهم جندي أمريكي، فقد وجه البنتاغون أصابع الاتهام إلى كاتائب سيد الشهداء. وأسفرت الهجمات المتبادلة بين الجانبين عن غارة على عين الأسد يوم 3 آذار/ مارس، وهي قاعدة في محافظة الأنبار الغربية تستضيف أكبر وجود أمريكي، مع إطلاق ما لا يقل عن عشرة صواريخ قصيرة المدى من طراز بي-إم21- «غراد» على القوات هناك. وقال الجيش العراقي إن الهجوم لم يسفر عن أي إصابات، لكن البنتاغون أعلن في اليوم التالي أن متعاقدا أمريكيا توفي بعد إصابته بنوبة قلبية أثناء الغارة.

وحاولت حكومة الكاظمي المنهكة من الصراع، والتي سعت إلى الحد من قوة الجماعات شبه العسكرية ولكنها أصبحت هدفا لهجماتهم، الحد من تداعيات مثل هذه المناوشات وكسب الوقت لواشنطن وطهران لبدء المفاوضات لاستئناف الاتفاق

والتي صمدت إلى حد كبير منذ تشرين الأول / أكتوبر، على الرغم من بعض الانتهاكات. وفي السابق، كانت الهجمات على القوات الأمريكية وحلفائها الغربيين في التحالف العسكري المناهض لتنظيم الدولة روتينية، حيث سعت القوات شبه العسكرية إلى طرد الولايات المتحدة من العراق.

غير أن هجوما صاروخيا على قاعدة عسكرية في أربيل الشهر الماضي دفع الولايات المتحدة إلى شن غارات جوية على موقع داخل الحدود السورية تحتلها كاتائب حزب الله، الجماعة شبه العسكرية الأكثر عداء لواشنطن، وكاتائب سيد الشهداء، وهي فصائل شيعية أصغر. وعلى الرغم من إعلان الفصائل العراقية المسلحة أنه لا علاقة لها بهجوم أربيل الذي أودى بحياة

نشر موقع «ميدل إيست آي» البريطاني تقريرا حول ما قال إنه شرط وضعته مليشيات عراقية مقابل إيقاف هجماتها التي تستهدف القوات والمصالح الأمريكية في البلاد.

وأوضح الموقع أن المليشيات المحسوبة على إيران اشتربت على رئيس الوزراء، مصطفى الكاظمي، أن يطالب رسميا بانسحاب القوات الأمريكية من العراق.

ونقل «ميدل إيست آي» عن مسؤولين وقادة فصائل ترجيحهم أن يستجيب الكاظمي للشرط، الذي يحدد تضمن مطالبته «الرسمية» أن يتم الانسحاب خلال 12 شهرا.

وفي ما يأتي نص التقرير كاملا: بعد اجتماعات محمومة في بغداد وبيروت وطهران، وافقت القوات شبه العسكرية العراقية المدعومة من إيران على وقف الهجمات ضد القوات الأمريكية في العراق بشرط أن يطالب رئيس الوزراء العراقي مصطفى الكاظمي رسميا بالانسحاب الأمريكي، حسبما قال مسؤولون وقادة فصائل لموقع ميدل إيست آي. وأضافوا أنه على الكاظمي إخبار واشنطن بأن الانسحاب يجب أن يكتمل في غضون 12 شهرا. وقالت مصادر إنه من المرجح أن الكاظمي سيستجيب ويتقدم بطلب رسمي. وفي مطلع آذار/ مارس، أعلنت الفصائل المسلحة انتهاء الهدنة غير الرسمية مع القوات الأمريكية في العراق،



ست نساء رائدات في الدبلوماسية الأميركية



سفيرة. وفي العام 1962، عينها الرئيس جون ف. كينيدي وزيراً مفوضاً لدى بلغاريا.

باربرا إم واتسون

عندما اختار الرئيس ليندون جونسون باربرا إم واتسون لتتولى منصب مساعد وزير الخارجية لمكتب الأمن والشؤون القنصلية، أصبحت أول شخص أسود وأول امرأة تعمل في منصب مساعد وزير الخارجية. وقد عينها الرئيس جيمي كارتر سفيرة في ماليزيا في العام 1980.

مادلين أولبرايت (State Dept.)

وُلدت مادلين أولبرايت في براغ، وهاجرت إلى الولايات المتحدة عندما كانت طفلة مع عائلتها. عملت موظفة في البيت الأبيض وفي مجلس الأمن القومي خلال حكومة كارتر. وفي العام 1993 عينها الرئيس بيل كلينتون سفيرة لدى الأمم المتحدة وظلت تشغل هذا المنصب حتى تعيينها وزيرة للخارجية في العام 1996، لتصبح أول امرأة تشغل هذا المنصب.

الخدمات الدبلوماسية والقنصلية في هيئة واحدة. وقد أدت اليمين الدستورية في 20 نيسان/إبريل 1925، وشغلت منصب نائب القنصل في أمستردام، واستقالت في شهر حزيران/يونيو 1929 لقبول وظيفة في هيئة الإذاعة الوطنية.

روث براين أوبن

روث براين أوبن كانت دائماً من الأوائل، فكانت أول امرأة تنتخب لتمثيل فلوريدا في الكونغرس، حيث أصبحت أول امرأة تعمل في لجنة الشؤون الخارجية في مجلس النواب الأمريكي. وفي العام 1933 تم تعيين أوبن أول رئيسة لبعثة دبلوماسية أميركية.

هيلين يوجيني مور أندرسون

عين الرئيس هاري ترومان هيلين يوجيني مور أندرسون، التي كانت من أوائل مؤيدي الأمم المتحدة، سفيرة للولايات المتحدة لدى الدنمارك في العام 1949، لتصبح أول امرأة تشغل منصب

ظلت الولايات المتحدة ترسل دبلوماسيين لتمثيلها في مختلف دول العالم منذ القرن الثامن عشر. وعلى مدى المئة عام الماضية كان من بينهم الدبلوماسيات.

وقد ساعدت هؤلاء الدبلوماسيات الأمريكيات الست في فتح الباب أمام العدد الأكبر من النساء اللاتي يخدمن اليوم في السلك الدبلوماسي الأميركي.

لوسيل أتشرسون

كانت لوسيل أتشرسون أول امرأة تخدم في السلك الدبلوماسي. إذ اجتازت امتحان السلك الدبلوماسي في العام 1922 وحصلت على ثالث أعلى درجة، وعينت سكرتيرة في السلك الدبلوماسي في 5 كانون الأول/ديسمبر 1922. وتم تعيينها سكرتيرة ثالثة في السفارة الأميركية في بيرن، بسويسرا، في 11 نيسان/إبريل 1925.

باتي إتش فيلد

كانت باتي إتش فيلد أول امرأة تلتحق بالسلك الدبلوماسي بعد إقرار قانون روجرز، الذي جمع

ماري كيوري .. أول امرأة تفوز بجائزة نوبل

ماري كيوري بجائزة نوبل في الفيزياء عام 1903 وفي الكيمياء عام 1911، فأصبحت أول امرأة على الإطلاق تفوز بجائزة نوبل وأول من يفوز بها مرتين من الرجال والنساء. في 2020، زاد معدل البحث عن عبارة «women in science» (المرأة في مجال العلوم) عالمياً عن أي وقت مضى، وذلك تزامناً مع تفوق النساء العالمات في المجالات التي كانت محصورة على الرجال على مدار التاريخ.

يعود قدر كبير من الفضل في الفرص المتاحة حالياً أمام النساء في مجالات العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات إلى روح المتابعة التي كانت تتحلل بها «ماري كيوري» التي تم استبعادها في البداية، بسبب جنسها، من الفوز بجائزة نوبل عام 1903 رغم دورها الأساسي في أبحاث النشاط الإشعاعي. ألهمت روح المتابعة لدى «ماري كيوري» نساء أخريات، مثل رائدة الفضاء الأولى التي كافحت ليتم التعامل معها باحترام مثل زملائها من الرجال، بالإضافة إلى أعداد كبيرة من النساء اللاتي كرسن حياتهن لخدمة العلوم رغم أن أعمالهن قد لا تحظى أبداً بالاعتراف على نطاق واسع.



”مخلصة بوبي“ .. أول قاضية شرعية في روسيا القيصرية



وقضايا المرأة في الإسلام في جرائد تترية مثل: “إلفه”، “أخبار وقت”، و”المجلة الإسلامية” وغيرها.

اتهام ثم تبرئة

في عام 1930م صادرت السلطات الشيوعية أموالها وحليها وقد كانت تريد الإستعانة بهذا المال للحج مع ابنتها، ثم وح لها تهمة بنشر المشاعر المعادية والمشاركة في أعمال المنظمة البشكيرية القومية المناهضة الثورة، وكذلك اتهمت بمساعدة جواسيس يابانيين، ليتم اعتقالها في مدينة أوقا بتاريخ 20 نوفمبر من عام 1937م، ثم لتعدم رمياً بالرصاص في 23 ديس من نفس العام. وفي عام 1960م تم تبرأتها من التهم المنسوبة إليها.

لقد كان لمخلصة بوبي -رحمها الله- دور كبير في السعي لتعليم وتثقيف المرأة المسلمة في روسيا القيصرية.

والأورال، وأصبحت عام 1905م من أشهر مدارس روسيا القيصرية، وبعد إغلاق السلطات للمدرسة عام 1912م، ثم اعتقالها لمدة تسعة أشهر لنشاطها الإجتماعي، انتقلت لمدينة تروتسك وافتتحت مدرسة جديدة فيها للبنات. قامت عام 1914م بإفتتاح سيمينار “دار المعلمات”.

شاركت مخلصة بوبي في مؤتمر مسلمي روسيا الأول الذي أقيم في مايو من عام 1917م، وانتخبت عضو وقاضية للإدارة الدينية المركزية للمسلمين في روسيا من بين ستة قضاة منتخبين، ثم تكرر انتخابها أعوام 1920 و 1923 و 1926م، وكانت تصدر الفتاوى وتفصل في قضايا الأسرة والأحكام الشخصية.

كما كانت عضواً في المؤتمر النسائي الأول للمسلمات في روسيا في 24 أبريل عام 1917م بمدينة قازان، وكان للمرأة التترية وقتها حضور واضح في الحياة الثقافية.

كتبت مخلصة خانم عدة مقالات حول مشاكل الأسرة المسلمة

مُخلصة عبد الكلامنا نعمة الله أو مخلصة بوبي (-1869 1937م)، ناشطة ومفكرة تترية، وأول قاضية في روسيا القيصرية، ولدت في قرية قرية “إج-بوبي” بتتارستان بأسة متعلمة متدينة، فقد كان والدها إماماً وأمه مدرسة علوم إسلامية، وتلقت السيدة مخلصة تعليمها في مدرسة القرية الشرعية، ثم درّست فيها.

أول مؤسسة تعليمية نسائية

طورت مع إختوتها طرق التعليم في مدرسة قرينها والتي تأسست في القرن 18م، ثم افتتحت في المدرسة قسم خاص للنساء المسلمات عام 1895م، وعُدت هذه المدرسة واحدة من أولى المؤسسات التعليمية للنساء المسلمات في روسيا القيصرية، ودرّست في المدرسة إضافة العلوم الشرعية مواد اللغات والرياضيات والتاريخ والمنطق والفيزياء.

وقامت هذه المدرسة بدور مهم في تعليم المرأة في حوض الفولغا

نائب الرئيس الإيراني يقر بإهمال حقوق الطائفة السنية والنساء



أقر إسحاق جهانغيري النائب الأول للرئيس الإيراني بإهمال بلاده حقوق الطائفة السنية والنساء. وخلال مشاركته في فعالية بمحافظة عُلمستان، تطرق جهانغيري إلى عدد من مشاكل البلاد، وفق ما نقلته وكالة أنباء الطلبة الإيرانية (إسنا). ولفت إلى أن الشعب يتمتع بحقوق متساوية في البلاد بغض النظر عن الدين والطائفة والعرق. وأضاف «أعترف بأن حقوق السنة والنساء مهملة»، مشيراً إلى أن الحكومة الإيرانية تسعى لرفع عدد النساء في المواقع القيادية. وأكد أن حل المشاكل التي تواجه السنة في البلاد تقع على عاتق الحكومة. وأشار إلى ضرورة منح الأمل للشباب والنساء وأتباع الطوائف بشأن مستقبل إيران.

Sri Lanka to ban burqa, shut more than 1,000 Islamic schools

Sri Lanka's government says it will ban the wearing of the burqa and close more than 1,000 Islamic schools, the latest actions affecting the country's minority Muslim population.

Separately, the government on announced using a controversial anti-terror law to deal with religious "extremism" and gave itself sweeping powers to detain suspects for up to two years for "deradicalisation".

Minister for Public Security Sarath Weerasekera told a news conference he had signed a paper on Friday for cabinet approval to ban the burqa – an outer garment that covers the entire body and the face and is worn by some Muslim women – on "national security" grounds.

"In our early days, Muslim women and girls never wore the burqa," he said. "It is a sign of religious extremism that came about recently. We are definitely going to ban it."

The minister said he signed documents

outlawing the burqa, but they need to be approved by the cabinet of ministers and Parliament where the government has a two-thirds majority to see its bills through.

Weerasekera also said the government plans to ban more than 1,000 Islamic schools that he said were flouting national education policy.

"Nobody can open a school and teach whatever you want to the children," he said.

The government's moves on burqas and schools follow an order last year mandating the cremation of COVID-19 victims – against the wishes of Muslims, who bury their dead.

This ban was lifted earlier this year after criticism from the United States and international rights groups.

Shreen Saroor, a Sri Lankan peace and women's rights activist, said the moves come "at a time when the Muslim community has been constantly targeted".

"It's part of the Islamophobic reaction in Sri Lanka," Saroor told from the capital, Colombo.

"The compulsory cremation policy was revised, and now we hear so many other measures to some form of punishing the Muslim community," she added, noting that Muslims in the country were not consulted in advance.

Citing the fact that the wearing of the mask has been made compulsory in the country during the coronavirus pandemic, Saroor said the burqa "looks [like] a very political revenge move".

The wearing of the burqa in the majority-Buddhist nation was temporarily banned in 2019 after the Easter Sunday bombing of churches and hotels by armed fighters that killed more than 250 people.

The move drew a mixed response, with activists saying it "violated Muslim women's right to practise their religion freely".



أمستتي: استمرار العنف ضد النساء في العالم العربي

قالت منظمة العفو الدولية (أمستتي) إنه، على الرغم من بعض الإصلاحات المحدودة، لا تزال النساء في العالم العربي يواجهن «تمييزاً مجحفاً راسخاً وعنفًا، بصفة يومية».

وأشارت في بيانها، الصادر بمناسبة الاحتفال بيوم المرأة العالمي، إلى أن ذلك يأتي في ظل تقاعس الحكومات الشديد عن وضع حد لعمليات الاعتقال والاختطاف والاعتقال التعسفي، وما يسمى بالقتل من أجل «الشرف» وغير ذلك من أشكال العنف القائم على أساس النوع الاجتماعي.

وأدى تفشي وباء «كوفيد-19» إلى قيام بعض البلدان بالإبلاغ عن ارتفاع عدد حالات العنف الأسري، والاتصالات بخطوط طلب المساعدة بسبب العزل المطول في المنزل أثناء عمليات الإغلاق الشامل، وحظر التجول.

وقالت هبة مرايف، مديرة المكتب الإقليمي للشرق الأوسط وشمال أفريقيا لدى أمستتي «في جميع أنحاء منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، لا تزال العديد من النساء والفتيات تعانين في حياتهن من الواقع اليومي للعنف في المنزل أو في الشارع».

ووفق المنظمة فإنه، في السنوات الأخيرة، أحرزت عدة بلدان في منطقة الشرق الأوسط وشمال إفريقيا تقدماً محدوداً في مجال حقوق المرأة على المستوى التشريعي والمؤسسي، كولاية الرجل بالسعودية، ورفع الحظر المفروض على قيادة النساء للسيارات، وإنشاء آلية لتقديم الشكاوى لضحايا العنف الأسري في تونس، وتوفير مأوى للمعرضات لما يسمى «جرائم الشرف» في الأردن.

وفي جميع أنحاء المغرب العربي، تم إدخال أحكام قانونية لمكافحة العنف ضد النساء بما في ذلك قانون «تاريخي» لعام 2017 في تونس لحماية المرأة من جميع أشكال العنف القائم على أساس النوع الاجتماعي.

ومع ذلك، كما تقول أمستتي، فقد طغى على هذه المكاسب استمرار العنف والتمييز المجحف الذي تواجهه النساء، لا سيما في مسائل الزواج، والميراث، وحضانة الأطفال. وقد قوضها ضعف تنفيذ الإصلاحات، واستمرار حرمان النساء من دورهن الفاعل وقدرتهن على تمثيل أنفسهن.



Novel technology may reveal the brain's mysteries

A team of scientists, led by researchers at Northwestern University, Shirley Ryan AbilityLab and the University of Illinois at Chicago (UIC), has developed novel technology promising to increase understanding of how brains develop, and offer answers on repairing brains in the wake of neurotrauma and neurodegenerative diseases.

Their research is the first to combine the most sophisticated 3-D bioelectronic systems with highly advanced 3-D human neural cultures. The goal is to enable precise studies of how human brain circuits develop and repair themselves in vitro. The study is the cover story for the March 19 issue of Science Advances.

The cortical spheroids used in the study, akin to "mini-brains," were derived from human-induced pluripotent stem cells. Leveraging a 3-D neural interface system that the team developed, scientists were able to create a "mini laboratory in a dish" specifically tailored to study the mini-brains and collect different types of data simultaneously.

Scientists incorporated electrodes to record electrical activity. They added tiny heating elements to either keep the brain cultures warm or, in some cases, intentionally overheated the cultures to stress them. They also incorporated tiny probes -- such as oxygen sensors and small LED lights -- to perform optogenetic experiments. For instance, they introduced genes into the cells that allowed them to control the neural activity using different-colored light pulses.

This platform then enabled scientists to perform complex studies of human tissue without directly involving humans or performing invasive testing. In theory, any person could donate a limited number of their cells (e.g., blood sample, skin biopsy).

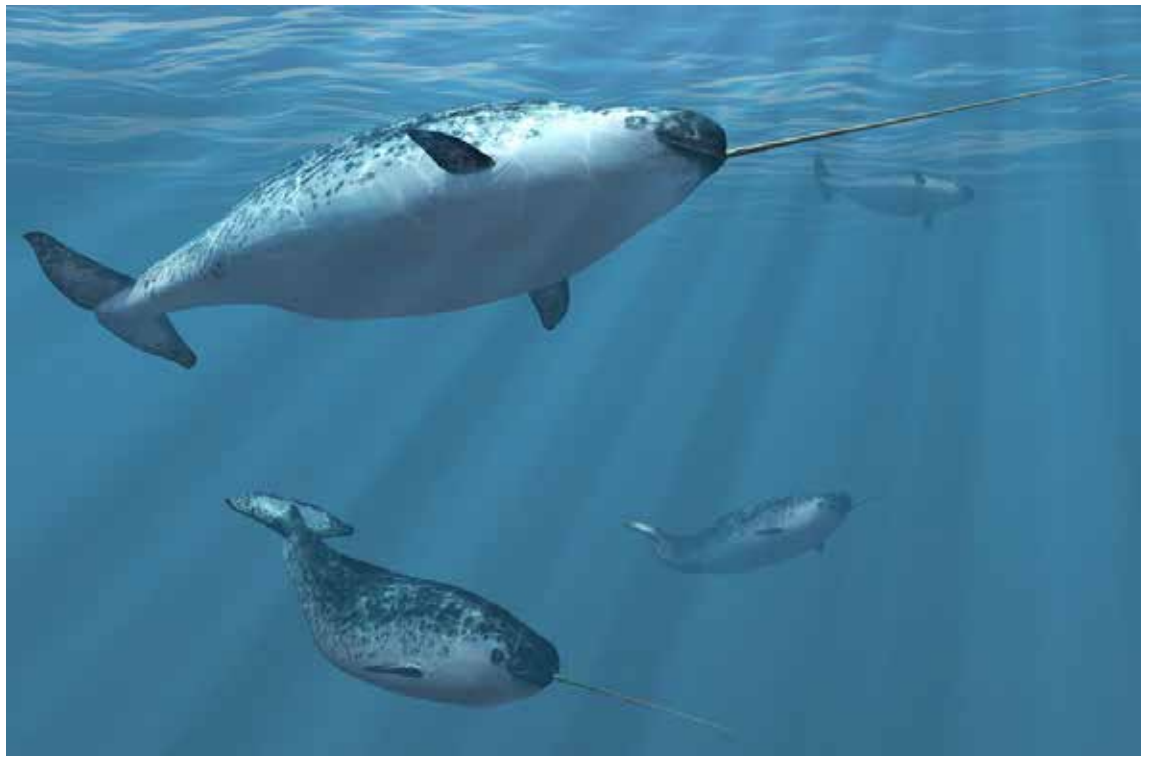
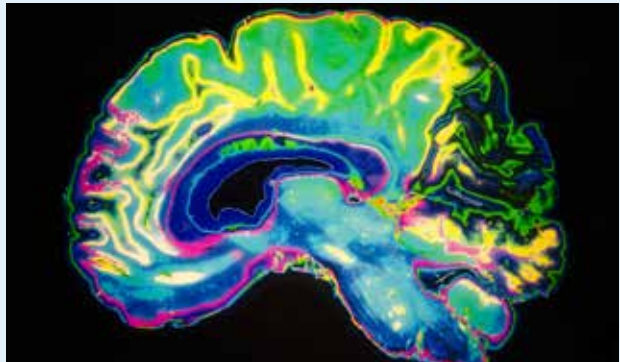
Scientists can then reprogram these cells to produce a tiny brain spheroid that shares the person's genetic identity. The authors believe that, by combining this technology with a personalized medicine approach using human stem cell-derived brain cultures, they will be able to glean insights faster and generate better, novel interventions.

"The advances spurred by this research will offer a new frontier in the way we study and understand the brain," said Shirley Ryan AbilityLab's Dr. Colin Franz, co-lead author on the paper who led the testing of the cortical spheroids. "Now that the 3-D platform has been developed and validated, we will be able to perform more targeted studies on our patients recovering from neurological injury or battling a neurodegenerative disease."

Current electrode arrays for tissue cultures are 2-D, flat and unable to match the complex structural designs found throughout nature, such as those found in the human brain. Moreover, even when a system is 3-D, it is extremely challenging to incorporate more than one type of material into a small 3-D structure. With this advance, however, an entire class of 3-D bioelectronics devices has been tailored for the field of regenerative medicine.

"Now, with our small, soft 3-D electronics, the capacity to build devices that mimic the complex biological shapes found in the human body is finally possible, providing a much more holistic understanding of a culture," said Northwestern's John Rogers, who led the technology development using technology similar to that found in phones and computers. "We no longer have to compromise function to achieve the optimal form for interfacing with our biology." As a next step, scientists will use the devices to better understand neurological disease, test drugs and therapies that have clinical potential, and compare different patient-derived cell models. This understanding will then enable a better grasp of individual differences that may account for the wide variation of outcomes seen in neurological rehabilitation.

"As scientists, our goal is to make laboratory research as clinically relevant as possible," said Kristen Cotton, research assistant in Dr. Franz's lab. "This 3-D platform opens the door to new experiments, discovery and scientific advances in regenerative neurorehabilitation medicine that have never been possible."



العلماء يكتشفون لأول مرة أسرار ناب الحوت وحيد القرن

التحديد للكشف عن مكان تغذية كل فرد وما أكله على امتداد حياته، ويعود تاريخ بعض العينات إلى عام 1962. يقول الباحث في الثدييات البحرية رون ديتز من جامعة آرهوس (Aarhus University) بالدانمارك في بيان صحفي للجامعة ذاتها، «هنا، البيانات هي مرآة للتطور في القطب الشمالي». ويضيف «إنه أمر فريد من نوعه أن حيوانا واحدا بهذه الطريقة يمكن أن يسهم في سلسلة طويلة المدى من البيانات لمدة 50 عاما».

أنياب الحوت وحيد القرن تُقطع إلى النصف قبل أخذ العينات الفرعية التي توضح طبقات النمو السنوية (غيتي)

السؤال الكبير ودراسات مستقبلية

حتى تسعينيات القرن الماضي، كان يبدو أن الحوت وحيد القرن في هذه المنطقة من القطب الشمالي يأكل الأسماك مثل سمك الهلبوت وسمك القد في القطب الشمالي، وفي الوقت نفسه الذي بدأ فيه الجليد يذوب بسرعة في القطب الشمالي، غيرت هذه المجموعة شهيتها، وتغذت على أسماك المحيطات المفتوحة مثل الكلبين وسمك القد القطبي.

ولا يزال من غير الواضح ما الذي أدى إلى هذا التحول، ويقول الباحثون إنه منذ مطلع القرن، زادت كمية الزئبق في أنياب الحوت وحيد القرن بشكل كبير، ويتطابق هذا الاتجاه مع الحيوانات الأخرى في المنطقة، والتي أظهرت أيضا مستويات أعلى من الزئبق في السنوات الأخيرة. وربما نجم هذا عن التغييرات في النظام الغذائي، أو زيادة التلوث البشري من أنشطة مثل التعدين أو إنتاج طاقة الفحم أو إنتاج الإسمنت أو حرق النفايات.

يقول عالم السموم البيئية جان بيير ديسفورجيس من جامعة ماكجيل (McGill University)، بكندا «السؤال الكبير الآن هو كيف تؤثر هذه التغييرات على صحة ولباقة الأنواع الرئيسية في القطب الشمالي بالمقابلة».

يعتقد الباحثون أن الارتفاع غير المتوقع والسريع في زئبق الحوت وحيد القرن يرجع إما إلى المزيد من التلوث البشري، أو إلى تحول في شبكة الغذاء بالمنطقة، أو إلى كليهما. ويوضح ديسفورجيس «كلما كنت في مرتبة أعلى في السلسلة الغذائية، زاد الزئبق الذي يتراكم في جسمك طوال حياتك».

ويعتقد الباحثون أن تغير المناخ هو السبب الأكثر ترجيحاً حتى الآن، ويأمل الباحثون في استخدام الأنياب القديمة للحوت وحيد القرن، من أرشيف المتاحف، لمعرفة كيف كانت هذه الثدييات تتعامل مع الزئبق وتغير المناخ على مدى فترات زمنية أطول.

من الخارج، يثير ناب الحوت وحيد القرن فضولا لافتا للنظر، ومن الداخل، تحتوي هذه السن البارزة الطويلة على تاريخ كامل لهجرة الثدييات البحرية ووجباتها الغذائية، من أول إلى آخر نفس لها على قيد الحياة. قرأ الباحثون 10 حلقات من طبقات النمو الموجودة داخل أنياب الحوت وحيد القرن الموجود في شمال غرب غرينلاند، لأنهم لا يعرفون سوى القليل جدا عنه، حيث يقضي معظم حياته تحت ألواح ضخمة من الجليد في القطب الشمالي النائي.

نشرت الدراسة في دورية «كارنت بيولوجي» (Current Biology) في 10 مارس/ آذار الجاري، وتعد نتائجها، وبياناتها المنسقة على مدى نصف قرن نادرة جدا، وتوفر لمحة لا تقدر بثمن عن كيفية تعامل هذا النوع من الحيتان في ظل ظروف سريعة التغير.

الحوت وحيد القرن

يعرف الحوت وحيد القرن باسم خريش البحر، أو كركدن البحر، وهو حيوان ثديي يعيش في القطب الشمالي، ويطلق عليه اسم حوت الزوال «المرقط» (Narwhal) أو «مونودون مونوسروس» (Monodon monoceros)، ويعتبر واحدا من حوتين وحيدتين تابعتين لفصيلة الحيتان البيضاء.

يبلغ طوله من مترين إلى 3 أمتار، ويتميز ذكوره بعلامة فارقة مميزة عبارة عن ناب -أو سن- حلزوني طويل وقوي يمتد من أسير فكّه العلوي، وظلت وطبيعة هذا الناب محل جدل كبير بين العلماء، حيث افترض بعضهم أنه يستخدم في كسر طبقة الجليد، أو يستخدم لصيد الأسماك، وافترض آخرون أنه يستخدم في الصراع في موسم التزاوج.

وقد بينت أحدث الدراسات أن هذا الناب عضو إحساس مغطى بملابيين النهايات العصبية التي يمكنها أن تكتشف درجة الحرارة والملوحة والضغط في المياه التي يسبح فيها. ويمكن استخدام الأسنان الحساسة كـ«سونار حيوي»، مما يسمح للأنواع بالتنقل في أعماق المحيطات الأكثر قتامة.

هجرة الثدييات البحرية

اليوم، ومع تغير المناخ، ترتفع درجة حرارة القطب الشمالي بشكل أسرع بكثير من بقية أجزاء العالم، وتعتبر حيوانات الحوت وحيد القرن الثدييات البحرية الأكثر عرضة للخطر في المنطقة.

ويتحلل المحتوى الكيميائي في كل طبقة من أنياب الحوت وحيد القرن، أنشأ الباحثون ملفات تعريف التغذية، والتعرض للزئبق حتى عام 2010، لكل فرد. وتم استخدام نظائر الكربون والنيتروجين في هذه الأسنان على وجه



الكشف عن سلسلة هواتف ريدمي نوت 10 المنتظرة.. مواصفات ممتازة بأسعار منخفضة

المثالي للألعاب، ونعم، بالرغم من باقي المواصفات القوية إلا أن الهاتف لم يقدم معالج راند. يضم الهاتف ذواكر تصل إلى 128/8 جيجابايت من نوع LPDDR4X و UFS 2.2 ويظهر لنا أن نوع الذواكر ليس براند أيضاً، وهذا أمر طبيعي جداً لهذه الفئة السعرية، أخيراً هناك شحن سريع بقدرة 33 واط لبطارية بسعة 5,020 ملي أمبير مع واجهة MIUI 12.5 الأحدث. أما عن هاتف ريدمي نوت 10 برو فيقدم نفس المواصفات تقريباً من حيث الشاشة وأدائها والكاميرا الأمامية أيضاً، لكن الكاميرا الخلفية هنا ستأتي مع عدسة رئيسية بدقة 64 ميجابيكسل وليس 108 ميجابيكسل في حين أن الكاميرات الباقية كما هي. الهاتف سيقدّم نفس المعالج ونفس المواصفات الداخلية أيضاً، أي أن الفارق تقريباً هو الكاميرا فقط. أما عن هاتف ريدمي نوت 10 العادي فهو يقدم شاشة 6.4 بوصة لكن لحسن الحظ هي من نوع أموليد أيضاً، لكن لا يوجد دعم هنا لتردد 120 هيرتز، كما أن الكاميرا الأمامية تأتي بدقة 13 ميجابيكسل فقط! الكاميرا الخلفية هنا تضم مستشعر رئيسي بدقة 48 ميجابيكسل من سوني، مستشعر 8 ميجابيكسل واسع ومستشعري 2 ميجابيكسل للماكرو والعق.

كشفت شاومي عن سلسلة هواتف ريدمي نوت 10 أخيراً، وهي السلسلة المنتظرة خصوصاً بعد الشائعات والتقارير التي أعطتها أهمية كبيرة في الأيام والأسابيع السابقة، والسلسلة الجديدة قد كشفت عنها في الهند، لكنها وبلا شك ستتواجد في باقي بلدان ومناطق العالم، لكن هذا لا يمنع أننا قد نشهد تغيير أسامي هواتف السلسلة قبل حدوث ذلك.

مواصفات ومميزات هواتف ريدمي نوت 10.

أولى هواتف السلسلة هو هاتف ريدمي نوت 10 برو ماكس، وهو الهاتف الذي سيقدّم أعلى مواصفات، ومنها تصميم Evol.Design الجديد، هذا مع شاشة بقياس 6.6 بوصة من نوع أموليد وتدعم تردد 120 هيرتز، إلى جانب هذا فالشاشة تغطي ألوان DCI-P3 الاحترافية، وتقدّم حتى 1200 نيت من السطوع، مع وجود ثقب في تلك الشاشة للكاميرا أمامية بدقة 16 ميجابيكسل.

سيقدّم نوت 10 برو بلس كاميرا خلفية رباعية، مع مستشعر رئيسي بدقة 108 ميجابيكسل من سامسونج، هذا إلى جانب كاميرا ماكرو بدقة 5 ميجابيكسل، كاميرا واسعة بدقة 8 ميجابيكسل وكاميرا لقياس العمق بدقة 2 ميجابيكسل. — لدينا في هذا الهاتف معالج سنابدراجون 732C



أبل تهيمن على سوق الساعات الذكية بفارق كبير عن سامسونج وهواوي وفيتبيت

تراجعت شحنات الساعات الذكية على مستوى العالم بشكل طفيف في الربع الرابع من 2020 بسبب الموجة الجديدة من كورونا ومع ذلك، حافظت شركة أبل على مكانتها القوية في المرتبة الأولى.

وأعلنت شركة أبحاث السوق Counterpoint التي كشفت سابقاً أن آيفون 12 هو أفضل هاتف 5G مبيعا في العالم، أن أبل عززت مكانتها كأكثر مصنع للساعات الذكية خلال الربع الرابع وتمكنت من زيادة حصتها في السوق بنسبة 6%.

واحتلت أبل الصدارة وهيمنت على سوق الساعات الذكية بعدما وصلت حصتها إلى 40% لتتبع بفارق كبير عن أقرب منافسيها وهي شركة سامسونج.

أيضا تمكن العملاق الكوري سامسونج من زيادة حصته بنسبة 1% لتصل حصته في السوق إلى 10%، بينما خسر اللاعبون الرئيسيون مثل هواوي وفيتبيت حصتهم في السوق أو لم يشهدوا أي نمو مقارنة بالربع الرابع من 2019.

والعملاق الصيني هواوي انخفضت حصته بفارق 1% خلال الربع الرابع من 2020 لتصبح حصته في السوق 8% بينما ظلت حصة شركة فيتبيت ثابتة بقيمة 7%.

وقال المحللون أن ساعة أبل من الجيل السادس وأيضاً ساعاتها الذكية SE أبلت بشكل جيد حيث شحنت الشركة الأمريكية 12.9 مليون وحدة من تلك الساعات.

أخيراً، أشار المحللون إلى أن متوسط أسعار بيع الساعات الذكية سوف يستمر في الارتفاع خلال الأعوام الثلاثة القادمة مدفوعاً بثلاثة علامات تجارية متميزة وهم أبل وسامسونج وهواوي.



الكشف عن هواتف Nubia Red Magic 6 مع شاشة 165 هيرتز وذاكرة عشوائية 18GB!

ظهر أول هاتف مخصص للألعاب لعام 2021، وهو هاتف Red Magic 6 من شركة Nubia التابعة لشركة ZTE الصينية، وبالفعل هواتف ريد ماجيك هي من أفضل هواتف الألعاب حول العالم، وما يجعل هذا الهاتف مميز أكثر هو أنه يأتي كشكل لتعاون بين الشركة وبين شركة الألعاب Tencent والتي تقدّم لنا ألعاب رائدة مثل لعبة بيجي موبايل.

مواصفات ومميزات هاتف Nubia Red Magic 6

يأتي الهاتف مع شاشة بقياس 6.8 بوصة بدقة FHD+ وهي من نوع أموليد، والشاشة هنا تقدّم ألوان DCI-P3 الرائدة إلى جانب تقديمها لتردد 165 هيرتز مع حساسية لمس 500 هيرتز، وهي أرقام ممتازة للألعاب! الشاشة هنا تدعم الألعاب بشكل احترافي تماماً ونأتي مع تقنيات متعددة لذلك.

لديها هنا بالطبع معالج سنابدراجون 888 الرائد إلى جانب 12 جيجابايت من الذاكرة العشوائية من نوع LPDDR5 وذاكرة تخزينية بسعة 265 جيجابايت من نوع UFS 3.1 الرائد، هذا مع أندرويد 11 وتقنيات متعددة لدعم الألعاب ضمن واجهة Red Magic OS 4.0.

يأتي الهاتف مع تقنية ICE 6.0 الاحترافية لتبريد الهاتف، هذا مع كاميرات خلفية ثلاثية مع مستشعر 64 ميجابيكسل للكاميرا الرئيسية، الهاتف يقدم بطارية ضخمة بسعة 5,050 ملي أمبير مع شحن سريع 66 واط، وهو ما سيسخن الهاتف إلى 60% في ربع ساعة فقط.

أخيراً، بجانب الإصدار العادي وإصدار برو هناك إصدار جديد كلياً وهو Red Magic 6 Pro Transparent Edition، وهو الذي يأتي مع نفس المواصفات تقريباً، لكن إلى جانبها يقدم ذاكرة عشوائية تصل إلى 18 جيجابايت! إلى جانب ذاكرة تخزينية بسعة 512 جيجابايت، وجميعها من النوع الرائد!

Realme 8 Pro may have surfaced at the FCC with a 4,500 mAh battery and 65W SuperDart Charge

CEO Madhav Sheth already revealed that the Realme 8 will have a 5,000 mAh battery with 30W Dart Charge, so you'd expect the Realme 8 Pro to go faster. And this could be the proof – FCC documents detailing a Realme RMX3081 have surfaced, which appears to be the Realme 8 Pro 4G.

The docs show that a 65W charger will be used to fill the phone's 4,500 mAh battery (typical capacity). That matches the specs for the company's SuperDart chargers and if the Realme 7 Pro is any indication (it has the same battery capacity), a full charge will take only 34 minutes with the battery going from 0% to 43% in the first 10 minutes.

The phone will launch with Realme UI 2.0 out of the box, that is the company's Android 11-based firmware. Again, this is the 4G version of the Realme 8 Pro, we expect to see a 5G version as well. Unofficial info suggests that the 4G model will be powered by the Snapdragon 730G.

The Realme 8 Pro is not focused on performance – it is all about the camera experience and the other half of Realme's dual flagship strategy after the Realme GT launch yesterday. The company has already confirmed that the 8 Pro will have a 108 MP main camera based on the ISOCELL HM2 sensor (1/1.52", 0.7 µm native pixels, 9-in-1 binning). The vanilla Realme 8 and the GT both have 64 MP main cams.

9 أشكال للموضة الرجالية عليك تجنبها في 2021



ولكن الملابس الكاملة ذات النقشة الواحدة سواء كانت لأزهار أو لغيرها لن تنجح من اختبار الزمن وسوف تصبح صيحة قديمة منتهية سريراً. تذكر دائماً البساطة تكون أفضل بكثير من الصيحة الكبيرة.

8- تجنب ملابس الأذوات:

هذا العام نشهد عودة صيحة الجيوب الكثيرة في جميع ملابسك، هذه الصيحة ليست سيئة للغاية ولا يجب عليك أن تتجنبها تماماً ولكن لكل شيء وقت وزمان. فمثلاً السترة ذات الجيوب الكثيرة مفيدة للغاية في الرحلات الخارجية والسفاري ولكنها غير مناسبة نهائياً في المناسبات الرسمية.

9- الملابس لإبراز العضلات:

هناك قياس يدعى Muscle Fit وهو قياس يهدف لإبراز عضلات جسدك التي عملت جاهداً لإظهارها ولكن في الحقيقة فإن Muscle fit هو اسم غير رسمي للمقاسات الصغيرة. من الطبيعي أن ترغب في إظهار عضلاتك قدر الإمكان فأنت عملت جاهداً لإظهارها، أنت تأكل بحذر وتذهب إلى صالات التدريب بشكل يومي ولكن المشكلة الحقيقية أن الملابس الصغيرة لن تظهر جسدك الذي تعبت في تدريبه وستجعل مظهره يبدو سيئاً.

هذه الملابس ستجعلك غير مرتاحاً فيها وغير قادر على الحركة بشكل جيد بالإضافة إلى أنها ستظهر بقعا وأماكن من جسدك أنت لا ترغب في إظهارها! في النهاية يجب أن تهتموا بالقطع والملابس التي ستصمد أمام الزمن ولن تصبح صيحة قديمة أو منتهية قريباً. ولكن لا مفر من رؤية العروض والسماع عن الصيحات الجديدة والخدعة هنا هي أن تهتم بالشكل العام وليس فقط ما يناسب الصيحة الجديدة والعام الموضة الجديدة.

تفضل هذا الاسم. تذكر دائماً القاعدة الذهبية عند اختيار مقاس ملابسك الجديدة وهي «Fit Is King» أي إن المقاس المناسب هو الملك والأجمل.

5- تجنب الملابس الجلدية بالكامل:

السترة الجلدية هي قطعة أساسية من خزانة ملابس كل رجل في كل عصر، حيث تمكنت السترة الجلدية من الصمود أمام تحديات الزمن وحافظت على رونقها ووجودها بشكل مستمر في خزانة كل رجل ولكن القطع الجلدية يجب أن تكون قطعة واحدة تبني حولها مظهرك وليس الخامة لكل القطع التي ترتديها. يمكنك أن ترتدي سترة جلدية بالإضافة إلى حذاء جلدي وحزام جلدي، بالطبع ستحتاج لتنسيق الألوان الخاصة بملابسك ولكن إن قمت بإضافة بنطال جلدي أيضاً لهذا المظهر فإنك ستبدو وكأنك خارج من فيلم The matrix. ارتداء الملابس الجلدية بالكامل هو حكر على نجوم Rock and Roll وملابس الدرجات الهوائية فقط وليس ملابس السهرة.

6- تجنب بناطيل الجينز غير المناسبة لمقاسك:

عندما يتعلق الأمر ببناطيل الجينز فإن المقاس المناسب لك يعتمد على شكل جسدك، إن كنت من أصحاب الأجسام الكبيرة فإن المقاسات الأكبر من جسدك أو Oversized مناسبة لك، وإن كان جسدك نحيفاً فإن الجينز النحيف Skinny سيكون مناسباً لك للغاية. ولكن إن كنت مثل جميع الرجال في المنطقة التي تقع فالمنتصف فإن الأفضل لك دائماً هو ارتداء جينز ذي مقاس مناسب وهو إما Regular أو Slim كما ترى في الصورة بالأسفل.

7- تجنب الملابس ذات نقوش الأزهار:

القطع الصغيرة ذات النقوش الصغيرة سواء كانت لأزهار أو غيرها مناسبة للغاية لتضيف بعض اللون والحياة إلى ملابسك وهي قطعة هامة لتمتلكها في خزانتك.

تركيب البدلة ذات الثلاث قطع - هي يطلق عليها بدلة ذات ثلاث قطع بسبب وجود Vest فيها - ولكن هذه السترة التحتية مصممة ليتم ارتداؤها فوق قميص ليكتمل مظهرك الأنثيق الكلاسيكي للغاية. البديل بشكل عام هي ملابس فاخرة يتم تصميمها من قبل مصممين محترفين وتصنع من مواد عالية الجودة وليست مصممة على الإطلاق ليتم ارتداؤها على اللحم مباشرة أو دون قميص أسفلها، هذا سيجعل المواد المكونة للبدلة تتضرر بشكل كبير للغاية وتتلف بسرعة أيضاً.

يمكنك أن ترتدي تيشرتاً أنيقاً تحت البدلة بدلاً من القميص إن لم تكن ترغب في الظهور بمظهر كلاسيكي للغاية وكنت تعمل في مكان ودود قليلاً أو Smart Casual كما نطلق عليه ولكن لا يمكنك أبداً أن ترتدي البدلة فوق جسدك مباشرة!

3- تجنب صيحات الألوان الجديدة :

في كل عام يقرر المصممون بأن هناك مجموعة جديدة من الألوان يجب أن تظهر وأنها هي الصيحة الجديدة، من ثم تبدأ هذه الألوان بالظهور في كل التصميمات الجديدة وكل الملابس الجديدة.

ولكننا كرجال فإننا نفضل شراء الملابس لفترات طويلة، لذا يجب أن تأخذ حذرك في أثناء اختيار الملابس الجديدة حتى لا تختار واحداً من الألوان الجديدة التي ستومت قريباً! ألوان هذا العام الجديدة هي الألوان الفاتحة والعاكسة للضوء للغاية، بينما تكون هذه الألوان جميلة ومحببة في مناسبات قليلة إلا أنها لن تعيش لفترات طويلة وسيأتي عليها وقت ستصبح أثراً من الماضي مثلما كانت سابقاً.

4- تجنب البناتيل الواسعة :

يبدو أن صيحات الثمانينيات تعود مجدداً، حيث بدأت صيحة البناتيل الواسعة بالظهور مجدداً أو Baggy Pants إن كنت

مع بداية كل عام تبدأ صيحات الموضة الرجالية في الظهور، ليس من الضروري أن تكون صيحات الموضة الحديثة مناسبة للجميع فهي تعتبر سلاحاً ذا حدين للغاية.

فمن ناحية قد تخلق الموضة مظهراً كلاسيكياً جديداً وراقياً للغاية يعتمد الجميع ومن الناحية الأخرى قد تنتهي هذه الموضة بعد ظهورها بخمس دقائق وتُنسى كأنها لم تكن! بالرغم من أننا جميعاً نتفق أنه لا توجد قاعدة ثابتة للملابس، فما قد يبدو جميلاً عليك قد يبدو سيئاً على غيرك والعكس صحيح، إلا أنه من الصعب ألا تنحذب إلى الموضة الجديدة وتجد نفسك تتبعها وتجربها أيضاً، في العادة يكون هذا بسبب الاهتمام الكبير بها والصيحة التي تثار حول هذه الموضة. لذا ونحن في 2021 تعالوا نتجنب أشكال الموضة الرجالية هذه لنحافظ على مظهرنا بشكل جيد.

1- تجنب البدلة كبيرة المقاس:

واحدة من أسوأ أشكال الموضة الرجالية التي تظهر وتختفي بشكل تدريجي كل 40 عاماً تقريباً، كانت هذه الصيحة هي أهم موضة في ثمانينيات القرن الماضي مع الشعر الكبير للغاية، كما ظهرت في أربعينيات القرن الماضي أيضاً مع بدلات Zoot التي كانت تتميز بالبنطال الواسع والحزام الضيق المرتفع بالإضافة إلى الأكمام الضيقة عند نهايتها. على الرغم من أن هذه الصيحة انتهت مع ثمانينيات العام الماضي إلا أنه تستعد للعودة كما يبدو في عام 2021 لذا يجب أن نحاول تجنبها قدر الإمكان، فبالرغم من أنها صيحة وتجد الكثيرين يهتمون بها إلا أنك لن تبدو أنيقاً وأنت ترتديها! بل ستبدو كولد صغير استعار ملابس والده. كما أنها ستختفي قريباً وستنتظر لمدة 40 عاماً حتى تتمكن من ارتداء هذه الصيحة مجدداً.

2- تجنب ارتداء السترة التحتية تحت البدلة مباشرة.

السترة التحتية أو الصيديري أو Vest قطعة عامة للغاية من

4 عادات تميز الرجل الأنثيق

الشرط الأساسي للأناقة هو أن تكون الملابس ملائمة بشكل مثالي مع الطول والوزن، تجده يتعامل دائماً مع خياطة محترف.

الاهتمام بالنحذية

الحذاء جزء أساسي من شياكة الرجل وأناقته، وهو أول ما يلفت النظر حين تلتقي بشخص جديد ولذلك لا بد من للحفاظ بنظافة الحذاء وشياكته في الشتاء مثل الصيف تماماً والرجل الأنثيق يعرف كيفية الاهتمام بأحذيته، ويعرف أن لكل نوعية طريقة خاصة به.

تنسيق القميص مع ربطة العنق

لا بد من اختيار القميص المناسب مع ربطة العنق المناسبة.



أهم ما يميز الرجال عن بعضهم هي الأناقة والشياكة في المظهر الخارجي والداخلي للرجل حيث الرجل العربي الأنثيق له طقوسه وعاداته الخاصة التي تجعله يتميز عن غيره بملابسه وحديثه مع الآخرين.

الملابس الداخلية

يتعاملون مع ملابسهم الداخلية بنفس الطريقة التي يتعاملون فيها مع ملابسهم الخارجية و يحرصون على استبدالها بمجموعة جديدة كل ١٢ إلى ١٨ شهراً لضمان عدم تهدل القماش.

التعامل مع خياطة محترف

الرجل الأنثيق يدرك تماماً أن الملابس الجاهزة نادراً ما تكون ملائمة فالمقاسات المعروضة في المحال لا تناسب الجميع بشكل مثالي، وتكون أحياناً إما واسعة بعض الشيء أو طويلة ولأن



How to Sleep While Traveling? 3 Sleeping Tips

If you struggle to get a good night's sleep while traveling, you are not alone. According to a study conducted by Wakefield Research for the travel company Princess Cruises, more than 60 percent of Americans do not get good sleep while traveling.

Jet lag and sleep deprivation are infamous for ruining the first few days of many business and leisure trips.

To help you reach peak performance and get the most out of your upcoming trip, we've compiled a series of tips and tricks for how to sleep better while traveling.

Traveling for Work?

If you are crossing time zones, there are several tricks that can help your body and mind adjust accordingly. First, get in the zone and take measures to avoid falling asleep while driving. Exposure to light affects sleep, so consider timed lighting or over-the-counter melatonin can help you get to bed early so you can advance to the new time zone. To stay on top of your sleep even when traveling, download this free app.

Traveling for Fun?

If you are crossing time zones but traveling for leisure, prepare as if you were traveling for work. However, there is more flexibility since your priorities will be less demanding when you arrive. This means you can choose to sleep when you feel tired rather than making your body adjust to the new time zone, but if you do need to adjust to a new time zone quickly, a sleep monitor app can help ease the transition.

Staying Local?

If you are not crossing time zones, stick to your normal schedule and sleep patterns before and during your trip. This can help you avoid sleep deprivation.

Items to Pack

The main principle you want to focus on is to be as comfortable as possible. This includes packing some helpful gear.

Bedding: If space allows, bringing a sheet and a travel pillow with you for a long drive or flight can make it easier to fall asleep.

Eye mask and earplugs: An eye mask and earplugs can help you sleep through noise and light during your travel. They can also help you shut out noisy street sounds and light in your new environment. Another compact option to consider, if reinforcements are needed, are portable sound machines.

Your smartphone: That's right. With the SleepScore App downloaded on your phone, you can track and improve your sleep anywhere you go.

Upon Arrival

Armed with a pillow and some fresh knowledge, you can get a better night's sleep and enjoy your trip to its full potential. Whether you're looking to acclimate to a different time zone for abroad travel, and avoid time change fatigue, or are simply escaping life's trials for a bit of R&R, restful sleep is still within your reach!



أفضل 10 شواطئ في 2021.. وجهات ساحرة تنتظر رفع قيود السفر

اكسماوث. ويتميز شاطئ فيروز باي بلون مياهه الفيروزية، وبرماله البيضاء الناعمة، وبإمكانية رؤية الشعاب المرجانية الملونة عند الغطس مباشرة من الشاطئ، وعلى بعد عدة خطوات من رمال الشاطئ توجد شعاب نيجالو التي تعد أكبر الشعاب المرجانية في أستراليا.

7 - شاطئ إيجل بيتش - أروبا
إيجل بيتش هو أحد شواطئ الكاريبي الحاملة نظراً لما يتمتع به من رمال بيضاء ومياه فيروزية، ويتردد عليه محبو الرياضات البحرية.

8 - شاطئ سبيادجا دي كونياي في لامبيدوسا - إيطاليا
هي أحد شواطئ جزيرة لامبيدوسا الخلابة التي تتمتع برمالها الناعمة والمنتجعات السياحية الفاخرة التي يتهاافت عليها السياح من جميع أنحاء العالم.

9 - شاطئ كانابالي في هاواي - الولايات المتحدة
تشتهر جزيرة هاواي بالشواطئ الساحرة، ومنها كانابالي الذي يعد واحداً من أكثر المواقع زيارة على الجزيرة.

10 - شاطئ بايا دوس جولفينهوس في برايا دا بيبيا - البرازيل
يوفر الشاطئ للسياح عروض الدلافين الرائعة في أي وقت يذهبون فيه إلى هذا الشاطئ، إلى جانب المناظر الطبيعية الساحرة التي تحطف القلوب.

11 - شاطئ جريس باي في بروفيدينسياليس - ترنيداد وكوبا
يمتد خليج جريس لأكثر من ثمانية كيلومترات، وهو واحد من أفضل الشواطئ في منطقة البحر الكاريبي. وتجتمع الرمال البودرة مع المياه الكريستالية في ظلال من اللون الأزرق على طول هذا الشريط الرائع من الساحل، مع انتشار الشعاب المرجانية الخلابة.

12 - شاطئ سانت بيت في فلوريدا - الولايات المتحدة
يقع الشاطئ في وسط غرب فلوريدا على الخليج، وتعد شواطئ الرمال الناعمة السكرية عامل الجذب الرئيسي.

13 - شاطئ باي في إكسماوث - أستراليا
يقع هذا الشاطئ ضمن منتزه كيب رينج الوطني غربي أستراليا، على بعد 60 كم جنوب مدينة

كيلومترين. وتعرف الجزيرة باسم (لا روزا بلانكا دي لوس جاردنييس ديل ري) ما يعني الزهرة البيضاء في حديقة الأمير.

3 - شاطئ بايا دو سانشو في فرناندو دي نورونها - البرازيل
هو شاطئ صغير ولكنه خلاب للغاية في خليج منعزل مسمى باسم في فرناندو دي نورونها، والمعروف كأول حديقة بحرية برازيلية.

تقع الجزيرة على بعد حوالي ساعة من الرحلة من البر الرئيسي الشمالي الشرقي للبلاد وهي بالتأكيد تستحق اهتمام جميع الذين يتطلعون لرؤية المناظر الطبيعية الرائعة.

4 - شاطئ جريس باي في بروفيدينسياليس - ترنيداد وكوبا
يمتد خليج جريس لأكثر من ثمانية كيلومترات، وهو واحد من أفضل الشواطئ في منطقة البحر الكاريبي. وتجتمع الرمال البودرة مع المياه الكريستالية في ظلال من اللون الأزرق على طول هذا الشريط الرائع من الساحل، مع انتشار الشعاب المرجانية الخلابة.

5 - شاطئ سانت بيت في فلوريدا - الولايات المتحدة
يقع الشاطئ في وسط غرب فلوريدا على الخليج، وتعد شواطئ الرمال الناعمة السكرية عامل الجذب الرئيسي.

6 - فيروز باي في إكسماوث - أستراليا
يقع هذا الشاطئ ضمن منتزه كيب رينج الوطني غربي أستراليا، على بعد 60 كم جنوب مدينة

يترب السباح وعشاق السفر حول العالم إلغاء قيود السفر التي تفرضها السلطات في العديد من الدول، في إطار جهود مكافحة وباء كورونا.

قام موقع «تريب أديفازور» العالمي بتصنيف أفضل 10 شواطئ في العالم لعام 2021، والتي ربما تكون الخيار الأمثل للسياح عقب إلغاء قيود الإغلاق التي تفرضها عدة دول.

وقالت كريستين ماجواير، نائبة الرئيس والمدير العام للأعمال العالمية للموقع: نعلم إنه فات زمن بعيد على آخر رحلة قام بها الكثير من المسافرين والسياح حول العالم، ولكن تظهر بعض العلامات على إمكانية معاودة السفر إلى الشواطئ، مع انتشار برامج التطعيمات بلقاحات كورونا.

ويستند تريب أديفازور في تصنيف الشواطئ على تقييمات المسافرين خلال عام 2020 بالكامل.

1 - شاطئ وايت هايفن بجزيرة وايت سانداي - أستراليا
يقع هذا الشاطئ الشهير برماله البيضاء النقية في جزيرة وايت ساندي التي اكتشفها جيمس كوك

1770، في قلب الحاجز المرجاني العظيم قبالة ساحل كوينزلاند في أستراليا. ويمكن الوصول إلى الجزيرة عن طريق القوارب القابعة في الموانئ السياحية أو عبر البر الرئيسي لشاطئ إيرلي وميناء شوت.

2 - شاطئ سانتا ماريا في كايو سانتا ماريا - كوبا
هذا الشاطئ البديع يقع في كايو أو أرخبيل سانتا ماريا، الواقع شمال مقاطعة فيلا كلارا الوسطى، وهي منتجعات سياحية كوبية تشمل عدداً من الفنادق

بمجموع 12900 غرفة، بالإضافة إلى 844 مسكناً سياحياً في الطبيعة وتتمتع بشواطئ ذات رمال بيضاء ومياه نظيفة للغاية ويبلغ طولها 13 كيلومتراً وعرضها

أيسلندا «المعزولة» تفرض 4 قواعد على السفر

وتأتي هذه الإجراءات بالإضافة إلى القواعد الحالية، التي تتطلب خضوع القادمين لفحص فيروس كورونا عند وصولهم إلى الجزيرة، ودخول الحجر الصحي لمدة خمسة أو ستة أيام ثم إجراء فحص آخر.

وإذا كانت نتيجة فحص شخص ما إيجابية لأحد سلالات فيروس كورونا الثلاثة التي تعتبر أشد عدوى، فيجب عزل هذا الشخص في فندق خاص للحجر الصحي.

ونظراً لموقعها الجغرافي المعزول، شهدت أيسلندا أقل عدد من الإصابات بفيروس كورونا في أوروبا.

فرضت أيسلندا مجموعة من القواعد شديدة الصرامة على السفر للحد من تفشي جائحة كورونا (كوفيد - 19).

ورغم التراجع في عدد الإصابات، والذي يضع أيسلندا بين أقل دول العالم في التضمر من الجائحة، إلا أنها أعلنت قيوداً جديدة على السفر لإبقاء عدد الحالات منخفضاً.

وقالت الحكومة في بيان، إنه يتعين على الأشخاص الذين يصلون للبلاد بالطائرة أو الزوارق تقديم نتيجة سلبية لفحص (بي سي آر)، تفاعل البوليميريز المتسلسل، صادرة منذ أقل من 72 ساعة.

تأثير الثقافة الفارسية على ثقافات الشعوب



الفلبين: يخرجون الموتى من القبور ويزينونهم بالمجوهرات

شعب دود ومرحب، لكنه يتمسك ببعض العادات والتقاليد الغربية التي ينبغي التعرف عليها، في التقرير نتعرف على ثقافة وعادات الشعب الفلبيني. هناك تعبير يُعرف باسم «الوقت الفلبيني»، وهو في الأساس تعبير يشير إلى أن الفلبينيين دائماً متأخرون عن مواعيدهم، فعندما يتفقون على وقت محدد للاجتماع مثلاً، ففي الغالب يعني هذا أن الاجتماع سيتم بعد 15 دقيقة إلى نصف ساعة من الوقت المتفق عليه، لذا لا داعي للمفاجأة أو الضجر.

استخدام الألقاب للتحبير عن الانتماء

الاحترام أمر ضروري في الثقافة الفلبينية، لذلك تجدهم يستخدمون كلمة «بو» عند الحديث مع كبار السن، تعبيراً عن الأدب والاحترام. أما مع الأقران، فلا يستخدم الفلبينيون الاسم الأول في الحديث إلا مع الأقران الذين يتساوون معهم في السن تقريباً، أما كل شخص كبير فله لقب خاص، وعلى سبيل المثال: «آيت» لقب للشقيقة الكبرى، «كويلا» للأخ الأكبر، «تيتو» للعم، «تيتا» للعمة، «لولو» للجد، «لوللا» للجدّة.

عادات تكريم الموتى

تتبع بعض القبائل في الفلبين عادات غريبة لتكريم الموتى، فبعد دفن الموتى لمدة عام، يقوم الأقارب بتنظيف الهيكل العظمي وتغطيته بالقماش ليأخذ شكل عارضة أزياء أو مومياء تُسمى «ستاكوت»، وإرجاع الجثة إلى العائلة لإيوائها لديها لمدة عام آخر، وبعد هذه الفترة يتم إرسال الجسم إلى كهف.

القتال بين الخيول

على الرغم أن ذلك غير قانوني ويتعارض مع قانون رعاية الحيوان لعام 1998، إلا أن القتال بين الخيول لا يزال يحدث في الفلبين، خاصة خلال المهرجانات في مينداناو. ويستمر القتال في المتوسط لمدة 7 دقائق، وأطول المعارك قد تستغرق 40 دقيقة، وكما هو متوقع، يعض الجوادان أو يركل بعضهما بعضاً حتى ينهار أحدهما أو يموت.

ختان النولاد بالطريقة التقليدية

الختان في الفلبين تقليد إلزامي مستوحى أساساً من الدين، وعادة ما يتم الختان بين الأولاد الصغار في الصيف قبل بدء الدراسة. وفي الوقت الحاضر، يتم ذلك من قبل ممارسين معتمدين لضمان عدم وجود مخاطر في الإجراء، ومع ذلك لا تزال الطريقة التقليدية للختان تمارس في بعض أجزاء البلاد، حيث يقوم الأولاد بمضغ بعض أوراق الجوافة بينما يجري الطبيب عملية الختان، ويتم وضع أوراق الجوافة المضغوطة فوق الموضع المصاب لتقليل الألم والعدوى.

تحية خاصة من الأطفال لكبار السن

يستخدم الأطفال في الفلبين طريقة مميزة لتحية كبار السن تُعرف باسم «باجامانتو»، للتعبير عن الاحترام، حيث يأخذ الصغار بيد كبار السن ويضعون ظهرها على جبهتهم ويكون ذلك مصحوباً بقول «مانو بو». «مانو» تعني اليد في اللغة الإسبانية، و«بو» في الخطاب الفلبيني تُستخدم للتعبير عن الاحترام. ويؤدي الأطفال هذه الإيماءة وكأنهم يتلقون البركة من الشيخ الكبير.

الاجتماعية.
* مفهوم الأسرة هو أكثر خصوصية مما هو عليه في العديد من الثقافات الأخرى، حيث يجب حماية الأقارب الإناث من التأثيرات الخارجية والعناية بهم في جميع الأوقات، ومن غير المناسب طرح أسئلة حول زوجة الإيرانية أو غيرها من الأقارب الإناث.
* يأخذ الإيرانيون مسؤولياتهم تجاه أسرهم على محمل الجد.
* تميل الأسر إلى أن تكون صغيرة، فقط طفل واحد أو طفلان، ولكن العائلة الممتدة قريبة جداً.
* يستمد الفرد شبكة اجتماعية ومساعدة في أوقات الحاجة من الأسرة.
* يتم الاحتفاظ بكبار السن في المنزل، وليس في دار لرعاية المسنين كما يشيع في العديد من الدول الأخرى.
* يأتي الولاء للعائلة في المقدمة قبل العلاقات الاجتماعية، وحتى الأعمال التجارية.
* تميل تحيات عند الشعب الفارسي إلى أن تكون حنونه، فالرجال تقبل الرجال والنساء الآخرين تقبل النساء الأخريات في المناسبات الاجتماعية، لكن إذا التقيا في الشارع، فإن المصافحة هي التحية الأكثر شيوعاً.
* التحية الأكثر شيوعاً هي «السلام عليكم» أو «السلام».
* يقدم الإيرانيون هدايا في مناسبات اجتماعية مختلفة مثل العودة من رحلة أو إذا حقق شخص ما نجاحاً كبيراً في حياتهم الشخصية أو التجارية.
* في أعياد الميلاد، يجلب رجال الأعمال الحلويات والكعك إلى المكتب.
* من الشائع تقديم هدايا نقدية إلى الخدم أو غيرهم ممن قدموا خدمات خلال العام، ويجب أن يكون الهدايا أموال ورقية نقدية جديدة أو عملات ذهبية.
* إذا كنت مدعوًا إلى منزل إيراني، أحضر الزهور أو المعجنات إلى المضيفين.
* عند زيارة الإيرانيون اظهار الاحترام للشيوخ عن طريق إلقاء التحية لهم أولاً.
* الإيرانيون المحافظون لا يحبون بمجموعات مختلطة الجنس.
* واحدة من أبرز خصائص الشعب الإيراني هي تعطشهم للمعرفة.
* يلغى التعليم أهمية كبيرة في الثقافة

ثقافة بلاد فارس أو ثقافة الشعب الإيراني، هي واحدة من أكثر الثقافات نفوذاً في العالم، حيث تعتبر إيران واحدة من مهد الحضارة، وبسبب موقعها الجغرافي السياسي المهيمن وثقافتها في العالم، اتبع هذا المقال لتتعرف على صفات الشعب الفارسي.

أثرت إيران بشدة على الثقافات والشعوب البعيدة مثل إيطاليا ومقدونيا واليونان من الغرب وروسيا وأوروبا الشرقية من الشمال وشبه الجزيرة العربية من الجنوب وشبه القارة الهندية وشرق آسيا إلى الشرق.

قبل إن المرونة الثقافية الانتقائية هي واحدة من الخصائص المميزة الرئيسية للهوية الإيرانية ودليل على طول عمرها التاريخي.

لغة الشعب الفارسي

يتم التحدث بعدة لغات في جميع أنحاء إيران، حيث يتم التحدث بلغات من اللغات اللغوية الإيرانية والتركية والسامية في جميع أنحاء إيران. يتحدث 78٪ من الإيرانيين اللغة الإيرانية كلغة أصلية، و 18٪ يتحدثون اللغة التركية كلغة أصلية، ويتحدث 2٪ منهم لغة سامية كلغة أصلية، بينما يتحدث 2٪ الباقين لغات من لغات أخرى مختلفة. اللغة السائدة واللغة الوطنية لإيران هي الفارسية، والتي يتحدث بها بطلاقة في جميع أنحاء البلاد. هناك 86 لغة إيرانية، وأكبرها هي الفارسية والباشتو واللغة الكردية مع ما يقدر بنحو 200-150 مليون من الناطقين باللغات الإيرانية في جميع أنحاء العالم. يتم التحدث بلهجات الفارسية بشكل متقطع في جميع أنحاء المنطقة من الصين إلى سوريا إلى روسيا، ولكن بشكل رئيسي في الهضبة الإيرانية.

الإسلام والشيعية

يمارس الإسلام غالبية الإيرانيين ويحكم حياتهم الشخصية والسياسية والاقتصادية والقانونية.

صفات

* في إيران، الأسرة هي أساس البنية





علماء الآثار يعثرون عن كنز كبير من الدراهم العربية الفضية في روسيا

كشفت العلماء الروس عن منطقة عثر فيها الأثريون غير المحترفين (صائدي الكنوز) على أكبر كنوز القطع النقدية الفضية العربية في روسيا.

أفاد بذلك المكتب الصحفي لمعهد علم الآثار التابع لأكاديمية العلوم الروسية. وقال كبير الباحثين في المعهد د. إغور ستريكالوف: «قد اكتشفنا مكانا عثر فيه الأثريون غير المحترفين (صائدي الكنوز) على الكنز وذلك بعد ما وجدنا مكانا للحفريات وعثرنا فيه على قطع نقدية تتطابق مع تلك التي صودرت لدى صائدي الكنوز على الرغم من مرور بضعة أعوام على اكتشاف كنز القطع النقدية العربية. يذكر أن صائدي الكنوز عثروا عام 2016 على كنز القطع النقدية العربية التي تعود إلى القرون الوسطى بالقرب من نهر أيسستيا في مقاطعة ريزان الروسية التي تبعد 300 كيلومتر عن موسكو. وقامت شرطة المقاطعة بمصادرة 228 درهما فضيا وبقاياها لدى صائدي الكنوز. وجذب الاكتشاف انتباه علماء الآثار الذين قرروا إيجاد مكان الكنز على أمل اكتشاف غيرها من القطع الأثرية. وأجرى العلماء عامي 2018-2019 حفريات جديدة أكدت أن صائدي الكنوز عثروا على الكنز في وادي نهر إيسستيا حيث اكتشف علماء الآثار بقايا كثيرة من الخزفيات وعددا آخر من الدراهم الفضية العربية التي تم سك أحدثها عام 870 بعد الميلاد تقريبا. وافترض العلماء أن الكنز دفن على هامش طريق تجاري مر بنهر إيسستيا أو قرب إحدى استراحات التجار. ويعتقد العلماء أن اكتشاف الكنز يؤكد وجود طريق الفولغا الكبير الذي كان يربط أوروبا بالشرق نهاية الألفية الأولى ومطلع الألفية الثانية. أما الدراهم الفضية العربية فتؤكد وجود علاقات التجارة والاقتصاد بين شرق أوروبا من جهة والمسلمين من جهة أخرى بوساطة من بلاد الخزر.»

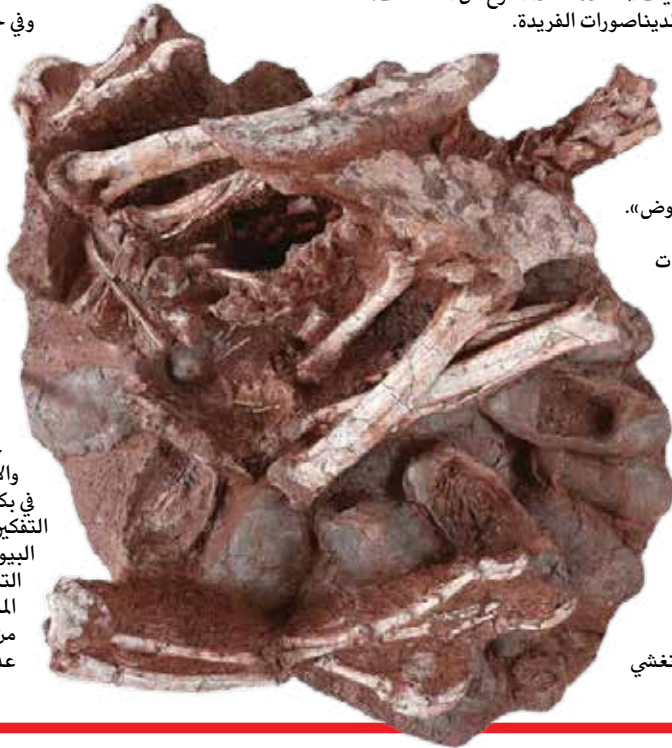
اكتشاف فريد لديناصور متحجر يحضن بيضه منذ 70 مليون عام

وتبلغ مساحتها نحو متر مربع، وتتكون من هيكل عظمي جزئي مفرص على 24 بيضة متحجرة. وما لا يقل عن سبع من هذه البيوض تحافظ على العظام أو الهياكل العظمية الجزئية لأجنة الأوفيرابتوريدات غير المقشرة بالدخل.

وتشير المرحلة المتأخرة من نمو الأطفال وموقع الكبار عليها بقوة إلى موت الأخير أثناء احتضان عشه. وقال الدكتور لامانا: «كانت الأجنة على وشك أن تفقس، وهو ما يخبرنا بما لا يدع مجالا للشك أن هذا الأوفيرابتوريد كان يرعى عشه لفترة طويلة جدا. وكان هذا الديناصور والدا مهتما ضحي بحياته في النهاية أثناء رعاية صغاره.»

وتشير التحليلات التي أجريت على العينة إلى أن البيوض وقع تحضينها في درجات حرارة عالية شبيهة بالطيور، ما يضيف وزنا للنظرية القائلة بأن المخلوق مات أثناء احتضان عشه.

وفي حين أن جميع الأجنة متطورة بشكل جيد، يبدو أن بعضها كان أكثر نضجا من الآخر، ما يشير إلى أن بيوض أوفيرابتور في نفس العش قد يفقس في أوقات مختلفة قليلا. وما تزال هذه الخاصية المعروفة باسم الفقس غير المتزامن متواجدة في بعض الطيور الحديثة. وقال عضو الفريق شينغ شو، عالم الحفريات في معهد علم الحفريات الفقارية والأنثروبولوجيا القديمة في بكين: «من غير العادي التفكير في مقدار المعلومات البيولوجية التي يتم التقاطها في هذه الحفرية المنفردة فقط. سوف نتعلم من هذه العينة لسنوات عديدة قادمة.»



كشفت العلماء النقاب عن حفرة صامدة لديناصور يحتم فوق مجموعة من البيوض المتحجر. وكشفت العش المتحجر الذي عثر عليه في الصين، عن بقايا ما لا يقل عن ثمانية ديناصورات تعود إلى نحو 70 مليون سنة. وكان البيوض ينتمي إلى أوفيرابتور بالغ (وهو جنس من الديناصورات الثيروبودية الصغيرة التي قطنت أرض منغوليا خلال العصر الطباشيري المتأخر)، والذي كان محفوظا أيضا كجزء من الحفرية غير العادية، وفقا لتقارير موقع «ساينس ألرت».

ويقول الفريق الدولي من الباحثين القائمين على الاكتشاف إنه أول ديناصور محفوظ يعثر عليه جالسا على عش بيض به صغار متحجرون.

وقال عضو الفريق الدكتور مات لامانا، من متحف كارنيجي للتاريخ الطبيعي في الولايات المتحدة: «هذا النوع من الاكتشاف، في جوهره، هو الأندر في الديناصورات الفريدة.»

وعلى الرغم من أنه تم العثور على عدد قليل من الأوفيرابتوريدات البالغة في أعشاش بيوضها من قبل، إلا أنه لم يتم العثور على أي أجنة داخل تلك البيوض. وكانت الأوفيرابتوريدات مجموعة من الديناصورات ذات الأقدام الشبيهة بالطيور والتي ازدهرت خلال العصر الطباشيري. ونمت الحيوانات النهمية إلى طول 1.5 متر وسارت في آسيا من 145 إلى 66 مليون سنة مضت. ووقع انتشار العينة الجديدة من صخور العصر الطباشيري التي يعود تاريخها إلى نحو 70 مليون سنة في مدينة غانتشو في مقاطعة جيانغشي جنوب الصين.

العثور على قصر ملكي للمايا يكشف عن «مجتمع ضخم غير معروف سابقا»

وأكد تحليل شظايا الفخار أن الأساس تحت الهرم كان أقدم بمقدار 300 عام.

وشرح الراوي النظرية قائلا: «دكتور باي يعتقد أن ملك كيويك الأول، وربما حتى مؤسس السلالة الملكية في المدينة، هو من بنى القصر. وبعد قرون، بنى ملك آخر هرما فوق منزل أسلافه، ما جعل الاتصال مباشرا بالسلطة السابقة وتعزيزا لسلطته. وقد يكون القصر أكثر روعة لسبب آخر. حيث لم يكن الملك الذي بنى الهرم من الجنوب، ولكنه سليل عائلة ملكية كانت في كيويك منذ فترة طويلة جدا.»

وأضاف الراوي: «يبدو من الواضح الآن أنه هنا في يوكاتان كان هناك مجتمع مايا ضخم لم يكن معروفا من قبل وكان قديما وقويا مثل الجنوب.»

وقال الدكتور باي إنه يمكن أن يشكك في كل شيء يعتقد علماء الآثار أنهم يعرفونه. وتابع: «لا نعرف حقا أين مهد مجتمع المايا بعد الآن. ما نتعلمه هو أنه ربما كان هناك العديد من الأمهاد لهذه الحضارة.»

تمتلك قوة، فليس من غير المألوف أن ترى في العديد من الأشكال المختلفة، بناء فوق الآخر. والمساحات مقدسة، المساحات المهمة قوية. حجتنا هي أن هذه محاولات لإضفاء الشرعية على السلطة.»

وتطورت مدن المايا الأولى حوالي 750 قبل الميلاد، وبحلول 500 قبل الميلاد امتلكت هذه المدن عمارة ضخمة، بما في ذلك المعابد الكبيرة التي مازلنا نراها اليوم.

ومن الغريب أن الهرم الذي اكتشفه الفريق يرجع تاريخه إلى عام 800 ميلادي،

زاوية أحد المباني المخفية. وبينما يعمل الفريق في التنقيب في الهرم، يظهر قصر ملكي. إنه يتكون من ثلاثة مباني، معبد من أحد الجوانب، وإقامة سكنية للعائلة المالكة من الجانب الآخر، وغرفة العرش في الوسط.»

وأشارت السلسلة إلى أنه وقع التخلي عن مدينة كيويك من قبل الحضارة منذ 1200 عام، لكن الدكتور باي أوضح لماذا يمكن أن يثبت الاكتشاف أن الموقع كان في يوم من الأيام يخدم غرضا أكبر بكثير. وقال: «يرى شعب المايا أن المساحات

شهد علماء آثار المايا لحظة «فاصلة» عندما اكتشفوا بقايا قصر ملكي قديم، ما يثبت وجود «مجتمع ضخم لم يكن معروفا من قبل». وتشتهر حضارة المايا بهندستها المعمارية والرياضيات والمعتقدات الفلكية، ويعود تاريخها إلى أكثر من 4000 عام، إلى ما يُعتقد أنه مهد حضارتهم في غواتيمالا. لكن المدينة القديمة «المنسية» في كيويك بدأت الآن في التنشيط في هذه النظرية. ووقع توثيق المستوطنة في ولاية يوكاتان المكسيكية لأول مرة في القرن التاسع عشر، وكانت في مركز اكتشاف مذهب عندما عثر عالم الآثار الدكتور جورج باي على معبد هرمي.

لكن فريقه كشف خلال الفيلم الوثائقي «Lost World of the Maya» التابع لقناة «ناشيونال جيوغرافيك»، كيف أن اكتشاف أجزاء من قناع قديم آثار نظرية غير متوقعة سابقا.

وتوضح السلسلة: «غالبا ما كانت حضارة المايا تربط منحوتات مثل هذه بوجهات المباني الملكية. إنه دليل على مستجمعات المياه ويكشف مزيد من التنقيب عن

روسيا تحجم إيران في سوريا.. طرد من حقلي نפט وغاز



وبعد سنة تقريباً وفي خطوة لتقاسم الكعكة، قامت القوات الروسية العاملة في سوريا، بتلزييم استثمار حقلي نפט «التيم» و«الورد»، في محافظة دير الزور، إلى شركة «أرفادا» مالكة مصفاة «الرصافة» لتكرير النفط الثقيل و«الساحل» لتكرير النفط المتكاثف بعقد مدته 5 سنوات، وذلك بعد اجتماع عقد في مطار دير الزور العسكري، بين ضباط روس، ورجل الأعمال السوري حسام قاطرجي. في المقابل، وبحسب مصادر محلية، أبقّت روسيا حقلي «الحسيان»، و«الحمار» بريف البوكمال، تحت سيطرة الحرس الثوري الإيراني الذي رفض تسليمهما لها بحجة توقيع عقود استثمار مع النظام السوري مدتها 10 سنوات.

وتحديداً في محافظتي دير الزور والحسكة على الحدود العراقية والتركية، أهم حقول النفط والغاز في سوريا. وتسيطر قوات سوريا الديمقراطية على أغلبها، بينها حقول «رميلان» في الحسكة وحقلاً «العمر» و«التنك» في ريف محافظة دير الزور. «الحسيان» و«الحمار» تحت سيطرة إيران يذكر أنه في العام الماضي، سمحت سلطات النظام السوري لـ«القاطرجي»، أحد حيتان المال التابعين لها في البلاد بتقديم عقود جديدة تضمنت استثناءات وامتيازات خاصة لشركات روسية وأخرى مدعومة من إيران للتغلب عن النفط واستثمار الغاز وتطوير شبكات نقل استراتيجية من غرب العراق إلى غرب سوريا على البحر المتوسط.

بريف الرقة عند الحدود الإدارية لبادية حمص الشمالية الشرقية، وفق ما أفادت «الشرق الأوسط» نقلاً عن شبكة «عين الفرات» المحلية المعارضة. 2000 برمبل نفط يومياً يشار إلى أن إنتاج حقول «الثورة» يقدر حالياً بنحو 2000 برمبل نفط يومياً، بعدما كان ستة آلاف برمبل قبل عام 2010. وينتج حقول «توينان» الذي كان يخضع للسيطرة الإيرانية، وتشرف عليه شركة «هيسكو»، نحو 3 ملايين متر مكعب من الغاز النظيف يومياً و60 طناً من الغاز المنزلي، وألفي برمبل من المكثفات. إلى ذلك تضم المناطق الشرقية من البادية السورية،

لا شك أن التواجد الإيراني في سوريا بات يشكل ملفاً «مزعجاً» لروسيا الساعية إلى سحب البساط من تحت إيران، وتقليص دورها العسكري وتوسيعها الاقتصادي أيضاً. وفي إطار التنافس الحاصل بين الطرفين، طردت القوات الروسية ميليشيات إيرانية من حقلي للنفط والغاز في ريف الرقة شمال شرقي سوريا. وفرضت قوات من «الفيلق الخامس» التابع لروسيا سيطرتها أمس السبت على حقول «الثورة» النفطية جنوب غربي الرقة، بعد انسحاب ميليشيات «فاطميون» التابعة للحرس الثوري الإيراني، وذلك بعد ساعات من سيطرتها ليل الجمعة على حقول «توينان» للغاز في منطقة الطبقة

بعد سنة من هز كورونا العالم: متى تنتهي زيارة هذا القاتل؟

أن هذا التقدير يستند إلى سابقة تاريخية تعود إلى ما قبل مئة سنة، عندما اجتاحت العالم في 1918 جائحة الإنفلونزا الإسبانية وحصدت حوالي 50 مليون نسمة، كانت حصّة الولايات المتحدة منها حوالي 650 ألف وفاة، وأنداك بقي الوباء حوالي سنتين قبل أن تتلاشي آثاره، ويذكر أن المرجح فاوتشي كان من الأساس قد ألمح أكثر من مرة إلى احتمال بقاء كورونا معنا حتى العام المقبل. القاسم المشترك بين كافة التوقعات هو غياب التطمينات الحاسمة، لا أحد يجرؤ على التنبؤ بصورة ولو شبه جازمة عن النهايات، وإن على وجه التقريب، بالرغم من إجماع المعنيين على أن الصورة العامة مشجعة. رئيس شركة «فايزر»، ألبرت بولا، أكد اليوم أن لقاح شركته مصمم لمواجهة سلالات كورونا الجديدة. مع ذلك أسئلة كثيرة باقية من غير إجابات، فالفيروس «قد يفاجئنا» ويتجدد ويتغير.

ثم إن اللقاحات والأدوية المستعملة ما زالت «تجريبية» وليس معروفاً حتى الآن مدى فعاليتها ومدى حصانتها، وما إذا كان ينبغي تجديدها سنوياً مثل لقاح الإنفلونزا، يضاف إلى ذلك أن الآثار بعيدة المدى للفيروس ولقاحاته غير معروفة بعد، لعدم توفر الإحصاءات والمعلومات الكافية حتى الآن والتي لن تتوفر قبل مرور أشهر على نهاية حملة التطعيم، أو معطلها. بل بمعظم دول العالم.

الخلاصة أن الأسئلة كثيرة والتطمينات القاطعة ما زالت مفقودة. لكن مع ذلك الأجواء واعدة.

يُعتقد. وعليه صار السؤال: متى تنتهي زيارة هذا القاتل؟ الأرقام كلها تدعو إلى الاستبشار بقرب النهاية، هبط عدد الإصابات إلى جوار الستين ألفاً بدلاً من مئات الآلاف، كما انخفضت الوفيات إلى تحت الألف يومياً بدلاً من 3 أو 4 آلاف. وفي الأسابيع القليلة الماضية توالى ظهور المؤشرات على تراجع الفيروس لعدة أسباب، على رأسها تسارع عملية التطعيم، والتوقعات أن يتواصل هذا المنحى، لكن لا ضمان. فأكثر المتفائلين متحفظ، وثمة من يتحدث عن «صيف شبه طبيعي». آخرون يحذرون من استمرار «بقايا» الفيروس إلى أبعاد من ذلك، وربما عودة إلى «موجة أخرى في الخريف»، يتوقف مدى قوتها على الالتزام طيلة الربيع والصيف القادمين، بشروط الوقاية الاحترازية.

الرئيس بايدن
جانب التحفظ
الشديد مثل
مستشاره
الرسمي الدكتور
أنتوني فاوتشي،
ليحدث عن
اندفاع مرجح مع
بداية 2022، ويبدو



أفريقيًا والبرازيل وبريطانيا، والتي يقول المرجح الطبي البروفسور مايكل أوستهولم، إن أخطارها ستكون أفسى من سابقتها. لكن مع ذلك ألقى عدد من الولايات كافة إجراءات التحوط وفتح باب العودة على مصراعيه إلى الحياة الطبيعية، مع التخلي عن أبسط وسائل الوقاية مثل الكمادات التي جرى حرقها في احتفال جماعي، في بعض المناطق مثل ولاية إيداهو المحافظة. الآن دخلت أميركا في طور غزارة إنتاج اللقاح وانتظام توزيعه مع تسريع استعماله. 95 مليوناً حتى اليوم، تلقوا الحقنة الأولى. 32 مليوناً أخذوا الثانية. المتوقع حسب الرئيس جو بايدن أن يتوفر اللقاح لعموم الأميركيين مع شهر مايو/ أيار المقبل، بعد دخول شركة «جونسون أند جونسون» إلى جانب شركتي «فايزر» و«موديرنا»، على خط الإنتاج. وبذلك لاج الضوء في نهاية النفق بالرغم من خطر الطفرة البرازيلية والجنوب أفريقية الراهنة. أو هكذا

فكتور شلموب

مرّت سنة على تصنيف كورونا في خانة الجائحة، وفياته الأميركية بلغت 530 ألفاً حتى اللحظة، من أصل ما يزيد على 29 مليون إصابة، والجيل على الجرار، حصّة قياسية توازي 20% من وفيات العالم (2,5 مليون) و25% من إصاباته (حوالي 118 مليوناً). معدلات تفوقت بفارق شاسع على ما انتهت إليه في سائر البلدان، حتى الفقيرة منها، السبب أن التعامل مع الفيروس في بلد العلم جرى بصورة غير علمية، سخر منه الرئيس آنذاك دونالد ترامب واستهون أمره «وخطره الضئيل»، وأعدأ بانقضائه على سلامة خلال فترة قصيرة مع اقتراب طقس الربيع الدافئ كما هو حال الإنفلونزا الدورية. تطمين مناقض للتوجيهات الطبية، أدى إلى الاستخفاف بشروط الوقاية والسخرية منها مثل الكمامة وغيرها.

خطابه الذي أملتته حسابات انتخابية، شجّع مؤيديه خاصة في الولايات المحافظة في الجنوب والوسط على تجاهل التعليمات وممارسة الحياة بالصورة العادية المنفلتة، كانت النتيجة 4 موجات متقطعة للفيروس انتقل خلالها إلى سائر الولايات. أشرسها كانت تلك التي تفشت في أعقاب مواسم الأعياد في أواخر العام الفائت، والتي كانت كلفتها 80 ألف وفاة في كل من شهري يناير/ كانون الثاني وفبراير/ شباط الأخيرين.

ومثل هذه الممارسة المنفلتة ما زالت مستمرة حتى اللحظة، بالرغم من التحذيرات من التهاون في التعامل مع طفرة السلالة الجديدة الأخطر، المنتقلة من جنوب

Israeli PM says avoided Saudi airspace because of Houthi missiles

Israeli Prime Minister Benjamin Netanyahu said he was deterred from flying to the United Arab Emirates through Saudi Arabian airspace because of the threat of missile fire from Iranian proxies in Yemen.

Netanyahu, whose comments came, had called off a visit to the Emirates over a spat with neighboring Jordan, which had temporarily closed its airspace to the Israeli prime minister's flight.

But rather than bypass Jordanian airspace and take a more southerly route across Saudi skies, Netanyahu told Israel's Channel 13 "there were also problems a week ago in the skies of Saudi Arabia," referring to recent missile attacks by Yemen's Houthi rebels.

Netanyahu did not elaborate, nor did he say his plane was targeted by the Iran-backed Houthis.

Yemen's Houthi rebels, who control the capital and much of the country's north, have escalated their cross-border attacks on critical Saudi infrastructure in recent weeks, crashing bomb-laden drones and missiles into the kingdom's Patriot missile batteries and revealing gaps in the country's defenses.

missiles and drones hit one of the world's largest oil shipping ports and halted air traffic toward the international airport in the port city of Jiddah. While Houthi-claimed attacks on Saudi Arabia rarely cause substantial damage, such strikes have roiled the world economy and raise the risk of a disruption in global oil supplies.

Netanyahu was slated to make the first official visit by an Israeli leader to the United Arab Emirates, half a year after the countries established formal relations. He had hoped to use the audience with the UAE's crown prince to boost his reelection campaign less than two weeks before Israel's March 23 parliamentary elections.

The Prime Minister's Office said it had difficulties coordinating the flight over Jordanian airspace after Jordan's crown prince canceled a visit to the Al-Aqsa Mosque in Jerusalem, a sensitive holy site under Jordanian custodianship, due to disagreements over security arrangements.

The prime minister insisted that relations between the two countries were positive, adding that "Jordan needs good relations with us no less than we need good relations with Jordan."



لبنان.. كارثة المرفأ لم تنس.. مواد خطر جاثمة ثانية على قلب بيروت

جونى فخرى

على هذا الموضوع، من جهته، أوضح المدير العام لإدارة واستثمار مرفأ بيروت باسم القيسي، «أن عملية الشحن تنتظر البت بعض الشروط التقنية في الاعتماد المرصود للغاية، على أن يُفتح بعدها الاعتماد الأيام المقبلة».

إطار «اتفاقية بازل» التي وقّع عليها لبنان بشأن التحكم في نقل النفايات الخطرة والتخلص منها بطرق تحمي الصحة البشرية والبيئة.

قنبلة ثانية في المرفأ

يذكر أنه أثناء عملية التنظيف والتنقيب وسط الدمار الذي خلفه انفجار المرفأ، تم العثور على 52 حاوية تحتوي على أكثر من 1000 طن من المواد الكيميائية.

وقال المدير التنفيذي للشركة، هيكو فيلدهوف، في تصريحات صحافية في حينه «يجب قول الحقيقة كما هي: ما وجدناه أشبه بقنبلة ثانية في المرفأ»، معتبراً أنه «نذكر كلام والده عن الحرب العالمية الثانية، لأنه لم ير شيئاً مثل هذا من قبل».

ومنذ العام 2009 بقيت المستوعبات في المرفأ تحت إشراف المديرية العامة للجمارك التي كان يقع على عاتقها التخلص منها. وعادت إلى الواجهة بعد قرابة الشهر على انفجار 4 أغسطس الذي عزته السلطات اللبنانية إلى تخزين كميات ضخمة من نيترات الأمونيوم من دون إجراءات حماية.

ولا تزال السلطات القضائية تُحقق في هوية الجهة التي أتت بشحنة نيترات الأمونيوم التي انفجرت في 4 أغسطس، وسط معلومات عن تورط رجال أعمال سوريين مقربين من النظام بها.

وقال «الدولة اللبنانية اتخذت قراراً بالتخلص من هذه المواد الخطرة، ورصدت لهذه الغاية الأموال اللازمة، إلا أن المفاوضات مع شركة «كومبي ليفت» الألمانية تنتظر بث أحد شروط الاعتماد (رفض الإفصاح عنه)»، وتوقع توضيح هذا الشرط لاحقاً.

يشار إلى أن السلطات اللبنانية المعنية وافقت على تسليم مهمة شحن المواد الخطرة من مرفأ بيروت إلى الشركة الألمانية، بصفحة بلغت 3.6 ملايين دولار، يُسدد لبنان مليونين منها. إلى ذلك، أوضح القيسي «أن هناك معاملات مطلوبة من شركة «كومبي ليفت» لوزارتي البيئة اللبنانية والألمانية لم تُجزأها بعد، وعند الانتهاء منها تبدأ عملية شحن المواد من مرفأ بيروت تمهيداً لنقلها».

وأضاف «هناك شروط دولية يجب أن تنتقد بها الشركة الألمانية، وهي عبارة عن أوراق يجب أن تُصدقها لدى وزارتي البيئة في لبنان وفي ألمانيا، وهذا أحد شروط العقد». كما أوضح أنه تم توضيح المواد الكيميائية بمستوعبات جديدة وحاويات آمنة، ما يعني أنها لم تعد تشكل أي خطر على سلامة اللبنانيين، مضيفاً أن ترحيلها ينضوي في

في نوفمبر الماضي، وقّع لبنان عقداً مع شركة «كومبي ليفت» الألمانية بقيمة 3.6 مليون دولار للتخلص من «مواد خطرة قابلة للاشتعال» بعد اكتشاف تخزينها في مرفأ بيروت الذي شهد انفجاراً مرزوعاً في الرابع من أغسطس/ آب الماضي تسبب بمقتل أكثر من مئتي شخص وإصابة أكثر من 6500 وألحق أضراراً جسيمة بالممتلكات العامة والخاصة.

وبتاريخ السادس من فبراير/ شباط الماضي، أعلنت السفارة الألمانية في بيروت انتهاء عملية معالجة 52 حاوية تضمّ مواد كيميائية شديدة الخطورة كانت موجودة في المرفأ منذ سنتين، غير أن عملية شحنها إلى ألمانيا لم تتم حتى اليوم. هذا جديد ملف مرفأ بيروت.. وأهالي الضحايا يصرخون وجعاً

الدولة لم تدفع

لتوضيح هذا الملف، الذي شغل العديد من اللبنانيين خلال الفترة الماضية، اكتفى Malte Steinhoff، رئيس قسم التسويق والاتصالات في Combi Lif الألمانية بالقول «انتهينا من توضيح الألف طن من المواد الخطرة/ المتفجرة التي أنهت شركتنا معالجتها، إلا أننا ما زلنا ننتظر أن تسدد لنا السلطات اللبنانية الدفعة الأولى كما ينصّ العقد مقابل شحنها».

وقال «يرجى تفهم أننا لا نريد التعليق أكثر

المرأة العاملة: تريدین زواج ناجح؟ اعتمدي هذه العادات الإيجابية!

تريدین زواج ناجح؟ يجب أن يفعل الزوجان هذه الأشياء العشرة لبعضهما البعض من أجل الحفاظ على السعادة الزوجية ولتوازن الحياة مع العمل.

عندما تصيبك ضغوط الحياة المهنية والحياة المنزلية، استخدم هذه العادات الإيجابية للحفاظ على زواجك صحيحاً وقوياً.

ما هو سر الزواج السعيد وطويل الأمد للمهنيات ورائدات الأعمال المشغولات؟ لا يختلف زواجك عن أي زواج آخر، حيث يلزمه لينجح تعلم تطوير نوع من الحب الحقيقي الذي لا يسعى إلى الكسب، بل العطاء فقط.

فلا يقول الزوج: «أريد الزواج من هذه المرأة لأن تقييم السوق لنشاطها التجاري هو 5 ملايين!»

فالحب الحقيقي غير المشروط ليس له دوافع خفية.

لكل من الرجال والنساء احتياجات مختلفة ومحددة!

10 أشياء تحتاجها المرأة في الزواج:

هل تعرفين ما هي حاجة المرأة رقم واحد؟ أن يفندرها الزوج. أنت رجل حكيم إذا كنت

تستطيع التحدث عن ذلك كل يوم لأن زوجتك تريد أن تعرف أنها... ذات قيمة، وأنك تقدرها بطرق مختلفة:

1. إنها بحاجة للتقدير..

تحتاج زوجتك إلى الشعور بأنها أكثر أهمية من عمك أو وظيفتك، وأكثر أهمية من أطفالك وأصدقائك ورياضتك وهواياتك.

2. إنها بحاجة إلى الألفة..

عندما تتعرض زوجتك للتوتر والإرهاق طوال اليوم، فإنها تحتاج إلى معرفة أنك على استعداد لمشاركتها لحظة حميمة من الراحة دون طلب تفسيرات أو إلقاء محاضرات. بمعنى آخر، لا تصلحها، مد أذنيك ودعها تتكلم.

3. إنها بحاجة إلى عاطفتك..

يعد التواصل المفتوح أو غير المعوق مهماً للغاية بالنسبة للجنس الأنثوي، ويمكنك أن تكون متاحاً لها عاطفياً.

4. إنها بحاجة إلى الثناء..

اجعل من المعتاد الاعتراف بها والثناء عليها لإنجازاتها في العمل حتى تشعر أنها جزء مهم من حياتك.

5. اجعلها جزءاً من فريقك..

تحتاج زوجتك إلى الشعور بالحرية والسعادة الزوجية في مساعدتك والمساهمة في الأشياء التي تهتمك دون خوف من الانتقام والغضب.

6. إنها بحاجة إليك لحمايتها والدفاع عنها..

ليس فقط من الأذى الجسدي، ولكن من انتقاد الآخرين، إنها تريد أن تعرف أنك موجود من أجلها وتدعمها.

7. اجعلها تشعر أن رأيها مهم..

يجب أن تعرف أن رأيها ذو قيمة كبيرة بشأن عمك لدرجة أنك ستناقش القرارات معها، ولا تتصرف إلا بعد تقييم نصيحتها بعناية.

8. شارك حياتك معها..

إنها بحاجة إلى التواصل معك بطريقة خاصة لتشعر بالسعادة الزوجية، لذا قم بمشاركة حياتك معها حتى تتمكن من مشاركة حياتها معك في كل مكان: المنزل، والأسرة، والعمل، والاهتمامات الخارجية.

9. كن صاحب شخصية ونزاهة..

إنها بحاجة إلى أن تكون من نوع الرجال الذي يمكن أن يقتدي به إنها وتريد ابنتها الزواج من مثله.

10. المسها كثيراً..

إنها بحاجة إلى عاطفة جسدية، وحنان، فقط لتكون بالقرب منك وتشعر بالسعادة الزوجية، بصرف النظر عن أوقات العلاقة الحميمة.

5 علامات إذا توفرت فيك.. فأنت ذكية وعبقرية!



يحاولون إيجاد أسهل طريقة لتنفيذ المهام الموكلة إليهم دون عيب دون الحاجة إلى العمل الجاد. وفقاً للعلم يميل الأشخاص الأقل نشاطاً بدنياً إلى أن يكونوا أكثر ذكاءً من أولئك الذين يعملون في كل وقت. الأشخاص الأذكى لديهم عقول تعمل طوال الوقت ونتيجة لذلك، فإنهم يحتاجون إلى قدر أقل من الإدراك مقارنة بالآخرين.

لها، لذلك إذا كنت أحد هؤلاء الأشخاص الذين يحبون الإيقاعات، فقد تكونين أكثر ذكاءً مما تعتقدي.

نصيحة اليوم عملي بذكاء وليس بجدا!

خلافًا للاعتقاد الشائع فالأشخاص الأذكى لا يدرسون أو يعملون طوال الوقت! بدلاً من ذلك فهم كسالي فعلاً وبسبب نفس السبب

وفي حال احتجت إلى مزيد من الإقناع، دعنا نشارك بعض الأمثلة معك، يبلغ معدل ذكاء «كونان أوبراين» الممثل الكوميدي الأمريكي الشهير 160 بينما يسجل الأشخاص العاديون عادة ما بين 85-115. «فيبي بوفاي» من مسلسل الأصدقاء الهزلي، سجلت 154 نقطة في اختبار الذكاء الخاص بها!

يتحدثون إلى أنفسهم

هل تعلم أن «ألبرت أينشتاين»، أحد أعظم العباقرة الذين شهدهم العالم على الإطلاق، اعتاد التحدث إلى نفسه؟

وجد الباحثون أن الأشخاص الذين يتحدثون إلى أنفسهم غالباً، سواء أكان ذلك في رؤوسهم أم بصوت عال، يكونون أكثر ذكاءً من أولئك الذين لا يتحدثون. نصيحة اليوم إن التحدث إلى نفسك يشد عقلك ويعزز ذاكرتك ويساعدك على تنظيم أفكارك، إنك لست «مجنونة» - لكنك عبقرية!

يستمعون إلى الموسيقى في كثير من الأحيان

الجميع يستمع إلى الموسيقى ولكن أولئك الذين يتم رصدتهم مع سماعات الأذن هم عباقرة حقيقيون.

في دراسة حديثة وجد أن الأشخاص الذين يعرفون كيفية العزف على آلة موسيقية ليسوا فقط يمتلكون مستوى أعلى من الذكاء، ولكن نصيحة اليوم عملياً ذكراً بالموسيقى وعندها غالباً ستكون من الأذكى للغاية أيضاً.

تضيف الدراسة أيضاً أن الأشخاص الأذكى يفضلون الاستماع إلى الموسيقى بدون غناء على الأغاني التي تحتوي على كلمات لا معنى

غالباً ما يقول الناس أن الذكاء هو شيء يولد به الأفراد المحظوظون ولكن هذا ليس هو الحال دائماً، يمكن أن يكون الذكاء موروثاً أو مكتسباً. وفقاً للخبراء يمكن أن تؤثر البيئة المحيطة بك بشكل كبير على مهارات عقلك وطريقة تفكيرك. مهما كانت الحالة فقد لوحظ أن جميع الأشخاص الأذكى يظهرون سلوكاً مشابهاً ولديهم الكثير من الأشياء المشتركة.

لذلك قمنا ببعض البحث واكتشفنا بعض الأشياء التي يقوم بها جميع الأشخاص الأذكى.

يهتمون بشؤونهم الخاصة

نصيحة اليوم إن الحكم على الآخرين والنميمة من الأمور التي يبتعد عنها الأذكى، حيث لا ينغمسون في «المحادثات التافهة» ولا ينزعجوا أبداً مما يحدث في حياة الآخرين.

في الواقع وفقاً لدراسة حديثة يكون الأشخاص الأذكى أكثر سعادة عندما يتكون بمفردهم حتى يتمكنوا من القيام بأشياءهم الخاصة دون تشتيت انتباههم، إنهم ليسوا منعزلين لكن أدمغتهم تحتاج فقط إلى بعض المساحة للتنفس والعمل.

يلقون الكثير من النكات ولديهم حس دعابة

إن الشخص القادر على تحويل كل شيء صغير إلى مزحة وجعل كل من حوله يضحك لا يقل عن كونه عبقرياً!

يتطلب الأمر مهارات إبداعية مذهلة للعثور على الفكاهة في الحياة اليومية، وفكرة حب الإبداع بالذكاء تعود إلى الوراء وفقاً للعلماء.



5 علامات تنذر بمعاونة طفلك من مشاكل عقلية

مثلما هو الحال مع الكبار، يمكن للأطفال أن يصابوا بمشاكل عقلية أو نفسية، مثل اضطرابات الأكل والقلق والاكتئاب بجانب اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه.

كما يمكن للأطفال الإصابة بنفس المشاكل العقلية التي تصيب الكبار، ولكن يختبرون أعراض مختلفة، الأمر الذي يصعب من كشف الحالة وتشخيصها، ولكن نوضح 5 علامات تنذر بمعاونة طفلك من مشاكل عقلية:

الشكوى من أعراض جسدية

شكوى الطفل من أعراض جسدية مثل الصداع أو ألم المعدة أو الأرق، قد يشير إلى معاونة الطفل من مشكلة عقلية، وانعكاس المشكلة العقلية على الجسم يُعرف بالحالة النفسية الجسدية.

الخوف أو البكاء الشديد

ملاحظة تكرار خوف الطفل أو بكاءه بشدة بالإضافة إلى معاناته من الكوابيس بكثرة، يعد أبرز العلامات على وجود مشكلة نفسية نتيجة أحداث معينة عصبية على الطفل، كما أن بعض المشاعر مثل الغضب والحزن والاحراج والاشمئزاز، تعكس نفس المشكلة.

العذوانية وعدم الطاقة

في حين من الطبيعي بين الأطفال أن يكونوا غير مطيعين ومشاكسين في إحدى المراحل، إلا أن شدة تلك الطباع واستمرارها يعد من علامات المشاكل العقلية لدى الأطفال.

فقدان الشهية أو نقص الوزن

تغير الشهية وفقدان الوزن يعد من علامات الاكتئاب ويمكن ملاحظته لدى الأطفال عند رصد استمرار شعورهم بالحزن أو اليأس أو الضياع لأكثر من أسبوعين.

تدهور الأداء الدراسي

من بين أبرز العلامات والتي كثيراً ما يتم تجاهلها أو الاستخفاف بها، ولكنها تعكس الكثير عن حالة الطفل النفسية. لذا من الهام ملاحظة الأطفال ومتابعتهم دائماً والتحدث معهم بعمق واستشارة الخبراء لمعالجة أي مشكلة تواجههم خلال الطفولة، لأن تجاهلها يترك أثراً كبيراً عند الكبر يمكن أن يستمر طوال العمر.



بعيداً عن الوجبات الدسمة التي لا يُسمح بها..

إليك 7 أطعمة خفيفة يمكنك تناولها بعد الولادة مباشرة

الحلوى الطبيعية التي يمكن تعبئتها بسهولة في حقيبة المستشفى أو محفظتك. وجدت إحدى الدراسات أن تناول التمر مباشرة بعد الولادة أدى إلى فقدان دم ونزيف أقل بشكل ملحوظ من تناول هرمون الأوكسيتوسين الذي يحرض الولادة. كما أنه مصدر رائع للسكريات البسيطة للمساعدة في منحك دفعة سريعة للطاقة بعد الولادة، لأن احتياجات السرعات الحرارية والكربوهيدرات تصل إلى مستوى عالٍ أثناء الرضاعة الطبيعية.

4. دقيق الشوفان مع الفاكهة

الإمسك هو أحد الآثار الجانبية الشائعة بعد

تتطلب الأمومة أن تضعي احتياجاتك في المرتبة الأخيرة أحياناً، ولكن من أهم الأشياء التي ينبغي على الأم الجديدة الانتباه لها هي التغذية بعد الولادة.

بعد التصور جوعاً من عدم تناول الأطعمة الصلبة لمدة 20 ساعة والنزف بعد الولادة وعدم النوم لساعات طويلة، فإن التفكير في تناول الطعام هو أكثر شيء قد يجعل الأم تشعر بالارتياح. كما أنه من أكثر الأشياء التي تحتاجها بعد كل الطاقة والجهد الذي بذلته.

ولكن بالتأكيد لا يمكنك تناول جميع أنواع الطعام مباشرة، لذلك إليك قائمة بالأطعمة الخفيفة التي يمكن أن تتناولها بعد الولادة مباشرة، وقبل أن تتمكني من تناول وجبة دسمة ومتوازنة.

1. حساء الدجاج

بينما قد يتم إعطاؤك سوائل عن طريق الوريد أثناء الولادة، ستحتاجين إلى التأكد من أنك تتناولين قدرًا كافيًا من السوائل بعد ولادة الطفل، خاصة إذا كنت تخططين للرضاعة الطبيعية. تشير التقديرات إلى أن المرأة المرضع تحتاج إلى لتر إضافي يوميًا من السوائل مقارنة بالنساء غير المرضعات.

لذلك يعتبر حساء الدجاج هو الغذاء المثالي بعد الولادة. المرق فيه مرطب للجسم وملح لتجديد الإلكتروليتات المسؤولة عن وظائف الأعصاب والعضلات وترطيب الجسم بشكل طبيعي، وتساعد المعكرونة اللطيفة الغنية بالكربوهيدرات على تسهيل تناولك للأكل بالتدرج.

2. البسكويت المملح

إذا كان مجرد التفكير في احتساء شيء دافئ يجعلك تتعرقين، فإن تناول البسكويت المملح قد يوفر نفس فوائد الكربوهيدرات والإلكتروليت لمساعدتك على بناء الطاقة ببطء. كما أن البسكويت المملح هو علاج موصى به بشكل شائع للثغثي أثناء الحمل.

3. التمر

هناك الكثير من الأسباب التي تجعلنا نحب هذه

الولادة بفضل هرمونات الحمل. كما أن العدد الكبير من أدوية ما بعد الولادة تسهم في حدوث الإمساك، مثل مكملات الحديد ومسكنات الألم. إذا قمت بولادة قيصرية، فقد يستغرق الأمر أسبوعاً قبل أن تشعر بالراحة لأن الأمعاء تميل إلى إبطاء نشاطها لعدة ساعات بعد الجراحة. من المهم جداً أن تختاري الأطعمة الغنية بالألياف. يعتبر دقيق الشوفان غنياً بالكربوهيدرات اللطيفة نسبياً والألياف المعززة للبراز. تناولي مع الفاكهة الطازجة أو المجففة للحصول على المزيد من الفوائد الصحية. ميزة أخرى لدقيق الشوفان أنه يعزز إمداد حليب الثدي.

5. لحم البقر المقدد

حتى لو لم يكن لديك نزيف، فإن فقدان الدم أمر طبيعي بعد الولادة. تنزف معظم النساء لأيام، وأحياناً لأسابيع من الولادة. لهذا السبب فإن نقص الحديد وفقر الدم ليسا من غير المألوف ويمكن أن يمنعا الشفاء والتعافي السريع ويؤثرا على حليب الثدي.

إذا كنت لا ترغبين في تناول شريحة لحم ضخمة بعد الولادة مباشرة، فإن بعض اللحم المقدد في المنزل سيكون خياراً رائعاً. بالإضافة إلى الصوديوم للمساعدة في استعادة توازن الإلكتروليت، يعتبر اللحم طريقة مناسبة للحصول على البروتين.

6. البيض

يعتبر البيض مصدراً أساسياً للبروتين للمساعدة في تهدئة العضلات المؤلمة التي تنقلص حرفياً دون توقف طوال محنة الولادة بأكملها. البيض المدعم أفضل لأنك ستحصلين على فائدة إضافية من دهون أوميغا 3 المعززة للدماغ. وقد توصلت الأبحاث إلى وجود علاقة بين مستويات أوميغا 3 المنخفضة واكتئاب ما بعد الولادة وأن المكملات الغذائية قد تساعد في تقليل مخاطره.

7. التفاح

في حين أن تناول التفاح ليس بديلاً عن التنظيف المنتظم بالفرشاة والخيوط، فقد ثبت أنه يقلل من فاعلية البكتيريا اللاعابية بطريقة تشبه تنظيف أسناننا بالفرشاة. تحتوي التفاحة أيضاً على 4.4 غرام من الألياف من أجل الهضم، ومن السهل جداً وضعها في حقيبة المستشفى.



نسقي الفساتين تحت العباية لإطلالة مريحة وأنيقة

المفتوحة، يمكنك بسهولة ارتداء فستان حرير يمكن ارتدائه تحته بألوان بسيطة مثل الأزرق الداكن أو الرمادي أو الكريمي الذي يتناسب مع معظم الألوان وهذا يسمح بمقاس أكثر راحة ويمكنك أيضاً ترك العباية مفتوحة.

طرق ارتداء فستان خفيف تحت عباية مكشوفة مع حزام

عندما ترتدين عباية بدون أزرار، قد يكون من غير المناسب أحياناً ارتداء أقمشة أخف وزناً وأقصر تحتها، الحيلة هي التأكد من أن لديك خيار إبقاء العبايات غير المزودة بأزرار مغلقة حتى تظل ملابسك محتشمة ومغطاة. إذا كنتِ ترغبين في ارتداء تنانير جيدة التهوية في الصيف ولكنك تخافين من المسودات الهوائية، قومي بإغلاق ملابس العباية بواجهة مفتوحة باستخدام أحزمة أو أوشحة مطابقة. يمكنك بسهولة ارتداء هذا الفستان الخارجي فوق الملابس غير الرسمية أو ملابس السهرة الأنيقة دون الحاجة إلى القلق بشأن ما تحته. يمكن أن يمنح الحزام المطابق لعبايتك ذو الواجهة المفتوحة أيضاً مظهر على شكل حرف A دون الكشف عن الكثير.

إنه يضيف شكلاً جذاباً إلى إطلالتك ويمكن أن يحافظ على الملاءمة الفضفاضة للملابس العباية المفتوحة أكثر انسيابية وتماسكاً.

تباهي بالفساتين بأسلوب عبايتك المفتوحة

تبدو الفساتين الطويلة المتدفقة أنيقة وفي ذروة الأنوثة المطلقة، رائعة بلا شك عند ارتدائها مع عباية مفتوحة من الأمام، سواء كان ذلك لتصميم العباية غير الرسمية أو للمناسبات الرسمية، فإن إقران العباية بفستان يمنحك الفرصة لتبدين أكثر تحفظاً عندما تستدعي المناسبة ذلك.

أكثر صيحات الموضة المحتشمة شيوعاً للعبايات والاحتشام على الإنترنت هو تصميم العباية المفتوحة Open Abaya وهو عبارة عن عباية على طراز الكيمونو أو الكارديغان يسهل ارتدائها ويمكن ارتدائها فوق أي ملابس غير رسمية أو مناسبة تتخطى الملابس من نمط إلى آخر. لكن نحن هنا نتحدث عن الفساتين تحت العباية، تم إقران العبايات المفتوحة باستمرار مع أحزمة عباية متطابقة لإضفاء مزيد من نمط الفستان الطويل على شكل حرف A وإضافة شكل للعباية بدلاً من الملاءمة القياسية للعباية الكلاسيكية الفضفاضة مع مراعاة تصميم العبايات لتناسب أنماط مختلفة من الفساتين ويمكن أن تكون العبايات المفتوحة ترتديه مع الحزام المدمج لتغيير التصميم.

يمكن أن يساعد استخدام الأكسسوارات مثل الأحزمة في إضفاء لمسة أنثوية لأنها تحدد خط الخصر لتصميم العباية بينما تستمر في استكمال المظهر المتواضع حيث لا تزال العباية ملائمة لتكون فضفاضة، يمكن إقران أي عباية مفتوحة بأنواع مختلفة من الأحزمة حتى لو لم يكن بها حزام مدمج، يمكنك دائماً أخذ زمام المبادرة وإضافة حزام حبل أو حزام جلدي لإضفاء لمسة إضافية على أزياء العباية. دعونا نفكر في الأكمام الشفافة، ألا تريد إظهارها؟ يمكنك دائماً اختيار العبايات السادة المخلقة التي تعمل أيضاً كفساتين طويلة الأكمام، تتمثل فائدة الملابس المحتشمة في أنه يمكنك دائماً وضع قطع لإضفاء مظهر مميز.

إذا أخذنا في الاعتبار سبب تأثير العبايات المفتوحة على صيحات الفساتين تحت العبايات، في بعض الأحيان يتطلب الأمر بذل الكثير من الجهد لاتخاذ قرار بشأن ما ترتدينه أو الذي ترتديه تحت العباية مع



حقائب جلدية تناسب المرأة العاملة

بها على ثيابنا، ولكن كان هذا قبل أن نتسوق ملابس وأدوات العمل، حيث عليك أن تضيفي بعض الأشياء في بداية هذه القائمة: لكي تكون حقيبة العمل مناسبة لطبيعة يومك وعدد أدواتك وترتيب استعمالك لها.

في البداية عليك تحديد بعض الأشياء:

هل تحملين حاسوبك إلى العمل؟
هل تأخذين غداءك أو مشروبك أو زجاجة المياه؟
هل تقودين سيارة؟

هل تحملين أدوات حساسة للخدش أو غالية القيمة عادة في حقيبتك؟

بعد أن حددت هذه الأشياء سيصبح من السهل عليك أن تختاري حقيبة عمل، بحجم مناسب لعدد أدواتك؛ لكي لا تضطري في النهاية لحمل أكثر من حقيبة واحدة، وتصبح يداك مكبلتين بالأكواب والأدوات التي تتدلى من بين أصابعك، ومعها تفقدن الأغراض الهامة أو تسقط أجهزتك من بين يديك. أشياء عليك البحث عنها في حقيبة العمل:

فاصل مخصص للحاسوب، يمنعه من التجول مع المفاتيح والطعام داخل الحقيبة. حجات داخلية متعددة أو جيوب، بدون سوستة، لتضعي فيها مفاتيح السيارة والسماعات والهاتف كل شيء في جراب مستقل مما يسهل عليك سحب ما تحتاجين إليه دون الحاجة للنظر داخل الحقيبة أو التوقف عن السير. أن تكون الحقيبة بالكامل محكمة الإغلاق؛ لكي لا تسقط أغراضك منها مع الحركة. أن تكون للحقيبة أكثر من طريقة حمل مختلفة، وألا تكون يدها مؤلفة أو معدنية مثلاً.



الحقائب الجلدية أعلى بشكل ملحوظ عن نظيراتها من الخامات الأخرى، ولكننا ننظر لها على اعتبار أنها موضة قديمة أو شيء كلاسيكي لا نراه مواكباً لموضة هذه الأيام من النيون والحقائب الصغيرة، ولكن عندما يتعلق الأمر بحقيبة العمل، عليك أن تختاري حقيبة جلدية، وإليك الأسباب:

الحقائب الجلدية لا تحتاج للغسل، وطريقة العناية بها تكون بسيطة ولا تهلك الوقت. يجب أن تحتوي حقيبتك على قسم مخصص للحاسوب الحقائب الجلدية لا تنتهي موضتها ولا تحتاجين إلى تغييرها في كل موسم.

الحقيبة الجلدية تتحمل لوقت طويل جداً ويمكنك أن تستعملها لسنوات وسنوات دون الحاجة إلى تغييرها. إن أحسنت اختيار الألوان، فالحقيبة الجلدية يمكنها أن تناسب أغلب أنواع ثيابك، ولن تحتاجي لنقل أدواتك كل يوم بين الحقائب. الجلد مادة قوية كما تمتص الصدمة أكثر بسبب سماكتها، فتحافظ على أدواتك.

موضة الحقائب في 2021:

بينما نحن في العام الثاني من موضة الحقائب الصغيرة، مثل حقائب البوكيت والحقائب نصف الدائرية، الخروج عن هذه التشكيلة الجذابة، يعد أمراً صعباً، أما استعمال هذه الحقائب في حمل أدواتك إلى العمل، فهو من المستحيلات، لذا يبدو أن عليك البحث عن حقيبة مخصصة لأدوات العمل، من الخامة الوحيدة التي لا تنتهي موضتها.

كيف تختارين حقيبة تناسب العمل؟

الأناقة والذوق والموضة والألوان هي عادة قائمة الأشياء التي نحكم

5 Spring Jewelry Trends We'll Be Seeing Everywhere in 2021

Springtime is all about fresh starts. It's time to lean into new jewelry trends and play with pieces that define your style for the new year. Below, we've rounded up five spring jewelry trends we're loving for 2021 and the 20 jewelry pieces we can't get enough of.

1. Bold gold

The chunky jewelry trend isn't going anywhere and bold gold pieces are just as in for springtime stylings. Make a statement with an oversize gold ring or show-stopping gold chain bracelet.

2. Rope and chain detailing

Piling on the texture takes your layering to the next level.

Mix in rope and chain detailing.

3. Mismatched earrings

If fashion week showed us anything about jewelry styling, it's that mismatched earrings is the trend of the moment. Flaunt mismatched huggies and studs.

4. Celestial designs

We'll be seeing stars all spring. Celestial-themed designs are one of the top trends for spring and look extra sparkly in white gold.

5. Textured wrist layers

Add more texture to your wrist stack with beaded, heringbone, and classic tennis bracelet designs.



أفكار ديكور جذابة في غرف الجلوس الضيقة



لا تناسب قطع المفروشات كبيرة الحجم الغرف الضيقة؛ ينسحب الأمر على عناصر التزيين في المساحات. إلى ذلك، ثمة نصائح في الديكور الداخلي، خاصة بالشقق محدودة المساحة، فيقود الالتزام بها إلى حسن توزيع المساحة، وتأمين الراحة النفسية لساكني البيت. نتعرف أبرز الأفكار لتصميم ديكورات غرف جلوس صغيرة المساحة.

الألوان

للألوان أهمية بالغة في المساحة، وفي الضيقة منها يُنصح باعتماد الألوان الفاتحة، كونها تنشي بالفسحة.

تنطبق قاعدة الألوان الفاتحة على الأرائك، مع دمج الألوان ببعضها البعض، كالزهري مع البيج (أو الرمادي) مثلاً، أو الرمادي مع الأصفر، أو صحية البرتقالي. وفي هذا الإطار، من الممكن إضافة بعض الوسائد بلون داكن، عند الرغبة.

قطع الأثاث

في غرفة الجلوس الضيقة، تغيب الأريكة الكبيرة وتلك متوسطة الحجم والمقعد الصغير. وبالمقابل، تمتد أريكة رئيسية على كامل عرض الجدار، وتكون مؤلفة من قسمين يوضعان إلى جانب بعضهما البعض. يُقابل الأريكة، مقعدان صغيران، تتوسطهما طاولة. ويحجز جدار لشاشة التلفاز، مع تصميم ديكور محبب عليه، عبارة عن رفوف...

من جهة ثانية، يمكن تأثيث غرفة الجلوس الضيقة، بأريكة ضخمة، تقابلها أريكة متوسطة الحجم. للأريكة التي تمتد على هيئة حرف «إل»، ويقابلها كرسي «هزاز»، وإلى جانبه طاولة، دور في إعداد ديكور جذاب في غرفة الجلوس.

لا يجب أن تشغل الأرائك أكثر من 65% من حجم الغرفة. في غرفة الجلوس الضيقة للغاية، لا تستخدم طاولة الوسط الضخمة، بل يفصل اختيار ثلاث طاولات دائرية أو مربعة صغيرة أو طاولات متعددة الأحجام توضع الأصغر منها تحت الأكبر حجماً.

الكسورارات

* يُحذّر تعليق المرأة على الجدار، الأمر الذي يحقق انعكاسات جذابة. * تختار المرأة كبيرة الحجم، ومجملتها بالنقوش (أو محفورة بتقنية الليزر)، يحوطها إطار من الزجاج أيضاً (بعيداً من الخشب أو أية مادة أخرى). ومن أفكار الديكور المتعلقة: يثبت إلى جانب المرأة، زوجان من الأبلبيكات (أو وحدات الإنارة المخفية خلفها). ويكسى الجدار بورق الجدران (أو الحجر أو بنماذج بسيطة من الخشب الذي يضيف فخامة في المساحة)، أو بالمرابيا، مع إمكانية تثبيت إطار حولها من الخشب. ويزين الجدار الذي يقابل المرابيا برسومات أو اكسسوارات بسيطة. * تُعلق الستائر المشغول من القماش «الـفوال»، السادة على قضيب من النحاس (أو الكروم).



تنظيف المنزل سيكون أكثر سهولة وفعالية عند التخلي عن هذه العادات الـ11

خزانة صغيرة في الحمام نفسه، وينطبق ذلك على منظفات المطبخ. وحاول وضع جميع الأدوات اللازمة في مكان واحد لتجدها بسهولة عندما ترغب البدء بالتنظيف.

تكوين الطعام في الثلاجة

إذا كنت تعرف أن عائلتك تترك بقايا الطعام، فلماذا تزعج نفسك بوضعها في الثلاجة؟

تذكر أن الأغذية المخزنة بشكل غير صحيح تعزز نمو العفن والبكتيريا وتجعل تنظيف الثلاجة مهمة أصعب بكثير مما يجب أن تكون. لذا لا تشتري أو تطهو كميات من الطعام أكبر من تلك التي تستهلكها عائلتك، وتجنب تكويم الطعام في الثلاجة وخاصة إذا كنت تعلم أنه لن يؤكل في نهاية الأمر.

عدم ترتيب السرير

حتى لو كانت بقية غرفة النوم نظيفة ومرتبّة، إذا لم يكن السرير مرتباً ستبدو الغرفة فوضوية بشكل كبير.

ترتيب السرير يومياً مهمة بسيطة تجعل غرفة النوم تبدو مرتبة للغاية.

عدم قراءة التعليمات

من المهم للغاية أن تقرّوا التعليمات الموجودة على ملصقات منتجات التنظيف قبل البدء باستخدامها للحصول على الاستفادة القصوى من المنتج.

استخدام منظفات قاسية

تماماً مثل استخدام الكثير من منتجات التنظيف، من الممكن أن يكون استخدام المنظفات القاسية عادة سيئة تؤدي في النهاية إلى إتلاف أحواض المطبخ أو الحمام وغيرهما.

تخلص من الورقيات غير الضرورية أولاً بأول ولا تسمح لها بالتراكم، خصص مكاناً بالقرب من مدخل المنزل لجمع الورقيات والتخلص منها بشكل دوري قبل أن تتراكم.

ترك المناشف الرطبة متجمعة

هذه واحدة من أبسط العادات السيئة التي ترتب عليك عملاً إضافياً أنت في غنى عنه. عندما تنتهي من استخدام منشفة الحمام لا تتركها متكومة على الأرض لتصبح بيئة مثالية لنمو البكتيريا والعفن، قم بتعليقها عوضاً عن ذلك لتجف بسرعة أكبر، وهكذا ستتخلص من روائح الرطوبة التي غالباً ما تغطي على الحمام بسبب تراكم المناشف والملابس الرطبة.

ترك الأطباق المتسخة في الحوض

إذا كنت تمتلك غسالة صحون فتذكر أن الوقت الذي تحتاجه لترتيب الأطباق المتسخة في الغسالة يساوي تقريباً الوقت الذي تستغرقه في وضع الأطباق في الحوض، لذلك لا داعي لأن تترك الأطباق تتراكم في الحوض ومعها الكثير من البكتيريا.

ارتداء أحذية خارجية داخل المنزل

خصص أحذية للمنزل واحرص على خلع حذاءك على الباب قبل الدخول، سيوفر عليك ذلك عناء التنظيف اليومي ولن يسمح للغبار والأوساخ بالتسلل من الخارج إلى منزلك.

لتسهيل تبني جميع أفراد الأسرة عادة خلع الحذاء قبل الدخول إلى المنزل من الممكن وضع كرسي في المدخل إلى جانب خزانة الأحذية.

تخزين منتجات التنظيف بشكل غير صحيح

هل تنفق الكثير من الوقت في محاولة إيجاد أدوات ومنتجات التنظيف المناسبة قبل أن تبدأ؟ قد يكون من المفيد وضع منظفات وأدوات تنظيف الحمام في

هناك العديد من العادات السيئة التي نتبعها ونعتقد أنها لا تشكل أي أهمية إلا أنها تساهم في إحداث فوضى عارمة فيما بعد، وهناك عادات تنظيف أخرى نعتقد أنها تزيد من تراكمها:

عادات يجب التخلي عنها عند تنظيف المنزل

إليك بعض العادات التي يجب التخلي عنها لتصبح عملية تنظيف المنزل أكثر سهولة وبساطة:

استخدام الكثير من منتجات التنظيف

قد نعتقد أن استخدام الكثير من منتجات التنظيف سيجعل المنزل أكثر نظافة وسنحصل على نتائج أكثر إرضاءً، لكن هذا ليس صحيحاً بالضرورة. في الواقع قد يكون الضرر الناتج عن استخدام الكثير من المنظفات أكثر من النفع، إذا لم يتم شطف منتجات التنظيف بشكل جيد بالماء. فقد تترك المنظفات آثاراً تشبه الغبار وتكون صعبة الإزالة، لذلك فإن استخدام كميات كبيرة من منتجات التنظيف قد يكون مجرد هدر للوقت والمال، وفقاً لما ورد في موقع The Spruce.

عدم الاهتمام بتنظيف أدوات التنظيف

في حين نولي اهتماماً خاصاً بتنظيف المنزل قلماً نغير انتباهاً لتنظيف أدوات التنظيف التي تحتاج في الواقع إلى نفس القدر من الاهتمام. لا تشمل أدوات التنظيف المكناس وأدوات تنظيف الغبار فحسب بل تشمل أيضاً غسالات الصحون وغسالات الملابس وأي أداة تستخدم لأدوات تنظيف الغبار والمكناس والمماسح فهي تحتاج إلى تنظيف بالماء الساخن والمطهر بعد كل استخدام لضمان إزالة الغبار والأتربة والبكتيريا، كما يتوجب استبدالها بأخرى جديدة بشكل دوري. أما الأدوات الكهربائية فتحتاج كذلك إلى تنظيف عميق مرة أو مرتين شهرياً. السماح بتراكم الفوضى الورقية قد تبدو الفواتير والصحف والأوراق المدرسية مجرد أشياء بسيطة لا يمكن أن تسبب الفوضى في المنزل، لكن تراكمها سيضيف عليك المزيد من الأعباء المنزلية.

صوص الدجاج الحلو والحامض.. مزيج شهى من طعمين مميزين

طريقة تحضير صوص الدجاج الحلو والحامض

في قدر على نار متوسطة ضع الماء ثم ابدأ بإضافة المكونات الأخرى تدريجياً مع التحريك.

اخفق جميع المكونات وامزجها بشكل جيد.

استمر في التحريك حتى يتكاثف المزيج ويصبح قوامه سميكاً بعض الشيء.

ضع القليل من الملح حسب الرغبة وحرك المكونات ليصبح الصوص جاهزاً.

ملاحظة: من الممكن التحكم بحلاوة الصوص عن طريق إضافة كمية إضافية من السكر أو من الممكن التقليل من الكمية المقترحة.

صوص الدجاج الحلو والحامض من أذ أنواع الصلصات المستخدمة بكثرة في المطبخ الآسيوي، فهو مزيج شهى من طعمين متناقضين، وبالرغم من أنه يستخدم مع وصفات الدجاج بشكل أساسي إلا أنه من الممكن استخدامه في أطباق أخرى مثل النودلز على سبيل المثال.

إليك طريقة التحضير:

مكونات صوص الدجاج الحلو والحامض
ملعقة كبيرة نشا ذرة.
نصف كوب ماء.
نصف كوب من خل التفاح.
نصف ملعقة ديس فليفلة.
نصف كوب سكر بني.
نصف كوب كاتشب.
ملعقة كبيرة صلصة الصويا.

وصفة السمك المشوي المحمر.. لذيذة ومغذية وتختصر كثيراً من الوقت

تُغمس السمكتان بطبقة من البيض المخفوق ثم تغطى بمزيج الرقائق والبهارات من الجهتين.

توضع الصينية في الفرن حتى تنضج تماماً لنحو 10 دقائق لكل جهة، ثم يتم تحميرها من الأعلى، لتصبح مقرمشة من الجهتين.

يوضع السمك المشوي المحمر في طبق التقديم ويتم تزيينه بالبقدونس المفروم وشرائح الليمون.

ويمكن تقديم الأرز الأصفر كطبق جانبي أو بطاطس محمرة مع سلطة الخضراوات.

ملعقتان من جبن البارميزان
ملح وفلفل حسب الرغبة
ملعقة صغيرة من الثوم الجاف
بقدونس مفروم للتزيين
بيض مخفوق

طريقة التحضير

في وعاء جانبي، يتم خلط الكورن فلاكس والجبن والملح والفلفل والثوم.

وفي هذه الأثناء يتم تشغيل الفرن على حرارة 400 فهرنهايت أو 200 مئوية.

توضع ورقة ألومنيوم على الصينية، ثم يتم دهنها ببعض الزيت.

لأن السمك من اللحوم الضرورية التي ينصح الخبراء بتناولها مرة في الأسبوع، فإن تنظيفه وقلبه يشكل عبئاً إضافياً على روتين الحياة اليومية؛ إلا أن وصفة السمك المشوي المحمر تخفف كثيراً من هذا العبء وتضيف نكهات تجعله محبوباً لدى الصغار قبل الكبار.

مكونات وصفة السمك المشوي المحمر

2 سمكة حجم كبير
4 ملاعق زيت نباتي
كوب رقائق الذور أو كرون فلاكس مطحونة أو كعك مطحون



سلطة الدجاج بالكاري اللذيذة والمغذية

بالماء. اتركي الماء يغلي ثم خففي النار وغطي القدر واطهي الدجاج لحوالي 20 دقيقة أو حتى ينضج الدجاج تماماً.

أخرجي الدجاج وصفيه وضعيه جانبا ليبرد.

قطعي الدجاج المطبوخ وضعيه في وعاء كبير.

أضيفي الكرفس المفروم والبصل الأخضر والجوز والتوت البري والتفاح وقلبي المزيج.

في وعاء صغير، اخلطي حوالي 5 ملاعق كبيرة من المايونيز ومسحوق الكاري والبقدونس وحركي المزيج جيداً.

قلبي مزيج الصلصة مع خليط الدجاج واخلطها جيداً. تذوقي السلطة وأضيفي المزيد من المايونيز ومسحوق الكاري حسب الحاجة. أضيفي الملح والفلفل الأسود المطحون حسب الرغبة.

قدمي سلطة الدجاج بالكاري على أوراق الخس أو سلطة خضار مشكلة أو استخدمها كحشوة سانديوتش.

تعتبر سلطة الدجاج بالكاري خياراً ممتازاً للساندويتشات أو اللطائف. كما يمكنك أن تقدمي هذه السلطة اللذيذة على الخبز أو وضعيها بالملعقة على أوراق الخس أو الخضار المتنوعة للحصول على سلطة رائعة. بإمكانك استخدام شرائح الدجاج المشوي المطبوخة بالكامل أو الدجاج المشوي المطبوخ الجاهز من المتجر. مكونات سلطة الدجاج بالكاري

الكمية النوع

نصفين حوالي 750 غ	صدر دجاج
35 غ	كرفس
4 قطع بصل أخضر مفروم	بصل أخضر
تفاحة متوسطة	تفاح
ملعقتان كبيرتان	جوز
ملعقتان كبيرتان	توت بري
حسب الرغبة	ملح وفلفل
ملعقة صغيرة	كاري
ملعقة صغيرة	بقدونس
5-7 ملاعق طعام كبيرة	مايونيز

طريقة التحضير

توضع صدور الدجاج في قدر متوسط الحجم وتغطى





الحمية الأكثر فعالية في إنقاص الوزن

يسعى البعض إلى اتباع حمية غذائية فعالة في خسارة الوزن، خلال وقت قصير، بعيداً من تلك الصارمة، أو الحمية التي تستغرق شهراً لتحقيق الغاية المنشودة. وفي هذا الإطار، نطلع القارئات على الحمية الأكثر فعالية في إنقاص الوزن، وتفصيلها، في الآتي:

حمية بروتين

حمية البروتين واسعة الانتشار، ومرغوبة من قبل الإناث الراغبات في إنقاص أوزانهن، لأن وجباتها مشبعة، وقادرة على تعزيز معدّل الأيض، بنسبة تتراوح بين 20% و35%، ليرتفع معدّل إحراق السعرات الحرارية. وللحمية المذكورة دور في تفتيت دهون الجسم، وكبح الشهية. ووفق مقالة منشورة في مجلة Nutrition & Metabolism، راجعت نتائج عدد من الدراسات عن الحمية، فإن هذه الأخيرة تزيد الشعور بالشبع بشكل ملحوظ عند تناول وجبة تحتوي على 60% من البروتين، مقارنةً بوجبة تحتوي على 19% من البروتين حصراً. وبالتالي، تقلل الوجبة الغنية بالبروتين من كمّ السعرات الحرارية المتناولة بعدها، الأمر الذي يُعدّ هاماً لخسارة الوزن.

وترتكز حمية البروتين على زيادة كمّ البروتين المتناول، في مقابل الحصول على كمّ ضئيل للغاية من الأطعمة الغنية بالكربوهيدرات، ممّا يجعل الجسم يعتمد على الدهون المخزنة لديه، ليقيم الأخير بإحراقها للحصول على الطاقة. من جهة ثانية، يوصي خبراء التغذية بمتتبعات حمية البروتين بتناول ما لا يقل عن 30 غراماً من البروتين، لتحفيز عملية النمو العضلي. علماً أن احتياجات الجسم من البروتين تختلف حسب الجنس والعمر والنشاط اليومي للفرد. ويحتاج كل كيلوغرام من وزن الفرد، إلى 0.8 غراماً من صافي البروتين يومياً. مثلاً: إذا كان الفرد يزن 80 كيلوغراماً، فهو بحاجة إلى 54 غراماً من البروتين، يومياً؛ وذلك للحفاظ على الصحة العامة والعضلات.

وتنخر حمية البروتين باللحوم وثمار البحر ومنتجات الألبان قليلة الدهون والبيض والمكسرات والبقوليات والبدور والحبوب الكاملة غير المكررة. وعلى الرغم من أن اللحم الأحمر هو مصدر هامّ للبروتين، لكنّه أيضاً مصدر للدهون المشبعة. لذا، تعدّ الدواجن والأسماك مصادر حيوانية مُفضّلة للبروتين، كما تُوفّر الأسماك الزيتية (السلمون مثلاً) أحماض الـ «أوميغا 3» الدهنية الصحية.

نموذج يومي من حمية البروتين

الفتور: حبتان من البيض المخفوق، مع ثمرة من البندورة المشوية.

الوجبة الخفيفة: 30 جراماً من المكسرات والتوت البرّي.

الغداء: 100 غرام من الدجاج المشوي، مع نصف الكوب من الكينوا المسلوقة، وكوب من الخضروات الموسميّة المطهّرة على البخار.

الوجبة الخفيفة الثانية: 60 جراماً من الزبادي، مضافاً إليها ملعقة كبيرة من بذور الكتان.

العشاء: شريحة من سمك السلمون المشوي، مع حبة من الكوسى وحبة صغيرة من الباذنجان المشوي. (يُمكن إضافة ملعقة صغيرة من زيت الزيتون).

إشارة إلى أنه يُسمح عند اتباع حمية البروتين، بإضافة القليل من الملح والفلفل والأعشاب إلى الطعام، بالإضافة إلى الخل أو عصير الليمون الحامض.

هام لمتتبعات حمية البروتين

يُنصح بشرب ما لا يقلّ عن لترين من الماء يومياً يجب الحرص على شرب لترين من الماء، يومياً، على الأقلّ. لا يُنصح بإضافة الكريما (أو الحليب) إلى القهوة. لا يُسمح بتناول الفواكه أو أي صنف يحتوي على السكر، خلال الأسبوعين الأولين من اتباع هذه الحمية الغذائية.



مكياج مات لصاحبات البشرة الدهنية

خط الجفن السفلي. اعتمدي رسمة أيلانز ناعمة، فهي ستجعل عينيك جذابتين جداً، وضعي طبقات عدة من الماسكرا، أو استخدمي الرموش الاصطناعية. من ثم، استخدمي القليل من البلاش على وجنتيك، وعلى تقافة الخدين مع الضغط قليلاً عليها. بعدها، ضعي أحمر شفاه مات طويل الأمد باللون الذي يتناغم مع ظلال العيون.

خطوات أظفيرة

رشي مثبت المكياج على وجهك، وتذكري أهمية عدم استخدام الهالايتر. لكن إذا كنت ترغبين في القليل منه على أعلى وجهك، فما عليك سوى وضع بعض من الهالايتر على فرشاة الهالايتر، وتمريها من ثم على وجهك برفق.

ذلك، احرصي على وضع أي كميات إضافية من بودرة الوجه أو كريم الأساس، لتجنب أي تكتلات على بشرة وجهك، ضعي فقط ما أنت بحاجة إليه من دون أي زيادة.

- ابدئي بتغطية البشرة

ضعي في البداية برايمر غير لامع، فهو يمتص أي لمعان قد يسببه كريم الأساس. من ثم، طبقي كريم الأساس باستخدام الإسفنجة بلطف على وجهك، على أن توزعي بالتساوي من دون أي مبالغة. بعدها، ضعي الكونسيلر لتغطية أي عيوب وشوائب في محيط العين. من ثم، قومي بإجراء بعض التصحيحات اللونية على الوجه. أما الخطوة الأخيرة في مكياج البشرة، فهي وضع بودرة التثبيت لإضفاء مظهر جميل على وجهك.

- مكياج العيون

ضعي القليل من ظلال العيون غير اللامعة وذات الألوان المحايدة على الجفن العلوي وعلى

المكياج المات هو الاتجاه الجديد في عالم الموضة والجمال، وهو أحد أساليب المكياج الجذابة والأنيقة، التي تجعل وجه المرأة يبدو واضحاً. فإذا كنت من محبات المكياج المات، وترغبين في تطبيقه بطريقة سهلة وبسيطة، نرصد لك في هذا المقال، خطوات تطبيق مكياج مات تخولك الحصول على طلة رائعة.

ما الذي يعنيه المكياج المات؟

المكياج المات هو المكياج الذي يمنح وجهك لمسة نهائية غير لامعة تماماً، مما يمنحك مظهراً ملكياً جذاباً. وهذا المكياج هو الخيار الأفضل للبشرة الدهنية، لأنه يقلل من المظهر الدهني والزيت الزائدة على البشرة، فضلاً عن أنه يمنح المرأة مظهراً طبيعياً جداً، ويمكن تطبيقه بسهولة مع مراعاة بعض النصائح.

مستحضرات عليك تجنّبها

الأمر الأهم في المكياج المات هو الابتعاد عن استخدام جميع المستحضرات اللامعة. بعد

وصفات طبيعية من زيت الزيتون لبشرة نضرة هذا الموسم

على بشرتك، لإزالة البقع الصفراء من الكرم. حاولي تكرار الماسك مرة أسبوعياً.

خليط زيت الزيتون مع الموز
- ملعقة صغيرة زيت زيتون
- نصف حبة موز مهروسة
- ملعقة صغيرة زبادي
- ملعقة صغيرة عسل
- ملعقة صغيرة خل تفاح

اخلطي كل المكونات في وعاء، ووزعيها على بشرتك.

اتركي الخليط يدوم لمدة 20 دقيقة، ثم أزيليه بالماء الفاتر.
كرري الماسك مرة أسبوعياً للحصول على بشرة ناعمة دائماً.

يُعتبر زيت الزيتون واحداً من أفضل الزيوت الطبيعية للبشرة، كما أنها أكثر أماناً لكل أنواعها المختلفة، فليس هناك من قلق الاستخدام للبشرة الحساسة مثلاً، ويحتوي على عديد من الفيتامينات والروتينات المفيدة للجلد، بالإضافة إلى مضادات الأكسدة التي تعالج مشاكل البشرة، وتضفي ملمساً ناعماً لوجهك. وبالشئنا يجب أن يكون زيت الزيتون رقيقاً أينما ذهب، لتنعيم بشرتك باستمرار، والوقاية من مشاكل الجفاف والتشقّق بهذا الموسم، لهذا جمعنا لك وصفات طبيعية من زيت الزيتون لبشرة ناعمة ونضرة.

خليط زيت الزيتون مع الكرم
- ملعقة كبيرة زيت زيتون
- ملعقة كبيرة كرم
- ملعقة صغيرة عسل
- ملعقة صغيرة حليب
اخلطي المكونات مع بعضها البعض، ووزعيها على بشرتك.
اتركي الخليط يجفّ على بشرتك.
أزيل الماسك بالماء الدافئ.
بعد إزالة الماسك مرري قطعة قطنية بزيت الزيتون



شعار اليوم العالمي للمرأة 2021: نحن أقوياء

العام (اختاري التحدي).

لا نريد تحميل المجتمع والمرأة أكثر مما تحملته في العام المنصرم. ورغم صمودها وإصرارها على كسب التحدي مع الجائحة على كافة الأصعدة التي ذكرت، إلا أن المؤشرات الحالية تظهر تدنياً بل تراجعاً حاداً لمشاركة المرأة السياسية، بل أيضاً زاد العنف عليها خلال فترة الجائحة إلى أضعاف الأرقام مقارنة بالسنوات الماضية.

فالافتقار إلى القيم الزوحيانية في المجتمع يقود إلى انحطاط المواقف السلوكية التي يجب أن تحكم العلاقة بين الجنسين. ذلك أن العلاقة يجب أن تكون مبنية على الاحترام المتبادل والمساواة داخل الأسر، علاقة تحكمها مبادئ المشورة ومجردة من استعمال أي شكل من أشكال الإساءة، ليفرض فرد على آخر إطاعة مشيئته.

والسؤال الأهم هو كيف يمكن تأهيل الرجال ليكونوا آباء يدركون مسؤولياتهم في العائلة وأن يقدموا نموذجاً لعلاقات سلمية بين الأزواج. تغيرات عميقة ستحدث فقط عندما تتحرك النساء لأخذ أماكنهن في هيئات اتخاذ القرار في مختلف الاختصاصات. وليس بالضرورة أن يحدث هذا انتزاعاً بل حين يكون هناك إشراك كامل للمرأة في كافة ميادين النشاطات الإنسانية.

وأحياناً يكون القصور في بعض القوانين والتشريعات المتعلقة في حقوق المرأة لعدم حمايتها من العنف الواقع عليها سواء داخل الأسر أو مواقع العمل أو الأماكن العامة هو سبب لازدياد الحالات، ولكن سواء اتفقنا أم لم نتفق، لا بد من وقفة جادة من حيث دراسة كل حالة على حدة بعيداً عن التعميم.

لا شريحة مجتمعية مستثناة من المساهمة في القضاء على هذا العنف، على اختلافها: معلمون، أطباء، سياسيون،



تهاني روجي

يأتي احتفال المرأة بيومها العالمي وسط قلق من تداعيات جائحة كورونا عليها تحديداً مع قليل من الآمال والطموحات، حيث كانت مطالبها سابقاً في وصولها إلى مختلف المجالات بالحياة العامة، والإصرار على تحدي جميع المعوقات التي تقف أمام وجودها في كافة الأصعدة السياسية والاقتصادية والاجتماعية.

أما الآن فهي تتشبث بالأمل وتتمسك بالقوة لتستمد منها باقي أسرتها هذا الأمل وسط اليأس المستشري في العائلات بسبب تداعيات الجائحة نفسياً أولاً ثم اقتصادياً وتعليمياً ووظيفياً، ولا داعي لسرد آثارها هنا. وقد جاء شعار حملة الهاشتاغ ليوم المرأة العالمي لهذا



وتتحدث معهن ضمن برامج خاصة عن اندماجهم في المجتمعات المضيفة وبناء قدراتهم للمضي قدماً؟ وكم نسبة الوقت المخصص لهذا البرامج؟ وهل هي موجهة أيضاً للمرأة الريفية أو البدوية؟ وهل نستطيع أن نخرج من قوالب البرامج الصباحية التي نتحدث عن الطبخ والأبراج والأزياء، والاهتمام بتغطية شؤون المرأة وقضاياها كما ونوعاً وبشكل عادل ومتوازن؟

وعندما يثار بين الحين والآخر على ضوء أمور جدلية، نوع من من الجدال الشعبي على «وسائل التواصل غير الاجتماعية»، ما تلبث أن تنتشعب في مساحات أكبر وأوسع تضيق خلالها القضية الجوهرية المطروحة، وهو ما يجعلها - في بعض الأحيان - سلاحاً موجهاً ضد الذات. خاصة تلك المطالب الحدلية كرفع سن الزواج لتقليل أعداد المتزوجات القاصرات، ويشمول أبناء المرأة المتوفاة بالوصية الواجبة، التي تُعطي أبناءها الحق في ميراث جدهم، كما حق أبناء الابن المتوفى.

يبدو أن شعار هذا العام جاء منسجماً جداً للقراءة الواقعية العالمي وهو نحن أقوياء: قيادة النساء للمعركة ضد كوفيد-19 بعيداً عن الورد واحتفالات فنادق الخمس نجوم.

رجال دين، أفراد الشرطة، إعلاميون. إلا أنه في العديد من الحالات تبدو شبكة الحماية والأمان في حياة المجتمع مهترئة بشكل يتعذر إصلاحه.

لقد حققت المرأة الأردنية الكثير من الإنجازات، ولكن لا يزال أمامها المزيد من الطموحات، وما نخشاه حدوث تراجع في تحقيقها للمكتسبات التي تمت في الأعوام السابقة بحجة الجائحة، لأنه لا يمكن الاعتماد فقط على القوانين والتشريعات وحدها، بل يلزم أن ترافقها توعية اجتماعية وقبول وتبني لهذه القوانين من قبل مؤسسات المجتمع المدني والإعلام. في الوقت ذاته، هناك شيطنة واضحة للمجتمع المدني وأتهامه حين يتم رفع سقف المطالب بخدمة أجندات خارجية مع اتهامات بتلقي تمويلات أجنبية بهدف إسكاتها وعدم تقديم حلول محتمة. فالتغيير لا بد أن يصاحبه تغيير الثقافة ونشر الوعي بين أفراد المجتمع، فلا يمكن أن نغير من المرأة وأفكارها وأساليب حياتها لنضعها في مجتمع لا يتقبلها ولا يستطيع قبول التغيير الحاصل معها.

إعلامياً، هناك إشكالية في البرامج التوعوية التثقيفية والصور النمطية والثقافة المجتمعية. كم من البرامج الإذاعية والتلفزيونية تصل للنساء واللاجئات السوريات،

Do we really need 'women's empowerment'?



Shaikha Al-Hashem

Over the last decade we've seen a surge in national development plans and aspirational visions in the Middle East and North Africa (MENA) region, and especially in the GCC states.

These vision statements are written in corporate language with a special emphasis on diversifying the economy. They are also aligned with international development agendas and almost all involve organisations like the UNDP, the World Bank, UN Women and their various branches of NGOs.

At the heart of these visions, the role of women has become flavour of the day, and seemingly "adding women" is now synonymous with progress, modernity and enlightenment.

But who wrote these programmes, and does their vision really represent "progress"?

The market society mindset they preach was written by white, global management consulting firms focusing on an effective and proactive private sector that produces and reproduces capitalism. As a result, women's empowerment has been tied to

the notion of entrepreneurship. Just as national vision statements are couched in corporate language, the inclusion of women, and "women's empowerment" abounds in academic and policy literature.

The 2030 Sustainable Development Goal number 5 stipulates the achievement of gender equality and empowerment of all women and girls. UN Women's seven Economic Empowerment Principles were written to squarely match the desires of multinational corporations and business enterprises which have recently included women's empowerment programmes in their training and development plans.

Today, civil society organisations, NGOs and political campaigns across the MENA have all incorporated women's empowerment in their agendas. Mainstream media capitalises excessively on this term too, and presents us with a vision of what an empowered woman looks like.

Further, the media, state and corporate feminism's image of empowered woman is one where she effortlessly succeeds in being a self-made leader, a mother, and entrepreneur all at once. Gulf states have included this version of women (which doesn't

discount domestic duties) in their agendas, as per the will of the global marketplace. It comes as no surprise then, that these "empowered women" too often represent the interests of western dominance in the MENA region and their elite Arab partners. Colonialism comes in many forms, but colonising women has always been, and will always be a coloniser's fetish. In his book, A Dying Colonialism, Frantz Fanon describes how in order to "destroy the Algerian society, [and] its capacity for resistance," the colonial administration had to "conquer their women", by infiltrating the private sphere, and luring them into "liberation" from the veil.

In fact, the veil has always been perceived as a symbol of backwardness and tradition which colonial efforts have viciously sought to destroy. Today, colonial endeavours, disguised as neoliberal regimes and development programmes ensure the modern day perpetuation of such efforts. Maysoun Sukarieh's article 'The First Lady Phenomenon' says just that, as she compares Naglaa Mahmoud, the wife of Egypt's former president, Mohammed Morsi, with Queen Rania of Jordan and Asmaa al-Assad of Syria. Sukarieh shows how the media portrayal of Naglaa Mahmoud resembled

backwardness, a return to tradition, and an example of disempowerment, whereas Queen Rania and Asmaa al-Assad were portrayed as symbols of modernity, progress and empowerment.

The women Queen Rania and Asmaa Al-Assad surround themselves with in their various NGOs come from the same cultural, class and - mostly western - educational backgrounds, whose aim is to maintain the status quo. Across the MENA and especially in the Gulf states, we see many women look up to the Queen Rania model.

But this version of an empowered woman is in fact exclusionary and, crucially, inaccessible to most. While NGOs and civil societies invite working class women to participate, they are expected to aspire to becoming like the elite empowered woman. Rather than encourage them to reflect on their own definition of empowerment, they are led to join rigid leadership, entrepreneurial and management training programmes designed to serve the interests of white, neoliberal agendas, and check off the "empowered women" criteria.

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

مايكروسوفت تدعم دفع شركات التكنولوجيا مقابلا ماديا للمحتوى الإخباري

أعلنت شركة مايكروسوفت التكنولوجية دعمها للدعوات الهادفة لدفع شركات التكنولوجيا، ومن بينها جوجل وفيس بوك، مقابلا ماديا لوسائل الإعلام والمنصات الإخبارية نظير نشر المحتوى الإخباري على محركات البحث ومنصات السوشيال ميديا، وهو ما اعتبرته شركة جوجل «انتهازية»، ومحاولة لـ«تقويض المنافسين».

وبحسب تقرير نشرته شبكة بلومبرج فإن التأييد الذي أقدمت عليه «مايكروسوفت» يهدف إلى دفع المستخدمين للاعتماد على محرك البحث «بينج» الذي تديره مايكروسوفت، بدلاً من محرك جوجل الشهير. ونقلت بلومبرج عن كينت والكر، نائب رئيس جوجل للشؤون العالمية، قوله: «نعتقد أن هذا النقاش المهم يجب أن يدور حول جوهر القضية، وألا يخرج عن مساره بسبب الانتهازية العارية للشركات الأخرى - إشارة إلى مايكروسوفت - الأمر الذي يقودنا إلى اهتمام مايكروسوفت المفاجئ بهذه المناقشة».

وكتب ووكر أن «ادعاءات مايكروسوفت التي تخدم مصالحها الذاتية» تم تقديمها «في محاولة لتقويض منافس». وشكك ووكر أيضاً في توقيت دفع مايكروسوفت لاحتضان مقترحات السياسة الجديدة، مشيراً إلى أنه يأتي بعد أن أقرت أن أنظمتها قد تم الكشف عنها كجزء مما أصبح يُعرف باسم اختراق SolarWinds، قائلاً: «ليس من قبيل المصادفة أن اهتمام مايكروسوفت الجديد بمهاجمتنا يأتي في أعقاب هجوم SolarWinds»، مضيفاً أن الهجوم عرض عملاء مايكروسوفت لأضرار بما في ذلك الوكالات الحكومية والبنوك والمستشفيات والمؤسسات الإخبارية. وأضاف: «تم تحذير مايكروسوفت بشأن نقاط الضعف في نظامهم، وعلموا أنهم يتعرضون للاستغلال، ويقومون الآن بالتحكم في الضرر».

كما دافعت جوجل عن دورها في توزيع المحتوى الإخباري، وكتب ووكر أن الشركة ترحب «بمناقشة طرق خلق مستقبل اقتصادي أفضل للصحافة الجيدة، خاصة أن نموذج عمل وسائل الإعلام الإخبارية يواجه تحديات متزايدة لسنوات عديدة».

وأضاف: «لكن المقترحات التي من شأنها أن تعطل الوصول إلى شبكة الويب المفتوحة ستضر بالمستهلكين والشركات الصغيرة والناشرين.. لهذا السبب شاركنا مع الناشرين في جميع أنحاء العالم لإيجاد حلول أفضل وسنواصل القيام بذلك».

وفي وقت سابق، كتب رئيس شركة مايكروسوفت «براد سميث» منشوراً على مدونة يحث الولايات المتحدة على تبني سياسة مماثلة لاقتراح أستراليا من شأنه إجبار عمالقة التكنولوجيا على دفع الناشرين مقابل المحتوى، وإخضاع شركات التكنولوجيا لتحكيم الأسعار الإلزامي إذا لم يتم التوصل إلى صفقة.



ما هو «كلوب هاوس» وكيف يمكن أن يستعين به الصحفيون في عملهم؟

والتابعة تطوراتها عن كتب، وبحسب صحيفة «نيويورك تايمز»، أنشأت Barstool Sports حساباً في «كلوب هاوس»، وتعمل شركة Battenhall للتواصل والعلاقات العامة على تعيين مسؤول تنفيذي في حسابها بالتطبيق. ولفت نافارا إلى أن التطبيق يعتبر أداة جيدة للصحفيين، سواء لجمع القصص أو إعداد التقارير. وإذا استطاع الصحفي تأمين دعوة، يقترح عليه التطبيق عدداً من الغرف ليشارك فيها، وهنا يقول نافارا: «لا بد من التعرف على كيفية استخدام الناس للتطبيقات والآداب التي يعتمدها المستخدمون عند المشاركة في الدردشات الصوتية».

ومن أجل الانطلاق في رحلة الدردشة الصوتية، قَدِّم نافارا عبر شبكة الصحفيين الدوليين عدداً من الطرق التي يمكن أن يستعين بها الصحفيون في «كلوب هاوس»، من أجل إعداد تقارير مميزة:

أولاً، التعمق في الموضوع وتحديد المصادر: يُمكن الاستعانة بتطبيق «كلوب هاوس»، عبر إنشاء غرف ليناقد فيه الصحفيون موضوعاً يريدون إعداد تقرير عنه، وبالتالي يدعون خبراء أو أشخاصاً متأثرين بالموضوع، ويمكن أن يبحث الصحفيون وينضموا إلى غرف قد أُطلق فيها المشاركون حول حوادث أو موضوعات محددة تتعلق بتقاريرهم. وبدلاً من استخدام التطبيق للبحث عن أشخاص ومصادر ومواضيع، يمكن أن يستضيف الصحفيون مراسلين آخرين أو أشخاصاً مستعدين للحوار والتحدث، من أجل الترويج لقصص أعدوها.

ثانياً، التعرف على آراء الجمهور بموضوع وإعداد دراسات الحالة: أحياناً يكتب الصحفي تغريدة أو يضيف سطرًا في قصة ويطلب من الأشخاص مشاركة تجاربهم الخاصة بما يتعلق بموضوع ما. وفي «كلوب هاوس»، يمكن أن يقوم الصحفي بالأمر نفسه، من خلال إنشاء غرفة دردشة صوتية لمناقشة موضوع بالتفصيل. لكن يجدر الإنتباه إلى أنه لا ينبغي أن يحل هذا الحوار في التطبيق مكان المكالمات الخاصة، لا سيما إذا كان

«تكلّم كي أراك».. فأنت لست مضطراً بعد الآن لكتابة أو مشاركة تقارير مرئية للوصول إلى جمهور كبير على مواقع التواصل الاجتماعي، إذ يمكنك أن تتكلم فقط باستخدام تطبيق «كلوب هاوس»، الذي يمكن المستخدم من هواتف «آيفون» ودخوله والمشاركة في الدردشة بعد تلقيهم دعوات من أعضاء سبق ودخلوا إليه، ثم التفاعل بعد الدخول بمحادثات تهتمهم. لكن محدودية الدعوات دفعت بعض الأعضاء لبيع الدعوات التي يملكونها مقابل آلاف الدولارات على مواقع مثل eBay.

وعندما يفتح المستخدمون التطبيق، يمكنهم التنقل بين غرف مختلفة، يُشارك فيها أعضاء نشطون في «كلوب هاوس» ويحاورون حول مواضيع متنوعة. إذا أراد أي شخص المشاركة بالمحادثة، يمكنه الضغط على علامة ليرفع يده، ويمكنه أيضاً ترك الحوار بهدوء في أي وقت.

وبرز «كلوب هاوس» في الآونة الأخيرة في مقدّمة التطبيقات الصوتية، مع أن «تويتير» كان قد أطلق ميزة المساحات Spaces الصوتية، وتعمل شركة «فيسبوك» على إنشاء تطبيق دردشة مماثل. والجدير ذكره أن التطبيق أُطلق في شهر آذار/مارس 2020، وأثار ضجة كبيرة، وذلك بعدما بدأ كمجموعة خاصة بوظيفي «وادي سيليكون»، قبل أن يبدأ بالتوسع ليضم بعض المشاهير مثل صاحب شركة «تسلا» للسيارات الكهربائية إيلون مسك، ومؤسس فيسبوك مارك زوكربيرج. وتشير إحصاءات «أبتوبيا» إلى أنه تم تنزيل التطبيق أكثر من ثلاثة ملايين مرة منذ بداية العام.

في هذا السياق، علّق الاستشاري المتخصص بوسائل التواصل الاجتماعي والمدير السابق في the nextweb.com، مات نافارا على استخدام هذا التطبيق والاهتمام به على نطاق واسع قائلاً: «إن الاهتمام بتطبيق الدردشة يزيد بالتوازي مع الإغلاق العام وتعزير ثقافة العمل من المنزل وبالتالي طلب محتوى جديد». ومع بروز هذا التطبيق، بدأت وسائل الإعلام بمراقبته

Google claims it has blocked over 99 million COVID-19 fake ads in 2020

Google blocked over 99 million Covid-related ads in 2020, including those for miracle cures, N95 masks due to supply shortages fake vaccine doses.

As claims and conspiracies about the coronavirus's origin and spread were circulated online, Google launched a new policy to prohibit both ads and monetised content about Covid-19 or other global health emergencies that contradict scientific consensus. «We continue to be nimble, tracking bad actors' behavior and learning from it. In doing so, we're able to better prepare for future scams and claims that may arise», the

company said in a statement on Wednesday. The number of ad accounts Google disabled for policy violations increased by 70 per cent from 1 million to over 1.7 million.

The company also blocked or removed over 867 million ads for attempting to evade its detection systems, including cloaking, and an additional 101 million ads for violating its misrepresentation

policies.

«We also continued to invest in our automated detection technology to effectively scan the web for publisher policy compliance at scale», said the company.

Due to this investment, along with several new policies, Google removed ads from 1.3 billion publisher pages in 2020, up from 21 million in 2019. It also stopped ads from serving on over

1.6 million publisher sites with pervasive or egregious violations.

Over the past few years, we introduced strict policies and restrictions around who can run election-related advertising on Google platform and the ways they can target ads.

«Globally, we continue to expand our verification programme and verified more than 5,400 additional election advertisers in 2020», Google said. In the US, Google temporarily powered more than five million ads and blocked ads on over three billion Search queries referencing the election, the candidates or its outcome.



منها البلع بدون مضغ.. أسباب حدوث الحموضة

تعتبر الحموضة من مشاكل المعدة الشائعة التي تسبب حرقة وانتفاخًا وتجشؤًا وغثيانًا، وبذلك تجعل المصاب بها غير قادر على تناول الطعام وممارسة حياته بشكل طبيعي.

قالت مارتين كوتينا، أخصائية أمراض الجهاز الهضمي، إن حدوث الحموضة مرتبط بعادات غذائية خاطئة، مثل بلع الطعام دون مضغ؛ ما يتسبب في قلة اللعاب الذي يساعد على تكسير الطعام وضبط درجة الحموضة.

وأوضحت أن الخطأ الثاني، هو تناول الكثير من الدهون والأطعمة المقلية، حيث إن المعدة تجد صعوبة في امتصاص الأطعمة المقلية التي تحتوي على صلصة؛ ما يتسبب في بطء الهضم والانتفاخ؛ لهذا يجب التقليل من الدهون قدر الإمكان وتجنبها ليلاً، بحسب مجلة «الصحة» الفرنسية.

وأشارت إلى أن الخطأ الثالث، هو الإفراط في تناول الأطعمة الحمضية، مثل البرتقال والطماطم والخل، لأنها تتسبب أحياناً في تهيج المعدة وحدث ارتجاع، أما الرابع، فهو شرب أكثر من 3 أكواب قهوة يوميًا، حيث إنها تضغط على المعدة وتتسبب في عسر الهضم، وهذا يحدث أيضًا مع المشروبات الغازية والمياه المعدنية الفوارة.

وقالت أخصائية أمراض الجهاز الهضمي، إن الخطأ الخامس، هو عدم تناول الخضروات يوميًا، حيث إنها تساعد في مكافحة التهابات المعدة والمرئ، والسادس، هو إهمال تناول الفاكهة، لكن يجب الحصول على نوعين فقط في اليوم، لأن الكثير منها يتسبب في صعوبة الهضم والانتفاخ.

وأضافت أن من الأخطاء أيضًا، تناول الكثير من الطعام وشرب كمية كبيرة من الماء ليلاً، مما يتسبب في الضغط على المعدة وعدم قدرتها على الهضم جيدًا، والتعرض للإجهاد والتوتر لفترة طويلة، لأنهم من الأسباب الرئيسية لحدوث الارتجاع وحرقة المعدة والألم.

وأكدت أنه يجب تجنب ممارسة أي نشاط رياضي بعد تناول الطعام مباشرة، لأن هذا يتسبب في الشعور بحرقة ومرارة في الحلق، ولهذا يفضل الانتظار ساعتين أو 3 ساعات ثم ممارسة الرياضة.

وأشارت إلى أنه يجب تجنب الإفراط في تناول الأدوية المضادة للحموضة أيضًا، لأنها تتسبب في المعاناة من آثار جانبية، مثل الإمساك أو الإسهال والانتفاخ والتشنجات المعوية والإرهاق.

ونصحت أخصائية أمراض الجهاز الهضمي، بالحصول على بعض العلاجات الطبيعية في حالة الشعور بالحموضة، مثل شرب العرقسوس أو كوب ماء يحتوي على نصف ملعقة من صودا الخبز المخففة، وفي حالة عدم التحسن خلال شهر، يجب استشارة الطبيب.



5 أخطاء ترتكبها تؤدي للشعور بألم الركبة

وعظامك حول الركبتين حاول تجنب البقاء في هذا الوضع لفترة طويلة يجب على أولئك الذين يعانون من مشاكل في الركبة أو التهاب المفاصل تجنب هذا الوضع بشكل خاص.

ارتداء أحذية غير مريحة

الأحذية التي ترتديها يمكن أن تساهم في ألم الركبة يمكن أن يؤدي ارتداء الأحذية غير المريحة إلى اختلال التوازن والضغط على مفاصلك هذا يمكن أن يؤدي بسهولة إلى الألم المفاصل وإجهاد العضلات حتى الاستخدام المنتظم للكعب العالي يمكن أن يكون سبباً لمشكلات ركبتك ارتد حذاءً مريحاً ومبطناً يمكنه دعم ركبتك وكاحليك.

استخدام الكرسي الخاطئ للجلوس

إذا كنت من الأشخاص الذين يتعين عليهم الجلوس في نفس الوضع لفترة طويلة أثناء العمل، فتأكد من أن الكرسي الذي تجلس عليه مريحاً ومن الارتفاع الصحيح قد يؤدي الجلوس على أثاث مرتفع جداً أو منخفض جداً إلى زيادة معاناتك ويمكن أن يزيد ألم ركبتك سوءاً إن تثبيت جسمك في وضع حرج لفترات طويلة يجعل من الصعب على ركبتك الحفاظ على التوازن والاستقرار.

ألم الركبة إن عبور ساقك، أو إراحة كاحلك فوق الركبة الأخرى، أو الجلوس مع تقاطع كاحليك، يزيد الضغط على ركبتك بالنسبة لأولئك الذين يعانون بالفعل من أي نوع من المشاكل المتعلقة بالركبة، فإن الجلوس في هذه الأوضاع الخاصة لفترة طويلة يمكن أن يجعل الحالة أسوأ.

تأمين ركبتك

قف بشكل طبيعي وحافظ على استرخاء ركبتك طوال الوقت يجب أن تكون ركبتك مثنيتين قليلاً، مما يسمح للعضلات حول الركبة بتوفير الثبات والدعم.

تجنب ثني الركبتين لفترات طويلة

يمكن أن يؤدي الركوع أو البقاء في وضع تنتني فيه ركبتك لفترة طويلة إلى زيادة الضغط على المفاصل والأربطة والعضلات في حالة الركوع على أي سطح صلب، يزداد الضغط على غضروفك،

ألم الركبة هي مصدر قلق صحي شائع لدى كبار السن مع تقدم العمر، تصعب العضلات حول الغضروف المرن التي تعمل كمنصص للصدمة في مفاصلنا صلبة وتفقد مرونتها وتصبح أكثر عرضة للإصابة.

ووفقاً لتقرير لموقع TIMES OF INDIA

عندما تبدأ هذه المشكلة في إزعاجك في سن مبكرة، فقد يكون السبب هو عادات أسلوب حياتك السيئة، يشكو المزيد من البالغين الأصغر سناً الآن من ألم الركبة، والتي تحدث غالباً بسبب نمط حياتهم غير المستقر أو الجلوس أو الوقوف.

الجلوس ورجلك متقاطعتان

ينتج ألم الركبة التدريجي في الغالب عن الجلوس مع عقد ساقيك يشنكي كل من الرجال والنساء، الذين اعتادوا الجلوس مع وضع أرجلهم فوق الأخرى، من مشكلة



إذا شعرت بأحد هذه الأعراض.. عليك باستشارة الطبيب فوراً

أنواع الفتق:

الفتق الأربي: وهو أكثر الأنواع شيوعاً عند الرجال أكثر من النساء، ويتمثل في اندفاع جزء من الأمعاء أو النسيج الدهني في منطقة الفخذ.

الفتق الفخذي: ويعتبر هذا النوع أقل شيوعاً من الفتق الأربي ويصيب النساء أكثر من الرجال.

الفتق الشري: وذلك يحدث نتيجة اندفاع جزء من الأمعاء أو النسيج الدهني في البطن بالقرب من الشرة، ويمكن أن يصاب بها الرضع.

الفتق الحجابي: وبه يتم اندفاع جزء من المعدة عبر الفتحة المتواجدة في الحجاب الحاجز.

الفتق هو بروز عضو من خلال جدار التجويف الذي يحتويه، والفتق الفجوي ينتج من خلال بروز المعدة في التجويف الصدري من خلال فتحة المريء التي توجد في الحجاب الحاجز، وتختلف الأعراض التي تظهر على المصابين بالفتق باختلاف شدته ومكانه.

أعراض الفتق:

ظهور كتلة أو جزء منتفخ في مكان حدوث الفتق. الشعور بالثقل، أو عدم راحة بالأعضاء وتحديداً عند الإنحناء. الشعور بألم شديد عند بذل جهد خاصة عند حمل أشياء ثقيلة. مواجهة مشاكل في الجهاز الهضمي، مثل المعاناة من الإمساك. تضخم الغتوء عند السعال، أو الوقوف أو الشد.





دراسة: النظام الغذائي النباتي قد يكون له تأثير على صحة العظام

رجحت دراسة صغيرة أنه يمكن أن يكون للتغذية النباتية - أي التخلي التام عن الأطعمة ذات الأصل الحيواني - عواقب سلبية على صحة العظام. وذكر المعهد الألماني لتقييم المخاطر أن بعض المؤشرات الحيوية وقياسات الموجات فوق الصوتية تشير إلى هذا الأمر.

وبالنسبة للدراسة المنشورة في دورية «نيوترينتس»، تم الوقوف على صحة العظام لـ 72 رجلاً وامرأة (36 نباتياً، و36 يأكلون أطعمة مختلطة) باستخدام قياسات الموجات فوق الصوتية على عظام الكعب. وكان لدى النباتيين نتائج بيانات بالموجات فوق الصوتية أدنى في المتوسط. ووفقاً للمعهد، يمكن أن يشير ذلك إلى تدني في صحة العظام.

وفي الدراسة، رصد العلماء تحت إشراف يوليانه مينتسل من المعهد أيضاً تركيز 12 مؤشراً حيويًا في الدم والبول والتي تعتبر مهمة لصحة العظام. على سبيل المثال، تم العثور على الأحماض الأمينية «ليسين» وفيتامينات إيه وبي 6 بتركيزات أقل لدى النباتيين مقارنة بأكلي الأطعمة المختلطة. وقد يعني هذا أن هناك كمية أقل من العناصر الغذائية في هذه المجموعة، والتي توجد بشكل أساسي في الأطعمة ذات الأصل الحيواني وذات الصلة بالهيكل العظمي. وقال رئيس المعهد أندرياس هينسل: «تشير نتائجنا العلمية إلى أن النظام الغذائي النباتي يؤثر على صحة العظام».

Stark link between obesity and Covid deaths revealed

Nine out of 10 deaths from coronavirus have occurred in countries with high obesity levels, according to World Health Organization-backed research that sets out the stark correlation between excessive weight and lives lost to the disease.

The study from the World Obesity Federation (WOF), which represents scientists, medical professionals and researchers from more than 50 regional and national obesity associations, showed mortality rates were 10 times higher where at least 50 per cent of the population was overweight.

It offers fresh insight into why people in some countries die at far greater rates after catching the virus than in others. Age has been seen as the biggest predictor for severe outcomes, which has led to priority being given to older people in most countries' Covid-19 vaccine rollouts. But the WOF said its report "shows for the first time that overweight populations come a close second". It is now calling for this group to be prioritised for immunisation.

Tedros Adhanom Ghebreyesus, WHO director-general, said the report "must act as a wake-up call to governments globally" to tackle obesity.

Analysis of both the latest mortality data from Johns Hopkins University, and the WHO Global Health Observatory data on obesity, demonstrated that 2.2m of the 2.5m global deaths

were in countries with high levels of obesity. Scientists have sought to understand the difference in death rates between Asian and western countries, as well as low income and high-income countries. The WOF suggests the discovery of the "common denominator" of obesity is an important part of the explanation.

Tim Lobstein, senior policy adviser to the WOF and the report's author, said death rates were 10 times higher in countries where more than 50 per cent of the population were overweight. The increase in national death rates where countries exceeded the threshold of 50 per cent of population overweight was "dramatic".

The report, released ahead of world obesity day on Thursday, did not find a single example of a country where less than 40 per cent of the population was overweight having high death rates. On the other hand, no country with high death rates — at least 100 per 100,000 — had less than 50 per cent of its population overweight. Scatter plot showing the connection between prevalence of obesity and covid mortality rates. In all countries with a death rate of more than 100 per 100,000 people, more than half of adults are overweight. In countries with the lowest death rates, most have much lower levels of adult obesity. Vietnam, for example, has the lowest recorded death rate in the world and the second lowest level of overweight people: just 0.04 per 100,000 deaths from Covid-19 and 18.3 per cent of adults overweight, according to WHO data.

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



أسباب تكوّن سموم بالجسم وكيفية علاجها والتخلص منها

ليس بالضرورة للسموم التي توجد بالجسم أنه تجعله يشعر بالألم، ولكن توجد أنواع كثيرة منها لا تسبب ألماً ولكن تشكل خطراً، فيجب التوقف تماماً لمدة لا تقل عن أسبوع عن الأطعمة التي تسبب ضغطاً وإزعاجاً للجهاز الهضمي، وبما في ذلك بعض المشروبات مثل الشاي، القهوة، والكحول باستمرار، كما من الأفضل أن يرتاح الجسم من اللحوم والأسماك وكثرة الملح والسكر، مع التركيز على الخضروات والفواكه.

طرق للتخلص من سموم الجسم:

يعتبر شرب كوب واحد من عصير التوت يومياً ومعه كوب عصير برتقال من أفضل الأغذية التي تُخلص الجسم من السموم، وذلك لأنها تحتوي على نسبة عالية من مضادات الأكسدة، كما يعمل عصير التوت على حرق الدهون المتراكمة في الجسم لاحتوائه على مواد مدرة للبول وبالتالي طرد السموم من الجسم. شرب الماء بالليمون يعمل على تنظيف الجسم من السموم المتراكمة، كما يمد الجسم بكميات كبيرة من العناصر الأساسية مثل معدن البوتاسيوم وفيتامين ج.

نصائح للتخلص من سموم الجسم:

الحفاظ على الحالة المزاجية للشخص، واستقراره النفسي والعاطفي. التعرض للهواء النقي بشكل مستمر. شرب كمية كافية من السوائل وخاصة الماء التي تساعد على رطوبة الجسم وقت أكبر.

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 طبية نساء

Monday - Saturday

15120 Michigan Ave. Dearborn, MI 48126

(313)-843 - 8300



فورد توسّع أسرة مركباتها العملاقة برباعية دفع جديدة

أعلنت شركة فورد عن نموذج معدل جديد ستضيفه إلى أسرة سياراتها البيك أب الكبيرة الرباعية الدفع.

من حيث المقاييس تتطابق السيارة الجديدة تقريبا مع مركبات F150 Super Duty الموجودة حاليا، لكنها تختلف عنها قليلا من ناحية التصميم الخارجي، فبدلا من الشبك المطلي بالكروم على الواجهة حصلت هذه السيارات على ألوان للشبك تتطابق مع اللون الأساسي للهيكل، كما أضيفت عليها بعض التعديلات على تصميم القمرة من الداخل.

وجاءت قمرة هذه المركبات بصفين من المقاعد الجلدية المريحة المخصصة لخمس ركاب، كما تميزت واجهة القيادة فيها عن تلك الموجودة في مركبات Super Duty السابقة بشكل ملحوظ، إذ تغير تصميم فتحات نظام التكييف، وتصميم أزرار الواجهة، كما حصلت على شاشة أكبر بمقاس 12 بوصة مع نظام Super Duty يدعم الاتصال لاسلكيا مع الهواتف والأجهزة الذكية عبر نظامي Apple CarPlay و Android Auto.

ويمكن لهذه المركبات نقل حمولات تصل إلى 3.6 طن، وجر مقصورات يصل وزنها إلى 16.8 طن، كما جهزت بعجلات كبيرة وأنظمة تعليق خاصة تمكنها من اجتياز أكثر الطرق وعورة، فضلا عن أنظمة تساعد على التحكم بكل عجلة على حدة لتسهيل القيادة على الرمال أو الأماكن المغطاة بالأوحال والتلوج.

وستطرح منها نسخ بمحركات بنزين بـ 8 أسطوانات سعتها 7.3 لتر تولد عزمًا يعادل 436 حصانا، ونسخ بمحركات توربينية بـ 8 أسطوانات يعادل عزمها 482 حصانا، أما أسعار نسخ F-250 منها فستبدأ من 34 ألف دولار، وأسعار نسخ F-450 ستبدأ من 55 ألف دولار.

سيارة شبابية جديدة من هيونداي تستعد لغزو أسواق العالم

مميزة بمقاس 15 و 17 إنشا، أما قمرتها من الداخل فجهزت بواجهة قيادة متطورة فيها شاشتان، واحدة قبالة السائق تعمل كلوحة عدادات إلكترونية وأخرى في المنتصف تعمل باللمس مقاسها 10،25 بوصة. كما زودت هيونداي مركبتها بأحدث أنظمة المولتيميديا التي تتعامل مع أنظمة Apple CarPlay و Android Auto والمدعمة بـ 8 مكبرات صوت من نوع Bose، وبنظام لشحن الهواتف الذكية لاسلكيا، فضلا عن أنظمة أمان متطورة كنظام منع الاصطدام الجانبي على الطرقات، ونظام الحفاظ على المسار أثناء التنقل على الطرق السريعة، وأنظمة للفرملة الأوتوماتيكية في حالات الطوارئ. وستطرح هذه المركبة بنوعين من المحركات الاقتصادية، محرك بنزين MPI بسعة 1.2 لتر يولد عزمًا يعادل 84 حصانا، ومحرك T-GDi توربيني بسعة 1.0 لتر بعزم 100 حصان.

أزاحت شركة هيونداي الستار عن التصميم النهائي لسيارة Bayon التي طورتها لتكون من بين أجمل السيارات الاقتصادية المخصصة للشباب ومحبي المركبات العصرية. وتتميز السيارة الجديدة بهيكل هاتشباك متوسط الحجم، تزيين واجهته الأمامية بمصابيح LED فريدة التصميم، فضلا عن التصميم الملفت لشكل الواجهة الخلفية التي يعلوها جناح هوائي صغير للحفاظ على الثبات على السرعات العالية. وتعتبر هذه المركبة نموذجا مطورا أكثر عصرية من سيارات i20 الشهيرة من هيونداي، لكنها أنت أكبر قليلا، إذ بلغ طول هيكلها 4 أمتار و 18 سم، وعرضه 177 سم، وارتفاعه 149 سم، أما المسافة بين محوري العجلات فهي 258 سم. وحصلت هذه السيارة على عجلات بأقراص معدنية



2022 Kia EV6 Will Be First of 11 Promised Electric Cars

Kia says it'll have 11 new electric vehicles by 2026. Of those 11 new EVs, seven will be built on the Hyundai Motor Group's E-GMP (electric vehicle platform) architecture, and this will be the first one to arrive. The Kia EV6, which we expect to be Kia's version of the recently unveiled Hyundai Ioniq 5, will be fully shown by the end of the month and join the Soul EV and the Niro EV in the Korean automaker's current electric lineup.

Kia says that its forthcoming electric vehicles will follow a simple, numbered naming scheme. Each car's name will start with "EV" and be followed by a number. Hyundai is taking a similar approach by using the Ioniq subbrand for its electric vehicles and following it by a number.

The Ioniq 5 will be on sale in the fall and the Ioniq 6 sedan and Ioniq 7 SUV are set for 2022 and 2024 arrivals.

We expect that the EV6 will share a 77.4-kWh battery with the Ioniq 5 with an operating voltage of 800 volts. A single electric motor powering the rear wheels should be the standard option on the Kia. Similarly equipped Ioniq 5s make 215 horsepower and 258 pound-feet of torque in this configuration. A dual-motor all-wheel-drive setup should be optional, with 302 horsepower and 446

pound-feet of torque. The Hyundai is rated at up to 300 miles on the WLTP rating system, but EPA estimates are usually lower. We can expect similar numbers for the EV6.

The EV6 also looks to have daring styling, just like Hyundai's new EV. It's a mix between a hatchback and crossover with four doors and a futuristic look. The interesting-looking roofline flows back into a ducktail spoiler with slim taillights that jackknife down the quarter panel. You'll have to get used to this look because Kia says it's the "embodiment" of its new design language.

We'll know more about Kia's new electric vehicle by the end of the month, and it should go on sale alongside the 2022 Hyundai Ioniq 5 this fall starting around \$45,000. Kia hopes that by 2030, EVs, hybrids, and plug-in hybrids will make up 40 percent of all its sales.



لاند روفر تطرح طراز ديفندر 130 بميزة جديدة.. تعرف عليها

أعلنت شركة لاند روفر البريطانية عن عزمها طرح نسخة ذات 3 صفوف من المقاعد من طرازها الجديد «ديفندر 130».

وقال موقع «موتور وان» المختص بأخبار السيارات، إن هذه النسخة ستصل للأسواق خلال 18 شهرا من الآن، وسيصل طولها إلى 5.1 متر. وكانت لاند روفر قد طرحت الجيل الجديد كليا من طراز ديفندر في سبتمبر/أيلول من عام 2019 الماضي.

وأوضح الموقع أن الأسواق التي ستوفر بها النسخة التي تتميز بوجود 3 صفوف من المقاعد، هي الصين ودول قارة أمريكا الشمالية وأيضا منطقة الشرق الأوسط.

وستتوفر هذه النسخة، من طراز ديفندر 130، بمحرك V8، ومحرك كهربائي هجين من فئة plug-in hybrid.

ارتفاع أسعار وإيجارات الفلل السكنية في جزيرة ياس

ارتفعت أسعار وإيجارات الفلل السكنية في جزيرة ياس بنسب متباينة تتراوح بين 10% إلى 20% خلال الربع الأول من العام الحالي، مقارنة بالربع الأول من عام 2020. وأرجع مسؤولون عقاريون ارتفاع أسعار وإيجارات الفلل في جزيرة ياس إلى زيادة الطلب على السكن بالفلل خلال الفترة الأخيرة بوجه عام بعد جائحة كورونا، وما فرضته من متغيرات جديدة في متطلبات السكن، بالإضافة إلى الانتهاء من تسليم عدد كبير من الوحدات الجديدة بمشاريع الفلل في جزيرة ياس مثل «وست ياس» و«ياس إيكورز».

مساحات واسعة

وذكر تقرير صادر عن شركة «إم بي إم العقارية»، للاستشارات التابعة لمصرف أبوظبي الإسلامي، أن وحدات الفلل والتاون هاوس سجلت أداءً مرناً بسبب زيادة الطلب على الأماكن المعيشية المريحة داخل المجتمعات السكنية التي تتخللها مساحات خضراء ورحابة في تصاميمها، على خلفية ازدياد الاعتماد على آليات العمل والدراسة من المنازل، بحسب ما ورد في صحيفة «الاتحاد».

وأوضح التقرير أنه رغم انخفاض متوسط معدلات بيع الفلل بنسبة أقل من 1% على أساس ربع سنوي و4.6% سنوياً، فإن بعض المواقع، مثل وست ياس وياس إيكورز وحدائق الراحة، خالفت هذا التوجه المتراجع، بعدما شهدت زيادة سنوية بنسبة نحو 2% إلى 5%.

وبحسب موقع بروبرتي فايندر، ارتفع متوسط سعر بيع الفلل المؤلفة من 4 غرف في مشروع وست ياس من 4.25 مطلع العام الماضي إلى 5.05 مليون بداية العام 2021، والخمس غرف من 4.8 إلى 5.6 مليون درهم. فيما يبلغ متوسط إيجار الأربع غرف 250 ألفاً، والخمس غرف 280 ألفاً.

كما ارتفع متوسط سعر الفلل المؤلفة من غرفتين في «ياس إيكورز» من 2.3 خلال الربع الأول من 2020 إلى 2.4 مليون درهم حالياً، والثلاث غرف من 3.1 إلى 3.2 مليون، والأربع غرف من 3.9 إلى 4.3 مليون. فيما يبلغ متوسط إيجار الفلل ذات الغرفتين 160 ألف درهم، والثلاث غرف 190 ألفاً، والأربع غرف 250 ألفاً.



Growth in China's home prices to cool in 2021

CHINA'S home prices are expected to rise at a slower pace this year while sales will likely remain steady, as Beijing shifts its focus to tackling rising debt risks in the sector as the economy recovers, a Reuters poll showed.

The residential property market recovered quickly in 2020 benefiting from lower mortgage interest rates and a marginal relaxation of some official curbs on buyers, offering much-needed support for an economy nearly fully recovered to pre-coronavirus levels. But the rebound has raised concerns about financial risk and policymakers have since then tightened screws on the funnelling of funds into the sector.

Average residential property price growth is estimated to cool to 3.3 per cent in 2021, according to 13 analysts and economists surveyed from Jan 25-29. Home prices climbed around 4.9 per cent in 2020, a Reuters calculation of official data showed.

The price rises this year will continue to be driven by bigger cities as the credit liquidity released during the Covid-19 epidemic cannot be recalled in the short term, said Nie Wen, economist at Hwabao Trust.

Sluggish demand in smaller cities and stringent lending regulations for developers and buyers, however, will put a lid on any spurt in demand this year, analysts say.

Property transactions are expected to be flat from last year, versus a 2.6 per cent gain in 2020.

Zhao Ke, analyst at China Merchants Securities, said pent-up buying in the second half of 2020 could mean that demand won't be as strong this year.

Yuan Hao, chief real estate analyst with SWS Research, also expected the central bank's tight controls on banks' property loan issuance to curb home transactions this year.

Regulators outlined borrowing caps known as "the three red lines" last August, while the central bank in December introduced caps on property loans granted by banks.

Major Chinese cities including Beijing, Shanghai and Shenzhen also recently ramped up transaction restrictions and launched probes into illegal flows of funds into the real estate sector.

Housing investments are estimated to rise 6.4 per cent this year, slightly softer than the pace of 7 per cent in 2020.

«The volume of new construction starts is expected to stay elevated this year, as land sales in 2020 remained high», said Nelson Wong, head of research for Greater China at commercial property services provider JLL.

Housing project construction investment will also be driven by developers who are accelerating project launches to raise cash amid tight financing conditions, he said. However, land purchase, the other component of real estate investment, is likely to slow down due to the tight financing situation.

The survey also found analysts think the Covid-19 epidemic will have a limited impact on China's property sector, and many believe the market will remain stable or further cool this year.

Most respondents say top-tier cities may extend tightening curbs to avoid market froth due to a low level of residential housing supply, while lower-tier cities facing a slump in demand may roll out more support.

Asked to rate the affordability of Chinese housing on a scale, with 1 being the cheapest and 10 the most expensive, analysts' median answer was 7, in line with the last poll.



تباطؤ نمو أسعار المنازل في بريطانيا

قالت هاليفاكس للإقراض العقاري، إن نمو أسعار المنازل البريطانية تباطأ للشهر الثالث على التوالي في فبراير شباط، في مؤشر جديد على أن الطفرة المدفوعة بالجائحة في سوق الإسكان في بريطانيا تتباعد.

وأفادت هاليفاكس أن أسعار المنازل زادت 5.2% على أساس سنوي، عقب ارتفاع 5.4% في يناير كانون الثاني.

وفي فبراير شباط وحده، تراجع أسعار المنازل 0.1% على أساس شهري بعد انخفاضها 0.4% في يناير كانون الثاني.



قفزة متوقعة بأسعار عقارات أستراليا

ارتفعت أسعار العقارات في أستراليا بنسبة 2.1% في فبراير، وهو أفضل معدل نمو منذ 2003. الأداء الأفضل كان في مدينتي سيدني وميلبورن، وهما من بين أكثر 10 مدن في العالم من حيث تكلفة العقارات.

ونمت القروض العقارية 10% في يناير، فيما انخفضت أسعار الفائدة إلى مستويات قياسية، وتم تثبيت الفائدة على القروض الممنوحة 3 سنوات على الأقل.

وساهم في زيادة الطلب على القروض تحسن الأوضاع الاقتصادية، في الوقت الذي انخفض فيه المعروض من المنازل، كما ارتفع الطلب بسبب العمل عن بعد، والتحفيز الحكومي. وتشير التوقعات إلى ارتفاع الأسعار 20% خلال عامين.



الحنطة السوداء كتر فوائد من خيرات الطبيعة

الحنطة السوداء نوع من أنواع الحبوب الكاملة ذات قيمة غذائية عالية مقارنة بغيرها من الحبوب، تحتوي على الكثير من العناصر الغذائية الضرورية للجسم من معادن وفيتامينات أهمها فيتامين K، البروتين، والألياف، وحمض الفوليك، وفيتامين B6.

وبفضل ما تحتويه من مغذيات جعل كثر مهم لفوائد صحية لا حصر لها أبرزها:

- غنية بالبروتين الذي يعمل على منع تجلط الدم، وتقليل الالتهابات، وخفض الدم.
- تعمل الالياف الغذائية الموجودة في الحنطة السوداء على تحسين مستويات السكر في الدم وبالتالي تقليل فرص الإصابة بأمراض القلب، والسكتة الدماغية.
- تحسين عملية الهضم حيث تساعد الالياف في عملية هضم الطعام ومساعدته على التحرك عبر الجهاز الهضمي.
- غنية بالبروتينات التي تزيد الشعور بالشبع بسعرات حرارية أقل وهو ما يساعد على الحصول على وزن صحي ومتالي.
- غنية بالكربوهيدرات المركبة والتي تساعد على إدارة مستويات السكر في الدم وهو ما يحمي من الإصابة بداء السكري.
- تساعد حبوب الحنطة على تحسين تدفق الدم، وتعزيز الدورة الدموية.



لا تفوت استخدامه..

28 فائدة مذهلة لهذا المكوّن الخارق

1. الزعفران هو صبغ أصفر زاهي اللون ويضيف نكهة طيبة للطعام، ينتج عن طريق تجفيف مياسم وجزء من الأتلام في زهرة نبات زعفران الخريف البنفسجي، الذي يعرف علميا باسم الزعفران السوسني.
2. ويحتوي الزعفران على العديد من العناصر الغذائية المهمة لصحة الإنسان.
3. علاج الربو والسعال.
4. مقتشع ومخفف للبلغم.
5. الوقاية من العديد من الأمراض المزمنة مثل أمراض القلب.
6. الوقاية من السرطانات.
7. يعمل على محاربة مشاكل اضطرابات النوم.
8. قد تستخدم النساء الزعفران لعلاج آلام الطمث وتقلصاته.
9. يقبل الرجال عليه لعلاج بعض المشاكل الجنسية، ولتأخير سرعة القذف، كما ويمكن أن يستخدم كمنشط جنسي.
10. صحة الجلد ويخفف من جفافه، كما ووجد بأن تطبيقه على فروة الرأس مباشرة قد يساعد في علاج الثعلبية والصلع.
11. يستخدم في الزعفران في صناعة العطور والأقمشة وكمان صابغة.
12. يساعد على تنظيم السكر في الدم، وينظم استقلاب الكربوهيدرات، وامتصاص الكالسيوم.
13. يساعد على تشكيل الأنسجة والعظام والهرمونات الجنسية.
14. يعزز عمل الأعصاب.
15. يساعد على توازن السوائل في الجسم والسيطرة على ضغط الدم. يساهم في علاج الاكتئاب.
16. يساعد على الاسترخاء وتهدئة الأعصاب، مما يساهم في علاج المرتبطة بتقدم السن مثل فقدان الذاكرة والباركنسون والزهايمر.
17. علاج لفقدان البصر الذي يسببه تقدم العمر، كما ويساهم في علاج بعض أمراض العيون، ويجعل خلايا الرؤية أكثر مرونة وصلابة.
18. تساعد على الهضم الذي عادة ما يكون بطيء خلال الحمل. تهدئة حموضة المعدة.
19. خفض ضغط الدم.
20. علاج بعض المشاكل الهضمية مثل؛ الإمساك.
21. التخلص من النفخة والغازات.
22. محاربة غثيان الصباح.

فوائد الزعفران:

6617 Schaefer Rd.
Dearborn, MI 48126

VISA MasterCard

قهوة عربية وأمريكية - بن يمني
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

DISCOVER NOVUS

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





أفضل ألعاب تصفيف الشعر للبنات لعمر 4 سنوات

قدمي لصغيرتك مشط تلوين الشعر كهدية تكميلية بعد اختيار أفضل ألعاب المكياج للأطفال البنات، حيث تأتي مجموعة التلوين بعدد 6 ألوان من الطباشير صديق البيئة سهل الاستخدام، كما أنه قابل للذوبان بالماء ويمكن التخلص منه بالشامبو، ولكنه يمكن أن يبقى ثابت على الشعر لمدة 3 أيام. وتُعد اللعبة هدية رائعة لصغيرتك لأعياد الميلاد والحفلات التنكرية خاصة إذا كان شعرها فاتح وغير داكن، كما أن طريقة الاستخدام بسيطة للغاية، ضعي خصله الشعر المراد تلوينها على مشط الطباشير ثم خففي الشعر ولضمان نتيجة أفضل ثبتيه بجل أو بخاخ مناسب لشعر طفلك. الآن يمكنك الاختيار بسهولة بعد أن قدمنا لك مجموعة متنوعة من ألعاب المكياج للأطفال البنات، سواء كان مكياجاً حقيقياً أو بلاستيكيًا لتدليلي به فتاتك.



أفضل ألعاب المكياج للبنات 7 - 12 سنة

تتفرد المجموعة بتصميم كمبيوتر محمول قابل للطي مع مرآة، فإذا كانت صغيرتك من محبات الألوان اللامعة والتصميمات الفريدة إليك مجموعة "My First" كأحد أفضل ألعاب المكياج للأطفال البنات للتزين والتجميل الحقيقي، من مواد صديقة للبيئة غير سامة ولا تسبب أي ضرر أو تهيج لبشرة الأطفال كما أنها تتميز بسهولة الغسل.

تتكون المجموعة من وحدات صغيرة لظلال العيون بألوان الباستيل الساطعة توجد أعلى العبوة وكذلك من كل جانب من العبوة، وتتضمن الكثير من أحمر الخدود الملون و8 ألوان ملمع شفاه بالإضافة إلى عدد 6 أدوات تجميل أخرى، كما أن المرآة غير قابلة للخدش أو الكسر للحفاظ على سلامة أطفالك.



العباب تنمية مهارات الطفل العقلية واللغوية

يساعد على تقوية المهارة العقلية في هذا الجزء.

العباب تنمية مهارات الطفل اللغوية

إن تقوية مهارة طفلك اللغوية تبدأ منذ ولادته، لكنها لها عدة مراحل أولها هي أن تطوري مهارة السمع لديه، فعندما يبتته الطفل لمن يتحدث إليه سوف تنمو لديه المهارة اللغوية، وهناك الكثير من الألعاب التي يمكنك بها أن تنمي تلك المهارة ومنها:

القيام بصنع أكواب على شكل هاتف وقومي باللعب مع طفلك من خلالها ليستمع ويكرر ما تقولي به من كلام. لعبة المهندس، والمقصود بها أن تقومي بدور المهندس وتوجهي تعليمات لطفلك وعليه أن يقوم بتنفيذ التعليمات بدقة ومهارة، على سبيل المثال أطلبي منه أن يشكل شكل معين بالبازل، فمن خلال هذا سوف يتواصل معك لغوياً بطريقة جيدة.

الصندوق المغلق هو لعبة مبتكرة تجعل الطفل يميز بين أصوات الأشياء وهو لا يراها، بمعنى أن تحضري صندوق صغير من الكرتون وتضعي به لعبة وتقومين برحها داخل الصندوق وتطلبي من الطفل معرفة هذه اللعبة، هل هي من البلاستيك أم من المعدن.

تعد لعبة إشارات المرور من الألعاب البسيطة التي تنمي المهارة اللغوية لدى الطفل، وهي عبارة عن أن يلتزم الطفل بلون الإشارة المحدد كأنه هو السيارة وأنتي إشارة المرور، فعندما تقولين له أخضر يسير، وإن قولتي له أحمر يتوقف، وإن قولتي له أصفر يستعد للسير. لعبة صفات الحيوانات هي أن تقومي سيدتي بإخبار طفلك عدة صفات لحيوان ما، مثل صوته أو كطريقة مشيته وبعد أن تنتهي من هذا الوصف، على طفلك أن يخبرك باسم هذا الحيوان.

صيد الحيوان لعبة جميلة جداً تجعل الطفل يتعلم أصوات الحيوانات، من خلال قيامك سيدتي بالتقليد لأحد أصوات الحيوانات وسؤال طفلك عن أسم هذا الحيوان. لعبة إصدار التعليمات مناسبة جداً إن كان عدد الأطفال كثير، وفيها يجلس الأطفال بدائرة ويقومون بفرك الأصابع بناءً على طلبك، ثم توجيه أمر آخر بالتصفيق، وهذه اللعبة تنمي لدى الطفل اليقظة وتغيير الفعل حسب ما يسمعه من كلام.

العباب الصلصال

من خلال هذه الألعاب الشهيرة يمكن للطفل أن يشكّل العديد من الحيوانات أو أي شكل آخر يلفت انتباهه، ثم يقوم الطفل بتقليد هذا الشكل وصنع أشكال أخرى منه، وهذه الألعاب تنمي لدى الطفل الحس الإبداعي لكن عليك سيدتي أن تراعي نوعية الصلصال التي سوف تقومي بشرائها حتى لا تتسبب في أي ضرر لطفلك.

العباب الميكانو والمكعبات لتنمية مهارات الطفل

هي ألعاب هامة جداً وتم صنعها خصيصاً لتنمية القدرات العقلية للطفل، فمن خلال قدرة الطفل على أن يقوم بتكوين شكل غير تقليدي ويستخدم وحي خياله،

فهذا ينمي لديه مهارة الابتكار مما

تنمية مهارات الطفل العقلية واللغوية هي ما تبحث عنه العديد من الأمهات، وخاصة أن الذكاء والمهارة اللغوية من المقومات التي تساعد الطفل على اكتساب العديد من المهارات المستقبلية التي تؤهله لكي يصبح فرد ناجح في المجتمع، وهناك عدد من الألعاب التي تعمل على تنمية هذه المهارات وهذا ما سوف نقدمه لك في هذا المقال من خلال موقع "ماميتو" فتابعي معنا.

هناك اعتقاد خاطئ بين بعض الأمهات بأن تنمية ذكاء الطفل لا يحدث إلا عندما يكبر قليلاً، ولكن تم إنتاج مجموعة مبتكرة من الألعاب تساعد الطفل على تنمية مهاراته العقلية منذ العام الأول. وهذه الألعاب تعمل على زيادة القدرة الحركية للطفل وتدرجه على اكتساب مهارة حل المشكلة أيضاً وتسببه مهارة التواصل مع الآخر، وسوف نستعرض هذه الألعاب فيما يلي:

لعبة الأوريجامي لتنمية المهارات العقلية

تعد هذه اللعبة من الألعاب الهامة التي تنمي ذكاء الطفل، ولابد أن تشاركي طفلك اللعب بهذه اللعبة لأنها تحتاج إلى المشاركة، وهي عبارة عن صنع أشكال متعددة من ورق تم صنعه ليناسب هذه المهارة. وهي لعبة يابانية تنسب للطفل ذاكرة قوية - التركيز - الشعور بالإنجاز - تنمية الخيال - تساعد على تقوية الفص الأيسر للمخ والأيمن أيضاً.

لعبة فصل الألوان

هذه اللعبة عبارة عن مجموعة ألوان مختلطة والمطلوب من الطفل هو فصل هذه الألوان معاً، وهذه اللعبة تقوم بتنمية القدرة البصرية للطفل كما أنها تجعله يحفظ الأسماء المختلفة للألوان فلا ينساها، وهي تقوي الجزء الأيمن من المخ.

لعبة البازل لتنمية مهارات الطفل العقلية

تعد ألعاب البازل من أقدم الألعاب التي تم صنعها لتنمي مجموعة مهارات للطفل، وفي نفس الوقت هي لعبة مسلية للكبار والصغار. فهذه اللعبة تجعله يكتسب مهارة التفكير في الطريقة التي يعيد بها شكل الصورة أو تركيبها من وحي خياله، وهي من أكثر الألعاب التي تنمي الذكاء والقدرات العقلية على الإطلاق.

السعودية.. قرار جديد لمواجهة التطرف في المدارس والجامعات

اتخذت السعودية، قراراً جديداً يهدف إلى مواجهة الفكر المتطرف في جميع إدارات التعليم والجامعات.

وأعلنت وزارة التعليم في المملكة إنشاء وحدات التوعية الفكرية في جميع إدارات التعليم والجامعات؛ لتعزيز قيم المواطنة والاعتدال والوسطية، والتصدي لجميع أفكار التطرف والانحلال، بحسب وكالة الأنباء الرسمية (واس).

العاهل السعودي، الملك سلمان بن عبد العزيز، يلقي كلمة افتراضية خلال القمة السنوية الـ15 لقادة مجموعة العشرين في الرياض، المملكة العربية السعودية، 22 نوفمبر/ تشرين الثاني 2020

وقال وزير التعليم الدكتور حمد بن محمد آل الشيخ: «تهدف الوزارة من إنشاء وحدة التوعية الفكرية في كل إدارة تعليم وجامعة إلى تعزيز القيم الحميدة مثل الولاء للدين، والولاء لولاة الأمر، والانتماء للوطن، ونشر قيم الوسطية والاعتدال والتسامح والتعايش، والوقاية من الفكر المتطرف ومعالجة آثاره». كما تهدف وحدة التوعية الفكرية بحسب آل الشيخ إلى «تشجيع المبادرات العلمية والبحثية في القضايا الفكرية».

وشدد وزير التعليم السعودي على أن «الوزارة لن تسمح باستغلال المؤسسات التعليمية للترويج للفكر المتطرف، أو لممارسة أي سلوكيات تدعو إلى الانحلال، أو استخدام المسؤولية المهنية التعليمية في غير سياقاتها الوطنية».



صدمة كورونا والتعليم: ماذا في دنيا العرب؟

زهير هوارى

التي يمكن توجيهها للتعاظم مع متطلبات الوفاء المستجد تعليمياً، وثانيتها أن العديد منها يعاني من فقدان الاستقرار السياسي والأمني بنسب متفاوتة.

- لا بد من الانتباه إلى أننا عندما نتحدث عن المجتمعات العربية نشير إلى أن أقساماً لا يستهان بها منها، لا تتمتع بأي نوع من الاستقرار، فمثلاً لا بد وأن نلاحظ أن المنطقة والمجتمعات العربية تضم الآن أعلى نسبة من اللاجئين والمهجرين والنازحين بين دول العالم. لا ينطبق الأمر على الفلسطينيين في مخيماتهم ولدى الدول المضيفة، بل أيضاً على الملايين من السوريين والعراقيين والليبيين واليمنيين وغيرهم.

- كما نلاحظ أن المجتمعات العربية تعاني من غياب الأمن الاستراتيجي القومي، وهو أمر بالغ الخطورة، فالمنطقة تتعرض سياسياً لاختراقات مدمرة لوحدة كياناتها بعد أن فقدت جامعة الدول العربية دورها القومي الوظيفي، وباتت مكوناتها عبارة عن دول مفردة لا رابط يجمع بينها ولا مانع يحميها.

(باحث وأكاديمي)

الإمارات، البحرين، قطر، وعمان). في المقابل، هناك دول تتمتع باقتصاد نفطي، لكنها تعاني من معضلات سياسية وأمنية تقود إلى تعذر الإفادة من هذه الثروة (العراق وليبيا على وجه الخصوص). - أهمية مثل هذا الوضع أنه مكن ويمكّن دول المحور الأول من التفاعل مع المستجدات باعتباره يمتلك المقدرات المادية التي لا بد من إنفاقها على مجارة الاتجاه العالمي باللجوء إلى التعليم الرقمي مع متطلباته. وما يتوجب الانتباه إليه أن هذه المجارة كانت إلى حد ما سابقة على انتشار الوفاء. إذ إنها بالفعل أدخلت القطاع التعليمي إلى حد ما في العالم الرقمي مع ملاحظة وجود مشكلات لا يستهان بها.

- هناك دول ثانية تختلف في أوضاعها اختلافاً بيناً، فما يجمعها أنها دول غير منتجة للنفط ولا تتمتع باقتصادات قوية ومستويات معيشية جيدة، وتعاني من أزمات متداخلة في مجالات الخدمات والسكن والتعليم والصحة وغيرها، لكنها تفتقر عن بعضها في كم المعضلات السياسية والأمنية التي تعانيها (تونس، مصر، سورية، لبنان، الجزائر، اليمن، المغرب، السودان، موريتانيا، الصومال، وجيبوتي). وهكذا فقدت مثل هذه الدول عاملين رئيسيين في مواجهة المحنة، أولهما يتمثل في الاقتصاد وفوائده

إذا كانت تقارير الأمم المتحدة ومنظماتها تتحدث عن صدمة أزمة كورونا في قطاع التعليم، بمن فيه التلامذة والطلاب والمعلمون والمسؤولون والأهل، باعتبارها صدمة غير مسبوق، كونها قد أدت إلى رجوع عقارب الساعة إلى الوراء في ما يتصل بتحقيق أهداف التعليم الدولية، وأثرت بشكل غير متناسب على الفئات الأشد فقراً وضعفاً. فكيف لنا أن نتحدث عن الصدمة ذاتها في دنيا العرب قبل الدخول في بعض نماذج التعاظم مع الجائحة التعليمية؟ لدى التدقيق في أوضاع الدول العربية وتفاعلها مع هذا الحدث الكارثي، لا بد من التفريق بين آليات وعمليات الاستجابة للوباء، بالنظر إلى أوضاع كل من هذه الدول، وطبيعة الظروف الاقتصادية والسياسية والأمنية التي تمر بها، كل على حدة. دون الدخول في التفاصيل يمكن تصنيف هذه الدول تبعاً لظروفها ومدخيلها وسكانها على النحو التالي: - دول تملك مستوى معيشياً مرتفعاً وتتمتع باستقرار اقتصادي وسياسي واجتماعي، وينطبق ذلك على معظم الدول المصدرة للنفط والغاز في منطقة شبه الجزيرة العربية (الكويت، السعودية،

واقع التعليم الجامعي الرقمي في زمن كورونا

إعداد / عصام سحمراني



المؤسسات الإبقاء على هذا الوضع، لكن ما مدى نجاح التجربة؟ هل يتعلم الطلاب بكفاءة فعلاً؟ وماذا عن الأكاديميين أنفسهم؟ هل إلقاء المحاضرة من البيت نعمة أم نقمة؟

هذه الأسئلة وغيرها، أجرى موقع «تايمز هابر إيديوكيشن» الأكاديمي المتخصص، استطلاعاً حولها في أكتوبر/ تشرين الأول ونوفمبر/ تشرين الثاني الماضيين، شمل 520 أستاذاً جامعياً. وعلى الرغم من أن الغالبية العظمى من بينهم (334 مشاركاً) كانوا من المملكة المتحدة، فإنّ جنسيات المشاركين بلغت 46، من جميع القارات. وجاء في خلاصات النتائج ما يلي: - قال أكثر من نصف المشاركين إنّ الانتقال الأولي إلى التعليم عبر الإنترنت كان له أثر سلبي على صحتهم الذهنية، ويعتقد 60 في المائة من بينهم، أنّ هذا التعليم أثر في الصحة الذهنية لطلابهم. - يعتقد 20 في المائة فقط، من الأساتذة، أنّ طلابهم يقدرّون التعليم عن بُعد بقدر ما يقدرّون التعليم وجهاً لوجه. - يعتقد 40 في المائة فقط من الأكاديميين المبتدئين، أنّ مخططات جامعاتهم المعاد فتحها، ضدّ تفشي كورونا، هي مخططات قوية، مقارنة بـ70 في المائة من كبار المدربين.

- معظم المشاركين غير متأكدين مما إذا كان التعليم

منذ صعود المواقع الإلكترونية في شتى المجالات في سنوات التسعينيات من القرن الماضي، مقدمة شتى الخدمات التي تتزايد عاماً بعد عام، في مشاركة الصور والملفات، وصناعة الموسيقى والأفلام، وعرض الأخبار والمعلومات المتنوعة، يتساءل مراقبون عن الوقت التي سيتحول فيه التعليم الجامعي إلى العالم الرقمي. بدأ واضحاً أنّ عملية التعليم يمكن أداؤها بفاعلية عبر الإنترنت. في الواقع، عملت جامعات ومعاهد عدة طوال سنوات في تقديم التعليم عن بُعد، بسبل مختلفة منها ما هو رقمي. مع ذلك، فإنّ معظم مؤسسات التعليم العالي التي خاضت هذا المجال، فضلت عليه دائماً التعليم المدمج من دون الذهاب كلياً إلى التعليم عن بعد، خصوصاً أنّ خريجي المدارس الذين ولدوا في العصر الرقمي، ما زالوا يقدرّون تجربة الحرم الجامعي الكاملة.

المفترق الخطير عام 2020 كان فيروس كورونا الجديد، بشكله الوبائي العالمي الذي أجبر القطاعات بمعظمها على الإقفال، بما فيها مؤسسات التعليم العالي. ومع هذا الإقفال كان المهرب الوحيد لمواصلة العملية التعليمية نقلها بالكامل إلى العالم الرقمي. بين الاختيار والإجبار تدور المسألة حالياً، إذ تفضل بعض

- أكثر من 75 في المائة من المشاركين يؤدّون أن تستمر الاجتماعات الأكاديمية عن بُعد في أعقاب الوفاء.

الجيد عبر الإنترنت يؤدي إلى نتائج أقوى من التعليم التقليدي على مستوى تحصيل الطلاب.

3 Kinds of Exercise That Boost Heart Health

Being physically active is a major step toward good heart health. It's one of your most effective tools for strengthening the heart muscle, keeping your weight under control and warding off the artery damage from high cholesterol, high blood sugar and high blood pressure that can lead to heart attack or stroke.

It's also true that different types of exercise are needed to provide complete fitness. "Aerobic exercise and resistance training are the most important for heart health," says Johns Hopkins exercise physiologist Kerry J. Stewart, Ed.D. "Although flexibility doesn't contribute directly to heart health, it's nevertheless important because it provides a good foundation for performing aerobic and strength exercises more effectively."

Here's how different types of exercise benefit you.

Aerobic Exercise

What it does: Aerobic exercise improves circulation, which results in lowered blood pressure and heart rate, Stewart says. In addition, it increases your overall aerobic fitness, as measured by a treadmill test, for example, and it helps your cardiac output (how well your heart pumps). Aerobic exercise also reduces the risk of type 2 diabetes and, if you already live with diabetes, helps you control your blood glucose.

How much: Ideally, at least 30 minutes a day, at least five days a week.

Examples: Brisk walking, running, swimming, cycling, playing tennis and jumping rope. Heart-pumping aerobic exercise is the kind that doctors have in mind when they recommend at least 150 minutes per week of moderate activity.

Resistance Training (Strength Work)

What it does: Resistance training has a

more specific effect on body composition, Stewart says. For people who are carrying a lot of body fat (including a big belly, which is a risk factor for heart disease), it can help reduce fat and create leaner muscle mass. Research shows that a combination of aerobic exercise and resistance work may help raise HDL (good) cholesterol and lower LDL (bad) cholesterol.

How much: At least two nonconsecutive days per week of resistance training is a good rule of thumb, according to the American College of Sports Medicine.

Examples: Working out with free weights (such as hand weights, dumbbells or barbells), on weight machines, with resistance bands or through body-resistance exercises, such as push-ups, squats and chin-ups.

Stretching, Flexibility and Balance

What they do: Flexibility workouts, such as stretching, don't directly contribute to heart health. What they do is benefit musculoskeletal health, which enables you to stay flexible and free from joint pain, cramping and other muscular issues. That flexibility is a critical part of being able to maintain aerobic exercise and resistance training, says Stewart.

"If you have a good musculoskeletal foundation, that enables you to do the exercises that help your heart," he says. As a bonus, flexibility and balance exercises help maintain stability and prevent falls, which can cause injuries that limit other kinds of exercise.

How much: Every day and before and after other exercise.

Examples: Your doctor can recommend basic stretches you can do at home, or you can find DVDs or YouTube videos to follow (though check with your doctor if you're concerned about the intensity of the exercise). Tai chi and yoga also improve these skills, and classes are available in many communities.



هذه التمارين تساعدك في بناء العضلات وخسارة الوزن

أبرز هذه التمارين هي: رفع الأثقال، وتمارين بوزن الجسم، وتمارين بحبل المقاومة.

وأشارت خبيرة التغذية إلى أن هناك مجموعة أخرى من التمارين تساعد المدرب على رفع نبضات قلبه وعلى حرق وحدات حرارية أكثر وخسارة الدهون. وأوضحت أن هذه التمارين يطلق عليها

نصحت خبيرة تغذية بممارسة مجموعة من التمارين التي تساعد في بناء عضلات الجسم وخسارة الوزن ونقلت صحيفة «النهار» اللبنانية، عن اختصاصية التغذية روان وزني، أن هناك مجموعة من التمارين تساعد على شد الجسم وبناء العضل. ويبيّن روان وزني أن هذه النوعية تعرف باسم «تمارين المقاومة»، مشيرة إلى أن

أبرز هذه التمارين هي: رفع الأثقال، وتمارين بوزن الجسم، وتمارين بحبل المقاومة. وأشارت خبيرة التغذية إلى أن هناك مجموعة أخرى من التمارين تساعد المدرب على رفع نبضات قلبه وعلى حرق وحدات حرارية أكثر وخسارة الدهون. وأوضحت أن هذه التمارين يطلق عليها

5 تمارين منزلية سهلة ستبقيك نشيطا على مدار اليوم

على التحمل، ويعمل هذا التمرين على تقوية عضلات الساقين وتناغمها بشكل مثالي.

3- الاندفاع

تمرين مثالي للساق بالمنزل، ويركز على الورك والعضلات الرباعية والأرداف وأوتار الركبة، وتناسق الجزء السفلي من الجسم بالكامل. ويعمل هذا التمرين عن طريق ترك ساقك يندفع إلى الأمام بالاتكاز لأعلى على الركبة.

ويمكن أداء هذا التمرين بعد أو قبل ممارسة تمرين القرفصاء، لتحقيق نتائج أفضل.

4- رفع الساق

تعتبر تمارين رفع الساق سهلة جدا، وتعمل عن طريق رفع الساق الجانبية ورفع الفخذ الداخلي معها.

ويعزز التمرين من زيادة مرونة الجزء السفلي ويضمن نمو العضلات أيضا.

5- صنادير الركبة

يقول الخبراء إن تمرين صنادير الركبة، عبر ثني الركبتين وإمالةهما يمينًا وشمالًا، يعمل على تقوية عضلات القلب وتقوية الجزء السفلي من الجسم.

يهتم الكثير من الناس بالحفاظ على صحتهم ولياقتهم البدنية، وربما إنقاص وزنهم، ولكنهم دوما ما يهملون في تمارينهم الرياضية التدريبات الخاصة بالساق.

وأوضح تقرير منشور عبر موقع «تايمز نيوز ناو» أن معظم الناس يهتمون بإنقاص الوزن بتقوية عضلات البطن، ولكنهم لا يدركون أن عضلات الساق، قد تكون أكثر أهمية لجسم الإنسان، لأنها هي من ستبقيه نشيطا على مدار اليوم.

ويمكن أن تساعد تلك التمارين على حرق المزيد من السعرات الحرارية، بالإضافة إلى الحماية من أمراض مختلفة، مثل ضغط الدم والسكري والقلق والاكتئاب والتعب المفاصل، علاوة على أنها تعزز الطاقة وتحسن مزاجك، وتقوي المناعة. وجاءت أبرز التمارين المنزلية السهلة على النحو التالي

1- القرفصاء:

يمكن أن يكون هذا التمرين صعبا في البداية، لكن مع الوقت والممارسة ستعتاد عليه.

يركز تمرين القرفصاء على تقوية عضلات ساقيك وعضلات المؤخرة والعضلات المحيطة بهما، وتحسين اللياقة البدنية للجزء الأسفل من الجسم بالكامل. ويمكن التمرين في الجلوس بوضعية القرفصاء مع ساقك على وضعية «X».

2- الجلوس للجدار

ابحث عن جدار جيد، وقم بإمالة ظهرك عليه، وانزلق لأسفل، حتى تصبح ساقك في الزاوية اليمنى. ويختبر هذا التمرين قدرة الجسم



روسيا تطلق أول قمر صناعي لمراقبة المناخ في القطب الشمالي

أقلع صاروخ «سويوز» من قاعدة بايكونور في كازاخستان محملاً بأول قمر صناعي روسي لمراقبة المناخ في القطب الشمالي.

وأظهر مقطع فيديو نشرته وكالة الفضاء الروسية إطلاق صاروخ «سويوز» وهو يحمل القمر الصناعي «أركتيكا-إم»، وفق ما أعلنت وكالة الفضاء الروسية «روسكوزموس».

وكتب رئيس وكالة «روسكوزموس» ديمتري روجوزين على تويتر: «تم إنشاء اتصال بشكل طبيعي مع القمر الصناعي. لقد كان إطلاقاً روتينياً».

وقالت «روسكوزموس» في بيان إن نظام «أركتيكا» الفضائي للأرصاد الجوية المائية ومراقبة المناخ «مصمم لمراقبة المناخ والبيئة في منطقة القطب الشمالي».

وسيتطلب هذا النظام قمرين صناعيين على الأقل ليعمل بشكل صحيح، وفقاً لوكالة الفضاء التي أوضحت: «سيوفران مراقبة دائمة، في كل الأحوال الجوية، لسطح الأرض ومياه المحيط المتجمد الشمالي». وذكرت وكالة الأنباء الروسية «ريا نوفوستي» أن إطلاق القمر الاصطناعي الثاني مقرّر في العام 2023.

وتعد التنمية الاقتصادية في القطب الشمالي، وهي قارة تتكون أساساً من الجليد الذي يغطي القطب الشمالي، أحد الأهداف الرئيسية للرئيس الروسي فلاديمير بوتين.

ويحتوي القطب الشمالي على احتياطات ضخمة من النفط والغاز والتي تتنافس عليها روسيا والولايات المتحدة وكندا والدنمارك والتروج فيما يسرع الاحتباس الحراري ذوبان الغطاء الجليدي.

وفي الشهر الماضي، خلص علماء بريطانيون إلى أن الجليد كان يذوب من المناطق القطبية بمعدل يتوافق مع «أسوأ سيناريوهات تغير المناخ» خصوصاً الجليد في المحيط المتجمد الشمالي.



أول فندق فضائي في العالم يبدأ بناؤه عام 2025

ويبلغ طول كل وحدة من وحدات السكن المتكاملة الـ 24 هذه 20 متراً، وعرضها 12 متراً وستحمل وظيفة مختلفة - من غرف الفنادق إلى دور السينما.

وتتوقع الشركة أيضاً أن تشمل الحلقة الخاصة بهم على صالات العرض وأماكن الحفلات الموسيقية والحانات والمكتبات وصالات الألعاب الرياضية والمنتجع الصحي - كل الأشياء التي تراها على متن سفينة سياحية، ولكن هذه الرحلة ستطوف في جميع أنحاء العالم كل 90 دقيقة.

ويخطط الفريق أولاً لاختبار المفهوم بمحطة نموذجية أصغر حجماً، ومنشأة ذات جاذبية صغرى تحلق بحرية ممانلة لمحطة الفضاء الدولية.

وأوضح جون بليكنو، مؤسس Gateway Foundation: «ستكون هذه هي الثورة الصناعية القادمة»، مضيفاً أنها ستنشئ صناعة فضائية جديدة.

ويقول بليكنو إن التناوب أمر «حيوي»، لأنه ليس من الممكن وجود أشخاص في محطة فضائية دون جاذبية لفترات طويلة من الزمن - وقد يرغب الناس في البقاء في الفضاء لعدة أشهر في كل مرة، خاصة عند العمل في فندق.

وعند اكتمال الاختبار، سيقوم ريبوت يسمى - STAR Structure Truss Assembly - ببناء إطار Voyager. وسيكون أول بناء فضائي نموذجياً أولياً للحلقة جاذبية طولها 61 متراً في مدار أرضي منخفض، يمكن أن تدور لتخلق جاذبية على مستوى المريخ - 40٪ من جاذبية الأرض.

وسيستغرق بناؤه زهاء عامين، وأطلق عليه اسم «المنظار على المدى القريب» - عندما يستغرق تجميعه في الفضاء ثلاثة أيام.

وفي حين أن الفندق هو الهدف الأول لمحطة الفضاء ذات الجاذبية الاصطناعية، تأمل الشركة في تأجير مساحة للوكالات، بما في ذلك ناسا ووكالة الفضاء الأوروبية، في المستقبل.

وسيتم تأجير الوحدات الأخرى أو بيعها للشركات الخاصة والحكومات.

وعلى سبيل المثال، يمكن للأشخاص شراء واحدة من الوحدات النمطية بمقاس 20 × 12 متراً لفيلا خاصة، أو وحدات متعددة لإنشاء فندق به منتجع صحي وسينما وغير ذلك.

ويمكن للوكالات الحكومية استخدام المحطة لإيواء وحدة العلوم الخاصة بها، أو كمركز تدريب لرواد الفضاء الذين يستعدون للذهاب إلى المريخ.

وتعود فكرة بناء محطة فضاء تدور حول عجلة مركزية دائرية إلى الأيام الأولى للسفر عبر الفضاء، لفرنز فون براون، أحد المهندسين المعماريين في برنامج ناسا أبولو، حيث اقترح في الخمسينيات من القرن الماضي موائيل على شكل عجلة تدور لخلق جاذبية اصطناعية.

وظهر مفهوم محطة Voyager، وهي فكرة ممانلة ولكن على نطاق أوسع بكثير، لأول مرة في عام 2012 مع إطلاق Gateway Foundation.

وتأسست OAC، الشركة التي أنشأتها المؤسسة لتحقيق رؤية المحطة المدارية، في عام 2018 بهدف تشغيلها بحلول عام 2027.

وفي حين لم يُكشف عن تكلفة تطوير وبناء المحطة الفضائية، مع إطلاق «سبيس إكس فالكون 9» وفي المستقبل SpaceX Starship، أصبح وضع الأجسام الكبيرة في المدار أكثر قابلية للتطبيق.

وبلغ متوسط تكلفة إطلاق المواد إلى الفضاء زهاء 8000 دولار لكل كيلوغرام لفترة طويلة، ولكن الطبيعة القابلة لإعادة الاستخدام لـ «فالكون 9»، أدت إلى انخفاض هذا إلى 2000 دولار/كغ، وتتوقع «سبيس إكس» أن تصل تكلفة المركبة الفضائية إلى بضع مئات من الدولارات.

وضم الفريق قدامى المحاربين في وكالة ناسا والطيارين والمهندسين والمهندسين المعماريين، حيث يبنون نظاماً يشتمل على العديد من الكبسولات لأغراض مختلفة و«قطار فضائي» عالي السرعة.

من المقرر أن يبدأ العمل في أول «فندق فضائي» في العالم، في مدار أرضي منخفض عام 2025، وسيكون مجهزاً بمطاعم وسينما ومنتجع صحي وغرف تتسع لـ 400 شخص.

ويمكن أن تعمل محطة Voyager، التي طورتها شركة Orbital Assembly Corporation (OAC)، في وقت مبكر من عام 2027، مع البنية التحتية المبنية في مدار حول الأرض.

وستكون المحطة الفضائية على شكل دائرة كبيرة، وستدور لتوليد جاذبية اصطناعية ستوضع على مستوى مماثل للجاذبية الموجودة على سطح القمر.

وسيشمل فندق Voyager Station العديد من الميزات التي قد تتوقعها من سفينة سياحية، بما في ذلك المطاعم ذات الطابع الخاص، والمنتجع الصحي والسينما.

وسيحتمل على سلسلة من الكبسولات متصلة بالجزء الخارجي من الحلقة الدوارة، ويمكن بيع بعض هذه الكبسولات لأمثال ناسا ووكالة الفضاء الأوروبية لأبحاث الفضاء.

ولم يُكشف عن أي تفاصيل بشأن تكلفة بناء المحطة الفضائية، أو تكلفة قضاء ليلة في الفندق، على الرغم من أن OAC تقول إن تكاليف البناء أصبحت أرخص بفضل مركبات الإطلاق القابلة لإعادة الاستخدام مثل «سبيس إكس فالكون 9» و Starship.

وستتكون محطة Voyager الفضائية من سلسلة من الحلقات، مع عدد من «الوحدات» المرفقة بأقصى الحلقات الخارجية.

وستدير Gateway Foundation بعض هذه الوحدات الـ 24، وستكون مخصصة لأشياء مثل أماكن الطاقم والهواء والماء والطاقة.

وستشمل أيضاً صالة رياضية ومطبخاً ومطعماً وباراً وغيرها من المرافق الأساسية، للأشخاص المقرر تواجدهم في المحطة على المدى الطويل.

NASA's Perseverance rover deploys wind sensor on Mars

Since Perseverance's picture-perfect landing on Feb. 18, the rover team has been methodically checking out its seven science instruments and various subsystems. For example, Perseverance just deployed its wind sensor, as before-and-after photos captured by the six-wheeled robot's navigation cameras show.

The wind sensor is part of Perseverance's weather station, which is called the Mars Environmental Dynamics Analyzer (MEDA). The instrument will monitor air temperature, humidity, radiation, dust and wind at Perseverance's landing site, the floor of Jezero

Crater, a 28-mile-wide (45 kilometers) hole in the ground that harbored a deep lake and a river delta in the ancient past.

Perseverance, the heart of NASA's \$2.7 billion Mars 2020 mission, will hunt for signs of life inside Jezero and collect and cache samples for future return to Earth. But that main science work won't start immediately after

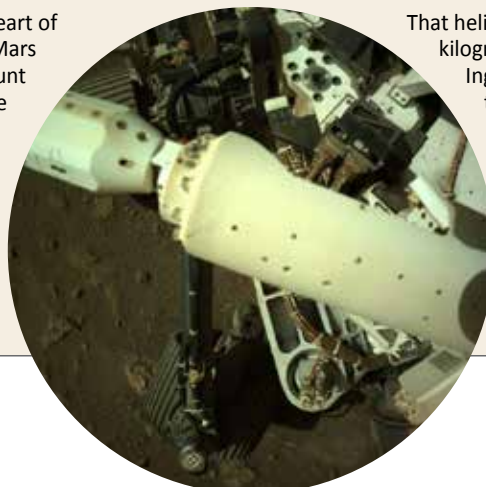
the rover gets up and running; Perseverance's first big job will be to find an airfield where its little helicopter buddy can take off.

That helicopter, a 4-lb. (1.8 kilograms) craft named Ingenuity, journeyed to Mars on Perseverance's belly. Ingenuity will deploy at the airfield and try to make the first-ever rotorcraft flights on a world beyond Earth, demonstrat-

ing technology that could pave the way for a whole new Mars exploration strategy.

Ingenuity's flights will likely take place this spring, with science and sampling work commencing in earnest in the summer, mission team members have said.

But Perseverance's early days on Mars are far from boring. The rover team has already posted more than 6,300 of the rover's Jezero photos, many of them spectacular high-resolution shots taken with Perseverance's Mastcam-Z camera system. You can find them here. Happy sightseeing!



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



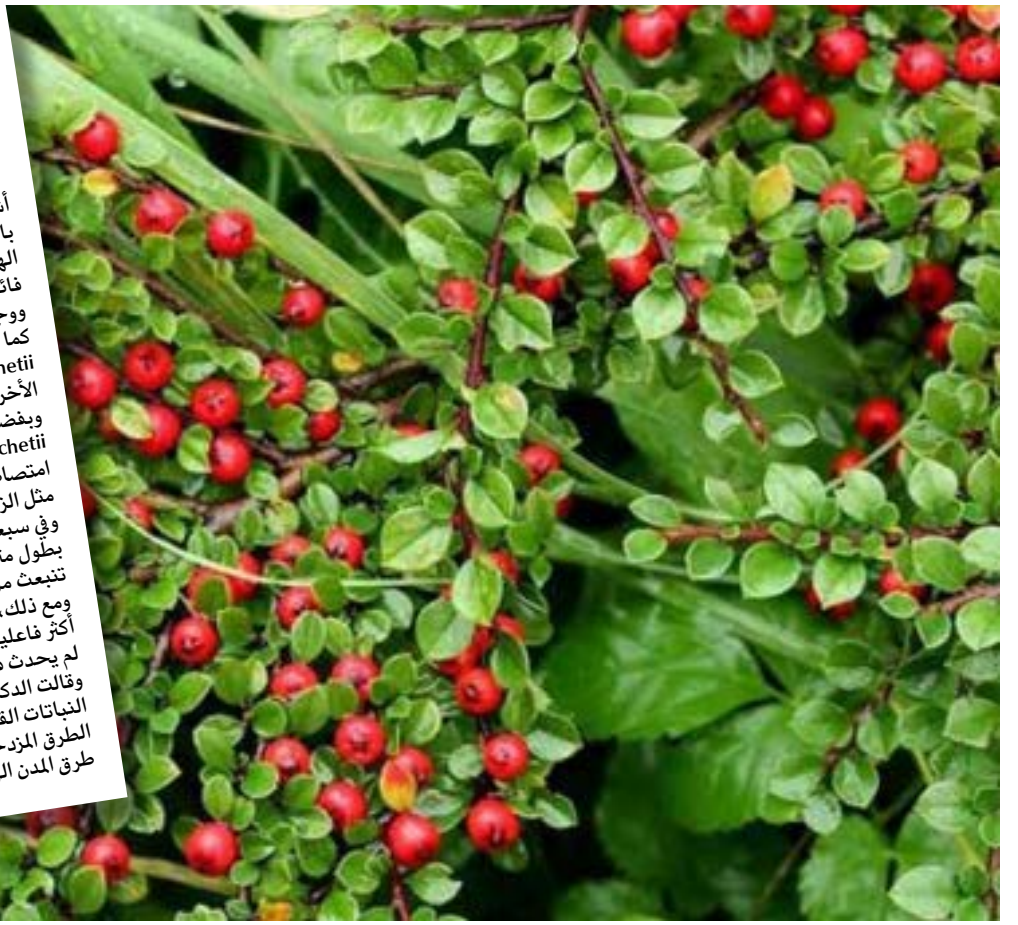
Open
7
Days

8-7

الخبراء يحددون «نباتا فائقا» يمكنه امتصاص تلوث الهواء في الطرق المزدحمة

أشارت دراسة حديثة إلى أن أولئك الذين يعيشون بالقرب من الطرق المزدحمة، يمكنهم الحد من تلوث الهواء بطريقة أبسط مما قد يعتقدون، بفضل «نباتة فائقة» تحبس الانبعاثات. ووجد الباحثون أن نوعا من نبات السفرجلية أو Cotoneaster franchetii، يحمل اسم Cotoneaster franchetii، يمتص التلوث أكثر من الشجيرات المماثلة الأخرى، وفقا لجمعية البستنة الملكية. ويفضل أوراقه الكثيفة والمشعرة، كان نبات امتصاص جزيئات الدخان المرورية مقارنة بنباتات مثل الزعرور والأرز الأحمر الغربي. وفي سبعة أيام فقط، وجد الباحثون أن سياتجا كثيفا بطول متر واحد فقط أزال نفس كمية التلوث التي تنبعث من السيارات على مسافة 500 ميل. ومع ذلك، على الرغم من أن Cotoneaster franchetii أكثر فاعلية على الطرق ذات الازدحام المروري، إلا أنه لم يحدث فرقا على طول الشوارع الأكثر هدوءا. وقالت الدكتورة نيغانا بلانوسا، كبيرة الباحثين، إن النباتات القطنية ستكون مثالية للزراعة على طول الطرق المزدحمة في مناطق التلوث الساخنة حيث طرق المدن الرئيسية ذات حركة المرور الكثيفة.

وتشكل الدراسة جزءا من عمل جمعية البستنة الملكية (RHS) للتخفيف من المشكلات البيئية مثل تلوث الهواء والفيضانات وموجات الحر، وتعزيز فوائد الحدائق والمساحات الخضراء. وفي حين وجدت دراسة استقصائية شملت 2056 شخصا من جمعية البستنة الملكية أن ثلثهم (33%) تأثروا بتلوث الهواء، فإن 6% فقط يتخذون خطوات نشطة في حدائقهم للتخفيف من ذلك. وقال حوالي 86% ممن شملهم الاستطلاع من قبل YouGov إنهم يهتمون بالقضايا البيئية، في حين أن 78% قلقون بشأن تغير المناخ، وتأمل جمعية البستنة الملكية في تسخير هذا الاهتمام لتشجيع الناس على التفكير في مساعدة البيئة في حدائقهم. وقال البروفيسور أليستير غريفيث، مدير العلوم والمجموعات الخيرية في المؤسسة: «إننا نحدد باستمرار النباتات الفائقة الجديدة ذات الصفات الفريدة التي توفر فوائد معززة، عند دمجها مع النباتات الأخرى، بالإضافة لتوفير الموائل التي تشتد الحاجة إليها للحياة البرية». وأضاف: «إذا زُرعت في الحدائق والمساحات الخضراء يمكننا إحداث فرق كبير في مكافحة تغير المناخ».



Air pollution increases risk of sight loss from age-related macular degeneration, study

Small increases in air pollution are linked to an increased risk of irreversible sight loss from age-related macular degeneration, a new study has found.

Researchers at UCL found that people in the most polluted areas were at least eight per cent more likely to report having age-related macular degeneration.

The findings of the long-term study were published in the British Journal of Ophthalmology and used data from 116,000 people in the UK Biobank database aged 40-69 with no eye problems at the start of the study. The health of the retina was examined by scans for more than 50,000 people.

Researchers cannot yet say why air pollution increases the risk of sight loss from age-related macular degeneration, but believe it could be because the eyes

have a particularly high flow of blood, potentially leaving them vulnerable to the damage caused by tiny particles that are breathed in and then flow around the body.

Professor Paul J Foster from UCL Institute of Ophthalmology led the study. He said: "Here we have identified yet another health risk posed by air pollution, strengthening the evidence that improving the air we breathe should be a key public health priority. Our findings suggest that living in an area with polluted air, particularly fine particulate matter or combustion-related particles that come from road traffic, could contribute to eye disease. Even relatively low exposure to air pollution appears to impact the risk of AMD, suggesting that air pollution is an important modifiable risk factor affecting risk of eye disease for a very large number of people."

Age-related macular degeneration is

the most common cause of permanent and severe sight loss in the UK, with approximately 1.2 million people having the condition in its early stages. Seven hundred thousand people in the UK have late-stage age-related macular degeneration.

Air pollution has been implicated in brain conditions such as Alzheimer's disease, Parkinson's disease and stroke, while a 2019 study by the same research team found that air pollution was linked to elevated glaucoma risk.

This study was funded by Moorfields Eye Charity, NIHR, Alcon Research Institute, and the International Glaucoma Association (Glaucoma UK). Paul J Foster has received funding from Fight for Sight for several projects, related predominately to glaucoma research. In addition, The UK Biobank Eye and Vision Consortium has received funding from Fight for Sight.



قانون لحماية الحيوانات في كويا.. يمنع «الألعاب غير المشروعة»

وافق مجلس الدولة الكويبي على قانون مخصص لحماية الحيوانات يشكل انتصاراً للمجتمع المدني الذي ترجم بذلك أحد مطالبه للمرة الأولى إلى قانون.

وأوضحت وزارة الزراعة الكويبية الجمعة في بيان نشرته على موقعها الإلكتروني أن «إقرار قانون حماية الحيوانات يمثل استجابة للأراء الكثيرة التي أبدت خلال المشاورات الشعبية في شأن المشروع». ويسري تطبيق القانون بعد 90 يوماً من نشره في الجريدة الرسمية، وهو يلحظ عقوبات تتراوح بين الغرامات والحبس للمخالفين.

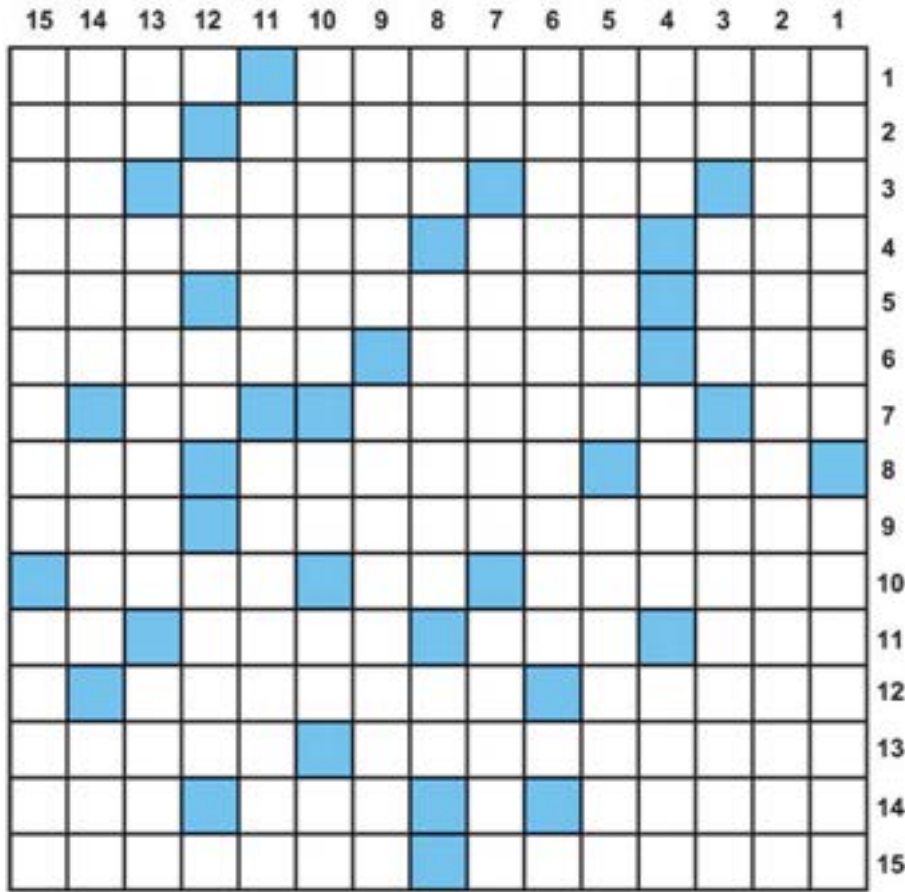
ونقل التلفزيون الحكومي عن الرئيس الكويبي ميغيل دياز كانييل قوله إن هذا القانون «عصري» و«يتناسب مع كويا الحالية»، مشدداً على أنه «نتيجة حوار مع الشعب».

وصدرت مواقف مرحبة بالإعلان عن القانون الذي اعتُبر انتصاراً للمجتمع المدني الكويبي الذي يشهد لأول مرة ترجمة مطالبه إلى تشريعات.

وفي السابع من أبريل/نيسان 2019، تظاهر نحو 500 شخص في هافانا للمطالبة بقانون لحماية الحيوانات، وهو أول احتجاج مستقل وغير سياسي تصرح به الدولة الكويبية.

وكان من المقرر إقرار مشروع القانون في نوفمبر/تشرين الثاني الفائت لكن تأجيله أثار مخاوف النشطاء الذين نجحوا في تدبير اجتماع في وزارة الزراعة للبحث في الموضوع. ووعدت الوزارة، بحسب هؤلاء، بأن «كل الألعاب غير المشروعة ومعارك الحيوانات» ستُمنع.

ولكن بقيت عالقة مسألة الاضاحي الحيوانية التي يُقدم عليها أتباع ديانة السانتيريا التي نشأت في نيجيريا، وأوضحت الوزارة، بحسب النشطاء، أن هذه المسألة «موضوع حساس إلى حد ما» وأنها «لا تستطع منعها». وأشارت الوزارة في بيانها، الجمعة، في هذا الشأن إلى أن القانون ينص على أن الذبائح الحيوانية في الإطار الديني يجب أن تتم «برأفة، وبسرعة، وتجنب الألم» للحيوان، أي «بطريقة إنسانية».



عمودي

أفقي

- 1- معنى اسم الاكوادور - عائلتي وعزوتي (م)
- 2- الاستفسارات - عكس علم
- 3- للنفي - علم مؤنث - يحطمه (م) - غم وحزن
- 4- دولة (م) - ابو البشرية - عكس ضيقناها
- 5- وقت - من مراحل نمو النباتات (م) - زمان طويل
- 6- حيك (م) - نجلي - اعطيها
- 7- للنداء - مقتحم - حرف اجنبي (م)
- 8- فكه - النوم - الان بالانجليزي
- 9- البراهين (م) - نظيره (م)
- 10- الرفيق في الدراسة او العمل - متشابهان - من الطيور (م)
- 11- يحسن (م) - اذل (م) - ماركة سائل لغسيل الصحون (م) - اكمل
- 12- اجبار (م) - نبات طيب الرائحة
- 13- ممثلة مصرية (م) - انثى الحصان (م)
- 14- متشابهة - وظائف - متشابهة
- 15- متشابهة - للذاهب (م)
- 1- ممثل مصري - البنيان (م)
- 2- مطرب خليجي كبير راحل - المطر الشديد (م)
- 3- متشابهان - سلالة - صوت الطائرات (م)
- 4- مله (م) - مكترث وميال - الندى (م)
- 5- ادعاءات - دولة اوروبية (م)
- 6- ممثلة خليجية قديرة
- 7- جبل صغير - المخلوقات (م) - متشابهة
- 8- كيف بالانجليزي (م) - مطبوعة لبنانية (م) - حرف نصب
- 9- دولة اسيوية (م) - علم مذكر
- 10- ما يحيط بالارض من الفضاء (م) - للتعريف - متشابهان - نعم بالهندي
- 11- عاونت (م) - مطرب وممثل مصري
- 12- عملة اسيوية - خاصتي - جمع بئر
- 13- مادة توضع على الشعر (م) - ملازماتهم للشيء - الابداع (م)
- 14- متشابهة - اتممت - متشابهة
- 15- السباق الطويل - تحمله الاشياء (م)



تصرف سيئ لكلب بايدن يتسبب بترحيله من البيت الأبيض

تسبب سلوك غير مناسب لكلب الرئيس الأمريكي جو بايدن، داخل البيت الأبيض، في اتخاذه قرارا بإرجاعه إلى منزل العائلة في ولاية ديلاوير.

والكلب المقصود بالقصة هو «ميجور» ذي المزاج السيئ، نظرا لقيامه بعض أحد موظفي الأمن داخل البيت الأبيض، ما استدعى الرئيس إلى إبعاده ومعاقبته على ما يبدو، بحسب ما نشرت شبكة سي إن إن.

وأضاف مصدر للشبكة أن تصرف «ميجور»، أجبر الرئيس على نقله مع كلبه الثاني «تسامب» إلى منزل العائلة، بعد عودة الكلاب داخل البيت الأبيض مع فوز بايدن بعد غياب 4 سنوات.

وكان بايدن وزوجته قد تبنيبا ميجور في العام 2018، وذلك بعدما نشرت أشلي ابنة بايدن منشورا على موقع فيسبوك، تتحدث فيه عن معاناة ستة كلاب من فصيلة «الراعي الألماني» جراء تعرضها للتسمم، ليقرر بعدها الأب بايدن تبني أحداهما بعد أن قبلت جمعية ديلاوير الخيرية منحه إياه.

وقد عُرف عن الكلب «ميجور» سلوكه السيئ في مناسبات متعددة، بما في ذلك القفز والنجاح على الموظفين والأمن، وفقاً للأشخاص الذين تحدثت معهم شبكة سي إن إن.

عائلة أمريكية تتفرغ 10 ساعات لتصنع ثعبانا من الثلج



فيما بدأ أنها هواية تجمع أفراد عائلة أمريكية، كلما هطل الثلج أمام منزلها في ولاية كولورادو، تمكنت العائلة بعد تفرغ نفسها 10 ساعات من صناعة مجسم ضخم لثعبان من الثلج.

وهذه ليست المرة الأولى التي تبذل فيها هذه العائلة بصناعة المجسمات الثلجية، حيث حاز مجسم لثعبان صنعهوا باحتراف أيضا من الثلج العام 2019، على إعجاب أهل الحي الذي يسكنونه، ما فتح مجالاً واسعاً لتبادل الصور وتناقلها عبر مواقع التواصل.

وأضى مورن موسلي وإخوته الخمسة، 10 ساعات في العمل على تمثال الثعبان الذي اتقنوا فيه تقاطيع وجهه إلى جانب تلوينه بما يشبه الثعبان الحقيقي، بطول بلغ أكثر من 23 متراً أمام منزلهم.

«Dead» man in India comes alive moments before autopsy

An Indian man severely injured in a motorcycle crash was found moving on an autopsy table just before doctors prepared to open him up, a health official said.

The 27-year-old from Mahalingapur town in the southern state of Karnataka was brought to a private hospital in a critical condition on where doctors declared him dead and took him off a ventilator.

His family then moved him to a nearby government hospital where he was to undergo a

post-mortem examination on.

Relatives told local media a pathologist saw the body move as it lay on the autopsy table. A government health officer confirmed the incident and told AFP the injured man was then immediately admitted to another hospital, where his condition was improving.

The official said doctors at the private hospital had exercised "bad judgement" when they removed him from the ventilator and presumed him dead. The family has yet to launch a formal complaint, the official added.





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



shop papaya online at :
papayaexpress.com

أسواق الرضا

بجميع فروعها في خدمتكم



تخفيضات كل يوم
أربعاء

تابعونا على :



تشكيلة واسعة من الخضار والفواكه
عالية الجودة وبأقل الأسعار



14615 Warren
Dearborn, MI 48126
(313) 945-8891



25633 Warren
Dearborn Heights, MI 48127
(313) 277-3220



16322 W. Warren
Detroit MI 48228
(313) 584-8755



5635 Schaefer Rd.
Dearborn, MI 48126
(313) 846-5725

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