

اعتقال
مسرب وثائق
البنطاغون..
ورسالة تركها
لوالدته



7 Things
Women Need
To Embrace To
Rise Into Lead-
ership Roles



"قرار تاريخي"
مجلس مينيابوليس
الأميركية يسمح
برفع الأذان 5
مرات يوميا



Waking Up
At 4:00 AM
Every Day
Will Change
Your Life



كيا تكشف
النقاب
عن سيارة
"إي في 9"
الطهرائية



الأمركي اليوم

WWW.ARAB AMERICAN TODAY.NET

سياسية * ثقافية * اجتماعية * شهرية * شاملة * مستقلة

مجلة العربي

أبريل 2023 م - السنة الحادية عشر - العدد: 124

April 2023 - Volume : 11 - Issue :124

THE ARAB AMERICAN TODAY *magazine*



الحرب تتوارى .. الحكمة اليمنية تنتصر
اليمنيون ينجحون إلى السلام
YEMENIS TEND TO PEACE



انتخابات الرئاسة الأميركية 2024:
من المرشحات المعلنون والمتملنون؟

Donald Trump suggests Disney could ditch Florida as he mocks DeSantis over Reedy Creek humiliation



المتهم بطعن الإمام في مسجد
نيوجرسي يكشف عن دافع الجريمة

Recognition of Arab American
Heritage month growing but
still far from complete in US



وفاة وإصابة العشرات في حادث
تدافع خلال توزيع مساعدات مالية
بالعاصمة اليمنية

There is a huge problem with the
Samsung Galaxy S23 camera

7 نصائح لاختيار لون البنطلون
المناسب للقميص الأسود



study: Snoring increases your
risk of stroke - how to stop



EMERGENCY RELIEF



LIFE'S EMERGENCY RESPONSE TEAM HAS ANSWERED THE CALL OF THOSE IN NEED IN OVER **56 DIFFERENT COUNTRIES**

DONATE TODAY

WWW.LIFEUSA.ORG | 1-800-827-3543



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.



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

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

عبدالنصر مجلي

Publisher & Editor -in-Chief
ABDULNASSER MUGALI

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

للإعلان والإشتراكات

313-409-9541

arabamericantoday@yahoo.com

THE INTERNATIONAL MAGAZINE OF ARAB AMERICANS

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

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

please call : 313- 409-9541

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

الإخراج الفني /

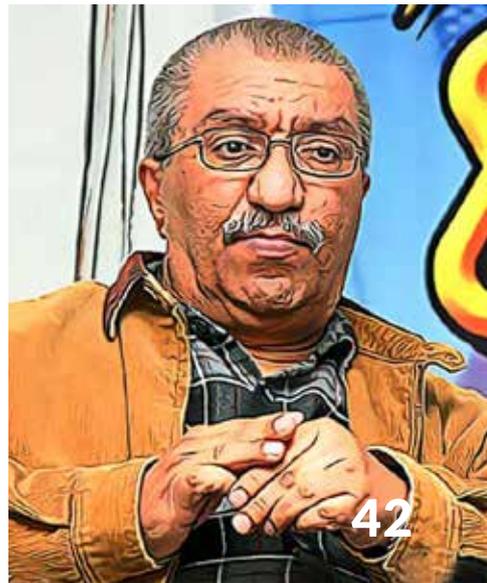
ART DIRECTION
THE ARAB AMERICAN TODAY
MAGAZINE TEAM



12



22



42



تغطية خاصة 18 - 15

سنوات الحرب.. ماذا حدث باليمن منذ
تحرك الحوثيين حتى محادثات صنعاء؟

- العرب اليوم Arabs Today 26
- العالم WORLD 28
- بروفایل profile 42
- قضية Issue 44
- تقارير Reports 50
- سياسة POLITICS 52
- صحافة عالمية Global Press 56
- تكنولوجيا TECHNOLOGY 64
- الرجل THE MAN 66
- نساء رائدات Women Pioneering 74
- صحة وطب Health Medical 86
- سيارات CARS 88
- فضاء SPACE 94



37

نصوص Provision

34

ثقافة culturer

38

تشكيل ART

36

نقد Criticism

39

سينما CINEMA

40

كتب books



39



68



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



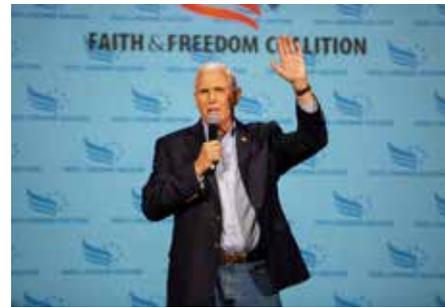
PACKARD PHARMACY **Rx**

**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



انتخابات الرئاسة الأميركية 2024: من المرشحون المعلنون والمحتملون؟



بعدما أعلن الرئيس الأمريكي جو بايدن (الثلاثاء)، ترشحه للانتخابات الرئاسية في 2024، فيما يلي قائمة المرشحين الآخرين، المعلنين منهم كما المحتملين، الذين قد يعترضون طريق الرئيس الديمقراطي في سباقه للاحتفاظ بمقعد البيت الأبيض.

دونالد ترمب: هل يعيد السباق الرئاسي في 2020 نفسه؟

رغم نص الاتهام التاريخي الموجه إليه، تتخطى حظوظ الرئيس السابق الجمهوري دونالد ترمب بالفوز حظوظ المرشحين الجمهوريين. لذلك قد يختاره حزبه لمواجهة بايدن، مجدداً، في نوفمبر (تشرين الثاني) 2024، وفق وكالة الصحافة الفرنسية.

تسبب رجل الأعمال السابق (76 عاماً) بأكبر صدمة سياسية في العصر الحديث حين فاز بالانتخابات الرئاسية الأمريكية في عام 2016.

محاطاً بتحقيقات في قضايا مالية وبممارسة ضغوط على مسؤولين عن العملية الانتخابية في ولاية جورجيا في 2020، بالإضافة إلى تحقيق بشأن طريقة تعامله مع أرشيف البيت الأبيض، يخوض ترمب حملته الانتخابية الجديدة، مستنكراً «حملة اضطهاد» ممارسة بحق.

رون ديسانتييس

يعلق الكثير من الجمهوريين آمالهم على الترشح المحتمل لحاكم فلوريدا رون ديسانتييس (44 عاماً) الذي يُنظر إليه على أنه النجم الصاعد لليمين المتشدد.

في عام 2018، أنتخب الضابط السابق في البحرية حاكماً لولاية فلوريدا (جنوب) بعدما سانده ترمب، الذي يشاركه أفكاره ولكن ليس أساليب تعبيره. ثم نأى بنفسه عنه وزادت شعبيته من خلال تصريحات يمينية متطرفة حول التعليم والهجرة. وفي مطلع نوفمبر، قال ديسانتييس بعد انتخابه حاكماً لفلوريدا مجدداً «المعركة بدأت للتو». مع ذلك، لا يُتوقع أن يعلن ترشحه رسمياً قبل فصل الصيف.

مايك بنس

بعد سنوات من الولاء الثابت لدونالد ترمب، غيّر نائب الرئيس السابق مايك بنس، نبرته بعد أحداث الكابيتول في السادس

من يناير (كانون الثاني) 2021. ويبدو هذا المسيحي الإنجيلي البالغ من العمر 63 عاماً والمعارض الشرس للإجهاض، مصمماً على الترشح لرئاسة البيت الأبيض. يطوف مقدم البرامج الإذاعية السابق البلاد ويلقي خطابات في ولايات يُحتمل أن تُحدث فرقا خلال الانتخابات التمهيدية للجمهوريين.

نيكي هايلى

الحاكمة السابقة لولاية كارولينا الجنوبية والسفيرة الأمريكية السابقة لدى الأمم المتحدة نيكي هايلى، هي المرأة الوحيدة التي تخوض الانتخابات التمهيدية للحزب الجمهوري. ولطالما انتقدت تصريحات ترمب عن أن الانتخابات «سُرقت» منه بعد هزيمته أمام بايدن.

تيم سكوت

يحلم السيناتور عن كارولينا الجنوبية، تيم سكوت، بأن يصبح أول رئيس أمريكي جمهوري أسود. ففي نوفمبر الماضي، قال سكوت (57 عاماً) إن جده سبق أن صوت للديمقراطي باراك أوباما، مضيقاً: «أتمنى لو كان قد عاش لفترة كافية لرؤية رئيس آخر أسود وجمهوري هذه المرة!».

آخرون

في مطلع مارس (آذار)، أعلنت ماريان ويليامسون، مؤلفة الكتب الأكثر مبيعا عن الروحانيات والرفاهية، ترشحها للانتخابات الرئاسية الأمريكية في 2024 بعد أربع سنوات من إخفاقاتها في الاقتراع التمهيدى للحزب الديمقراطي. وفي 19 أبريل (نيسان)، أعلن روبرت كينيدي جونيور، ابن شقيق الرئيس الـ35 للولايات المتحدة جون إف. كينيدي، ترشحه رسمياً للانتخابات 2024.

ويليامسون وكينيدي هما الديمقراطيان الوحيدان، إلى جانب بايدن، اللذان دخلا سباق ترشيح الحزب الديمقراطي. لكن فرصهما تبدو ضئيلة جداً.

من الجانب الجمهوري، الحاكم السابق لولاية أركنسو، آسا هاتشينسون، ورائدا الأعمال فيفيك راماسوامي وبيري جونسون، مرشحون أيضاً للانتخابات التمهيدية، لكن ترشيحاتهم لا تبدو واعدة جداً.

اعتقال مسرب وثائق البنتاغون.. ورسالة تركها لوالدته

أعلن وزير العدل الأمريكي، ميريك جارلاند، عن إلقاء القبض على مشتبه به في تنظيم عملية تسريب وثائق البنتاغون السرية.

اعتقال تيكسيرا

وقال جارلاند للصحفيين: «اعتقلت وزارة العدل الأمريكية جاك دوغلاس تيشيرا بتهمة تسريب المعلومات السرية الخاصة بالأمن الوطني ونشرها بشكل غير مسموح به.. واحتجز موظفو مكتب التحقيقات الفيدرالي تيكسيرا». ويعتقد محققون أن عضو الحرس الجوي المتخصص في الاستخبارات قاد مجموعة محادثات على الإنترنت نشرت فيها الوثائق.

وأعلن جارلاند أن المتهم هو جاك تيكسيرا (21 عاما)، وقال إنه ستوجه إليه تهمة بالكشف دون تصريح عن معلومات سرية تتعلق بالدفاع الوطني.

اعتقلوه دون مشكلات

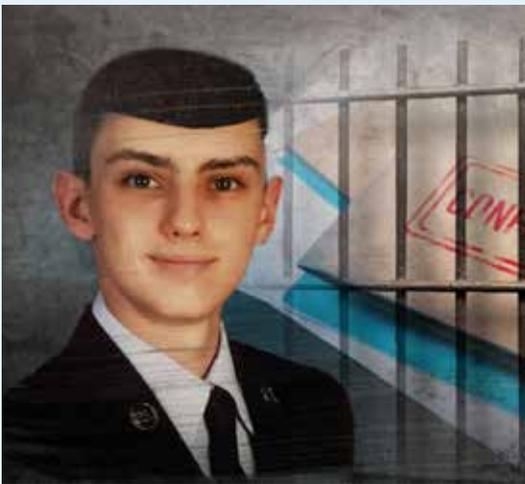
وكان عملاء إف بي آي، قد داهموا، منزل تيكسيرا في ماساشوسيتس، وأستطاع عملاء مسلحون وتكتيكيون القبض عليه من أمام المنزل "دون مشكلات"، وفقا لجارلاند.

فيما لم يتضح حتى اللحظة ما إذا كان لديه محام يتحدث بالنيابة عنه، كما تركت رسالة على الهاتف لرقم يعتقد أنه لوالدته لكن لم يرد عليها أحد بعد.

رتبته صغيرة!

على الأرجح سيثير تحديد هوية تيشيرا تساؤلات حول كيفية تمكن شاب ذي رتبة صغيرة من الكشف عن أهم تسريب لوثائق استخباراتية خلال سنوات. وسارعت إدارة بايدن على مدار الأيام الماضية لاحتواء تبعات التسريب الذي كشف عن مواطن ضعف محتملة في قدرات الدفاع الجوي لأوكرانيا وعرض تقييمات خاصة من حلفاء بشأن مجموعة من الشؤون الاستخباراتية.

ولم يؤكد الحرس الوطني هوية الرجل، لكنه قال في بيان "نحن على علم بالتحقيق في الدور المزعوم الذي قد يكون حارس بالحرس الجوي الوطني ماساشوسيتس قد لعبه في تسريب وقع مؤخرا لوثائق بالغة السرية».



Donald Trump suggests Disney could ditch Florida as he mocks DeSantis over Reedy Creek humiliation

Donald Trump mocked Ron DeSantis for the recent debate over changes to the Reedy Creek Improvement District by suggesting Walt Disney World could retaliate against the Florida Governor.

"DeSanctus is being absolutely destroyed by Disney," the former president wrote on Truth Social .

Mr Trump's reference was to the recent legislation Mr DeSantis passed as an attempt to exercise more control over Disney World, which had its own government jurisdiction.

Last year, Mr DeSantis signed into law a new piece of legislation that would abolish the special taxing district Disney is part of.

The district, originally called the Reedy Creek Improvement District, was first created in 1967 to give Disney control of the land and zoning rules around it.

However, in February, Mr DeSantis decided not to dissolve it and instead appointed conservative activists to the board of the Reedy Creek Improvement District, which is now called the Central Florida Tourism Oversight District.

The governor then hit a roadblock in March, when the previous board approved a last-minute clause that allows Disney the final say, "21 years after the death of the last survivor of the descendants of King Charles III, king of England."

Mr Trump ridiculed Mr DeSantis, saying, "His original P.R. plan fizzled, so now he's going back with a new one in order to save face."

Mr DeSantis held a press conference this past week threatening Disney should they not cooperate. This included potentially raising the park's taxes, building a prison next door, or selling the land around Disney to a different theme park.

Mr Trump added, "Disney's next move will be the announcement that no more money will be invested in Florida because of the Governor- In fact, they could even announce a slow withdrawal or sale of certain properties, or the whole thing."

"Watch! That would be a killer. In the meantime, this is all so unnecessary, a political STUNT! Ron should work on the squatter MESS!"

Mr Trump's mocking comments about Mr DeSantis are becoming more common as he looks to the Republican nomination for 2024 president. Though Mr DeSantis has not formally announced a campaign, many believe he will and could be a leading opponent to Mr Trump.

Mr Trump has launched public attacks on Mr DeSantis. The Disney debacle is just the latest one to come from the former president who has also criticised the Florida Governor's Covid-19 policies.

The back-and-forth between Mr DeSantis and Disney is thought to have begun after the massive corporation pushed back against Mr DeSantis' Parental Rights in Education Act, also known as the "Don't Say Gay Bill."

Disney announced they would host their very first "Pride Nite," which some believe is a direct troll on Mr DeSantis.



579 ألف دولار.. قيمة دخل بايدن وزوجته خلال 2022

وصوتت لجنة برلمانية في كانون الأول/ديسمبر الماضي لصالح نشر بيانات ضرائب الملياردير بين عامي 2015 و2020.

وأفادت معلومات مثلاً بأن دونالد ترمب دفع 750 دولارًا فقط ضرائب في 2017 أول سنة من ولايته الرئاسية ثم حوالي مليون في 2018 و2019... ولا شيء على الإطلاق في 2020 عام هزيمته أمام بايدن وخسائر بلغت خمسة ملايين دولار.

ألفا و918 دولارًا في 2022. وبايدن الذي يشير بشكل متزايد إلى نيته السعي للترشح لولاية ثانية، قد يواجه دونالد ترمب في انتخابات 2024.

نشر بيانات ضرائب ترمب

ويكافح الرئيس الجمهوري السابق الذي خالف ممارسات البيت الأبيض في الشفافية المالية، من أجل الإبقاء على سرية بياناته الضريبية.

الديمقراطي البالغ من العمر 80 عامًا، في إشارة غير بريئة في الأجواء السياسية الأمريكية. وقال النيان إن الزوجين بايدن تبرعا أيضًا بـ20180 دولارًا للجمعيات الخيرية العام الماضي.

دخل نائبة الرئيس

كما أضاف البيت الأبيض أن نائبة الرئيس كامالا هاريس وزوجها دوغ إمهوف أعلنوا أن دخلهما بلغ 456

أعلن البيت الأبيض، أن الرئيس الأمريكي جو بايدن وزوجته جيل بايدن، التي تعمل أستاذة جامعية حقت في 2022 دخلا قدره 579 ألفًا و514 دولارًا ودفعا ضرائب قدرها 169 ألفًا و820 دولارًا.

وأوضحت الرئاسة أنه «بنشر هذه المعلومات، يكون بايدن قد أعلم الجمهور ببيانات ضريبية لما مجموعه 25 عامًا».

الالتزام بالشفافية

وشدد البيان على «الالتزام بالشفافية» من جانب الرئيس

يلين: العقوبات تشكل "خطرًا" على هيمنة الدولار

تُستخدم عالميًا في المعاملات. ولم نر أي دولة أخرى لديها... بنية تحتية مؤسسية تسمح لعملتها لتؤدي هذا الدور العالمي».

كما شددت جانيت يلين على أن العقوبات الاقتصادية «أداة بالغة الأهمية» تستخدمها دول حليفة أيضًا ضد روسيا ضمن «تحالف شركاء يعملون معًا».

وردا على سؤال حول إمكانية استخدام أصول البنك المركزي الروسي المجمدة لإعادة إعمار أوكرانيا، اعتبرت الوزيرة الأمريكية أن «على روسيا أن تدفع ثمن الأضرار التي سببتها لأوكرانيا».

لكنها استدركت قائلة «هناك قيود قانونية على ما يمكننا فعله بالأصول الروسية المجمدة، ونحن نناقش مع شركائنا ما يمكن عمله مستقبلاً».

أقرت وزيرة الخزانة الأمريكية جانيت يلين أن العقوبات الاقتصادية على روسيا خصوصاً، تشكل «خطرًا» على هيمنة الدولار.

خلال مقابلة مع شبكة «سي إن إن»، قالت يلين ردا على سؤال بشأن استعمال الدولار سلاحاً «هناك مخاطرة مرتبطة بدور الدولار عند استخدامنا العقوبات المالية... بأن تقوض على المدى الطويل هيمنة الدولار».

وأضافت «بالطبع، يخلق ذلك إرادة لدى الصين وروسيا وإيران لإيجاد بديل. لكن أسباب استخدام الدولار عملة عالمية تجعل من الصعب على الدول الأخرى إيجاد بديل بنفس الخصائص».

وتابعت وزيرة الخزانة الأمريكية «لدينا أسواق رأسمالية وسيادة قانون قوية للغاية، وهما أمران أساسيان لعملية



US urges ratification of Sweden's NATO bid

The US has reiterated its support for Sweden's NATO membership as Secretary of Defense Lloyd Austin visited the country to meet with his Swedish counterpart, marking the first time a Pentagon chief has visited the Nordic state in over 20 years.

Austin told reporters at a press conference that Washington "looks forward to soon welcoming Sweden as the 32nd member of NATO, and said the US hopes this happens before the upcoming NATO summit in July.

The defense chief urged Türkiye and Hungary, the last two NATO members yet to approve Stockholm's membership, to ratify the accession as soon as possible.

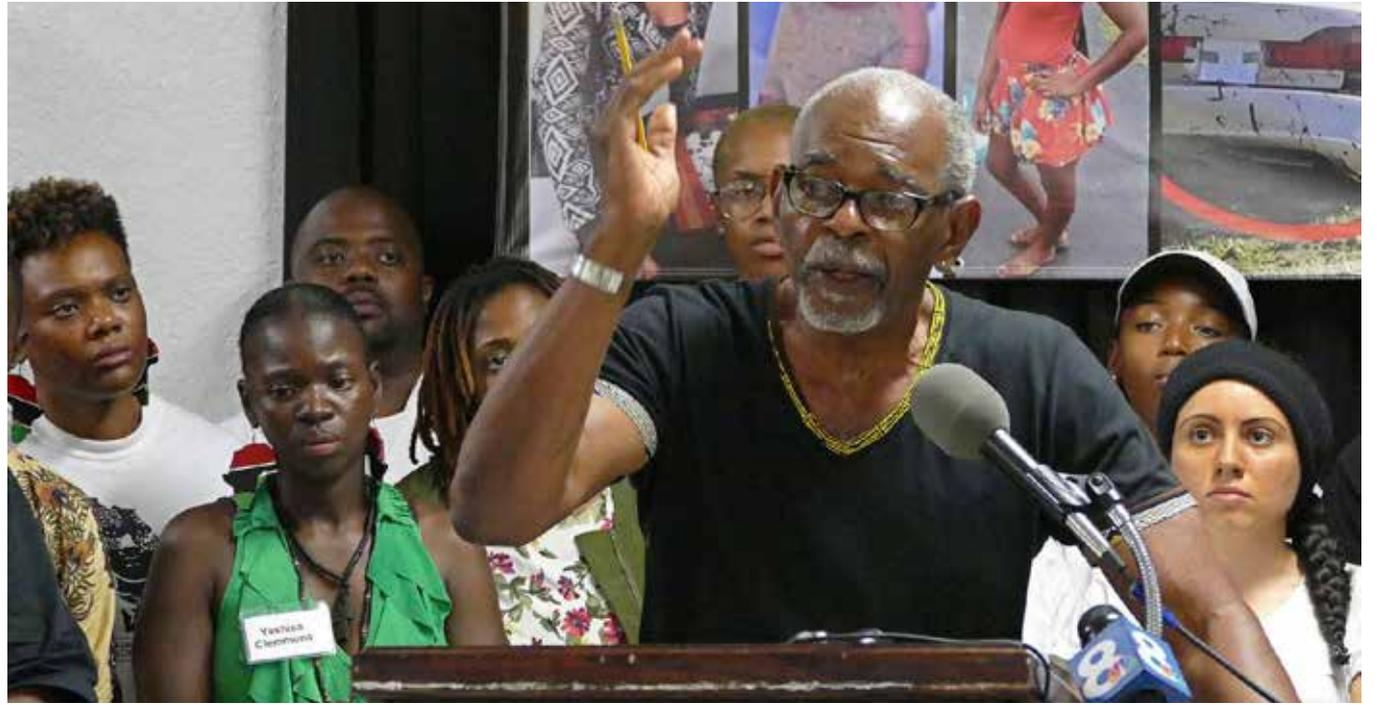
Last May, Sweden and Finland renounced their longstanding neutrality and submitted bids to join the US-led military bloc, citing the perceived threat from Russia due to its military operation in Ukraine.

However, in order to be accepted into the bloc, the membership application must first be ratified by all current member states. This process was blocked by Hungary and Türkiye, with Ankara accusing the Nordic states of supporting Kurdish "terrorist groups" such as the Kurdistan's Workers' Party (PKK).

While Finland's bid was eventually ratified by both Ankara and Budapest in late March, with the country officially joining the bloc earlier this month, Sweden's NATO bid has remained in limbo.

The Turkish authorities claim that Stockholm has not yet fully addressed its grievances, while Hungarian Prime Minister Viktor Orban has accused it of "spreading blatant lies about Hungary, about the rule of law in Hungary, about democracy, about life here."

Both Sweden and Finland have been fiercely critical of Hungary's conservative government. Both support the EU's withholding of funds from Budapest over Orban's supposed stifling of LGBTQ and migrant rights, as well as judicial independence concerns.



امريكا تتهم مجموعة قوميين اميركيين من أصل إفريقي بالعمل لحساب روسيا

«الهيمنة الرأسمالية والاستعمارية الأمريكية»، كما ورد في موقعه على الإنترنت. ويفيد محضر الاتهام بأن يشيتيلا سافر إلى روسيا في 2015 لإبرام صفقة مع حركة إيونوف. وفي 2016، مول إيونوف جولة من التظاهرات التي نظمتها هذه الحركة لدعم «عريضة حول جريمة إبادة جماعية ضد الشعب الإفريقي في الولايات المتحدة».

وإلى جانب عملية زعزعة الاستقرار هذه، حاول المتهمون أيضًا التأثير على الانتخابات المحلية في 2017 و2019 في سانت بطرسبرغ بولاية فلوريدا، حيث يقع مقرها. كما يشتهب في أنهم سعوا للتأثير على الانتخابات الوطنية في 2020.

وفي 2022 تلقى أحد المتهمين أوغسطس رومان أموالاً من إيونوف «للترويج لمصالح روسيا المرتبطة بالغزو الروسي لأوكرانيا»، حسب الاتهام.

وقال نائب مدير مكتب التحقيقات الفدرالي (اف بي آي) بالوكالة كورت رونو إن «إعلان اليوم يرسم صورة مقلقة لأعمال الحكومة الروسية والحدود التي يرغب جهاز الأمن الفدرالي الروسي في تجاوزها للتدخل في انتخاباتنا وزرع الشقاق في بلدنا وفي نهاية المطاف تجنيد مواطنين أمريكيين لمساعدتهم في جهودهم». وقالت وزارة العدل الأمريكية إن كل المتهمين كانوا على علم بأن إيونوف الذي يعتقد أنه فر الآن إلى روسيا، كان يعمل لحساب موسكو.

واكتسبت الحركة القومية السوداء المرتبطة بأسمي مالكولم إكس أو «الفهود السود» زخمًا في الولايات المتحدة في منتصف القرن العشرين. وهي تتبنى منطج مواجهة مع السلطات للدفاع عن مصالح الأمريكيين من أصول إفريقية. وقد تأسس «حزب الشعب الاشتراكي الإفريقي» في 1972 ويدافع عن «الطبقة العاملة الإفريقية» ضد

اتهمت وزارة العدل الأمريكية مؤسس مجموعة قومية لأميركيين من أصول إفريقية وثلاثة أعضاء فيها، رسمياً بالتعاون مع أجهزة الاستخبارات الروسية للتأثير على الانتخابات في الولايات المتحدة. ونشبهت السلطات الأمريكية بأن أواملي يشيتيلا، مؤسس «حزب الشعب الاشتراكي الإفريقي» و«حركة أوهورو»، وثلاثة أعضاء آخرين في الحزب، هم عملاء يعملون لحساب روسيا وتآمروا ضد المصالح الأمريكية، خصوصاً عبر محاولة التأثير على عدد من الانتخابات. وقد يُحكم على يشيتيلا والأعضاء الثلاثة الآخرين في الحزب، ببني جوان هيس وجيسي نيفيل وأوغسطس رومان، بالسجن لمدة يمكن أن تصل إلى عشر سنوات. ويفيد محضر الاتهام بأن المتهمين الأربعة تلقوا أموالاً ودعمًا من ألكسندر إيونوف وهو عميل سري روسي يقدم نفسه على أنه زعيم حركة مناهضة للعولمة، وكذلك من جواسيس لجهاز الأمن الفدرالي الروسي (اف اس بي).

يوميو يتراجع عن خطته للترشح للرئاسة الأمريكية في 2024

أعلن وزير الخارجية الأمريكي السابق مايك بومبيو أنه لن يترشح لانتخابات الرئاسة الأمريكية المقبلة في 2024. دون ذكر الأسباب

وقال بومبيو في حديث له، فوكس نيوز: «اتخذت القرار. توصلنا إلى الاستنتاج بأننا لن نشارك في السباق في 2024».

وأضاف: «نحن قلقون جدا على أمريكا والقضايا التي تحدثت عنها خلال العام ونصف العام الأخير أو حتى خلال العقود، ولكن الآن ليس وقتها».

يذكر أن مايك بومبيو وزير الخارجية الأمريكي في 2018 - 2021، ومدير وكالة الاستخبارات المركزية خلال 2017 - 2018، في إدارة الرئيس السابق دونالد ترامب، كان أحد المرشحين المحتملين لخوض السباق الرئاسي عن الحزب الجمهوري في 2024.

وكان بومبيو في وقت سابق لم يستبعد إمكانية ترشحه للرئاسة الأمريكية.



حاكم ولاية نيو هامبشاير يعارض ترشيح ترامب للرئاسة في 2024 ويصفه بـ «الفاشل»

قال حاكم ولاية أمريكية من الحزب الجمهوري، إن الرئيس السابق دونالد ترامب «فاشل» ولن يكون بالضرورة المرشح الجمهوري للانتخابات الرئاسية 2024، «رغم هيمنته على استطلاعات الانتخابات التمهيدية»، وفق تصريحات له، الأحد 23 أبريل/ نيسان 2023.

جاء ذلك في حديث لحاكم ولاية نيو هامبشاير، كريستوفر ستونو، على شبكة NBC الأمريكية، حيث سُئل ستونو عن تصريحات أدلى بها على الشبكة نفسها قبل شهرين فقط، حين قال إن ترامب «لن يكون مرشح الحزب الجمهوري».

يُنظر إلى كريستوفر ستونو، الحاكم الجمهوري في جزء ديمقراطي من البلاد، على أنه مرشح محتمل للتيار المعتدل، لو أن هذا التيار ظل موجوداً في حزب يهيمن عليه ترامب، بحسب صحيفة The Guardian البريطانية. وقال ستونو في فبراير/ شباط الماضي: «نحن نتقدم كحزب وكدولة. وهو لن يكون المرشح، فهذا لن يحدث. إليكم الأخبار السارة.. جاهزون لسماعها؟ أنتم مخطئون تماماً؛ هو لن يكون المرشح». في السياق، صرح ستونو لشبكة NBC خلال اللقاء ذاته، بأنه «حدثت تطورات بالتاكيد»، لكنه أصر: «ما زلت أرى أنه لن يكون المرشح بالضرورة».

أضاف: «الجمهوريون يدعمون الرئيس السابق ترامب في الاتهامات الموجهة إليه، أليس كذلك؟ ولكن هل يُترجم هذا فعلاً إلى تصويت؟ سترى، أعني، معظم الناس لا يقررون لمن سيصوتون قبل نحو ثلاثة أسابيع من الانتخابات».

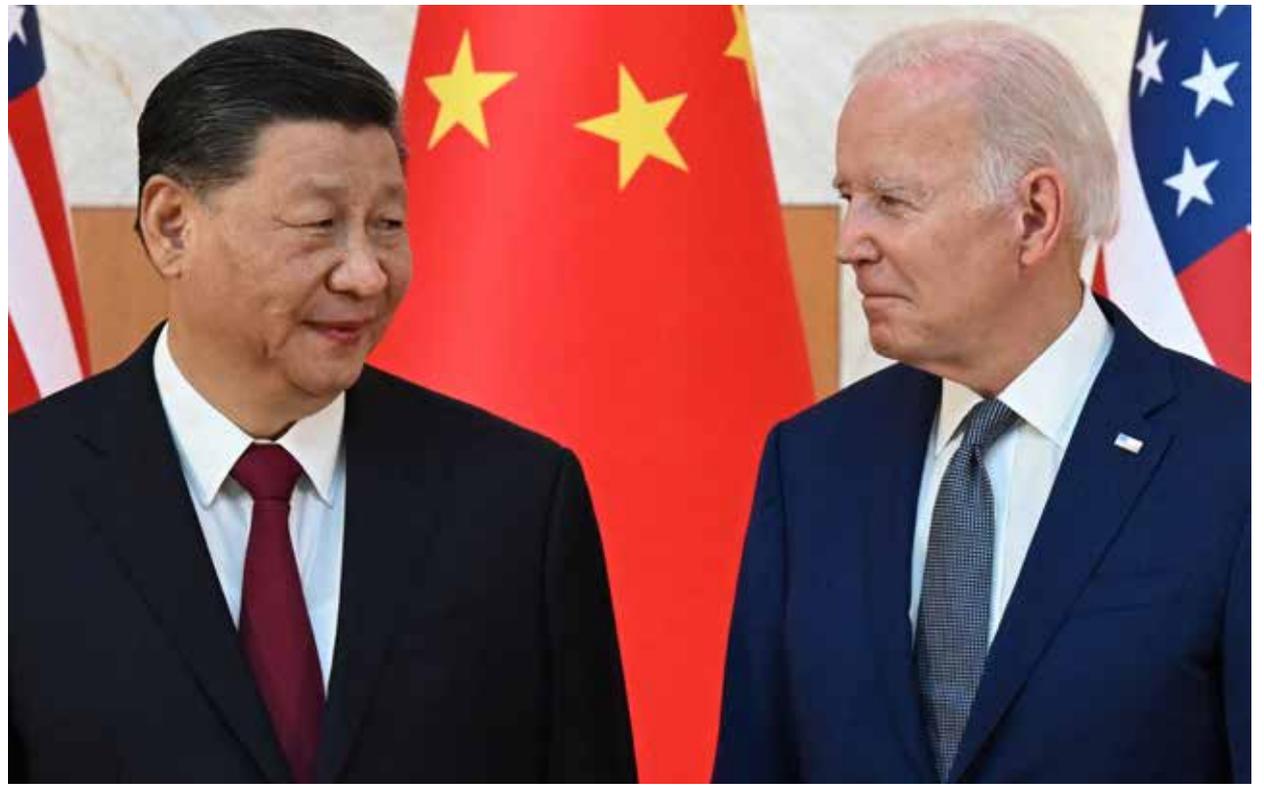
وتابع: «وفي النهاية، نحن نريد فائزاً، أليس كذلك؟ الجمهوريون يريدون شخصاً يمكنه الفوز في 24 نوفمبر/ تشرين الثاني (2024). ودونالد ترامب فاشل. ولم يفشل مرة واحدة فقط. فقد أفقدنا مقاعدنا في مجلس النواب عام 2018. وخسر كل شيء عام 2020. وكان يفترض أن يكون لدينا 54 سيناتوراً الآن لكن هذا لم يحدث بسببه. وبذلك يعد دونالد ترامب ليفشل للمرة الرابعة عام 2024. ونحن بحاجة إلى مرشحين يمكنهم الفوز». ويتساءل كثيرون داخل وخارج صفوف الجمهوريين إن كان رون دي سانتيس هو هذا النوع من المرشحين. إذ تراجع حاكم فلوريدا في الاستطلاعات، ويواجه مشكلات مثل توقف مانع رئيسي، توماس بيتري، عن دعمه لانزعاجه من سياسات اليمين المتشدد مثل حظر كتب مدرسية والإجهاض لمدة سنة أسابيع.

ونقلت مجلة Rolling Stone عن مصدر، كان متحالفاً مع ديسانتيس لكنه تحول إلى دعم ترامب، قوله: «لو أن رون يظن أن الشهرين الماضيين كانا صعبين، فالألم الحقيقي لا يزال بانتظاره».

وقال المصدر الذي لم يكشف عن اسمه: «طبيعة المحادثات بين من اعتادوا العمل لدى رون هي في كثير من الأحيان: (كيف يمكننا تدمير هذا الرجل؟). وهذه الأحاديث لا تحمل الضغائن المعتادة التي يحملها المرؤوسون تجاه مديريهم المرعوبين. بل هي كراهية خالصة أكبر من ذلك بكثير».

أضاف: «الناس الذين كانوا يسافرون مع رون كل يوم، وعملوا معه عن كتب لسنتين، يسخرون من رون ويشكون فيما إذا كان يعرف أسماءهم حتى... وهذا غيظ من فيض».

ولدى سؤال ستونو في لقاء شبكة NBC، عن موعد اتخاذ القرار بخصوص ترشحه، أجاب: «أظن أن الجميع سيقررون بحلول 4 يوليو/ تموز... كثير من الفرص متوافرة هنا... وكثير من الناس يرغبون في الوصول إلى هذه المرحلة. وأظن أن النقاش حول أرقام الاقتراع والمانحين ستبدأ مبكراً، ولذلك أظن أننا سنشهد مرحلة مزدحمة جداً في وقت مبكر».



التنافس بين بكين وواشنطن.. ما تريد أميركا تحقيقه من حرب التجارة؟

على صعيد التبادل التجاري بين الصين وأميركا تشير بيانات مكتب الإحصاء الأمريكي الأخيرة إلى أن عجز تجارة البضائع الأمريكية الحساسة سياسياً مع الصين كان أكبر في العام الماضي 2022 مما كان عليه عندما أصبح ترامب رئيساً، حيث سجل العجز التجاري الإجمالي لأميركا أعلى مستوى له على الإطلاق عند 1.18 تريليون دولار.

وهو ما يعزز وجهات نظر خبراء الاقتصاد أن التعريفات الجمركية والقيود لم تقلل العجز التجاري للولايات المتحدة وأن الحرب التجارية رفعت من التضخم في أميركا وكبدت المواطن الأمريكي خسائر كبيرة.

وحسب تعليقات الزميلة في برنامج كارنيغي آسيا، جينييفر سلوسبرغ، فإن الحرب التجارية ألحقت ضرراً كبيراً بالاقتصاد الأمريكي دون تقليل المخاوف الاقتصادية التي كانت عنوان الحرب التجارية.

وحتى الآن يمكن القول إن الحرب التجارية نجحت في زيادة حصص تجارة شرق آسيا الأخرى مع الولايات المتحدة، كما انخفض نصيب أوروبا من العجز التجاري الإجمالي لأميركا من 21% إلى 18%. وتمكنت كندا والمكسيك كذلك من خلال اتفاقية الولايات المتحدة والمكسيك وكندا من زيادة حصتها التجارية مع أميركا من 11% إلى 18%.

ويرى محللون أن صعود النفوذ الصيني في العالم يهدد النظام الليبرالي الحالي بقيادة الولايات المتحدة في ثلاث مجالات وهي هيمنتها على النظام السياسي والاقتصادي والمالي ويمهد الطريق لنفوذ الصين في المستقبل في مجالات التقنية المتقدمة وبناء القوة العسكرية.

وعلى الرغم من أن الولايات المتحدة مهدت لدخول الصين في منظمة التجارة العالمية الليبرالية (WTO)، إلا أن هذا الانضمام لم يحقق الهدف الذي كانت ترمي إليه واشنطن بتحرير النظام الاقتصادي الصيني القائم على نظم التخطيط المركزي وسيطرة الدولة على النشاط الاقتصادي.

وكانت واشنطن تأمل في تحول الصين إلى اقتصاد السوق عبر عضويتها في منظمة التجارة العالمية وتحريم تدريجياً الشركات الصينية من الائتمان منخفض الفائدة التي تحصل عليها من بنوك الدولة، لأن إدارة الاقتصاد مركزياً في الصين تمنح حوافز عديدة لشركاتها وترفع من قدرتها التنافسية.

وسجل الاقتصاد الصيني نمواً أعلى من المتوقع في الربع الأول من العام الجاري، بدعم من تحرك صانعي السياسات لتعزيز الاقتصاد، بعد إلغاء القيود الصارمة لمكافحة فيروس كورونا في نهاية العام الماضي.

ونما الناتج المحلي الإجمالي بنسبة 4.5% على أساس سنوي في الفترة من يناير/ كانون الثاني حتى نهاية مارس/ آذار، حيث أدى النمو القوي في الصادرات والاستثمار في البنية التحتية بالإضافة إلى انتعاش الاستهلاك المحلي وصعود أسعار العقارات إلى انتعاش ثاني أكبر اقتصاد في العالم.

أطلق الرئيس الأمريكي السابق دونالد ترامب قبل خمس سنوات حرباً تجارية مع الصين، عبر فرض الرسوم الجمركية على مجموعة كبيرة من السلع الصينية المصدرة للولايات المتحدة بهدف تقليل العجز التجاري الثنائي، ثم أضاف خليفته الحالي جو بايدن بنوداً جديدة على الحرب، بتقييد صادرات التكنولوجيا الفائقة وتقليص الروابط المهنية والمالية مع بكين. وأراد كلاهما تقليل واردات السلع المصنعة وإعادة المزيد من الوظائف المهاجرة إلى الولايات المتحدة.

ولكن الأرقام التجارية بين الصين والولايات المتحدة تشير إلى أن سياسة الرسوم التجارية لم تنجح حتى الآن في تقليل العجز التجاري، وعلى العكس من ذلك فإن العجز التجاري الأمريكي مع الصين تزايد منذ بداية الحرب التجارية.

وبالتالي ربما تبدو الأهداف الأمريكية الحقيقية وراء الحرب التجارية تصب في كسب التنافس العالمي على النفوذ العالمي بين دولة عظمى ترغب في الاحتفاظ بموقعها القيادي الأحادي لـ «النظام العالمي القائم»، وهي الولايات المتحدة، وبين دولة صاعدة ترغب في بناء «نظام عالمي جديد» متعدد الأطراف، وهي الصين المتحالفة مع روسيا.

وترى دراسة في معهد «كارنيغي للسلام الدولي» الأمريكي أن المخاوف الأمنية الأمريكية أصبحت الآن هي الأساس لتقليص العلاقات التجارية الأمريكية مع الصين وتقويض إمكانات النمو الصينية، خاصة بعد نشوب الحرب في أوكرانيا وتهديد موسكو للتماسك الأوروبي.

في ذات الصدد، يرى تحليل مؤسسة «تي جي بي» العالمية للأبحاث أن صعود الصين الاقتصادي والمالي بات مقلقاً للولايات المتحدة التي تعتقد أن الثروة هي وسيلة لتحقيق السلطة السياسية والنفوذ العالمي. وبالتالي فإن الصراع على النفوذ العالمي بين بكين وواشنطن بات يتمحور حول الثروة والتقنية.

ويثير التقدم الذي يحرزه الصينيون في مجالات تقنيات الصواريخ والأسلحة النووية والذكاء الاصطناعي قلقاً كبيراً لدى العديد من المراقبين الغربيين الذين يعتقدون أن انقلاباً جذرياً يجري في ميزان القوة العسكرية والثروة يجري حالياً وبسرعة على النطاق العالمي.

خاصة وأن الرئيس الصيني شي جين بينغ يعمل على تحديث القوات المسلحة الصينية بشكل كامل خلال العقود المقبلة. ويقول إن على قوات بلاده المسلحة أن تصبح قوة عسكرية «متفوقة عالمياً» بإمكانها «خوض الحروب وتحقيق النصر فيها» بحلول عام 2049.

كما أن الولايات المتحدة تستهدف محاصرة أسواق الصين في الدول النامية عبر ضرب مبادرة «الحزام والطريق» التي أنفقت عليها الصين حتى الآن نحو تريليون مليار دولار ولكن شركاتها تواجه الآن خسائر كبيرة بدلاً من الحصول على عوائد مجزية منها. وتراجع الشركات الصينية منذ عام 2020 عن وضع استثمارات جديدة في العالم النامي.

ملبوسات ركن الاناقة

THE SUIT CO. & CLOTHING

THOBES - JANABI
- ACCESSORIES

رجال . شباب - اطفال
تطعيم العرس



باسعار مناسبة

الاثنين الى السبت 10 صباحاً الى 7 مساءً
الاحد من 10 صباحاً الى 6 مساءً

المحل يفتح سبعة ايام

CONTACT US

7 Days A Week From 10-7pm Sundays From 10-6pm

14207 Michigan Ave
Dearborn Mi 48126

تخفيضات جيدة بمناسبة الافتتاح

(313)438-0128

 Thesuitco.mi



ألينا هبا محامية ترامب من اصول عراقية وأبرز الوجوه القانونية بأمريكا

المحامية ألينا هبا ذي الأصول العراقية خطفت الأنظار إليها، وشقت الفتاه ذات الملامح الشرقية والاسم العربي طريقها وسط حقل رئاسي، وتدفع مسيرتها للامام كواحدة من أبرز الوجوه القانونية بأمريكا. ويعد مثول الرئيس الأمريكي السابق دونالد ترامب أمام المحكمة في نيويورك، اتجهت الأنظار إلى فريقه القانوني.

ومن ضمن فريق محاميه، لمع أسم المحامية "ألينا حبة" من نيوجيرسي وهي من أصل عراقي، حيث لعبت دوراً حيويًا في الدفاع عن ترامب.

وولدت السيدة هبة في الولايات المتحدة وهي في الـ39 من عمرها الآن، وهي الشريك الإداري لشركة Habba Madaio & Associates LLP، وانضمت إلى فريق ترامب القانوني في سبتمبر 2021، بعد أن عملت سابقًا في شركة محاماة صغيرة في نيوجيرسي.

كما أنها كبيرة مستشاري MAGA، وهي مجموعة تدعم أجندة ترامب السياسية ومعتقداته.

ورغم تعيين ترامب شخصية جديدة في فريق دفاعه، وهو السيد تود بلانش المدعي العام السابق، أمس، إلا أن شخصية ألينا هبا: المحامية الشهيرة والثرية التي تقف إلى جانب الملياردير، تخطف الأضواء بشدة. ما هي جذور السيدة هبة؟

تعرف هبة نفسها على أنها عربية أميركية كاثوليكية تنحدر عائلتها من العراق وتقول إنها "متدينة للغاية". غادروا البلاد في أوائل عام 1980 هربًا من اضطهاد المسيحيين. والدها سعد حبة، أخصائي أمراض الجهاز الهضمي حاز عمله على العديد من الجوائز والتقدير.

كيف انضمت هبا إلى الرئيس السابق ترامب بدأت حكاية هبا وترامب في عام 2019، حينما انضمت المحامية إلى نادي ترامب للغولف بدمينستر في نيو جيرسي؛ على بعد ثماني دقائق بالسيارة من مكتبها القانوني، لتتعرف على الملياردير في إحدى زيارتها للمكان. ولم تكن هبا قد قامت بأي عمل قانوني لصالح ترامب عندما وظفها في فريقه القانوني في سبتمبر/أيلول 2021، لتحل محل العديد من المحامين المعروفين الذين عملوا مع الرئيس السابق لسنوات عديدة.



"قرار تاريخي" .. مجلس مينيابوليس الأميركية يسمح برفع الأذان 5 مرات يوميا

المساجد في أميركا

وكان تقرير بعنوان «المساجد الأميركية في عام 2020: النمو والتطور» أفاد أن هناك ارتفاعاً ملحوظاً في أعداد المساجد بالولايات المتحدة، حيث وصل عددها إلى 2769 مسجداً في العام 2020، مقارنةً بـ2106 مساجد عام 2010 بزيادة قدرها 31%.

وبجانب زيادة أعداد المساجد، فقد زاد أيضاً عدد روادها، حيث بلغ متوسط المصلين في أيام الجمعة 410 أشخاص عام 2020، مقارنةً بـ353 في 2010؛ مما يشكل زيادة قدرها 16%، وفقاً للتقرير الذي أكد أن «ما يقرب من 72% من المساجد سجلت زيادة بنسبة 10% أو أكثر في أعداد حاضري صلاة الجمعة».

ووفق أحدث إحصائية رسمية مطلع عام 2022، يقدر عدد المسلمين في أميركا بحوالي 3.5 ملايين مسلم أي نحو 1.2% من إجمالي السكان.

أجهزة الإنذار وأجهزة ضبط الوقت لمعرفة أوقات الصلوات.

من جهته، رحّب مجلس العلاقات الأميركية الإسلامية «كاير» (CAIR) في بيان بقرار مجلس مدينة مينيابوليس الجديد والذي تم توقيعه من عمدة المدينة.

وقال جيلاني حُسين رئيس المجلس في مينيسوتا «هذا انتصار تاريخي للحرية الدينية والتعددية لأمتنا كلها، نشكر أعضاء مجلس مدينة مينيابوليس لإعطائهم هذا المثال العظيم؛ ونحث المدن الأخرى على أن تحذو حذوه».

ووجه حسين شكرًا خاصًا لعضو المجلس عائشة تشوغتاي، التي قادت الجهود لتمير القرار، مشيرًا إلى أن «مجلس العلاقات الإسلامية الأميركية - مينيسوتا» حضر اجتماع مجلس المدينة وحث الأعضاء على التصويت لصالح القرار.

صوّت مجلس مدينة مينيابوليس في ولاية مينيسوتا بالإجماع لصالح منح الموافقة لمساجد المدينة بإذاعة الأذان عبر مكبرات الصوت 5 مرات يوميا، وبذلك تصبح أول مدينة أميركية في التاريخ تصدر هذا القرار.

وكان يُسمح لمساجد المدينة بإطلاق الأذان طبقاً لقرار مجلس مينيابوليس الصادر في أبريل/نيسان 2022، لكن هذا القرار كان يحدد فترة إذاعة الأذان من الساعة صباحاً إلى العاشرة مساءً، مما كان يتعذر معه إعلان أذان الفجر والعشاء في بعض الأوقات من العام.

وذكرت وسائل إعلام أميركية أنه بعد التصويت الذي أجري بموافقة 12 عضواً بمجلس مدينة مينيابوليس بولاية مينيسوتا، أصبحت إقامة الأذان عبر مكبرات الصوت في جميع المساجد مسموحة طوال ساعات اليوم في الصلوات الخمس. وحتى أوائل عام 2022، كان العديد من المسلمين في مينيابوليس يعتمدون على

Recognition of Arab American Heritage month growing but still far from complete in US

US President Joe Biden issued a lengthy statement recognizing April as Arab American Heritage Month, noting on Friday that "the Arab American story is the American story" and should be recognized formally by all Americans.

Biden said that Arab Americans, like all of the nation's ethnic groups, had contributed to defining America as a country welcoming of immigrants and the cultures they brought with them, serving in the US military and in every profession.

However, Biden said that despite the contribution made to the nation, many Arabs continue to face racism and discrimination.

"This month, we join together to celebrate the immeasurable contributions of Arab Americans to our nation and recommit ourselves to the timeless work of making sure that all people have the opportunity to achieve the American Dream," Biden said during a briefing on March 31.

"Sadly, we also recognize that, even as Arab Americans enrich our nation, many continue to face prejudice, bigotry, and violence — a stain on our collective conscience. Hate must have no safe harbor in this country. We must affirm that sentiment again and again. That is why, on my first day in office, I issued the proclamation on Ending Discriminatory Bans on Entry to the United States, which harmed the Arab American community. I also signed an executive order charging the federal government with advancing equity for historically underserved communities, including Arab Americans. I was proud to host a first-of-its-kind United We Stand Summit at the White House and announce new measures to help communities prevent and respond to hate-based threats, bullying and harassment."

Biden established an interagency group to "coordinate" the federal government's efforts to fight antisemitism and Islamophobia, and is exploring ways to include Arabs in the 2030 US Census drive, leaning toward adding to the census questionnaire the phrase "MENA" (Middle East and North Africa) rather than the word "Arab."

For many years, Arabs in only a few states such as Michigan, Illinois, California, Washington D.C., Arizona and Texas celebrated Arab American Heritage Month individually and during different months of the year.

That changed in 2017 when Arab American leaders launched a coordinated effort to designate one month, April, as Arab American Heritage Month. In 2018, Illinois became the first state to pass a law officially recognizing April as Arab American Heritage Month.

Since then, 44 other states have approved proclamations recognizing April as Arab American Heritage Month and Arab contributions to American society.

In 2022, the recognition of April as Arab American Heritage Month received a major boost when Biden became the first US president to recognize it as an official national commemoration.

"We have seen a steady progression, first to bring Arab Americans together to recognize one month to celebrate our rich cultural heritage, and we have seen many Americans and elected officials support this important designation," said American Arab Chamber of Commerce of Illinois President Hassan Nijem who was instrumental in getting the law passed in 2018.

"Last year, President Biden recognized April nationally as Arab Heritage Month and it has been followed by proclamations and declarations from members of Congress, state governors and legislatures in 45 states. We still have a way to go, but the recognition of the contributions of Arab Americans to the richness of this country is undeniable."

Several Biden administration officials and department heads issued

statements affirming April as Arab American Heritage Month. On April 1, US Secretary of State Antony Blinken, speaking for the Biden administration, issued a proclamation honoring Arab American Heritage Month.

"Last year, President Biden became the first US president to declare April as National Arab American Heritage Month, in recognition of the contributions of Arab Americans to the United States that are as old as America itself. Americans of Arab heritage have advanced the nation's achievements in diplomacy, science, technology, as well as in art and culture," Blinken said.

"Arab Americans have also been at the forefront of the fight for civil rights and social justice. We mark National Arab American Heritage Month by celebrating the rich culture and heritage of Arab Americans and honoring the contributions to this country, including proudly here at the Department of State."

The Democratic National Committee Chairman Jaime Harrison joined the DNC's Ethnic Council Chairman James Zogby, also the president of the Arab American Institute, in issuing a statement saluting Arab culture during April Arab American Heritage month.

"This Arab American Heritage Month, we celebrate the culture, contributions, and achievements of Arab Americans across our country. This vibrant and diverse community, with roots in 22 countries in the Middle East and North Africa and numerous cultural and religious traditions, represents the best of who we are," a statement released on Saturday by the DNC read.

"President Biden understands that, and it is why the Biden-Harris administration recognized April as National Arab American Heritage Month for the first time nationally in 2021. On behalf of the Democratic Party, we're proud to celebrate and support Arab Americans for the tremendous impact they have on our party and country."

From schools to government agencies and public organizations, Americans are celebrating Arab American Heritage Month. The New York City Public Schools, for example, listed a variety of ways in which classrooms and students can learn more about Arab American history.

The Arab American National Museum located in Dearborn, Michigan, is offering a "virtual tour" of Arab American history.

Google Classroom and "1001 Inventions" have partnered to provide digital access to interactive stories about lesser-known pioneer men and women, primarily from the Arab world, to help spark young people's interest in science while promoting diversity and inclusion in their own online exhibition.

Several Arab American leaders said that the celebrations were muted slightly in deference to the observance of Ramadan, the important Islamic religious commemoration observed by Muslims during the ninth month of the Islamic calendar by fasting from sunrise to sunset, and in prayer and through community reflection.

In a show of unity with Muslims, many Christian-owned restaurants limit their business hours until after the sunset iftar, and temper public celebrations.

"In Illinois, we will be hosting events at the end of the month of April Arab American Heritage Month as an act of respect," Nijem said, noting that Cook County Treasurer Maria Pappas, who annually recognizes the achievements of the region's ethnic groups, will host a special Arab American Heritage gathering on May 1 at her offices in Chicago.

The Arab Chamber also has several events planned for the last week of April after Ramadan concludes, Nijem said.

<https://www.arabnews.com/node/2279811/world>



المتهم بطعن الإمام في مسجد نيوجرسي يكشف عن دافع الجريمة

قال الرجل الذي طعن إمام مسجد عمر بن الخطاب أثناء صلاة الفجر في مدينة باترسون بولاية نيوجرسي للشرطة إنه يريد قتله بسبب الخلافات الدينية، وفقاً لوثائق المحكمة. لكن سيريف زوريا (32 عاماً) لم يوضح الطبيعة الدقيقة لهذه الاختلافات، وفقاً لوكالة "الأسوشيتد برس".

وبحسب ما ورد، تم إخضاع زوريا، وهو من مواليد إسطنبول (تركيا)، من قبل المصلين في مسجد عمر في باترسون بعد أن هاجم الإمام سيد النقيب البالغ من العمر 65 عاماً، والذي يتعافى من جروح في مستشفى "سانت جوزيف".

وخلال مثل قصير أمام المحكمة من سجن مقاطعة بيرغن، تحدث زوريا من خلال مترجم فوري باللغة التركية ويدا مرتباً في بعض الأحيان، وفقاً للتقارير.

وقال بينما شرح القاضي حقوقه: "لم أفعل أي شيء". وأوضح زوريا أنه جاء من إسطنبول لكنه لم يتمكن من تقديم عنوان خاص في باترسون، وبدلاً من ذلك قام بتسمية محل بقالة قريب.

ورفض المشتبه به في البداية أن يمثل محام، ولكنه قبل بعد ذلك. وعندما قرأ القاضي الاتهامات الموجهة إليه - والتي تشمل محاولة القتل وحباسة أسلحة - قال زوريا: "أنا أقبض هذه التهمة".

وبعد اللقاء القبيح عليه مباشرة، قال زوريا للشرطة "إنه خطط للهجوم في الليلة السابقة في منزله بمفرده بسبب اختلافه مع المسجد وإمامه الذي يجمع المال باسم الإسلام".

وجاء حادث الطعن بعد أعمال تخريب استهدفت مؤخراً "مدرسة الدكتور هاني عوض الله" الحكومية في مدينة باترسون، حيث تم تشويه كلمة "الله" في اسم الدكتور هاني عوض الله على اللافتة أمام المدرسة.



شرطة نيويورك تقيم مأدبة إفطار ضخمة للمسلمين

شارك عناصر الشرطة المسلمون في مدينة نيويورك الجالية الإسلامية في إفطار رمضاني.



وأقامت مأدبة الإفطار جمعية الشرطيين المسلمين في نيويورك، في مبنى شرطة المدينة، حضرتها الأسر المسلمة ودبلوماسيو الدول الإسلامية. ويعد عزف النشيد الوطني الأمريكي، قرأ نائب رئيس جمعية الشرطيين، علي حمود أوغلو، آيات من القرآن الكريم.

وفي الكلمة التي ألقاها رئيس الجمعية عادل رانا، هنا المسلمين بشهر رمضان، وأكد على تعزيز روابط الصلة بين شرطة نيويورك والمسلمين في المدينة.

وتشير التقديرات إلى أن هناك ما يقرب من 800 ألف إلى مليون مسلم يعيشون في نيويورك.

ووفقاً لتقرير صدر عام 2017 عن مكتب رئيس البلدية لشؤون المهاجرين، فإنه يوجد أكثر من 285 مسجداً ومركزاً إسلامياً في مدينة نيويورك.



يقدم لكم

« يقدم لكم اشهى الاكلات بأيدي طبّاخين مهرة »

” نعلن لزبائننا الكرام عن بدء وجبتي الافطار من الساعة التاسعة صباحا
ثم الغداء ابتداء من الساعة الحادية عشرة 11am ”

14633 W. Warren Ave. Dearborn, MI 48126

(Corner of Chase Rd. and Warren Ave. next to Papaya Supermarket)

PH: (313) 846-9330

Open 7 Days a Week

WWW.MENDIHOUSE.COM



سنوات الحرب.. ماذا حدث باليمن منذ تحرك الحوثيين حتى محادثات صنعاء؟

المساعدات الإنسانية إلى البلد المنكوب.

هدنة ستة أشهر

في السابع عشر من يناير 2022، هاجم الحوثيون أبوظبي بطائرات مسيرة، مما تسبب بمقتل ثلاثة أشخاص.

في 25 من الشهر ذاته، شنّ الحوثيون هجمات جديدة على المملكة العربية السعودية، تسببت في حريق هائل في موقع نفطي في جدة.

في 2 أبريل 2022، دخلت هدنة بوساطة الأمم المتحدة حيز التنفيذ.

في الثاني من أكتوبر 2022، قال مبعوث الأمم المتحدة إلى اليمن هانس غرونديبرغ في بيان إنه «يأسف... لعدم التوصل إلى اتفاق»، بشأن الاستمرار بالهدنة التي مُدّدت مرتين. مع ذلك، لا يزال الوضع هادئاً نسبياً على الأرض.

التقارب بين إيران والسعودية

في العاشر من مارس 2023، تمّ الإعلان بشكل مفاجئ عن اتفاق بين إيران والسعودية، بوساطة صينية، على استئناف العلاقات بعد سبع سنوات من القطيعة.

في 19 مارس، تلقى الرئيس الإيراني إبراهيم رئيسي دعوة من العاهل السعودي سلمان بن عبد العزيز لزيارة الرياض لتتويج التقارب بين البلدين. ومن المتوقع أن تجري الزيارة في نهاية أبريل بعد شهر رمضان.

في الثامن من أبريل، بدأ وفد عماني زيارة إلى صنعاء لإجراء محادثات مع الحوثيين ضمن وساطة تهدف إلى التوصل لهدنة جديدة في اليمن.

في التاسع من الشهر نفسه، بدأ وفد سعودي محادثات مع الحوثيين في صنعاء.

ويقوم التصور السعودي وفقاً لمصادر حكومية يمنية على الموافقة على هدنة لمدة ستة أشهر في مرحلة أولى لبناء الثقة، ثم فترة تفاوض لمدة ثلاثة أشهر بشأن إدارة المرحلة الانتقالية التي ستستمر سنتين، يتم خلالها التفاوض حول الحل النهائي بين كل الأطراف.

السعودية العملاقة، أكبر مصدر للنفط الخام في العالم.

اتهمت الرياض وواشنطن إيران بالوقوف وراء هذه الاعتداءات الأمر الذي نفته طهران.

صدّ الحوثيون منذ ذلك الحين هجماتهم بطائرات مسيرة وصواريخ ضد المملكة العربية السعودية.

في مارس 2021، تعرّضت المنشآت النفطية السعودية لهجومين كبيرين.

استأنف الحوثيون هجماتهم على مأرب، آخر معقل للسلطة في شمال البلاد، في فبراير 2021.

تزامن التصعيد مع إعلان واشنطن شطب الحوثيين من قائمة التنظيمات الإرهابية التي أدرجوا عليها في عهد دونالد ترامب، من أجل تسهيل وصول

للسلطة الانفصاليون الجنوبيون في نهاية يناير 2018، انقلب الانفصاليون الجنوبيون الذين يطالبون بإعادة تأسيس دولة اليمن الجنوبي التي انصهرت مع الشمال العام 1990، على القوات الحكومية في عدن وحاصروا القصر الرئاسي، قبل أن ينهي تدخل سعودي إماراتي المعركة.

في أغسطس 2019، وقعت اشتباكات بين انفصاليين في عدن من قوات «الحزام الأمني» التي درّبتها الإمارات، وقوات حكومية مدعومة من الرياض.

ومنذ ذلك الحين، توسّطت الرياض في اتفاق لتقاسم السلطة وأشرفت على تشكيل حكومة.

استهداف السعودية

في 14 سبتمبر 2019، تبخّى الحوثيون اعتداءات استهدفت منشآت نفطية رئيسية لشركة أرامكو



اجرى وفد سعودي محادثات مع الحوثيين في صنعاء، في زيارة نادرة للعاصمة اليمنية تأتي في إطار مسعى جديد لإحياء عملية السلام بعد التقارب الأخير بين الرياض وطهران، بعد ثماني سنوات من بدء الحرب.

وتسببت الحرب بين الحوثيين المدعومين من إيران والقوات الحكومية المدعومة من تحالف عسكري تقوده السعودية، بمقتل مئات آلاف الأشخاص بشكل مباشر أو غير مباشر، وبنزوح الملايين.

وفيما يلي تطور الأحداث في اليمن منذ صيف 2014، وفقاً لـ «فرانس برس».

في يوليو 2014، سيطر الحوثيون، المنتمون إلى الأقلية الزيدية على عمران القريبة من صنعاء، بعد معارك مع القوات الحكومية.

وشنّ الحوثيون انطلاقاً من معقلهم في صعدة هجوماً كاسحاً باتجاه صنعاء، مندّدين بتعرّضهم للتهمة، حيث سيطروا على مناطق واسعة في شمال اليمن.

وفيما تحالفوا مع وحدات موالية للرئيس السابق علي عبد الله صالح، سيطروا على العاصمة صنعاء في سبتمبر، حيث استولوا على مقر الحكومة.

فرض الحوثيون سيطرتهم على ميناء الحديد المطل على البحر الأحمر غرباً في أكتوبر، ثم تقدّموا نحو وسط البلاد.

وفي يناير 2015، استولوا على القصر الرئاسي في صنعاء وحاصروا منزل الرئيس عبد ربه منصور هادي الذي فرّ إلى عدن على ساحل البلاد الجنوبي.

في 26 مارس 2015، نفّذ تحالف تقوده السعودية وتشارك فيه الإمارات، ضربات جوية على مواقع للمتمردين الحوثيين، في محاولة لوقف تقدمهم. ووفرت واشنطن الدعم اللوجستي والاستخباري.

ومع تقدّم الحوثيون باتجاه عدن، فرّ هادي إلى السعودية.

في يوليو، أعلنت حكومة هادي «تحرير» محافظة عدن، وكان ذلك أول انتصار تحقّقه منذ تدخل التحالف. وأصبحت عدن العاصمة «المؤقتة»



President al-Alimi: We're committed to put an end of the suffering of all detainees

His Excellency President Dr. Rashad al-Alimi, Chairman of the Presidential Council, has confirmed the commitment of the Presidential Council and the Government to work on releasing all detainees including Maj. General Faisal Rajab and Mohammed Qahtan who are covered by the International Security Council.

His Excellency said in a tweet in which he congratulated the detainees who were set free over the past days "These days were of great happiness for the Yemeni people everywhere, with the final days of the Holy Month and advent of the blessed Eid al-Fiter, hundreds of families re-union with their own beloved ones, hopefully this step will constitute a glimpse of hope on the path to achieve the fair and comprehensive peace that our people deserves".

The President praised the efforts of the government's team, brothers in the Kingdom of Saudi Arabia, the United Nations and the International Committee of the Red Cross which combined to release hundreds of the detainees based on the outcomes of the recent meetings between the government and the Houthi militias in Switzerland.

The prisoner-exchange deal included releasing 890 of the detainees of both sides including Maj. General Mahmood Assobaihi, Maj. General Nasser Mansour Hadi who are included by the International Security Council, four journalists were unfairly sentenced to death and four corpses.



صفقة تبادل الأسرى والمختطفين... اختراق في جدار الأزمة اليمنية

ياسر حميد

الأفراد والسلع في أنحاء اليمن والفتح الكامل لمطار صنعاء». وعاشت مطارات اليمن، التي كانت نقاط تبادل الأسرى والمختطفين لحظات إنسانية. أبو سليم ظل يرتقب أن يكون ابنه ضمن المفرج عنهم، بعدما تم أسرهم من إحدى جبهات القتال بمحافظة الحديدة في صفوف الحوثيين. وقال: «ذهبت لاستقبال المفرج عنهم (في مطار صنعاء)، رغم علمي المسبق أن ابني ليس بينهم. وعشت مع الأسر لحظات فرحها، وحرني على ابني، لكن الأمل كبير أن يكون ضمن الصفقة المقبلة». وفي مارب شرقي اليمن، حيث معتقل القوات الحكومية، كانت آخر محطة لعملية التبادل. الطفلة توكل (10 سنوات) ابنة الصحافي توفيق المنصوري ذهبت في وقت مبكر إلى المطار، لاستقبال الطائرة التي تقل والدها المفرج عنه من سجون الحوثيين بعد ثماني سنوات، والذي تم الإفراج عنه مع ثلاثة صحافيين آخرين سبق أن أصدرت محكمة حوثية في إبريل/نيسان 2020 قراراً بإعدامهم، لاقى اداوات واسعة.

كان المشهد الطاعني هو الدعوى التي لم تتوقف من الأهالي فرحاً بالإفراج عن ذويهم بعد سنوات متفاوتة في السجون، وغالبيةهم من المدنيين الذين تم اختطافهم من منازلهم في صنعاء، وتمت مبادلتهم بأسرى في جبهات القتال من جماعة «أنصار الله» (الحوثيين). ولم تختلف أيضاً الفرحة لدى أهالي الأسرى الحوثيين المفرج عنهم. ومن ضمن المفرج عنهم من القيادات الحكومية وزير الدفاع اليمني الأسبق محمود الصبيحي، بالإضافة إلى شقيق الرئيس السابق، اللواء ناصر منصور هادي. وهما من ضمن القيادات اليمنية المشمولة بقرار أممي يطالب الحوثيين بالإفراج عنهم، بالإضافة إلى السياسي اليمني محمد قحطان، واللواء فيصل رجب، وهؤلاء من المخفيين قسراً منذ أكثر من 8 سنوات.

استقبال 16 مختطفاً في مارب

وكشفت رابطة أمهات المختطفين أنها استقبلت نحو 16 مختطفاً مدنياً في مارب من ضمن من تم الإفراج عنهم في الدفعة الأخيرة من صفقة التبادل. ودعت، في بيان، «كافة الجهات المعنية لبذل المزيد من الجهود، من أجل أن ينال جميع أبنائنا المختطفين والمعتقلين تسعفاً، والمخفيين قسراً، حريتهم دون قيد أو شرط».

وفي 20 مارس/ آذار الماضي، أعلن عن تنفيذ اتفاق التبادل خلال محادثات جرت في سويسرا، برعاية أممية. وتعد ثاني أكبر صفقة خلال سنوات الحرب، حيث تم تبادل أكثر من 1600 من الطرفين في أكتوبر/ تشرين الأول 2020.

جدل حول محمد قحطان

في هذه الأثناء، أثير الجدل حول مصير القيادي في حزب الإصلاح اليمني محمد قحطان، المختطف في سجون الحوثيين منذ 8 سنوات، حيث لمح رئيس لجنة الأسرى الحوثية عبد القادر المرتضى، إلى وجوده حياً لديهم. وقال في تصريح تلفزيوني: «طالب الطرف الآخر (الوفد الحكومي) بمحمد قحطان، فبلغنا القيادة (جماعة الحوثي)، قالوا لا مانع لدينا في التفاوض عليه». وأضاف: «عندما نتحنا المجال للتفاوض على قحطان رأينا أن الطرف الآخر غير جاد

شهد اليمن، مؤخراً تنفيذ ثاني أكبر صفقة تبادل للأسرى والمختطفين بين أطراف الصراع، شملت نحو 900 أسير ومختطف من الطرفين، ونعد الصفقة من بوادر الأمل التي تلوح في الأفق للوصول إلى تسوية سياسية لإنهاء الحرب في البلاد المستمرة منذ ثمانية أعوام.

وبعد ساعات من إتمام عملية التبادل، أفرجت السعودية، بحسب اللجنة الدولية للصليب الأحمر، عن 104 أسرى من الحوثيين، في خطوة أحادية الجانب. وقال المدير الإقليمي للجنة الدولية للصليب الأحمر فابريزيو كاربوني، في بيان: «أي فترة راحة للسكان المنهكين، بما في ذلك من خلال عمليات إطلاق سراح كهذه، هي أمر يجب أن يحظى بالدمع. ولكن الحل السياسي وحده هو الذي سينهي المعاناة باليمن في نهاية المطاف».

من جهته، قال المتحدث باسم التحالف العربي الذي تقوده السعودية، تركي المالكي، في بيان أوردته وكالة الأنباء السعودية الرسمية (واس)، إنه «تم استكمال عملية تبادل الأسرى والمحتجزين بإطلاق سراح 104 أسرى من الحوثيين لدى التحالف بمبادرة إنسانية من المملكة (السعودية)». وذكر المالكي أن «هذه المبادرة تأتي امتداداً للمبادرات الإنسانية السابقة من المملكة والمتعلقة بالأسرى، ودعم الجهود الرامية لتثبيت الهدنة ونهضة أجواء الحوار بين الأطراف اليمنية للوصول إلى حل سياسي شامل ومستدام»، وفق البيان.

واعتبر رئيس ما يسمى المجلس السياسي للحوثيين مهدي المشاط، خلال لقاء مع الأسرى المحررين من «سجون قوى العدوان والمرتزقة»، في صنعاء بحسب وكالة «سبأ»، التابعة إلى الحوثيين، أن «الأعداء طاموا سعوا إلى تسييس الملف الإنساني ووضعوه للمزايدة السياسية».

وقال: «نعيش هم وضيق أسركم، وهذا الهم باق حتى الإفراج عن كل أسير في قبضة العدو». وتابع: «حسناً العديد من الجولات في سبيل الإفراج عن الأسرى رغم العراقيل التي وضعتها الأعداء، وفي سنوات العذاب والفرق مكنتنا الله من تكوين قوة وترسانة عسكرية تحمي الأرض وتدافع عن الشعب وكفيلة بدحر الغزاة والمحتلين». وقال: «رسالتنا لا يزالون خلف القضبان، أعدكم وأعد أسركم الكريمة أننا سنبدل قصارى جهدنا في سبيل الإفراج عنكم مهما كان الثمن والتحديات».

وأبدى المبعوث الأممي إلى اليمن، هانس غروندبرغ، تفاعلاً حذراً بإمكانية وصول الحرب في اليمن إلى نهايتها، وذلك في إحاطة جديدة له أمام مجلس الأمن، تزامنت مع تنفيذ الحكومة اليمنية وجماعة الحوثيين ثاني أكبر صفقة تبادل للأسرى والمختطفين بينهم.

وحذر غروندبرغ، من أن «أجواءه قد تنقلب إذا لم تتخذ أطراف الصراع خطوات أكثر شجاعة تجاه السلام». وتحدث عن وجود فرصة جادة لإنهاء الحرب، معتبراً أن أي اتفاق جديد في اليمن يجب أن يكون خطوة واضحة نحو عملية سياسية بقيادة يمنية، داعياً في غضون ذلك إلى «إتاحة حرية أكبر لتفقيات

رئيس المجلس الانتقالي الجنوبي يكشف عن "خارطة طريق" لإنجاح العملية السياسية في اليمن

كشف عضو مجلس القيادة الرئاسي في اليمن، رئيس المجلس الانتقالي الجنوبي المدعوم إماراتياً، عيدروس الزبيدي، عن «خارطة طريق» لإنجاح العملية السياسية في البلاد، من المقرر أن تعلن خلال أيام.

جاء ذلك خلال لقائه في العاصمة السعودية الرياض، سفيرة الدنمارك غير المقيمة لدى اليمن، ليزالوته بلزتر، وفق الموقع الإلكتروني للانتقالي.



وأفاد بأن «اللقاء بحث تطورات الوضع السياسي والإنساني في اليمن، وآخر مستجدات العملية السياسية التي تقودها المملكة العربية السعودية، بإشراف الأمم المتحدة، لإنهاء الحرب».

وأضاف أن «اللقاء ناقش نتائج المفاوضات التي أجراها الوفدان السعودي والعُماني مع قيادة الحوثيين في صنعاء، وأبرز الصعوبات التي تواجه المحادثات المباشرة، وخارطة الطريق المطروحة لإنجاح العملية السياسية، التي من المفترض أن تبدأ في الأيام القليلة القادمة ووضع قضية شعب الجنوب فيها»، دون مزيد من التفاصيل عنها.

وقال الزبيدي إن «قضية الجنوب ستطرح في العملية السياسية الشاملة، كقضية محورية بإطار خاص أجمعت عليه كل الأطراف المنضوية في إطار مجلس القيادة الرئاسي».

من جانبها جددت سفيرة مملكة الدنمارك دعم حكومة بلادها لكل الجهود الرامية لإنهاء الحرب وإحلال السلام في اليمن.

وغادر وفد سعودي برئاسة سفير المملكة لدى اليمن محمد آل جابر، الخميس الماضي، العاصمة اليمنية صنعاء، بعد أسبوع من الزيارة، دون إعلان أي نتائج للمفاوضات، لكن جميع الأطراف عبرت عن تفاؤلها في النقاشات التي جرت، والتي تركزت على الجانب الإنساني، وملفات أخرى تتعلق بالوصول إلى تسوية وإنهاء الحرب. ووصل في 8 أبريل الجاري، وفدان سعودي وعُماني، إلى العاصمة اليمنية صنعاء الخاضعة لسيطرة الحوثيين، لإجراء محادثات مع قيادة الجماعة في زيارة نادرة هدفها بحسب السفير «تثبيت الهدنة» وبحث سبل الدفع باتجاه «حل سياسي شامل ومستدام».

جولة جديدة من مفاوضات الأسرى في اليمن منتصف مايو القادم

أعلنت الحكومة اليمنية المعترف بها دولياً، وجماعة أنصار الله (الحوثيين)، عن ترتيبات لعقد جولة جديدة من المفاوضات بشأن تبادل الأسرى، منتصف مايو المقبل.

وقال وكيل وزارة حقوق الإنسان اليمنية عضو الوفد المفاوض للملف الأسرى ماجد فضائل: «نحن حريصون كل الحرص على إطلاق سراح جميع الأسرى والمعتقلين تحت قاعة الكل مقابل الكل دون تمييز».

وأضاف: «هناك جولة مفاوضات قريبة ستكون في 15 مايو 2023، ونأمل أن تكون ناجحة ومثمرة».

وشدد المسؤول اليمني، على أن «الوفد الحكومي المفاوض يتعامل مع ملف الأسرى بمسؤولية والتزام تام».

واعتبر أن «نجاح صفقة التبادل التي اختتمت الأحد مفتتحاً لإطلاق جميع الأسرى والمعتقلين والمخفيين والمختطفين والموضوعين تحت الإقامة الجبرية في سجون الحوثيين».

من جانبه قال رئيس لجنة الأسرى التابعة للحوثيين عبد القادر المرتضى، في مؤتمر صحفي بصنعاء: «سيتم عقد صفقة مقبلة لتبادل 700 أسير مقابل 700 من الطرف الآخر».

وأفاد بأن الاتفاق شمل ثلاث نقاط رئيسية الأولى إتمام الصفقة التي تم تنفيذها خلال الثلاثة الأيام والنقطة الثانية تشكيل لجان من الطرفين لزيارة السجون في مأرب وصنعاء وهذه الخطوة سيتم التوافق عليها خلال الأيام القادمة بالتنسيق والمتابعة مع مكتب الممثل الأممي والنقطة الثالثة إصدار الأمم المتحدة دعوة لكل الأطراف لحضور جولة جديدة من المفاوضات.

وقالت اللجنة الدولية للصليب الأحمر إن ثاني أكبر عملية لتبادل الأسرى بين طرفي الصراع في اليمن اكتملت بنجاح وشملت تبادل قرابة 900 أسير، في ثاني أكبر عملية من هذا النوع منذ اندلاع الحرب قبل ثماني سنوات.

واعتبرت اللجنة هذه العملية بأنها «خطوة إيجابية نحو السلام والمصالحة في اليمن»، وبدأت عملية تبادل الأسرى بين الحكومة اليمنية والحوثيين يوم الجمعة الماضي برحلات جوية متزامنة سيرتها اللجنة الدولية للصليب الأحمر عبر ستة مطارات في الداخل اليمني والسعودية.



زعيم جماعة الحوثيين: العمل مستمر لإكمال عملية تبادل كل الأسرى

وشعبي، بحسب الوكالة. وفي أول أيام التبادل الجمعة، نُقل 318 أسيراً بينهم وزير الدفاع اليمني الأسبق اللواء محمد الصبيحي، وشقيق الرئيس اليمني السابق عبد ربه منصور هادي، اللواء ناصر منصور هادي، وذلك عبر أربع رحلات جوية بين عدن وصنعاء، بواسطة اللجنة الدولية للصليب الأحمر. في 20 مارس الماضي، أعلنت الحكومة اليمنية الاتفاق مع جماعة الحوثيين على الإفراج عن 887 أسيراً ومختطفاً من الجانبين، في ختام مشاورات عقدت في سويسرا.

تحرير كل الأسرى». وهناً زعيم الحوثيين «الأسرى المحررين وأسره على خروجهم من الاحتجاز». وفي السياق نقلت وكالة الأنباء اليمنية (سبأ) بنسختها في صنعاء، عن مهدي المشاط رئيس المجلس السياسي الأعلى للحوثيين (مجلس الحكم) قوله: «للأسرى الذين ما يزالون خلف قضبان أعدكم أنه لن يهدأ لنا بال ولن يهدأ لنا عيش حتى تحرير آخر أسير». جاء ذلك خلال استقباله أسرى الجماعة في مطار صنعاء الدولي وسط حضور رسمي

قال زعيم جماعة أنصار الله (الحوثيين) عبد الملك الحوثي، إن العمل مستمر لإكمال عملية تبادل جميع الأسرى مع الحكومة اليمنية المعترف بها دولياً.

وأضاف الحوثي، في تصريحات متلفزة أوردتها قناة «المسيرة» الناطقة باسم الجماعة «أتوجه إلى الله بالحمد والشكر على نعمة خروج دفعة الأسرى، على أن تستمر عمليات تبادل الأسرى».

وتابع: «نؤكد لبقية أسر الأسرى أن العمل مستمر لإكمال عملية التبادل حتى يكتمل

بريطانيا تدعو أطراف الصراع إلى مواصلة المحادثات لوضع نهاية مستدامة للحرب في اليمن

الصراع الممتد منذ ثماني سنوات». وأشار إلى أن عودة مئات المحتجزين إلى بيوتهم تعتبر تطوراً إيجابياً للأفراد أنفسهم ولعائلاتهم ولفرص السلام عموماً، وفي حال تواصل جميع الأطراف بشكل بناء، باستعادة اليمن البناء على هذه التطورات الإيجابية لما يصب في صالح البلد بمجمله».

وشدد البيان على أن عقد محادثات يمنية تشمل الجميع تعد خطوة ضرورية وهامة جداً لإنهاء الحرب، وقال: «الخطوة الحيوية التالية هي عقد محادثات يمنية - يمنية شاملة للجميع، تحت رعاية الأمم المتحدة، ونحت بقوة جميع الأطراف على تأييد جهود المبعوث الأممي لوضع نهاية مستدامة للحرب». وجددت بريطانيا تأكيدها على أن السلام هو السبيل الوحيد لتحسين الوضع الإنساني الصعب في اليمن، وإفساح المجال لليمنيين لإعادة بناء بلدهم.

دعت بريطانيا أطراف الصراع في اليمن إلى استثمار الزخم المتنامي تجاه إحلال السلام والبناء عليه في مواصلة المحادثات بعد عيد الفطر، تحت رعاية الأمم المتحدة، لوضع نهاية مستدامة للحرب في البلاد.

وقالت وزارة الخارجية والتنمية البريطانية في بيان صادر عنها: «نرحب بالزخم المتنامي تجاه إحلال السلام في اليمن، وندعو أطراف الصراع إلى البناء عليه، ونتطلع إلى مواصلة هذه المحادثات بعد عيد الفطر لوضع نهاية مستدامة للحرب في البلاد».

وأضاف البيان المنسوب لناطق باسم وزارة الخارجية والتنمية البريطانية أن الجهود الرامية إلى إحلال السلام في اليمن تكتسب الزخم، «وزيارة الوفد السعودي والعُماني مؤخراً إلى صنعاء، تمثل إحراز تقدم بشأن تأمين وقف إطلاق نار رسمي، وبالتالي إنهاء



UN Envoy Hails Yemen Mass Prisoner Release, Urges Political Solution to War

As a major exchange of prisoners linked to Yemen's longstanding war began on, UN Special Envoy Hans Grundberg urged the warring sides to continue their search for a peaceful future for the embattled country.

"Nearly 900 conflict-related detainees are being released by the parties in Yemen, and over the course of three days," the Office of the Special Envoy of the Secretary-General for Yemen said in a statement. "This release operation comes at a time of hope for Yemen as a reminder that constructive dialogue and mutual compromises are powerful tools capable of achieving great outcomes," Mr. Grundberg's office added.

Swiss connection

The development is in line with an agreement reached by the Supervisory Committee on the Detainees' Exchange Agreement, which announced the initiative at UN Geneva in March.

Facilitated by Special Envoy Grundberg and the International Committee of the Red Cross, the agreement involves the freeing of 887 conflict-related detainees, held over the course of more than eight years of clashes between Yemen's Government and Houthi opposition fighters that are widely believed to have killed thousands and created what the UN has described as the worst humanitarian emergency in the world.

"More releases" are planned once Yemen's warring parties meet in May, according to the Special Envoy's Office, which noted that the Red Cross is managing the release operation which includes flights between six airports in Yemen and Saudi Arabia to repatriate all prisoners.

hundreds of Yemeni families get to celebrate Eid with their loved ones because the parties negotiated and reached an agreement. I hope this spirit is reflected in ongoing efforts to advance a comprehensive political solution," said Special Envoy Grundberg.

After highlighting that "thousands more families are still waiting to be reunited with their loved ones", the UN official expressed hope that the warring parties would "build on the success of this operation to fulfill the commitment they made to the Yemeni people" in talks in Sweden in 2018, "to release all conflict-related detainees and bring this suffering to an end".

Apart from carrying out prisoner exchanges, the two other main components of the Stockholm Agreement – endorsed by the UN Security Council under resolution 2451 (2018) – covered an agreement on the city of Hudaydah; the ports of Hudaydah, Salif and Ras Issa, and "a statement of understanding" on the city of Taiz.

In his statement, Special Envoy Grundberg also urged the parties "to immediately and unconditionally release all arbitrarily detained individuals and to adhere to international legal standards" regarding detention and fair trials.



"خطوة إيجابية نحو السلام" .. ترحيب عربي ودولي بعملية تبادل الأسرى في اليمن

ترحيب أوروبي

وفي السياق، رحب الاتحاد الأوروبي بتبادل الأسرى بين الأطراف اليمنية، والتي توسط فيها المبعوث الأممي غرونديبرغ، وسهلتها اللجنة الدولية للصليب الأحمر.

وقال الاتحاد في بيان إن «إطلاق سراح 887 معتقلاً مبدئياً من قبل الأطراف وفق الاتفاق الذي جرى التوصل إليه في جنيف في مارس الماضي، يعتبر خطوة أساسية في تنفيذ اتفاق استوكهولم المبرم في 2018».

وأضاف: «هذا الاتفاق يبعث الأمل لدى جميع المعتقلين جزاء النزاع وأسره، وفي هذا السياق، يرحب الاتحاد الأوروبي بالتزام الأطراف الاستمرار في التفاوض على اتفاق تبادل الأسرى».

وأكد الاتحاد الأوروبي دعواته «لتمديد الهدنة التي من شأنها أن تمهد الطريق لوقف إطلاق النار ثم عملية سلام شاملة وجامعة برعاية الأمم المتحدة».

وحتى جماعة الحوثي «على الانخراط بنوايا مخلصية كما ورد في قرارات مجلس الاتحاد الأوروبي الصادرة في 12 ديسمبر/كانون الأول 2022»، مشيداً في الوقت ذاته «بالمبادرات الإقليمية من قبل المملكة العربية السعودية وسلطنة عمان الرامية إلى خفض التصعيد».

من جانبها رحبت فرنسا بنجاح عملية تبادل الأسرى التي بدأت كدفعة أولى بين صنعاء وعدن.

وقالت السفارة الفرنسية في اليمن، في بيان، إن «عملية تبادل الأسرى لفئة إنسانية ولحظة مرتقبة بالنسبة للشعب اليمني وتبشر بالأمل».

وفي وقت سابق، أعلنت اللجنة الدولية للصليب الأحمر في اليمن، اكتمال الدفعة الأولى من تبادل الأسرى المفرج عنهم بين صنعاء وعدن، بينهم وزير الدفاع الأسبق محمود الصبيحي واللواء ناصر منصور هادي شقيق الرئيس السابق عبد ربه منصور هادي.

ووفق اللجنة الدولية للصليب الأحمر، جرى تنفيذ المرحلة الثانية من نقل الأسرى إلى ديارهم عبر مزيد من الرحلات الجوية.

حظي تبادل الأسرى بين الحكومة الشرعية اليمنية وجماعة الحوثي بترحيب عربي ودولي عقب تنفيذ المرحلة الأولى من العملية التي شملت إطلاق سراح 320 أسيراً من الجانبين.

وفي 20 مارس/ آذار الماضي اتفقت الحكومة مع الحوثيين على الإفراج عن 887 أسيراً ومختطفاً من الجانبين، في ختام مشاورات عُقدت بسويسرا بالخصوص.

ترحيب فليجي

ورحب مجلس التعاون لدول الخليج العربي بعملية التبادل، وفق بيان لأمينه العام جاسم البديوي.

وقال البديوي: «نرحب ببدء عملية تبادل الأسرى بين الحكومة اليمنية والحوثيين في اليمن».

وأشاد بـ«الاتفاق الذي يعد ثاني أكبر عملية لتبادل الأسرى في اليمن، وببادرة إنسانية مهمة في هذه الأيام المباركة لعودة مئات الأسرى والمعتقلين إلى أسرهم وأهاليهم».

كما ثمن البديوي «دور المبعوث الأممي الخاص إلى اليمن هانس غرونديبرغ، ودور اللجنة الدولية للصليب الأحمر في رعاية صفقات تبادل الأسرى».

ترحيب أمريكي

من جانبها رحبت الولايات المتحدة بعملية «تبادل نحو 900 محتجز على خلفية الصراع في اليمن».

وقال مستشار الأمن القومي جاك سوليفان: «ترحب الولايات المتحدة بعملية تبادل الأسرى في اليمن».

وأضاف: «تفخر واشنطن بدعم هذه العملية التي تقودها الأمم المتحدة، وسنواصل بذل كل ما في وسعنا للمساعدة في توطيد الهدنة (..) ما يساعد على تهيئة الظروف لسلام أكثر ديمومة».

وحسب البيان نفسه، قال سوليفان: «كان العام الماضي في اليمن الأهدأ منذ بدء الحرب، حيث أنقذت أرواح آلاف اليمنيين، وسمح بزيادات هائلة في المساعدات الإنسانية وواردات الوقود، والرحلات المدنية من صنعاء وإليها»، في إشارة إلى فترات الهدنة التي استمرت 6 أشهر.



السودان.. هل الحرب الأهلية على الأبواب؟

كل شيء كان معداً لإطلاق العملية السياسية، بعد بلوغ مراحلها النهائية والحاسمة. تناول جنرالات السودان العشاء مع مفاوضي السلام، ثم بدأوا الحرب في اليوم التالي. كان كثير من السودانيين والمراقبين يشككون في مضي العملية السياسية إلى مبتغاهما الأخير، لعلمهم بحجم الخلافات والاتهامات المتبادلة بين العسكريين، كما أنَّ الاتفاق السياسي يواجه مقاومة أيضاً من أنصار النظام السابق من الإسلاميين الذين هدّوا جهازاً نهاراً بإسقاط الحكومة المرتقبة، مسلماً أو عنوة.

وعندما أعلنت قوى «الحرية والتغيير»، التي تقود العملية السياسية، الجداول الزمنية لتوقيع «الاتفاق النهائي»، والوثيقة الدستورية، وتشكيل هيكل السلطة الانتقالي، وحددت الأول من أبريل (نيسان) الماضي موعداً لانطلاقها، سخر كثيرون من الخطوة، واعتبروها «كذبة أبريل». كانت الأجواء مليدة بالغيوم، وتنبئ بانفجار وشيك، رغم تطمينات تصدر من هنا وهناك من السياسيين، والعسكريين، بأن الأمور لن تخرج عن السيطرة. لكن الحرب انطلقت شرارتها، قبل أن يجف حبر التصريحات.

وانطلقت الحرب من مدينة مروى الشمالية، إلى العاصمة الخرطوم، ودخلت مدناً أخرى، الفاشر ونيالا (غرباً) والأبيض (وسط). قبل أن تتمركز في العاصمة بمدنها الثلاث، كحرب مدن وشوارع. حسب المختصين العسكريين، فإن حرب المدن هي من أخطر أنواع الحروب؛ لأن خسارتها عادة تكون كبيرة بين المدنيين والممتلكات العامة. بعكس الحروب التي يكون رعاها الغابات والصحراء. والآن يضع السودانيون أيديهم على قلوبهم خوفاً من تحول هذه الحرب إلى أهلية شاملة، خاصة أن التربة السودانية الخصبة تساعد على قيامها بشكل متزايد.

فانتشرت الجيوش السودانية التابعة للجماعات المسلحة العائدة إلى البلاد بعد سقوط نظام الرئيس المخلوع عمر البشير، وعددها يفوق الثمانية، موجودة داخل العاصمة وخارجها. وقد تسهم مع الانفلاتات الأمنية الحاصلة، والسلاح المنفلت في أيدي مجموعات صغيرة في المدن والأحياء، في توسع رقعة الحرب.

وتزداد المخاوف من دخول هذه الجيوش في أتون الحرب، بالانحياز إلى أحد الطرفين. ووفقاً لمؤشر الدول الهشة العالمي، فإن السودان يحتل مركزاً مميزاً بين هذه الدول، طيلة السنوات السبع الأخيرة. وتعتبر منظمة التعاون الاقتصادي والتنمية في تقريرها السنوي أن السودان هو من الدول الأكثر هشاشة، ولديه قدرات ضعيفة على القيام بوظائف الحوكمة الأساسية، ويفتقر إلى القدرة على تطوير علاقات بناءة متبادلة مع المجتمع. وفي هذه الحالة يبقى سقف المخاوف عالياً.

وتعد المنظمة الدول الهشة أيضاً أكثر ضعفاً على صعيد الصدمات الداخلية أو الخارجية، مثل الأزمات الاقتصادية أو الكوارث الطبيعية أو الحروب. وبالنظر إلى حالة الهشاشة التي يعيشها السودان، في كل جوانب واقعه، فإن تطاول أمد النزاع المسلح الحالي يهدد بانزلاقه إلى حرب أهلية وفوضى شاملة. تقول رشا عوض، المحللة السياسية رئيسة تحرير صحيفة «التغيير» السودانية، أن البلاد في خطر شديد، وهناك مخاوف من أن تنزلق في حرب أهلية، مشيرة إلى وجود جهات تعمل على تذكية الأوضاع. وتقول إن فلول النظام السابق يعملون على نشر خطاب الكراهية والعنصرية، وهو ما يولد أرضية خصبة للأعمال الإرهابية إذا وجد صدها بين المتطرفين والمتحمسين دون وعي أو إدراك. وتؤكد عوض أن الحرب الحالية قامت لأسباب سياسية، ولا يمكن اختزالها في التحركات الأخيرة، ومن الذي بدأ ومن الذي أطلق النار. «هي حرب خطط لها بعناية من قبل فلول النظام السابق».

وتنتشر حالياً تسجيلات صوتية في «السوشيال ميديا»، من قادة بارزين للنظام السابق تتوعد وتبث خطاب الكراهية وتحرض على سجن ومعاينة، بل وقطع رأس كل من يقف مع متمردي «الدعم السريع». وتشير التقارير إلى وجود ميداني كبير لكتائب الظل الإسلامية والأمن الشعبي والدفاع الشعبي وهيئة عمليات جهاز الأمن التي تتبع الحركة الإسلامية (عناصر النظام السابق)، تعمل على الأرض بشكل واضح.

وتشير عوض إلى أن هذه الجهات تسعى بجد لنزاع هذه الحرب من سياقها الموضوعي كصراع على السلطة، إلى حرب شاملة «وهو أمر مربح ستكون خطورته وخيمة على وحدة السودان واستقراره».

وكلما تطاول أمد الحرب كانت هناك فرصة مواتية لدخول عوامل جديدة على الخط... مثل تصفية الحسابات في قضايا داخلية وإقليمية مثيرة للجدل. وفي ظل الاستقطاب والاستقطاب المضاد، ظهرت بيانات من الجيش والدعم السريع، يتهم فيها كل طرف الآخر بالاستتجار بالخارج.

وتبذل القوى الديمقراطية جهوداً حثيثة لكي تنحصر هذه الحرب في سياقها السياسي، وإلا تتحول إلى حرب أهلية طاحنة. يقول عمر الدقير، رئيس حزب «المؤتمر السوداني» لـ«الشرق الأوسط»، إن حزيه بالتعاون مع الأحزاب السياسية الأخرى في قوى «الحرية والتغيير»، يسعى عبر اتصالات مع طرفي النزاع والآلية الثلاثة والرابعة، للاتفاق على وقف الحرب وإنشاء آلية لمراقبة الهدنة... «نتمنى أن تؤدي هذه الاتصالات - بالإضافة لتشكيل آلية المراقبة - إلى تطوير الهدنة إلى وقف دائم لإطلاق النار، وعودة جميع الأطراف للمسار السياسي لحسم التباينات واسترداد مسار الانتقال المدني الديمقراطي».

ويضيف لا تزال الفرصة متاحة لإسكات أصوات البنادق، والاستجابة لصوت العقل والحكمة، واعتماد الخيار الأمثل وهو المسار السياسي المفضي لاسترداد الانتقال الديمقراطي بقيادة سلطة مدنية متوافقة عليها تمثل ثورة ديسمبر (كانون الأول) المجيدة، وتبشير تنفيذ أهدافها، ومن بينها هدف الوصول لجيش وطني واحد.

ومع فشل تثبيت هدنة حتى في أيام العيد، يبدو أن طرفي القتال قد شددا العزم على القتال حتى النهاية، بغض النظر عن الترتيبات الوخيمة لذلك.



أسباب الحرب بين الجيش السوداني وقوات الدعم السريع.. تعرف عليها

محمد جمال عبدالعال

وحرصته الشخصية وملابسه العسكرية التي كان يرتديها وقاموا بالاختباء في العاصمة الخرطوم، لكن الخرطوم مساحتها كبيرة جداً، لذلك من الصعب العثور عليهم في هذه الأوقات خاصة أنهم ارتدوا جميعهم الملابس المدنية. وأردف الفحل: الشيء الإضافي هو أنه هناك العديد من قوات الدعم السريع الآن تحتمي بالعديد من المواقع مثل القصر الرئاسي ومعاهد التدريب ومثل هذه المواقع يُحتجز فيها العديد من المدنيين والعديد من العسكريين الذين أخذوا على حين غرة وتم وضعهم كرهائن ودروع بشرية، مثل باقية القوات الحالية المتواجدة في شوارع المدينة والعاصمة الخرطوم الذين يستخدمون أيضاً المواطنين في منازلهم كرهائن ودروع بشرية لأنهم يعلمون أن الجيش لا يمكنه استهداف للمناطق السكنية، وهنا يظهر الفرق بين المرتزقة وبين القومية والوطنية، فالجيش يرفض استهداف الدعم السريع والمليشيات المتمردة داخل الأماكن السكنية وينتظر الآن اللحظة المناسبة حتى تنفذ منهم المُن والمياه، حيث يقاتلون منذ صباح يوم السبت عندما قاموا بمهاجمة البرهان والجيش وإطلاق أول رصاصة ضد الجيش بهدف السيطرة على البلاد وتكويدها حكومة برأسها حميدتي لكنه فشل في المحاولة الانقلابية وهو الآن هارب.

وقال الفحل إن هناك شيء هام جداً هو أن المواطنين فريحين جداً الآن خاصة في العاصمة الخرطوم ولايات السودان الأخرى بعد سيطرة الجيش على هذه المليشيات التي ارتكبت خلال عهد الرئيس السابق عمر البشير العديد من الجرائم في دارفور وكان حميدتي هو المسؤول الأول عن تلك الجرائم التي ارتكبت ضد مواطني دارفور، كذلك قام بقتل المتظاهرين في عام 2019 أمام القيادة العامة في الخرطوم وتلك الحوادث جعلت جميع المواطنين غير متعاطفين تماماً مع حميدتي وعدم دعم فكرته في السيطرة على البلاد. وأشار إلى أنه بات معلوماً لدى الكثير من السودانيين في الآونة الأخيرة ارتباط حميدتي بشركة القوات الخاصة الروسية فاجتر، إلى جانب ارتباطاته بالحكومة الإثيوبية والحكومة الإريترية، والتي تسعى كل منهما في الآونة الأخيرة إلى زيادة التوتر ما بين السودان ومصر، إلا أن القيادة العامة السودانية العسكرية واعية تماماً لتلك المؤامرات التي كان يقوم بها حميدتي طوال الفترة الماضية وحال التخلص من تلك المليشيات سوف تعود الأمور إلى نصابها في السودان.

فعليه فهم ذلك، لا يمكن أن يكرر البرهان أفعال النظام السابق بالبقاء في السلطة. وتطور الصراع بين طرفي النزاع في السودان بعد أن قامت قوات الدعم السريع بنقل جزء كبير من قواتها بالقرب من مطار مروى العسكري في شمال البلاد دون الرجوع لأخذ موافقة الجيش السوداني، كذلك أعادت قوات الدعم السريع نشر وحداتها في العاصمة الخرطوم وأماكن أخرى متفرقة في البلاد، في ظل المحادثات الدائرة بين الطرفين حول دمج قوات الدعم السريع في الجيش، التي انطلقت منذ الشهر الماضي في إطار الخطة الانتقالية التي تفضي لعقد انتخابات جديدة في البلاد. وقال الكاتب السياسي المثني عبدالقادر الفحل رئيس القسم الدولي بصحيفة الانتباهة السودانية، إن الجيش السوداني مسيطر على كل القواعد التي كانت تابعة لمتصدي ميليشيات الدعم السريع، الأمور الآن تحت السيطرة، وتحولت الميليشيات بعد الهزيمة التي منيت بها أمام الجيش والمحاولة الانقلابية التي قاموا بها يوم السبت لحرب الشوارع، والجيش قام بتأمين الخرطوم من الخارج وحصارهم من الداخل، والمشكلة الآن أن الميليشيات المرتزقة يقومون باستهداف المدنيين حالياً، وأصيب حتى الآن بحسب التقارير الرسمية أكثر من 1000 مواطن جراء الذخيرة العشوائية التي تطلقها مليشيا الدعم السريع خلال هذه المناوشات.

وأضاف الفحل في تصريحات لـ«القاهرة 24»، مليشيا الدعم السريع في الحقيقة هي مليشيا جميع جنودها وأفرادها غير متدربين بشكل كافي، فهم يتم تدريبهم خلال ثلاثة أو أربع شهور فقط في العادة ويتم تخريجهم، وهذه هي الطريقة التي كان يقوم بها قائد مليشيا الدعم السريع حميدتي حتى يكون لديه عناصر كثيرة، لكن في نفس الوقت غير مؤهلين وليس لديهم عقيدة قتالية، ولكن الوضع الآن تحت السيطرة، صحيح أنهم يقومون بأعمال شغب وفوضىّة والأخطر من ذلك أنهم يتفادون الطرق الرئيسية خشية الطيران الحكومي ويقومون بالدخول إلى الأحياء والمنازل للاحتواء بها وسط المدنيين والمواطنين وبالتالي الجيش لا يستطيع استهدافهم في هذه الحالة.

الجيش يسيطر على الأوضاع في السودان وتابع الوضع الآن في الشوارع الرئيسية والقواعد تحت سيطرة الجيش، لكن الميليشيات انتقلت إلى حرب الشوارع، لكن الشيء الجيد هو أن الجيش يحاوط العاصمة الخرطوم وقوات الدعم السريع وحتى قائدهم الذي ترك سيارته

يشهد السودان مواجهات عنيفة بين القوات المسلحة السودانية بقيادة الفريق أول عبدالفتاح البرهان وقوات الدعم السريع بقيادة الفريق أول محمد حمدان دقلو، بعد أن بدأت قوات الدعم السريع بالهجوم على الجيش السوداني على خلفية الأزمات الداخلية الطاحنة التي تعيشها الخرطوم في الفترة الأخيرة، وتعزز الوصول إلى اتفاق سياسي بين الأطراف المتنازعة لحل الأزمات الداخلية.

وتعددت الأسباب التي دفعت الأطراف المتنازعة في السودان لبدء شرارة الحرب خلال اليومين الماضيين، وعلى رأسها الخلاف السياسي في البلاد بسبب عدم التوصل إلى اتفاق لدمج قوات الدعم السريع التي يبلغ عددها أكثر من 100 ألف عنصر في الجيش السوداني، إضافة إلى الخلاف حول الاستقرار على الشخصية التي سيتقلد منصب القائد العام للجيش خلال فترة الاندماج التي تستمد عدة سنوات، وفقاً للتقارير الإعلامية السودانية.

أسباب اندلاع الحرب في السودان ومهاجمة قوات الدعم السريع بقيادة محمد حمدان دقلو، مقرات ووحدات الجيش السوداني الذي حذر كثيراً من هجوم قوات حميدتي مما أدت إلى بدء شرارة الحرب بين الطرفين على عدة جبهات مختلفة في البلاد، أبرزها ما يتعلق بمطار مروى العسكري والسيطرة على مقر القيادة العامة للجيش السوداني. وقال الجيش السوداني، إن الحرب اندلعت بعد أن حاولت قوات الدعم السريع مهاجمة قوات الجيش في الجزء الجنوبي من العاصمة الخرطوم، بهدف السيطرة على المواقع الاستراتيجية للجيش إضافة إلى القصر الجمهوري.

وقال المتحدث باسم الجيش السوداني العميد نبيل عبد الله في بيان: هاجم مقاتلون من قوات الدعم السريع عدة معسكرات للجيش في الخرطوم ومناطق متفرقة في السودان، والاشتباكات مستمرة والجيش يؤدي واجبه في حماية البلاد.

وفي الجهة المقابلة، زعمت قوات الدعم السريع أن الجيش هاجم قواتها في إحدى قواعدها بجنوب الخرطوم، وزعم يوسف عزت المستشار السياسي لقائد قوات الدعم السريع في تصريحات لوسائل الإعلام، أن سبب الحرب هو أن هناك من يريد السيطرة على السلطة، وعدم إعادتها للشعب، فهو من أسقط النظام السابق، وهو من أوصل البرهان إلى كرسي رئاسة مجلس السيادة، لذا

المعارك والانتقالات العسكرية في الخرطوم.. تاريخ طويل من العنف والمجازر



عبد الحميد عوض

منذ إنشائها قبل نحو 200 سنة، مرت العاصمة السودانية الخرطوم بمراحل عصبية من الحرب والعنف، لكن الاشتباكات الحالية بين الجيش وقوات الدعم السريع هي الأضعب في تاريخها الحديث.

وكانت الخرطوم الواقعة على ملتقى النيلين، الأزرق والأبيض، عبارة عن عدد قليل من الأحياء وأكوخ الصيادين، إلا أن خورشيد باشا وهو أحد القادة الأتراك الذين حكموا السودان (-1820 1885) حولها في العام 1824 إلى عاصمة للدولة عوضاً عن مدينة ود مدني، وسط السودان، وبُنيت فيها سرايا الحاكم العام «القصر الرئاسي حالياً» وتُكنى الجيش، واهتم بتطوير نهضتها العمرانية. ومنذ ذلك الحين، تمددت وتوسعت المدينة، فصارت اليوم أكبر المدن السودانية من حيث المساحة والسكان، الذين فاق عددهم 10 ملايين نسمة.

وللخرطوم تاريخ طويل، مع العنف والحروب، حيث اقتحمها في 26 يناير/كانون الثاني 1885 الإمام محمد أحمد المهدي، قائد الثورة السودانية ضد الحكم التركي المصري، وحررها مع بقية أنحاء السودان. وفي الأيام الأولى من التحرير، تعرضت العاصمة لمجازر وصلت فيها أعداد القتلى للاف، من بينهم شيوخ دين كانوا قد وقفوا إلى جانب الحكم التركي المصري وأقليات دينية، وموظفو الدولة عدا الجنود الأتراك والمصريين، قبل أن ينقل المهدي العاصمة إلى مدينة أم درمان، ويطلق عليها تسمية العاصمة الوطنية.

وعادت الخرطوم عاصمة مرة أخرى بعد مجيء الاستعمار الإنكليزي المصري (1898-1956)، لكن دخول الإنكليز إلى الخرطوم من بوابة أم درمان صاحبه مجزرة تاريخية قتل فيها أكثر من 10 آلاف من أنصار الإمام المهدي في موقعة كرري، شمال أم درمان.

وقبل استقلال السودان بعامين، تحديداً في مارس/ آذار 1954، زار الرئيس المصري محمد نجيب، الخرطوم، وقوبلت زيارته باحتجاجات من طائفة الأنصار الرافعين لشعار استقلال السودان والرافضين لمقترح الوحدة مع مصر، فخرجوا إلى الشوارع يحملون الأسلحة البيضاء، واقتحموا مقر وزارة الداخلية وجرى المزيد من أعمال العنف وقتل نحو 30 شخصاً وأصدر الاستعمار حكماً بإعدام عدد من المحتجين، لكنه عاد وألغى الحكم.

وفي مرحلة ما بعد الاستقلال 1956، عاشت الخرطوم في أمن، وعُدت واحدة من أكثر العواصم العربية والأفريقية أمناً، لكن يوم السادس من ديسمبر/كانون الأول 1964، وهو ما عُرف تاريخياً بـ«الأحد الدامي»، نسبة لحجم الدماء التي سالت في ذلك اليوم من السودانيين، وفيه

تجمعت حشود من مواطني جنوب السودان لاستقبال وزير الداخلية وقتها، كلمنت أمبورو، بمطار الخرطوم، بعد جولة واسعة له في الأقاليم الجنوبية، تأخر هبوط طائرة الوزير، فظننها المحتشدون مؤامرة من أبناء الشمال، فبدأت أعمال عنف واسعة واشتباكات بين الشماليين والجنوبيين سقطت نتيجتها مئات القتلى من الطرفين.

وفي 25 مايو/أيار 1969، وقع انقلاب عسكري نظمته (تنظيم الضباط الأحرار)، الذي يجمع قوى يسارية متعددة، من بينها الحزب الشيوعي السوداني، وقاده العقيد جعفر محمد نميري، وبعد نحو عام من الانقلاب، وقعت ما عرفت بأحداث دنوبايوي والجزيرة أبا بين نظام نميري وجماعة أنصار المهدي وحزب الأمة.

وفي دنوبايوي، وهو واحد من أعرق أحياء مدينة أم درمان، قصف نظام جعفر نميري مسجد الأنصار في 29 مارس/آذار 1970 بالتزامن مع قصف

مدينة الجزيرة أبا بولاية النيل الأبيض، التي تعد من أكبر معاقل الأنصار في السودان. وفي كلتا الواقعتين بلغ إجمالي الضحايا حوالي ألف شخص، منهم نحو 250 في

مسجد ودنوبايوي، بينما قتل الإمام الهادي، حفيد الإمام المهدي، على الحدود السودانية الإثيوبية.

ولم يدم شهر العسل بين الرئيس نميري والحزب الشيوعي طويلاً، فبعد سنتين وقع انقلاب عسكري في 19 يوليو/تموز 1971، أنهى نميري الحزب بتدبيره، وتمكن الانقلابيون، بقيادة الرائد هاشم العطا، من حكم البلاد لمدة 3 أيام فقط بمزاعم «الثورة التصحيحية» لانقلاب جعفر نميري. وقبل أن يستعيد نميري السيطرة، أثناء تلك الأحداث، وقعت مجزرة في بيت الضيافة بالخرطوم، قتل فيها أكثر من 30 ضابطاً اعتقلهم الانقلاب، ورد نميري بعد ذلك بمحاصرة بيت الضيافة، وإنهاء الانقلاب.

ولاحقاً، نفذ نظام نميري قرارات محاكم عسكرية بإعدام عدد من القادة السياسيين، أبرزهم زعيم الحزب الشيوعي السوداني، عبد الخالق محجوب، والقيادي النقابي بالحزب الشفيق أحمد الشيخ، وعضو اللجنة المركزية جوزيف قرنق. وفي 5 سبتمبر/أيلول 1975، وقعت محاولة انقلاب عسكرية ثانية بقيادة المقدم حسن حسين عثمان، لكن أحداث العنف هذه لم تكن كسابقتها، فيما جرت محاكمات عسكرية أفضت لإعدام قائد الانقلاب وآخرين.

وفي 2 يوليو/تموز 1976، نفذت الجبهة الوطنية المكونة من عدد من الأحزاب المناوئة لنظام الرئيس نميري مثل حزب الأمة والإخوان المسلمين والحزب الاتحادي الديمقراطي، هجوماً عبر الصحراء، على العاصمة الخرطوم بعد معارك بعدة مواقع، أشهرها دار الهاتف ووادي سيدنا وسلاح المدرعات والإذاعة

والتلفزيون، وبعد 3 أيام أجهضت المحاولة، واتهم نميري نظام الزعيم الليبي العقيد معمر القذافي بدعمها وتبنيها، وكانت حصيلة الهجوم ضحايا أكثر من المدنيين والعسكريين وإعدامات لعدد من المشاركين فيه، منهم قائد العملية العسكرية محمد نور سعد.

وبعد مجيء نظام الرئيس عمر البشير عام 1989، واجه في بدايته عدداً من الانقلابات العسكرية الفاشلة، منها انقلاب 23 إبريل/نيسان 1990، حيث سيطرت مجموعة من الضباط على وحدات عسكرية منها سلاح المدرعات، ومطار الخرطوم، لكن المحاولة لم تكمل دورة نجاحها، وانتهت بإعدام 28 ضابطاً برتب مختلفة، وذلك بعد يوم واحد من محاولتهم. ومن الأسرار الأخيرة التي تكشف عنها، ما ذكره قائد الجيش الحالي، الجنرال عبد الفتاح البرهان، في إحدى المقابلات الصحافية، بأنه كان واحداً من الضباط المشاركين فيها، لكن نظام البشير لم يكشف أمره. وفي الثاني من أغسطس/آب 2005، لقي زعيم الحركة

الشعبية جون قرنق مصرعه بسقوط طائرة بجنوب السودان بعد نحو 22 يوماً من تعيينه في المنصب الحكومي بموجب اتفاق سلام بين الشمال والجنوب، لتندلع مباشرة بعد إعلان وفاته أعمال شغب وقتل استمرت لمدة يومين، وأحدثت توتراً واسعاً في الخرطوم بين الشماليين والجنوبيين، ما قاد لسقوط عشرات القتلى ومئات المصابين.

وفي العاشر من مايو/أيار 2008، قادت حركة العدل والمساواة المتمردة على نظام البشير هجوماً على الخرطوم باسم «الذراع الطويلة» انطلق من إقليم دارفور، غرب السودان، هدفه الإطاحة بنظام الحكم، ووصلت قوات الحركة إلى مدينة أم درمان، وجرت معركة فاصلة بين الطرفين بالقرب من جسر الإنقاذ الرابط بين الخرطوم وأم درمان، وطويت الصفحة بعد مقتل عسكريين ومدنيين، فيما أصدرت المحاكم أحكاماً بإعدام أعداد كبيرة من المشاركين في المعركة. وصدر قرار بالفقو عنهم في السنوات التالية، بينما نجا قائد الحركة خليل إبراهيم من الاعتقال، قبل أن يُقتل لاحقاً في هجوم بمنطقة «ود بنده» بإقليم كردفان في العام 2011 بصواريخ أطلقتها الطيران السوداني على رتل من سيارات الحركة.

وفي سبتمبر/أيلول 2013، شهدت العاصمة الخرطوم تظاهرات واسعة احتجاجاً على قرار الرئيس السابق عمر البشير تحرير أسعار الخبز والوقود؛ فتعامل معها النظام بعنف مفرط أدى لمصرع أكثر من 200 شخص بما يصنّف تحت عنف الدولة.

وفي ديسمبر/كانون الأول 2018، اندلعت شرارة احتجاجات جديدة انتهت بسقوط نظام البشير في 11 إبريل/نيسان 2019، وحصد عنف الدولة نفسه نحو 90 شخصاً من المحتجين.

وبعد تسلم المجلس العسكري بقيادة عبد الفتاح البرهان زمام السلطة من نظام البشير، حصدت الآلة العسكرية مرة أخرى، في عملية فض اعتصام محيط قيادة الجيش في الثالث من يونيو/حزيران 2019 أعداداً من المعتصمين تختلف تقديراتهم ما بين 120 و500 شخص، إضافة لعدد آخر من المصابين والمفقودين.

وبعد انقلاب قائد الجيش، عبد الفتاح البرهان، ونائبه محمد حمدان دقلو قائد الدعم السريع، في 25 أكتوبر/تشرين الأول 2021، سقط أكثر من 125 شخصاً خلال التظاهرات المناهضة للانقلاب.

وأخيراً، اندلعت في 15 إبريل/نيسان، مواجهات عسكرية بين الجيش وقوات الدعم السريع، ولم يتفرغ المقاتلون بعد لتجميع وحصر قتلاهم والقتلى المدنيين، والخسائر والخراب.

SAJA NATURAL HERBS سجى

مركز الأعشاب الطبيعية

أكثر من 2000 نوع من الأعشاب
والزيوت الطبيعية والخلطات العلاجية

أعشاب مفيدة لجميع الأمراض

الكلف - عرق النسا - منع تساقط
الشعر - خسارة الوزن - علاج الهربس
الصدفية - الأكزيما - الطفح الجلدي
- الحجامه - حب الشباب

**PSORIASIS - ECZEMA
RASH - CUPPING**



متخصصون بالحجامة



يوجد لدينا حليب الأبل



يوجد لدينا جميع
أنواع البخور



Sajaherbs.com

10820 W Warren, Dearborn, MI 48126

35830 Dequindre Rd, Sterling Heights, MI 48310

313.769.6411

586.693.5377



الأمم المتحدة تخصص 8 ملايين دولار لتعزيز أنشطة التأهب والاستجابة لمخاطر الفيضانات في اليمن خلال 2023

أعلن مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية (OCHA) في اليمن، عن تخصيص مبلغ 8 ملايين دولار لتعزيز التأهب والاستجابة لمخاطر الفيضانات والحد من آثار تغيير المناخ والكوارث الطبيعية في البلاد خلال العام الجاري 2023.

وبحسب أحدث تقرير أمني للمستجدات الإنسانية في اليمن، فإن منسق الشؤون الإنسانية، ديفيد غريسي، «أطلق التخصيص الاحتياطي الأول لعام 2023 لصندوق التمويل الإنساني (YHF)، والبالغ 8 ملايين دولار، لتعزيز التأهب والاستجابة وتجريب نهج العمل الاستباقي لمواجهة مخاطر السيول والفيضانات والحد من آثار تغيير المناخ والكوارث الطبيعية في البلاد».

وأضاف التقرير أن 5 ملايين دولار من المبلغ المخصص ستدعم التوسع العاجل لنطاق أنشطة التأهب لحالات الطوارئ في المناطق ذات المخاطر العالية بما يتماشى مع التحليل المشترك بين القطاعات بشأن المخاطر، خاصة دعم الأولويات العاجلة في مجالات تنسيق وإدارة المخيمات، والمأوى، والمواد غير الغذائية، والمياه والصرف الصحي والنظافة، وألية الاستجابة السريعة.

فيما ستدعم 3 ملايين دولار تجريب نهج العمل الاستباقي، بما يتماشى مع الهدف الخاص لخطة الاستجابة الإنسانية لعام 2023 للحد من آثار تغير المناخ والكوارث الطبيعية. وأكد التقرير أن اليمن عرضة للسيول الموسمية المتكررة التي تؤدي إلى النزوح، وتعطيل سبل العيش، وارتفاع حاد في الأمراض المنقولة عبر المياه، وخسائر في المحاصيل، وتلحق الأضرار بالمتلكات، ولذا «يعمل مكتب تنسيق الشؤون الإنسانية بشكل وثيق مع السلطات المعنية لضمان أن يكون الوصول الإنساني آمناً وسريعاً ودون عوائق إلى المناطق المتضررة من السيول».



المبعوث الأممي يدعو لخطوات أكثر جرأة نحو السلام

«الأنفس» وعبر عن قلقه «بشأن العمليات العسكرية الأخيرة في مأرب وشبوة وتعز والمحافظة الأخرى»، داعياً الأطراف إلى ممارسة أقصى درجات ضبط النفس والامتناع عن الأعمال الاستفزازية. ونوه غرونبرغ إلى أنه وعلى الرغم من الإنجاز الذي حققته الهدنة إلا أنه «كان من المفترض أن تكون تدبيراً مؤقتاً لإفساح المجال للمحادثات السياسية لإنهاء الحرب بشكل مستدام؛ لذلك لا يمكننا الاعتماد عليها لتحقيق مستقبل سلمي لليمن».

ورحب بالنقاشات الجارية بين السعودية وجماعة الحوثيين، مبيناً أنه «يعمل عن كثب مع أصحاب المصلحة الإقليميين واليمنيين لضمان أن تغذي هذه القنوات جهود الأمم المتحدة للتوسط لإنهاء الصراع».

وشدد غرونبرغ على أن «أي اتفاق جديد في اليمن يجب أن يكون خطوة واضحة نحو عملية سياسية بقيادة يمنية، ويجب أن يتضمن التزاماً قوياً من الأطراف للالتقاء والتفاوض بحسن نية مع بعضهم البعض».

كما شدد على ضرورة أن «تمتنع الأطراف عن استخدام التدابير الاقتصادية كأدوات في حربها، وأن تخلق الظروف للسماح للأفراد والشركات بالعمل دون عوائق»، و«ضرورة رؤية قدر أكبر من حرية الحركة للأفراد والبضائع في جميع أنحاء اليمن، بما في ذلك الجهود المتجددة لفتح الطرق في تعز والمحافظة الأخرى، والفتح الكامل لمطار صنعاء، واستمرار دخول السلع التجارية بسلاسة ودون تأخير، ونريد أن نرى رواتب القطاع العام تُدفع على الصعيد الوطني».

قال المبعوث الخاص للأمم المتحدة إلى اليمن هانس غرونبرغ، إن الفرصة الأهم منذ ثماني سنوات سانحة الآن لإحراز تقدم نحو إنهاء الصراع، محذراً في الوقت نفسه من أن ذلك «قد يتغير إذا لم يتخذ الطرفان خطوات أكثر جرأة نحو السلام».

وأضاف المبعوث الأممي خلال إحاطة أمام مجلس الأمن الدولي، «هناك أسباب للتفاؤل.. أعتقد أننا لم نشهد مثل هذه الفرصة الجادة لإنهاء النزاع منذ ثماني سنوات»، مستذكراً: «لكن لا يزال من الممكن أن يتحول المسار ما لم تتخذ الأطراف خطوات أكثر جرأة نحو السلام». وتابع: «لقد واصلت عملي مع الأطراف لتحديد الخطوات التالية نحو وقف دائم لإطلاق النار وإعادة تنشيط العملية السياسية تحت رعاية الأمم المتحدة، بشأن التدابير التي يمكن أن تخفف من الوضع الاقتصادي والإنساني في البلاد».

وتوقف المسؤول الأممي عند المفاوضات بين الطرفين، وأشار إلى ثمارها المتعلقة بإطلاق سراح نحو 900 أسير من جميع الأطراف، مؤكداً الاتفاق على الاجتماع مجدداً الشهر القادم بين الحوثيين والحكومة تحت رعاية الأمم المتحدة في «محاولة لإحراز تقدم والوفاء بالتزاماتها كجزء من اتفاقية ستوكهولم للإفراج عن جميع المعتقلين». ولفت إلى أن الطرفين «اتفقا على القيام بزيارات مشتركة لمراكز الاحتجاز التابعة لبعضهما بعضاً، بما في ذلك في مأرب وصنعاء»، وتحدث عن استمرار «تنفيذ العديد من جوانب الهدنة على الرغم من عدم التجديد لها».

وأكد المبعوث الأممي أن التقدم المحرز ما زال غير كاف حيث «ما زال اليمنيون يعيشون معاناة لا يمكن تصورها كل يوم.. التطورات الأخيرة تذكر بأن التصعيد يمكن أن يعكس بسرعة المكاسب التي تحققت بشق



الأيادي النقية تحشد العالم لإغاثة أطفال اليمن

PURE HANDS RALLIES THE WORLD FOR YEMENI CHILDREN'S

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

www.purehands.org

تبرع الآن



info@purehands.org

\$1.2 million in US support to mitigate conflicts over land and water in Yemen

The United States, through the U.S. Agency for International Development (USAID), announced a two-year program to help communities in Yemen affected by conflict manage and resolve land and water disputes fairly and peacefully.

The \$1.2 million USAID Building Peace in Yemen program, implemented by ARK Group, will encourage people to build mutual understanding, trust, and empathy in order to heal divisions, including those rooted in religious, ethnic, or political differences. The program will also promote climate resilience and help reduce violent conflict stemming from scarce resources.

"The United States stands with the people of Yemen as they focus on peace and progress in selected Yemeni communities through this new program which demonstrates our nations' strong partnership," said U.S. Ambassador Steven Fagin. "We are confident that this program will encourage greater climate resilience in Yemen and help reduce conflicts over limited resources."

In recent decades, disputes over land and water in Yemen have resulted in conflict that has claimed the lives of thousands each year. These conflicts have grown increasingly complex during Yemen's civil war, as the ongoing conflict has negatively impacted local authorities that typically help resolve these disputes. In addition, Yemenis are facing poor water regulation and distribution as a result of the growing impact of climate change, including depleting water tables, drought, and flooding.

"Communities are becoming increasingly vulnerable to land and water disputes driven by a changing climate," said USAID Country Director Kimberlee Bell. "By partnering with Yemenis, we can prepare community leaders to resolve more of these disputes peacefully and safely."

The USAID-funded program will partner with communities in rural Yemen to address root causes of land and water conflict, especially water scarcity, by promoting water conservation, especially in agriculture, and facilitating community-led climate change resilience planning. The program will promote dialogue, mediation, and resolution of existing land and water conflicts, especially those between groups in conflict.



وفاة وإصابة العشرات في حادث تداقح خلال توزيع مساعدات مالية بالعاصمة اليمنية

الدخول، لكن رجال الأمن كانوا يمنعونهم من ذلك، في وقت زار مسؤولون في حكومة الحوثيين المستشفى.

ووجه رئيس المجلس السياسي الأعلى للحوثيين (مجلس الحكم) مهدي المشاط، بتشكيل لجنة من الداخلية والأمن والمخابرات والقضاء والنيابة، للتحقيق في حادثة التداقح، حسب وكالة الأنباء اليمنية «سبأ» بنسختها في صنعاء. وعقب ذلك زارت اللجنة المكونة من عدد من المسؤولين الحوثيين مكان الحادثة، وقالت إنها ستقوم «باتخاذ الإجراءات اللازمة لمعرفة أسباب ما حدث».

وأعلن رئيس هيئة الزكاة التابعة للحوثيين شمسان أبو نشطان، تقديم مليون ريال يمني لكل أسرة من أسر ضحايا التداقح، والتكفل بعلاج جميع المصابين في المستشفيات ودفع مبلغ 200 ألف ريال لكل مصاب، بحسب بيان نشرته وسائل إعلام الجماعة.

وقال القيادي البارز في الجماعة عضو مجلسها السياسي الأعلى محمد علي الحوثي، إن التداقح نتج عن معاناة الشعب اليمني من أسوأ أزمة إنسانية عالمية بعد ثمانية أعوام من القتال.

وأضاف في تغريدة على «تويتر»، «نحمل دول العدوان مسؤولية ما حدث ومسؤولية الواقع المرير الذي يعيشه الشعب اليمني بسبب العدوان والحصار»، على حد تعبيره.

لقي 78 شخصاً حتفهم، وأصيب 77 آخرين بجروح في حادث تداقح خلال توزيع مساعدات مالية زهيدة من قبل إحدى المؤسسات التجارية في العاصمة اليمنية صنعاء الخاضعة لسيطرة جماعة أنصار الله (الحوثيين).

وقالت وزارة الصحة في حكومة الحوثيين، في بيان، إن 78 شخصاً توفوا و77 أصيبوا بجروح بينهم 13 حالتهم حرجة وصلوا إلى مستشفى «الثورة» الحكومي.

وأوضح البيان أن الكثير من حالات الإصابة عانت من كدمات ورضوض وعوز أكسجين غادرت المستشفى بعد تلقيها الرعاية الطبية.

من جانبها اعتبرت وزارة الداخلية بحكومة الحوثيين، في بيان أن الحادث بسبب تداقح مواطنين أثناء التوزيع العشوائي لمبالغ مالية من قبل بعض التجار دون التنسيق مع وزارة الداخلية، ومن دون تنظيم. وقالت إنه تم إلقاء القبض على التاجر المسؤلين عن تنظيم توزيع المساعدات، مضيفاً أن التحقيقات جارية لمعرفة ملابسات الحادث.

وفرضت قوات الأمن التابعة للحوثيين طوقاً أمنياً حول مدرسة معين عند باب اليمن في صنعاء القديمة حيث وقعت الحادثة، ومنعت الدخول إلى المكان وتصويره حتى صباح الخميس. وأمام مستشفى الثورة، تجمّع عدد كبير من أهالي الضحايا محاولين



الأيادي النقية تحشد العالم لإغاثة أطفال اليمن

PURE HANDS RALLIES THE WORLD FOR YEMENI CHILDREN'S

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

www.purehands.org

تبرع الآن

شهد اليمن انتشاراً لمُرضي الحصبة وشلل الأطفال بشكل متسارع خلال الأشهر الماضية. في الوقت نفسه، تكثر الشائعات والتحريض ضد تلقيح الأطفال، ما فاقم من سوء الأوضاع الصحية في عدد من المناطق الخاضعة لسيطرة أنصار الله (الحوثيين) شمالي البلاد.

وأعلنت الأمم المتحدة، مؤخراً، وفاة 77 طفلاً وإصابة أكثر من 9 آلاف آخرين، جراء مرض الحصبة في اليمن، منذ مطلع 2023، بحسب تقرير صادر عن مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية في اليمن. فوجئ يحيى المحبشي حين عرف أن أبناء شقيقه أصيبوا بحمى شديدة وطفح جلدي، بينما كان في زيارة قصيرة إلى مستشفى رأسه في محافظة حجة (شمال)، حيث يتفشى مرض الحصبة في تلك المنطقة الجبلية النائية منذ أشهر، وسط دعوات لإنقاذ المرضى.

الحصبة وشلل الأطفال يتفشيان في أنحاء اليمن

ويقول: «أبناء شقيقي الأربعة أصيبوا بالحصبة، الأكبر سناً عانى لأيام قبل أن يشفى، أما الآخرون، فما زالوا في العزل، وأصيب أحدهم بمضاعفات خطيرة ولا يزال في العناية المركزة. للأسف، لم يأخذ الأطفال اللقاح باستثناء الابن الأكبر».

يشار إلى أن الحصبة مرض يتسبب في فيروس من فصيلة الفيروسات المخاطانية، وغالباً ما ينتقل عن طريق الاتصال المباشر أو من خلال الهواء. ويصيب الفيروس الجهاز التنفسي وينتقل بعد ذلك إلى باقي أجزاء الجسم. وبلغ عدد وفيات الأطفال في هذه المنطقة التي شهدت انتشاراً للحصبة نحو 15 طفلاً على مدى الشهرين الماضيين نتيجة المضاعفات الخطيرة التي عانوا منها. وتفيد مصادر محلية «العربي الجديد» بوجود «مئات حالات الإصابة في مناطق نائية، علماً أن البعض لا يستطيع التنقل من أجل العلاج، في وقت يزدحم الكثير من المراكز الطبية والمستشفيات القريبة بالمرضى من الأطفال».

وفي 19 مارس/ آذار الماضي، أعلنت منظمة الصحة العالمية تفشي الحصبة وشلل الأطفال في اليمن. وقالت على موقعها في «تويتر»: «يشهد اليمن تفشياً للحصبة وشلل الأطفال، وأكثر من 80 في المائة من الأطفال الذين يعانون من الحصبة لم يحصلوا على اللقاح المضاد للمرض»، مضيفة: «في اليمن، تعد برامج التلقيح ضرورية من أجل حماية الأطفال من الأمراض التي يمكن الوقاية منها».

وكان الرئيس الدولي لمنظمة «أطباء بلا حدود» كريستوس كريستو قد أعلن عن انتشار مرض الحصبة بين الأطفال في محافظة حجة، خلال زيارته مستشفى تدعمه المنظمة. وقال: «رأيت عدداً من الأطفال المصابين بعدوى الحصبة، وقد أفاد الفريق الطبي بأن السبب الرئيسي لهذه الزيادة هو الفجوة الكبيرة في اللقاحات الروتينية وانخفاض مستوى التلقيح بين الأطفال»، بحسب بيان نشره مكتب المنظمة في اليمن.

وفي 20 مارس/ آذار الماضي، كشفت وزارة الصحة العامة والسكان أن الفرق الصحية تمكنت من تحصين مليون و224 طفلاً ضمن الحملة الاحترازية ضد شلل الأطفال في 12 محافظة، بنسبة تغطية وصلت إلى 95 في المائة. ووفق منظمة الصحة العالمية «يتأثر اليمن بسلاطين منفصلتين من فاشيات فيروس شلل الأطفال المنتشرة: فيروس شلل الأطفال المشتق من اللقاح من النوع 1 (cVDPV1) والنوع 2 (cVDPV2)». ولفنت إلى أنه «من ضمن 150 حالة تم الإبلاغ عنها في عام 2022، يمثل اليمن ثلث حالات cVDPV على مستوى العالم».

وفي عام 2009، أعلن اليمن القضاء على أمراض عدة منها الجدري، وبقيت خالية من شلل الأطفال حتى عام 2019، حين انتشر في محافظة صعدة (شمالي البلاد ومعقل الحوثيين) في ظل سلوك الحوثيين ومنع وتهميش أهمية اللقاحات، بحسب بيان صادر عن وزارة الصحة العامة والسكان اليمنية.

ويعد سوء التغذية المتفشى بين الأطفال اليمنيين أحد أبرز المخاطر التي تهدد المصابين منهم بأمراض الحصبة، إذ تصعب عليهم مقاومة المرض. ويشكل شلل الأطفال تهديداً خطيراً للأطفال دون سن الخامسة في حال عدم حصولهم على اللقاحات.

وبحسب تقرير لمنظمة الصحة العالمية، فإن 46 في المائة من الأطفال دون سن الخامسة في اليمن يعانون من التقزم، وإن ما لا يقل عن 362 ألف طفل دون سن الخامسة يعانون من سوء التغذية الحاد والمزمن على حد سواء. وحذر التقرير من أن الأطفال المتأثرين بنقص التغذية أكثر عرضة للوفاة بـ9 مرات على الأقل مقارنة بأقرانهم».

ووفق تقديرات أممية، «فإن حوالي 17,3 مليون يمني على شفير المجاعة. وهذا العدد يشمل 1,15 مليون طفل تحت سن الخامسة يواجهون خطر وفاة نسبهته 30-50%، أما ما يعادل 540,000 طفل تحت سن الخامسة فيعانون من سوء التغذية الحاد الوخيم مع خطر الوفاة المباشر». وبحسب منظمة الصحة العالمية، «فإن 46 في المائة من الأطفال دون سن الخامسة في اليمن يعانون من التقزم».

من جهته، يقول محمد عبد القوي، الذي يعمل في أحد المراكز الصحية المدعومة من المنظمات، إن «سوء التغذية جعل الأطفال في اليمن أكثر عرضة للإصابة بالأمراض، إذ إن مناعتهم أقل. واستقبلنا الكثير من الأطفال المصابين بالحصبة خلال الشهرين الماضيين، وأكثرهم معاناة هم غير الملقحين منهم». يضيف: «للأسف، ما من تعاون من قبل الحوثيين. على العكس، يقودون حملات ضد اللقاحات التي تعد منقذة للحياة. وسبق أن أعلنت منظمة الصحة العالمية عن توفير جميع التكاليف المالية لتنفيذ حملة للتلقيح ضد الحصبة وشلل الأطفال، لكن هناك عراقيل من قبل الحوثيين في الحقيقة».

توفيت منها 131 حالة، فيما بلغ عدد المصابين بشلل الأطفال 226 حالة. وكشف مركز الترصد الوبائي عن انتشار لاقت لفيروس شلل الأطفال من النوع 2 في عدد من المحافظات اليمنية.

جددت منظمة الأمم المتحدة للطفولة (يونيسف) التأكيد على أمان اللقاحات التي تعطى للأطفال. وقالت في بيان أصدرته في 17 مارس/ آذار إنه «يجري تسليم 25 مليون جرعة من اللقاحات المؤهلة مسبقاً من قبل منظمة الصحة العالمية إلى اليمن سنوياً»، مضيفة أنه «في اليمن، لا توجد سوى تقارير عن آثار جانبية طفيفة ومؤقتة، ولم ترد معلومات عن وقوع أية حوادث سلبية خطيرة، ما يدل على أن اللقاحات آمنة».

في هذا السياق، يستنكر الطبيب اليمني محمد الخليدي حملات التحريض ضد اللقاحات، قائلاً إن «عرض حلقات تلفزيونية وإذاعية لحث المواطنين على مقاطعة اللقاحات، بالإضافة إلى المنابر، يدفع الناس إلى عدم تلقيح أبنائهم. ويفترض أن تشجع الحملات الناس على تلقيح أطفالهم». ويوضح، أنه «في ظل تفشي الأمراض، تصبح حملات التلقيح الوطنية ضرورية، وكذلك عند انخفاض معدلات التغطية بالتحصين الروتيني. وتعتبر الحملات الحل الوحيد لكبح انتشار الأمراض، والأمر ليس محل جدل ولا يجب على السلطة إلقاء اللقاحات في المراكز الصحية فقط».

يحصل اليمن على 25 مليون جرعة من اللقاحات سنوياً

ويوضح الخليدي أن «هناك ضرورة لإيصال اللقاحات إلى المناطق النائية بسبب عدم قدرة الناس على الوصول إلى المراكز الصحية»، لافتاً إلى أن «هؤلاء يمثلون نسبة كبيرة قد تصل إلى أكثر من 60 في المائة من السكان». يضيف أن «الأطفال في اليمن ضحية متاجرة وصراعات رخيصة ليست للطب واللقاحات أية علاقة بها».

من جهتها، اعتبرت وزارة الصحة العامة والسكان اليمنية أن التحريض ضد اللقاحات «تصرف طائش من قبل الحوثيين، ومغامرة بمستقبل أطفال اليمن في مناطق سيطرتها». واستنكرت ما وصفته بـ«السلوك الصادم المنافي للعقل والعلم والمنطق»، مؤكدة ضرورة «التصدي لهذه الأفكار الكارثية التي لا تقيم اعتباراً لسلامة اليمنيين وحياة ومستقبل أطفالهم».

ويعتبر شمال اليمن (مناطق سيطرة الحوثيين) من ضمن المناطق الجغرافية في العالم التي فيها أعلى نسبة أطفال إما يفتقدون جرعات التطعيم أو غير محصنين، والتي تشمل باكستان وأفغانستان وجنوب شرق أفريقيا وشرق جمهورية الكونغو الديمقراطية وشمالي نيجيريا وجنوب وسط الصومال.

في مطلع فبراير/ شباط الماضي نظمت مؤسسات تابعة للحوثيين بصنعاء ندوة بعنوان «اللقاحات ليست آمنة ولا فعالة»، بحضور رئيس الوزراء عبد العزيز صالح بن حبتور ووزير الصحة العامة والسكان طه المتوكل في حكومة الحوثيين. وقال عضو هيئة مكافحة الفساد الحوثية سليم السباني إن «الطب الحديث، بما فيه اللقاحات والطب الكيميائي، فكرة يهودية هدفها الاستثمار والتجارة واستهداف الشعوب بعدوانية»، مشيراً إلى أنه «لا يوجد أي لقاح آمن ومكوناته عبارة عن وسخ وسموم».

من جهته، قال المتوكل إن «اللقاح ليس إلزامياً بالمطلق بالنسبة للوزارة (وزارة الحوثيين في صنعاء) لكنه متاح. ومن يصر عليه ويطلب به يحصل عليه على أن يتحمل المسؤولية ويُدرك السلبيات والإيجابيات». وكان ناشطون قد تداولوا فيديو للوزير نفسه في نوفمبر/ تشرين الثاني عام 2018 يدعو فيه أولياء الأمور إلى تلقيح أطفالهم. وكانت تلك الندوة تتويجاً لحملات مكثفة تحذر من اللقاحات، وخصص لها الحوثيون حلقات تلفزيونية وإذاعية، بالإضافة إلى دور خطباء المساجد الذين أشاروا إلى أن اللقاحات غير آمنة، الأمر الذي أثار مخاوف لدى الأطباء في المناطق الخاضعة لسيطرة الحوثيين.

ولم تعلق السلطات الصحية في مناطق سيطرة الحوثيين رسمياً على حملة التحريض ضد اللقاحات. إلا أن مصدرراً في وزارة الصحة بصنعاء رفض الكشف عن اسمه أوضح، أن اللقاحات متوفرة في معظم المراكز الصحية ولا يمنع أحد من الحصول على اللقاحات»، مشيراً في الوقت نفسه إلى تفشي الحصبة في عدد من المحافظات.

وفي ديسمبر/ كانون الأول الماضي، أعلنت وزارة الصحة في صنعاء أن عدد المصابين بالحصبة بمناطق سيطرتها (الحوثيين) خلال عام 2022 بلغ 18 ألفاً و597 حالة،



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

World Bank allocates over \$200 million to support food security in Yemen

The World Bank has announced a \$207 million grant to address food security and malnutrition in war-torn Yemen.

The grant, offered by the World Bank's International Development Association, aims to "address chronic food insecurity and malnutrition in Yemen," the bank said in a statement.

"Around 1.8 million Yemeni households will benefit" from the grant," the bank said.

"It will also support poor and vulnerable households facing multiple overlapping crises, including conflict, food price inflation, climate-related emergencies such as the August-September 2022 floods, and the consequences of the Covid-19 pandemic," the statement added.

Yemen descended into a deadly civil war in September 2014, when Houthi seized much of the country, including the capital, Sanaa.

A coalition led by Saudi Arabia intervened militarily in early 2015 to restore the government to power.

The conflict, which has been ongoing for eight years, has led to one of the world's worst humanitarian crises, with millions at risk of starvation.



مؤتمر للمانحين لإنقاذ ناقلة نفط قبالة سواحل اليمن في 4 أيار/مايو

اللازمة لتنفيذ عمليات على متن صافر التي توقفت أنظمتها عن العمل، بحسب برنامج الأمم المتحدة الإنمائي. ومن المتوقع أن تبدأ العمليات في أيار/مايو.

منذ اندلاع الحرب في اليمن عام 2015، تركزت صافر مهجورة قبالة ميناء الحديدة الذي يُسيطر عليه الحوثيون، وهو بوابة مهمة للشحنات إلى البلاد التي تعتمد بشكل كبير على المساعدات الخارجية الطارئة.

وحمولة الناقلة صافر البالغة 1,1 مليون برميل من النفط هي أربعة أضعاف ما تسرب في كارثة «أكسون فالديز» عام 1989 والتي تعدّ أسوأ الكوارث البيئية في العالم، وفق الأمم المتحدة.

ويمكن لكارثة بيئية أيضاً أن تُغلق مضيق باب المندب بين إفريقيا وشبه الجزيرة العربية، ما من شأنه إلحاق أضرار كبيرة بالاقتصاد العالمي من خلال إغلاق قناة السويس.

وقال منسق الشؤون الإنسانية للأمم المتحدة في اليمن ديفيد غريسلي في بيان «نحن في حاجة ماسة إلى جمع 29 مليون دولار متبقية لعملية الطوارئ وجمع أموال إضافية لضمان تخزين النفط على المدى الطويل».

وفي هذا السياق، تنظم بريطانيا وهولندا بالشراكة مع الأمم المتحدة مؤتمراً افتراضياً للمانحين في 4 أيار/مايو.

من جهة ثانية، أعلن برنامج الأمم المتحدة الإنمائي الذي يعمل على هذا الملف إبرام اتفاق مع «سميت سالفدج» وهي شركة تابعة لشركة «بوسكليس» الهولندية لتنفيذ

عملية نقل النفط من صافر إلى نوتيكيا والتحضير لسحب الناقلة بمجرد إفراغها.

وابحرت سفينة «سميت سالفدج» متوجهة إلى البحر الأحمر محملة «بمولدات ومضخات هيدروليكية وغيرها من المعدات

أعلنت الأمم المتحدة، أن مؤتمراً افتراضياً للمانحين سيعقد في 4 أيار/مايو لمحاولة جمع مبلغ 29 مليون دولار تحتاج إليها من أجل إتمام العملية الحاسمة لإنقاذ ناقلة نفط جانحة قبالة سواحل اليمن.

في آذار/مارس، ومن أجل تجنب تسرب نفطي في البحر الأحمر، أعلنت الأمم المتحدة أنها اشترت ناقلة نفط ضخمة لتتمكن من نقل أكثر من مليون برميل من ناقلة «إف. أس. أو. صافر» الراسية قبالة ميناء الحديدة الاستراتيجي، والمعرضة لخطر التحطم أو الانفجار أو الاشتعال في أي وقت، بحسب خبراء.

والناقلة العملاقة «نوتيكيا» في طريقها حالياً إلى الموقع ويتوقع أن تصل إلى جيبوتي في البداية مطلع أيار/مايو.

لكن هذه العملية غير المسبوقة للأمم المتحدة والتي كلفت 148 مليون دولار لم تمول بالكامل.

مجلس القيادة الرئاسي اليمني يطالب الصين بدور أكبر لإنهاء الحرب والضغط على إيران

وأكد «أهمية ممارسة بكين ضغوطاً حقيقية ومؤثرة على طهران لوقف تدخلاتها المستمرة في شؤون اليمن الداخلية ورفع يدها عن الحوثيين والتوقف عن دعمهم وإمدادهم بالأسلحة والأموال والعمل على تهئية الأجواء لإنجاح كافة الجهود الرامية لإحلال السلام العادل والشامل في اليمن وفقاً للمرجعيات الثلاث الأساسية التي تحظى بإجماع دولي وإقليمي ومحلي»، وفق قوله.

وأشار عضو المجلس الرئاسي اليمني إلى «الدور الصيني الإيجابي في تعزيز الأمن والسلام الدولي وجهود الدبلوماسية الصينية ومساعدتها الرامية لمعالجة العديد من القضايا المعقدة والملفات العالقة على المستوى الإقليمي والدولي».

ويشهد اليمن حرباً بدأت عقب سيطرة الحوثيين على العاصمة صنعاء وعدة محافظات أواخر العام 2014، وتصاعد النزاع منذ مارس 2015، بعد أن تدخل تحالف عسكري عربي بقيادة السعودية دعماً للحكومة المعترف بها دولياً، في مواجهة جماعة أنصار الله (الحوثيين) المدعومة من إيران.

طالب مجلس القيادة الرئاسي في اليمن، جمهورية الصين الشعبية، بالقيام بدور أكبر من أجل إنهاء حرب اليمن، وممارسة ضغوط حقيقية ومؤثرة على إيران لوقف «تدخلاتها المستمرة» في شؤون اليمن الداخلية ودعمها لجماعة أنصار الله (الحوثيين).

جاء ذلك على لسان عضو مجلس القيادة الرئاسي سلطان العرادة خلال لقائه في الرياض القائم بأعمال السفارة الصينية لدى اليمن شاو تشنغ، لمناقشة «مستجدات الأوضاع والجهود المبذولة لوقف الحرب واستئناف العملية السياسية وتحقيق السلام»، حسب وكالة الأنباء اليمنية «سبأ» بنسختها في عدن.

وأعرب العرادة «عن أمله في أن تلعب الحكومة الصينية دوراً أكبر في حل الأزمة اليمنية، وإنهاء المعاناة الإنسانية التي سببها الحوثيون في اليمن بانقلابهم على مخرجات الحوار الوطني واختطاف مؤسسات الدولة، وقصف المدن والاعتداء على المدنيين وانتهاك حقوق الإنسان في مختلف المحافظات».



الأيادي النقية تحشد العالم لإغاثة أطفال اليمن

PURE HANDS RALLIES THE WORLD FOR YEMEN CHILDREN'S

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

www.purehands.org

تبرع الآن

info@purehands.org

Arab League calls for ceasefire in Sudan during emergency meeting

The Arab League on called for a ceasefire in Sudan, expressing concern over the escalating violence and hostilities.

In a final statement issued after an emergency meeting to discuss the recent developments in the country, the Arab League also emphasized the need for a return to peaceful negotiations and to "establish a new phase that fulfills the ambitions of the brotherly Sudanese people and contributes to reinforce political and economic security and stability in this important country." The emergency meeting was called for by Egypt and Saudi Arabia in response to clashes that erupted on between the Sudanese military and the Rapid Support Forces (RSF).

The military and RSF have been vying for power as political factions negotiate the formation of a transitional government following a military coup in 2021. Tensions have also risen over the integration of the RSF into the military.

The Arab League statement added it will continue to follow up on the situation and will conduct the necessary calls in this regard.

During a televised speech, Sudan's representative to the Arab League, Alsadik Omar Abdullah, appealed for Arab support to help calm the situation, while emphasizing that external interference in local affairs should be avoided.

"The Sudanese government has declared it a rebel force to be treated as such," he said, adding that efforts to mediate the integration of RSF into the Army have failed.

The RSF shared a video claiming to show Egyptian troops who had "surrendered" to them in Merowe. Egypt had said the troops were in Sudan for exercises with their Sudanese counterparts.

Egypt's representative called for an immediate ceasefire in Sudan, underscoring the strategic and geographical relations between both countries.

Obaida el-Dandarawy, Deputy Permanent Representative of Egypt, said that despite any differences in points of view that may arise at various stages, "there is no doubt" that Egypt's interests are intertwined with those of Sudan, and vice versa. He also called on the protection of the Egyptian interests in the country.

"Egypt assures its commitment to supporting and [ensuring] stability in Sudan and the unity of its land and it assures the importance to prevent the interference of exterior forces in Sudanese affairs," the representative said, calling on the warring sides to find common ground and settle differences.



الرئيس التونسي: لسنا دولة تحت الوصاية والتدخل بشؤوننا مرفوض

كانت الشرطة التونسية قد شنت في الآونة الأخيرة حملة اعتقالات واسعة شملت نشطاء سياسيين وقادة أحزاب بارزين اتهمهم الرئيس سعيد بالتمرد على أمن الدولة.

ويتهم المعارضون قيس سعيد بالانقلاب على الدستور من أجل الانفراد بالسلطة لكن الرئيس يقول إنه يسعى لإنقاذ البلاد من أزمتها السياسية والاقتصادية.

وقال سعيد في كلمة لتهنئة الشعب التونسي بعيد الفطر من جامع الزيتونة بتونس العاصمة «لا مجال للفتنة، نحن شعب موحد وسيبقى موحدًا تجمعا كلمة الحق وتجمعنا المسؤولية». وأضاف «لدينا من القدرات والإمكانات ما يحقق آمال شعبنا في العزة والكرامة وفي السيادة الوطنية».

وتعاني تونس أزمة اقتصادية حادة وتحتاج إلى تمويل دولي لسد العجز في مالياتها العمومية.

وقال البرلمان الأوروبي في بيان «نشعر بقلق بالغ إزاء الاعتقالات العديدة التي طالت فاعلين سياسيين من مختلف الجماعات المعارضة في تونس، ولا سيما اعتقال راشد الغنوشي».

وأضاف البيان «حقيقة أن وزير الداخلية التونسي قرر في اليوم التالي للاعتقالات حظر اجتماعات حركة النهضة وجبهة الإنقاذ الوطني على التراب التونسي، هو اعتداء خطير على الحقوق والحريات الديمقراطية في البلاد».

ودعا البرلمان الأوروبي السلطات التونسية «للإفراج الفوري عن جميع المعتقلين تعسفيا لممارستهم حرية التعبير وتكوين الجمعيات، بمن فيهم المعارضون السياسيون والصحفيون والقضاة والمحامون والمسؤولون النقابيون عن الاتحاد العام التونسي للشغل، واحترام حقوقهم وحياتهم الأساسية».

قال الرئيس التونسي قيس سعيد، إنه لن يسمح لأي كان بالتدخل في الشؤون الداخلية لبلاده، مؤكدا «لسنا دولة تحت الوصاية». وأضاف سعيد أن التدخل السافر في شؤون تونس غير مقبول «ونحن دولة مستقلة ذات سيادة»، مشيرا إلى أن عددا من الجهات تتحدث عن انزعاجها «فيما تتم الدعوة لحرب أهلية».

وكان قاضي التحقيق بالمحكمة الابتدائية بتونس العاصمة أصدر فجر الخميس أمرا بحبس راشد الغنوشي زعيم حركة النهضة الإسلامية بسبب تصريحات وصفها بأنها تندرج ضمن الأفعال المجرمة.

وعبرت كل من الولايات المتحدة وألمانيا وفرنسا، ومن قبلهما الاتحاد الأوروبي وبريطانيا، عن القلق إزاء اعتقال الغنوشي والتطورات التي تشهدها تونس

رئيس حركة النهضة التونسية: المعركة في البلاد بين الدكتاتورية والديمقراطية

قال رئيس حركة النهضة التونسية راشد الغنوشي، إن القضية المرفوعة ضده تأتي في إطار «حلقة من حلقات الاستهداف السياسي بالوسائل القضائية».

وفي كلمة مسجلة تم نشرها عبر صفحته على «فيسبوك»، قال الغنوشي: «نحن لا مشكل لنا مع القضاء ومشكلتنا مع الدكتاتورية التي تريد أن تصادر مكاسب الثورة»، معتبرا أن «المعركة في البلاد بين الدكتاتورية والديمقراطية».

وأشار إلى أن «الملفات المرفوعة ضدنا فارغة بشهادة كل المحامين ومشكلة تونس ليست الغنوشي ولا الطوبوي أو الشابي.. مشكل تونس هو انقلاب غاشم يدفع البلاد نحو مزيد من المصائب».

وأضاف: «اعتقالي واعتقال عدد من المناضلين لن يحل مشاكل تونس فغلاء المعيشة سيتسع لأنه ثمرة من ثمار الدكتاتورية ونحن واثقون من تمسك الشعب بمبادئه وثورته وتيار الثورة والديمقراطية يتصاعد وعبرت عنه نتائج الاستفتاء.. تونس عائدة إلى ديمقراطيتها ومبادئ ثورتها».





الخارجية الجزائرية تستنكر قبول الاتحاد الإفريقي أوراق اعتماد دبلوماسية مغربية

استنكرت وزارة الخارجية الجزائرية، قبول الاتحاد الإفريقي أوراق اعتماد دبلوماسية مغربية «تدعي» أنها الممثلة الدائمة لاتحاد المغرب العربي لدى الاتحاد. وأعربت الجزائر، عن استغرابها العميق، إزاء ما وصفته بـ «القرار الطائش وغير المدروس» لرئيس مفوضية الاتحاد الإفريقي، بقبول أوراق اعتماد دبلوماسية مغربية «تدعي بشكل زائف» أنها الممثلة الدائمة لاتحاد المغرب العربي لدى الاتحاد الإفريقي. وقالت الخارجية الجزائرية في بيان: «هذا السلوك اللامسؤول غير مقبول، خاصة بعد التحركات الحثيثة التي قامت بها السلطات الجزائرية لدى اللجنة الإفريقية، من أجل إلغاء هذا التعيين المزعوم، وفقا للنصوص التي تنظم عمل اتحاد المغرب العربي». وأضافت البيان: «ترغب الجزائر في توضيح أنها لم تستشر، بشأن هذا التعيين الذي تم بشكل خارج عن القواعد المنصوص عليها في معاهدة إنشاء اتحاد المغرب العربي المبرمة في فبراير 1989». وأشار البيان إلى أن قبول رئيس مفوضية الاتحاد الإفريقي «لهذا المشهد البروتوكولي السخيف، تجعل منه مستسلما لعملية تلاعب غير صحيحة، صممت ونفذت لأغراض لا تخدم مصلحة الاتحاد المغرب العربي والاتحاد الإفريقي، واللذين تؤكد الجزائر التزامهما الثابت بهما». وتنتظر الجزائر من مفوضية الاتحاد الإفريقي توضيح «موقفها النهائي حول هذا الانتهاك الواضح والمرفوض للقواعد البروتوكولية والقانونية».

Palestinian Prime Minister: Ending occupation, establishing state key to regional peace and stability

Palestinian Prime Minister Mohammad Shtayyeh stated that ending the Israeli occupation and establishing a Palestinian state is key to regional peace and stability.

Prime Minister Shtayyeh reiterated that the Palestine question and the Palestinian people's just and heroic struggle would remain at the forefront for the international community despite Israel's continuous attempts to divert attention from the Palestine question and mask its settler-colonialism.



He added that ending the 56-year-long Israeli occupation of the Palestinian territories (West Bank and Gaza Strip) and the establishment of an independent Palestinian state based on the 1967 borders, with East Jerusalem as its capital, is the key to peace and stability in the region.

Shtayyeh made his remarks during a meeting with the Norwegian envoy for the Middle East peace process, Hilda Haraldstad with the attendance of the Head of Norway Representative Office Torunn Viste at his office in the occupied West Bank city of Ramallah. He briefed Haraldstad on the latest political developments and stressed the need for successful outcomes of the upcoming Ad Hoc Liaison Committee (AHLIC) Conference, to be held under Norway's chairmanship, that would oblige Israel to abide by its pledges and all signed agreements.



حديث الانتخابات الرئاسية المصرية... ضجيج مبكر

وشدّد عبد النبي، على أن «الضمانات التي أعلنتها الحركة المدنية أو أي من القوى الوطنية، هي أمر ملعن ومتاح للجميع وكلها رهن استجابة الدولة وتجاوبها مع هذه الضمانات، ومن حق أي مرشح أن يتخذ قراره بالترشح حتى لو لم تتم الاستجابة لها من جانب الدولة والأجهزة المعنية».

وتابع عبد النبي: «ليست الحركة المدنية أو غيرها من القوى السياسية هي البوابة التي من خلالها فقط يتم أخذ قرار الترشح أو التوافق عليه، وربما نتفاحاً بأسماء لم تطرح من الأساس على الحركة المدنية أو في السباق الانتخابي من قبل». وقال نائب رئيس «الإصلاح والتنمية»، إن «المرشح الذي أشار إليه رئيس الحزب، لم يحسم موقفه، وبالتالي لا مجال للتشاور بشأنه، فضلاً عن أن ما تردد داخل الأوساط السياسية من وجود اتفاقات أو تنسيق ما بين الحركة المدنية والأجهزة المعنية في بعض الأمور، كله يستوجب عدم التشاور حتى حسم الأمر وحتى لا يتم حساب المرشح على أجهزة بعينها أو اعتباره مجرد ديكور يكتمل به المشهد الانتخابي المقبل».

في المقابل، كشفت مصادر في الحركة المدنية، أن «المرشح الذي يقصده السادات، هو رئيس جهاز المخابرات العامة السابق مراد موفي»، لافتة في الوقت ذاته إلى أن «المشهد بشأن الانتخابات الرئاسية المقبلة (ضبابي)، ولا توجد أي تأكيدات بشأن عملية انتخابية جادة حقيقية حتى الآن».

وأعلن البرلمان السابق أحمد الطنطاوي، المستقيل من رئاسة حزب «الكرامة» الناصري، أول من أمس الخميس، عزمه خوض انتخابات الرئاسة لعام 2024، وذلك بعد أسابيع من تصريحاته بأنه سيعود إلى البلاد مطلع شهر مايو/أيار المقبل، حيث غادر قبل أشهر مصر متجهاً إلى لبنان.

وكتب أحمد الطنطاوي عبر صفحته الرسمية على «فيسبوك»، أنه «انتهى من صياغة رؤيته، وسيكشف عن كل خطوة منها في التوقيت والسياق المناسبين»، لافتاً إلى أن رؤيته لا تستبعد غيرها من الرؤى، بل تسعى للتكامل معها.

من دون خلفية عسكرية ولها تاريخها في العمل السياسي، مثل وزير الخارجية السابق نبيل فهمي، والبرلماني السابق أحمد طنطاوي، وغيرها من الأسماء المحتملة».

وأضاف السادات أن «هذا الأمر لم يحسم وغير واضح، وما زلنا ننتظر مدى استجابة الدولة المصرية للضمانات القانونية لنزاهة العملية الانتخابية، واستجابة الدولة لوجود ضمانات حقيقية لمنافسة نزيهة هي ما تشجع الأسماء الجادة على خوض هذه المنافسة، سيتضح هذا الأمر خلال الأيام المقبلة». وتابع السادات: «بالتأكيد ستكون هناك مواقف إقليمية ودولية داعمة للمرشحين بعينهم، في حال أعلنوا ترشحهم، ولكن كما قلت إن الأمور جميعها معلقة وتوقف على ما تخبئه الأيام المقبلة».

مشهد ضبابي وشروط تنتظر

وطرحت أحزاب الحركة المدنية أخيراً 14 شرطاً يجب توفرها لإجراء انتخابات رئاسية حرة ونزيهة تعكس نتائج الإرادة الحقيقية للناخبين، وشملت الشروط: التعددية الحزبية وفق الضوابط الدستورية، دورية الانتخابات، التداول السلمي للسلطة، حرية وسائل الإعلام بمختلف أنواعها، إتاحة فرص متكافئة لجميع المرشحين، حياد مؤسسات الدولة ووقفها على مسافة واحدة من كافة المرشحين طوال العملية الانتخابية، وتحديد وزير العدل في ما يخص توثيق التوكيلات، والداخلية، التي ينحصر دورها في التأمين الإجرائي دون تدخل للتأثير في مسار العملية الانتخابية، ضمان سلامة المرشحين ومساعدتهم ومندوبيهم والناخبين، والتزام المرشحين باحترام المدد الرئاسية التي ينص عليها الدستور وهي مدتان متتاليتان فقط».

لم يتوقف الأمر عند بيان الحركة المدنية الرفض الربط بين حديث السادات وموقف الحركة بشأن ترشيح منافس خلال الانتخابات الرئاسية المقبلة، إذ أكد نائب رئيس حزب الإصلاح والتنمية، علاء عبد النبي، أنه «من حق أي سياسي ورئيس حزب أن يتشاور مع من يراه ذا كفاءة وعلى قدر كبير من المسؤولية لخوض الانتخابات الرئاسية».

تفجرت سجالات مبكرة تتعلق بالانتخابات الرئاسية المصرية المقررة العام المقبل، داخل الحركة المدنية الديمقراطية (إطار لمعارضين مشاركين في الحوار الوطني) وخارجها، على الرغم من الشكوك بشأن إجراء هذا الاستحقاق في موعده.

السبب الرئيسي لهذا السجال كان البيان الذي أصدره رئيس حزب الإصلاح والتنمية، محمد أنور السادات، بشأن «مرشح رئاسي مرتقب»، إذ قال إن «المرشح - المفاجأة» الذي أشار إليه في أحاديث صحافية وإعلامية سابقة، «لم يحسم موقفه نهائياً من الترشح للانتخابات»، لافتاً إلى أن «عدم الإفصاح عنه وعن خلفيته المدنية أو العسكرية، جاء بناءً على رغبته».

"مرشح مجهول" الرئاسيات مصر

وفيما لم يوضح السادات علاقته بالمرشح المقصود، أو الأطراف القائمة بالتشاور معه، أفاد بأنه «يعتزم حال خوضه الانتخابات اختيار وتعيين نائبين للرئيس، امرأة وشخصية مسيحية، يعلن عنهما مع تقدمه بأوراق ترشحه»، ونقل السادات عن «المرشح المجهول»، وعده «بحسم موقفه على ضوء التزام وتجاوب الدولة مع التوصيات والضمانات التي طرحتها القوى الوطنية بشأن حرية ونزاهة العملية الانتخابية».

في المقابل، قال المتحدث باسم الحركة المدنية، خالد داود، إن «الضمانات التي طالبت بها الحركة في بيانها الأخير، في 13 إبريل/نيسان الحالي، حول نزاهة ومصداقية الانتخابات الرئاسية المقبلة، هي ضمانات عامة ولا ترتبط بأي مرشح محدد».

وأوضح داود أن الحركة المدنية «ستعقد المزيد من المشاورات خلال الأسابيع المقبلة بشأن ما تحقق من الإجراءات التي طالبت بها لضمان نزاهة الانتخابات الرئاسية»، مؤكداً أن «كل الأسماء التي يتم تداولها حالياً لخوض الانتخابات هي تكهّنات، ولم يعلن أي طرف عن رغبته في الترشح بشكل نهائي». البرلمان السابق، ورئيس حزب الإصلاح والتنمية، محمد أنور السادات، قال، إنه «تردد اسم رئيس جهاز المخابرات العامة السابق، اللواء مراد موفي، ضمن أسماء أخرى كثيرة، وبعضها أسماء مدنية

A magician kills his clients and buries them in his garden in Indonesia, for this

Indonesian police have arrested a magician who killed more than a dozen of his clients after defrauding them of their money.

Salamit Tohari, 45, admitted to police that many of the victims had been buried on his land.

He was charged with premeditated murder of customers at his home in Banjarnegara, Central Java. Police said he promised to magically double the money, and when customers wanted their money back, he poisoned them.

He was arrested after the son of his latest victim told police that Tohari's home was the last known location of his father.

He told his son his location via WhatsApp, and asked him to report to the police if he did not return by 26 March. A police report was issued the next day.

Authorities then went to Tohari's home in Desa Balon village, Wanayasa District, on Monday, where they discovered several graves at a nearby site.

Some graves had two to three victims buried together. A bottle of mineral water was also found in each grave.

Police say the victims range in age from 25 to 50, some of whom have been buried for six months. Their bodies showed no signs of violence.

It is not clear if the owners of those bodies have been identified. The police did not provide information on whether any investigations were underway in these cases.

Tohari did not deny the killing. He was previously imprisoned in 2019; Charged with counterfeiting money, he faces the death penalty on the current charges.

The police said that he portrayed himself as a magician, who could multiply 70 million rupees (4,683 US dollars) to 5 billion rupees. It is prevalent in police custody that Tohari has been killing his victims since 2020.

Police said he lured his victims to his home, where he then gave them drinks mixed with potassium cyanide and a sedative.



إجلاء رئيس وزراء اليابان بعد تعرضه لهجوم في مقاطعة واكايام

نشاطه في إطار حملته الانتخابية بعيد إجلائه. ونقلت محطة «إن إتش كيه» عن كيشيدا قوله في واكاياما غربي اليابان «سمع دوي انفجار قوي (...)»، تحققت الشرطة في التفاصيل، أود أن اعتذر على القلق الذي لحق بالناس»، مضيفا «نحن في خضم حملة انتخابية مهمة للبلاد، وعلينا العمل معا لإنجاحها».

وسيشترك كيشيدا في تجمع آخر بعد ظهر اليوم السبت في منطقة شيبا قرب العاصمة طوكيو. ويأتي هذا الحادث بعد 9 أشهر على اغتيال رئيس الوزراء السابق شينزو أبي خلال تجمع انتخابي في يوليو/تموز الماضي، مما خلف صدمة داخل اليابان وخارجها، ودفع السلطات إلى مراجعة الإجراءات الأمنية.

ساياكازاكي للصيد في مقاطعة واكاياما، حيث كان مقررا أن يلقي كيشيدا خطابا وفقا لقناة «إن إتش كيه» (NHK) التلفزيونية العامة، ولم تصدر السلطات تأكيدا لخبر الاعتقال، وامتنعت الشرطة عن التعليق.

وأظهرت لقطات من بدا أنهم ضباط يقومون بإخضاع رجل وإبعاده، فيما يقوم أناس آخرون بتطهير المنطقة، حيث ألقوا القبض على مشتبه به يبلغ من العمر 24 عاما وينحدر من مدينة كاوانيشي.

وذكرت وسائل إعلام يابانية أنه تم إلغاء خطاب كيشيدا الذي كان مخصصا لدعم مرشح حزبه الحاكم في الانتخابات المحلية، لكنه استأنف

أفادت وكالة أنباء «كيودو» اليابانية بأن قنبلة دخان على ما يبدو ألقيت على رئيس الوزراء فوميو كيشيدا خلال زيارته لميناء في غربي البلاد لإلقاء خطاب انتخابي.

وغادر كيشيدا المكان دون أن يصاب بأذى بعد الحادث الذي وقع أثناء حديثه مع أحد مرشحي الحزب الليبرالي الديمقراطي الحاكم، حسب الوكالة.

وتحدثت عدة وسائل إعلام عن إلقاء جسم يشبه «قنبلة دخان»، لكن يبدو أنه لم تكن هناك إصابات أو أضرار في مكان الواقعة. واعتُقل شخص في مكان الواقعة بميناء

بابا الفاتيكان يحذر من الشياطين "المؤدبين"

حذر بابا الفاتيكان فرنسيس من نوع من الشياطين الذين يتسمون بخطر كبير، واصفا إياهم بـ«الشياطين المؤدبين».

ووفقا لإذاعة الفاتيكان، صدر عن دار (Piemme) الإيطالية للنشر، كتاب للصحفي فابيو ماركيزي راغونا بعنوان «مقسّمون ضد الشيطان»، يتضمن حوارا مع البابا فرنسيس بدأ بطلب تعليقه على قصة راهبة ممسوسة، ذكرت فيما قدمت من شهادات أن الشيطان كان يقول لها عن البابا: «إنني أكرهه، فهو يتحدث عني بشكل سيء دائما، أترين كم من المشاكل أسبب له؟».

وقال البابا محببا إنه لا يعرف قصة هذه الراهبة وبالتالي لا يمكنه تقييم الأمر، وفق وكالة «أكي» الإيطالية للأخبار.

وسأل محاور فرنسيس إن كان بإمكان الشيطان مهاجمة بابا أيضا، فقال إن الشيطان يحاول مع الجميع بدون تفرقة ويسعى إلى أن يصيب في المقام الأول من لديهم مسؤوليات أكبر في الكنيسة وفي المجتمع.

وأضاف: «إننا بشر والشيطان يحاول دائما أن يهاجمنا»، وتابع أن هذا أمر مؤلم إلا أنه ما من رجاء للشيطان أمام الصلاة.

وقال فرنسيس إن بإمكان الشيطان أن يفعل هذا حيث يزرع الفتنة ويضع الأشخاص في مواجهة بعضهم بعضا، وأضاف أن الانقسام وشن الهجوم هما دائما من أعمال الشيطان الذي يسعى إلى إفساد قلوب البشر وعقولهم.

وتحدث فرنسيس في الحوار عن شياطين يتسمون بخطر كبير، أي ما يسميهم بـ«الشياطين المؤدبين». وتابع أن يسوع قد تحدث عن هذا أيضا وهو ما نجده في إنجيل لوقا حيث قال: «إن الروح النجس، إذا خرج من الإنسان، هام في القفار يطلب الراحة فلا يجدها فيقول: أرجع إلى بيتي الذي منه خرجت، فباتي فيجده مكسوسا مزينا فيذهب ويستصحب سبعة أرواح أخبث منه، فيدخلون ويقيمون فيه».

وتحدث فرنسيس في هذا السياق عن خطر الدنيوية الروحية وأضاف أن الشيطان إما أن يدمر كل شيء بشكل مباشر بالحروب والظلم، أو يفعل هذا بشكل مؤدب، أو ما أسماه بشكل دبلوماسي.





هيئة البريد الملكية تطرح أول طابع بريطاني يحمل صورة الملك تشارلز الثالث

بدأت هيئة البريد الملكية البريطانية بيع أول طوابع بريدية تحمل صورة الملك تشارلز الثالث، بعد اعتلائه العرش إثر وفاة والدته الملكة الراحلة إليزابيث الثانية في سبتمبر/أيلول.

صورة الملك، التي كُشفت عنها في فبراير/شباط ووافق عليها تشارلز نفسه، ستظهر على جميع طوابع البريد الملكي إلى جانب قيمة الطوابع والرمز الشريطي (باركود)، قبل تنويع تشارلز الثالث رسمياً الشهر المقبل.

وسيستمر تجار التجزئة في بيع الطوابع الحالية التي تحمل صور الملكة الراحلة إليزابيث الثانية، على أن يزودوا بالإصدار الجديد عند نفاذ المخزون.

وباتت الطوابع الجديدة معروضة للبيع على الموقع الخاص بهيئة البريد الملكية.

واقترنت صورة تشارلز على الطابع من رسم بورترية أعده الفنان البريطاني مارتن جينينغز أنشئ لوضعه على العملات المعدنية الجديدة في المملكة المتحدة، وقد بدأ تداولها بالفعل.

يُظهر التصميم الجديد تشارلز ملتقاً بوجهه إلى اليسار، كما ظهر جميع الملوك البريطانيين على الطوابع منذ إصدار «بيني بلاك» كأول طابع بريدي في العالم في عام 1840 في عهد الملكة فيكتوريا.

ويأتي الإصدار أيضاً غداة زيادة أسعار الطوابع من جانب الخدمة البريدية حتى تظل «مستدامة»، وفقاً لبيان هيئة البريد الملكية البريطانية.



وفقاً لشروط لاستخدامه.. الحشيش سيصبح قانونياً في ألمانيا قريباً

قال وزير الزراعة الألماني جيم أوزدمير، إن الاستخدام الترفيهي لنبات القنب سيكون قانونياً في ألمانيا بحلول نهاية العام الجاري.

كان أوزدمير يتحدث في برلين برفقة وزير الصحة كارل لاوتريخ إذ عرضت الحكومة خططها لإضفاء الطابع القانوني جزئياً على استخدام المخدر.

لكن السماح لن يكون مطلقاً، إذ ستتحكم الدولة في بيع المخدرات وزراعتها، ما سيعني أن بيع القنب سيكون مشروطاً بموافقة الدولة، ولن يتم تقديمه في المقاهي، كما سيسمح للأفراد بالانضمام إلى نوايا خاصة بالقنب وامتلاك ما يصل إلى 25 غراماً من المخدر.

وتهدف الحكومة الألمانية إلى إبعاد تجار القنب الكبار عن السوق، وعدم تجريم الأشخاص الذين يدخنون كميات صغيرة، في خطوة لإضفاء الطابع القانوني جزئياً على استخدام المخدر.

يشار إلى أن قوانين الحكومات الأوروبية بشأن تقنين استخدام القنب الطبي ولغايات ترفيهية تختلف، لكن تتجه العديد من الدول نحو التقنين الجزئي أو الكامل لاستخدام الطبي للقنب. وتعد هولندا من أوائل الدول التي سمحت باستخدام القنب، إذ يتم بيع «الحشيش» بشكل قانوني في المقاهي المرخصة.



سيده إسبانية تعيش تحت الأرض لمدة 500 يوماً

الخارجي منذ بداية التجربة في نوفمبر (تشرين الثاني) عام 2021، ومن بين أمور أخرى، لم تشاهد التلفزيون ولم تجر اتصالاً هاتفياً، ولم يكن لديها سوى كمبيوتر محمول تستطيع من خلاله فقط إرسال معلومات إلى العالم الخارجي دون استقبال أي اتصال. وتردد أن فلاميني كانت تعيش في خيمة في الكهف وكان الفريق يقوم بشكل دوري بإمدادها بالغذاء والمياه، والتي يتم تركها فيما يطلق عليها بالمنطقة الآمنة، حيث من خلالها يمكن للفريق أيضاً التحقق من عافيتها.

ورحب بالمغامرة البارزة الأقارب وياحثون تابعوا المشروع، ووفقاً لوسائل الإعلام، أعطت انطباعاً طيباً سواء من حيث صحتها أو انفعالها، على الرغم من أنها تعاني بشكل ألي من صعوبات في الحفاظ على توازنها، كما اعترفت بنفسها. غير أنها وصفت خبرتها بأنها «ممتازة لن يفوقها ولن يجاوزها شيء». وقاد باحثون من مجالات مختلفة بجامعة جرانادا والميريا المشروع «وقت الكهف» الذي قاموا بتسجيله في فيلم. وقالوا إنه لم يكن لدى فلاميني أي اتصال بالعالم

عانت متسلقة الجبال الإسبانية ومستكشفة الكهوف بياتريس فلاميني 50 عاماً من مشاكل بعدما قضت بشكل طوعي 500 يوم تحت الأرض في كهف عمقه 70 متراً في إقليم جرانادا بجنوبي إسبانيا.

وقالت ضاحكة بصوت عال أمام الكاميرات لقناة «آر تي في إي» التلفزيونية الحكومية ووسائل إعلام أخرى: «سأبلغكم كيف كان الحال هناك.. لكن إذا لم يكن لديكم مانع، سأستحم لأنني لم أمس المياه منذ عام ونصف العام».

لماذا الأمير هاري هو الخاسر الأكبر في التتويج؟

حفل التتويج.

تلقي العالم أخيراً إجابة عن المكان الذي سيكون فيه هاري وميغان، دوق ودوقة ساسكس في 6 مايو (أيار) يوم تنويع الملك تشارلز.

وسيجلس هاري داخل كنيسة وستمنستر ليواجه ربما أصعب يوم في حياته. وبعد شهور وشهور من التكهنات والعناوين الكبيرة والشائعات، تعلم الآن أن هاري سيحضر بالفعل تنويع والده الملك تشارلز الشهر المقبل، لكن ميغان لن تحضر، حيث اختارت المقاء في المنزل للاحتفال بعيد ميلاد ابنها أرشي الرابع.

وعلى الورق، يبدو كل هذا عملياً جداً، وهو تقسيم معقول للغاية للواجبات. لكن بغض النظر عن محاولة دوق ودوقة ساسكس إظهار أن الأمور على ما يرام، فالحقيقة هي أن حركة التتويج هذه تعتبر إنذاراً للأمر هاري.

وبعد أن ألقى بعض الخطب المتعرجة حول كيفية كونك أميراً، أخبر هاري نوم برادبي من ITV عندما سئل عما إذا كان سيذهب إلى التتويج «هناك الكثير الذي يمكن أن يحدث بين الحين والآخر... الكرة في ملعبهم».

ولم يتوقف هاري عند هذا الحد، وخلال جولته من مقابلات سير-شيلينغ، أعلن أنه يريد إجراء «محادثة مناسبة» مع عائلته ويريد اعتذاراً لزوجته. ثم في فبراير (شباط)، ذكرت صحيفة التايمز أن هاري يريد اعتذاراً من تشارلز وويليام قبل أن يحضر

إلا أن تشارلز وويليام لم يستجيبا لطلبات هاري، متجاهلين تماماً الأحاديث الغاضبة لدوق ساسكس في التلفزيون وعبر كتابه الذي نشره مؤخراً.

ويبدو أن محاولة هاري لإحراج والده وأخيه للاعتراف بأخطائهما جاءت بنتائج عكسية على الفور. ففي غضون 24 ساعة من نشر كتابه، ورد أنه طلب من عائلة ساسكس إخلاء منزلهم في عزبة وندسور، كوخ فروغمور. ولم يكن هناك أي تواصل بين هاري ووالده أو شقيقه منذ نشر الكتاب. وينظر إلى مشاركة هاري في حفل التتويج يوم 6 مايو (أيار) القادم على أنه استسلام، وقد يتعرض للإحراج الشديد إذا لم يحصل أي حديث أو تواصل مع أفراد عائلته خلال حفل التتويج.

ومع ذلك، فإن النجاة من التتويج الذي يدوم ساعتين لن يكون نهاية اللحظات العاطفية الصعبة للغاية بالنسبة لهاري. فبعد الحفل، سيعود الملك والملكة إلى قصر باكنغهام ويقال أنه سيتبعهما «مجموعة أخيرة مكونة من 15 شخصاً» سيمثلون «مستقبل الأسرة»، ومن غير المرجح أن يكون هاري واحداً منهم، بحسب صحيفة نيوز الأسترالية.





بدعم من شبكة ديترويت واين الصحية المتكاملة : سفراء الصحة النفسية يحتفلون بمرور 20 عامًا على بدء مهمتهم العظيمة!

ديترويت - العربي الأمريكي اليوم

تحتفل مجموعة السفراء الشباب بمناسبة عقدان على انطلاقتهم في ميدان الرعاية النفسية، لقد تحدثوا عن الصحة العقلية لمدة 20 عامًا والآن هذه الديناميكية تعطي ثمارها، "نحن فخورون جدًا بالعمل الذي تم إنجازه على مر السنين مع فريق يوث يوناييتد"، كما قال الرئيس / المدير التنفيذي لشركة ديترويت واين المتكاملة للصحة (DWIHN) إريك دوه.

"هذه المجموعة من الشباب تواصل دعوة الناس في كل مكان إلى إسماع صوت الشباب في المجتمعات التي يمكن أن يحدث فيها تغيير حقيقي

. نحن فخورون بالانتماء معهم ."

للاحتفال بالذكرى السنوية العشرين لجامعة YU، يضع الفريق اللامسات الأخيرة على تفاصيل أكبر حدث له هذا العام السبت 6 مايو من الساعة 11 صباحًا حتى 4 مساءً في ساي ديترويت بلاي. هذا الحدث عن الصحة العقلية للأطفال يوم توعوي تقديراً لشهر مايو شهر التوعية بالصحة النفسية. سيكون الحدث تحت عنوان الكرنفال وسيشمل جميع أنواع المرح بما في ذلك شاحنة الألعاب والطعام ودي جي وكابينة التصوير والألعاب والسحر

حلقات نقاشية يديرها راندي روساريو، مؤثر على وسائل التواصل الاجتماعي حول صغر سنه

يمكن للأشخاص العثور على المساعدة في مجتمعاتهم إذا كانوا يعانون من مشاكل تتعلق بالصحة العقلية أو تعاطي



الرئيس / المدير التنفيذي لشركة ديترويت واين المتكاملة للصحة (DWIHN) إريك دوه (موقع المؤسسة)

المخدرات.
"هذه فرصة للشباب للاستمتاع وأيضًا فهم أهمية تعلم المعلومات حول الصحة العقلية وتعاطي المخدرات حتى يعرفوا مكان تقديم المساعدة في أحيائهم.
وقال دوه لا أحد محصن ضد مخاوف الصحة النفسية وشبابنا يكافحون أكثر من أي وقت مضى.

تشمل أحداث ذكرى YU الأثرى

- معرض موارد الشباب الصيفي / بون فاير. الجمعة، 23 يونيو، 6 مساءً - 10 مساءً؛ قرية أوموجا
- BBQ Bash لإنهاء وصمة العار. السبت 22 يوليو من 1 ظهرًا حتى 4 مساءً؛ ريفرسايد بارك
- جوائز Youth Spotlight، موقع 21 سبتمبر، ضيف خاص TBD - جوقة ديترويت للشباب
- YU هي مبادرة تعزز الدعوة والعمل بين الشباب باستخدام القيم الإيجابية ويتم تمويل جامعة YU من قبل شبكة Detroit Wayne Integrated Health Network ومقاطعة واين كاونتي

نظام الرعاية.

ابق على اطلاع على أنشطة يوث يوناييتد من خلال متابعتنا على وسائل التواصل الاجتماعي. يمكنك أن تجدنا على فيسبوك: يوث يوناييتد، إنستغرام: @wc_youthunited1، تويتر: wcyouthunited أو قم بزيارة

<https://www.dwihn.org>

روعة الحياة لا تفسدها ... بأفة المخدرات

BEWARE THE USE OF DRUGS , THEY CAN
LEAD TO DEATH



للمخدرات



الناس
البرس

www.thenationpress.net

الأمریکی اليوم

WWW.ARABAMERICANTODAY.NET
سياسية • ثقافية • اجتماعية • شهرية • شاملة • مستقلة

مجلة العربي

THE ARAB AMERICAN TODAY *magazine*



Muslim population in Spain increased 10 times in last 30 years

Secretary of the Islamic Commission of Spain said that the Muslim population living in Spain has increased 10 times in the last 30 years, exceeding 2.5 million.

Mohamed Ajana told Anadolu that according to official records, 2.5 million, and according to unofficial figures, about 3 million Muslims live in Spain.

Ajana added that the Muslim population in Spain, which was seen as purely immigrants in the past, now has an important place among Spanish citizens.

He stated that more than one million Muslims in the country are Spanish citizens, some of them are immigrants and others are of Spanish origin.

Explaining that Muslims from Morocco, Pakistan, Bangladesh, Senegal, and Algeria are in the majority, he shared the information that the majority of the Muslim population in Spain lives in industrialized regions such as Catalonia, Valencia, Andalusia, and Madrid.

Ajana also said that there are currently 53 Islamic federations serving the Muslim community in Spain, and that there are about 2,000 mosques.

He said the main problems that Muslims face are obtaining permits and licenses for the construction of mosques, the existence of only 40 Muslim cemeteries despite the increase in population, education, and Islamophobia.



Report: Muslims represented 10% of French population in 2019-2020

Muslims represented 10% of the French population in 2019 - 2020, according to figures by the national statistics bureau, Insee.

A total of 29% of the population, aged 18 to 59, declared themselves Catholic, 10% Muslim, 10% other religions and 51% had no religion, according to the report published.

"Immigrants coming from traditionally Muslim countries are more engaged in religion," while those from European, except Portugal, or Asian countries, claimed less frequently a religious affiliation, said the report.

"Only 20% of the Muslims regularly go to mosques," said Insee. "Religion's place in identity is clearly most significant for Jews (54%) and Muslims (30%), compared to Catholics (6%), and has decreased among Muslims in 11 years."

The report said 75% of Muslims fast strictly while 15% respect it "more or less."



ألمانيا.. مسجد السلام ساهم في الحفاظ على تعليم اللغة العربية ونشر الثقافة الإسلامية بين المهاجرين

ومنذ اليوم الأول لإنشاء مسجد السلام، كان هم القائمين عليه أن يكون مركزا دينيا واجتماعيا وثقافيا، وأن يساهم في حل مشكلات المسلمين هنا، وأن يعزز اللغة العربية لدى أبناء المهاجرين.

وبدأ المسجد يضيّق بالمصلين مما دفع القائمين عليه إلى البحث عن مكان آخر أوسع مساحة لتأسيس مدرسة مستقلة لتعليم القرآن واللغة العربية للأطفال. ويقدم المسجد دروسا دينية يتخللها التعريف بالإسلام، ويصحب ذلك اقتناع بعضهم بالإسلام وطلب الدخول فيه كما حدث في الجمعة الأولى من رمضان الحالي عندما أعلنت أسرة ألمانية اعتناقها الدين الحنيف بعد صلاة الجمعة.



العربية الألمانية المتحدة، ذلك أن المساجد في ألمانيا لا ترخص بأنها مساجد مستقلة، بل يتم الترخيص لجمعيات ثقافية واجتماعية تتولى بنائها وبناء مراكز ثقافية وتربوية.

يعد تعليم اللغة العربية والثقافة الإسلامية لدى المهاجرين في الدول الغربية هاجسا أساسيا للحفاظ على تعاليم الدين.

وهناك تجربة ناجحة في مدينة بفورتسهام، شمال غربي مقاطعة بادن فورتمبيرغ الألمانية رغم ضعف الإمكانيات.

ويتولى القائمون على مسجد السلام بالمدينة المذكورة منذ 18 عاما تدريس اللغة العربية لأبناء المهاجرين، وتقديم دروس الفقه التي يخصص لها مساء كل سبت، فضلا عن تنظيم تجمعات للمسلمين في الأعياد.

ويعتبر مسجد السلام فرع من الجمعية

حمزة يوسف.. أول مسلم يصبح رئيس وزراء مسلم في تاريخ المملكة المتحدة

أصبح الزعيم الجديد للحزب الوطني الاسكتلندي، حمزة يوسف، أول رئيس وزراء مسلم في البلاد بعد تصويت البرلمان. وفاز يوسف خلال عملية التصويت التي جرت في البرلمان، بأغلبية 71 صوتا.

وانتخب يوسف، رئيسا للحزب الوطني الاسكتلندي الحاكم، خلفا لنيكولا ستارجون التي استقالت في مارس/ آذار الماضي من منصب رئاسة الوزراء وكذلك قيادة الحزب.

وبوصول يوسف إلى منصب رئيس وزراء اسكتلندا، بات أول شخص من أقلية عرقية يتولى هذا المنصب في إحدى الحكومات المفوضة التابعة للمملكة المتحدة، وأول مسلم يقود أيضا حزبا كبيرا في البلاد.

وانضم يوسف إلى الحزب الوطني الاسكتلندي في عام 2005، وكان أيضا أول وزير من جنوب آسيا، وأول وزير مسلم في مجلس الوزراء يخدم في الحكومة الاسكتلندية.

وفي مايو/ أيار 2011، تم انتخاب يوسف لعضوية البرلمان الاسكتلندي كعضو إضافي لمنطقة غلاسكو عندما كان عمره 26 عاما، ليصبح آنذاك أصغر نائب ينتخب لعضوية البرلمان الاسكتلندي.



Elderly Muslim man walking home from mosque attacked in UK

A 73-year-old pensioner was attacked by three men as he was walking home from a mosque in Birmingham's Kings Heath neighborhood on.

The victim was taken to hospital with a broken hand and cuts to his face. In the videos circulated on social media, blood is seen streaming down from the man's face. CCTV camera footage showed the attackers were sitting in a black vehicle prior to the assault. One kicked him hard in the back, causing him to fall and hit his head on a display board. The group is then seen fleeing the scene immediately.

"This was an appalling attack on a member of the public who was heading home. We'll be taking a full statement from the victim, who remains in hospital today, and we've already got officers in the area this morning recovering CCTV and carrying out house-to-house inquiry. We are working hard to identify the attackers and the car that they were in," said Sergeant Chris Gallon of Moseley and Kings Heath police.

The attackers are described as two white men and one Black man, all aged between 18 and 30 who were wearing track-suits.

West Midlands police do not think there is any connection to an attack on another elderly Muslim man who was set on fire while walking home from another Birmingham mosque on March 20.

Birmingham, a city with a population of 1.2 million, is home to more than 300,000 Muslims. The minority group is said to be not only facing discrimination in their daily lives, but also physical attacks.

In 2018, a cross-party group of parliamentarians issued a report on anti-Muslim hate, urging the government to officially define Islamophobia. So far, the government has refrained from taking any action.



الإسلاموفوبيا تدفع الفرنسيين من المسلمين للبحث عن عمل في الخارج

ومنذ عام 2015، أصدرت الحكومة الفرنسية عدة قوانين يعتقد المسلمون أنها تقيد حرياتهم الدينية، بما في ذلك قانون صدر في عام 2016 يحظر ارتداء الحجاب في مكان العمل. وفي عام 2017، أصدر الرئيس الفرنسي «إيمانويل ماكرون» وحكومته الوسطية قانوناً يُخضع الأئمة لتدقيق تنفيذي صارم، وأغلقت الحكومة أيضاً المساجد وحلّت الجماعات التي يقودها المسلمون والجمعيات الخيرية والمنظمات غير الهادفة للربح دون إجراءات قانونية.

ينتشر الخوف من الإسلام في فرنسا وأشار «ياسر اللواتي» إلى أن هذه السياسات خلقت ثقافة عداوة مسؤولة بدورها عن «تنامي ظاهرة الإسلاموفوبيا في البلاد». والصورة السلبية للمسلمين هي السائدة في وسائل الإعلام الفرنسية. كما أنه خلال الحملة الانتخابية الرئاسية لعام 2022، أصر المرشحان اليمينيان المتطرفان «مارين لوبان» و«إريك زور» على نقل هذه الصورة السلبية للجمهور.

هؤلاء الأشخاص، لكنها تفقد هذه المواهب المؤهلة تأهيلاً عالياً بسبب تفشي الخوف من الإسلام المؤسسي» وقد انتقلت مديرة مشروع مالي «ناتاسا جيفتوفيتش» تبلغ من العمر 38 عاماً، إلى المملكة المتحدة من فرنسا في عام 2020 على أمل أن تكون قادرة على ممارسة دينها بسهولة أكبر، وأن تُتاح لها فرص عمل أفضل تتناسب مع اختصاصاتها.

كما تعرضت لتصريحات عنصرية في بنك فرنسي كبير، هدهده مديره بالفصل بعد أن اتهمت زملائها بالتمييز. وقالت ناتاشا جيفتوفيتش لوكالة بلومبيرغ: «كان الناس يدلون بتعليقات عنصرية وكنت أطلب منهم التوقف، ومنذ ذلك الحين لم يرغب أحد في تناول الغداء معي، ولم يرغب أحد في التحدث معي طوال الأشهر الستة المقبلة». والشابة هي واحدة من العديد من المهنيين المسلمين المؤهلين تأهيلاً عالياً والذين لا يشعرون بالترحيب في فرنسا، ولهذا السبب، يقدمون مهاراتهم حيث يشعرون بتقدير أكبر.

يقول الخبراء: «إن فرنسا هي موطن لأكثر عدد من المسلمين في أوروبا، لكن التمييز في البلاد يدفع العديد من المهنيين المسلمين ذوي المهارات العالية إلى البحث عن فرص عمل أفضل في الشركات الأجنبية الأكثر تسامحاً مع معتقداتهم الدينية».

كشفت دراسة جديدة من جامعة ليل بقيادة البروفيسور «أوليفييه إستيفيس»، أن المسلمين المتعلمين تعليمًا عاليًا يغادرون فرنسا بأعداد كبيرة إلى المملكة المتحدة والولايات المتحدة وكندا أو دبي.

وبعد إجراء مقابلات مع 1074 مسلمًا غادروا البلاد، قال أوليفييه إستيفيس: «إن أكثر من ثلثهم قالوا إنهم هاجروا لممارسة شعائهم الدينية بحرية أكبر، بينما قال 70٪ إنهم غادروا البلاد لتجنب الحوادث المتعلقة بالعنصرية والتمييز».

ووفقًا للبروفيسور «إستيفيس» فإن المهنيين المسلمين الذين يزداد الطلب على مهاراتهم سُموا الطريقة التي يُعاملون بها في فرنسا. «ومن المفارقات أن فرنسا تدفع تكاليف تعليم

متطرفون هنود يعتدون على إمام مسجد لأنه رفض ترديد شعاراتهم الهندوسية

إلى ذلك، أدان عدد كبير من النشطاء والمدونين البارزين عبر مواقع التواصل الاجتماعي هذه الحادثة، وأصدر عضو مجلس ولاية ماهاراشترا التشريعي أبو عاصم عزمي بياناً يستنكر فيه الحادثة عبر حسابه على تويتر.

وتتهم منظمات غير حكومية مدافعة عن حقوق الإنسان وحكومات أجنبية الحزب القومي الهندوسي، بزعامة رئيس الوزراء ناريندرا مودي، بممارسة التمييز ضد الأقلية المسلمة في الهند (200 مليون شخص) منذ توليه السلطة عام 2014.

وتقوم جماعات هندوسية راديكالية مدعومة من حكومة مودي بحملات وفعاليات متنوعة تستهدف الأقلية المسلمة، وقد شمل ذلك اعتداءات على مساجد المسلمين وحرقاً لبيوتهم، ومقاطعة لبضائعهم، ووصل الأمر في كثير من المرات إلى عمليات قتل لأفراد المسلمين.

اعتدى متطرفون في الهند على إمام مسجد في قرية أنوا بولاية ماهاراشترا، بعدما رفض ترديد شعاراتهم الهندوسية، وأجبروه على استنشاق مادة كيميائية أفقدته الوعي، فيما تداول ناشطون على مواقع التواصل مشاهد مؤلمة للإمام عقب الاعتداء عليه.

وبحسب وسائل اعلام هندية نقلت عن الضحية ذاك سيد خاجة، قوله إنه كان يجلس وحده في المسجد الذي يؤم فيه المصلين فدخل عليه مجهولون وأعدوا عليه، وطالبوه بتريد شعار ديني هندوسي، وعندما رفض واصلوا الاعتداء عليه ثم أجبروه على استنشاق مادة كيميائية أفقدته الوعي.

وعثر المصلون الذين حضروا إلى المسجد لأداء الصلاة، على إمام المسجد مغشياً عليه وتبدو عليه آثار الضرب والاعتداء، فنقلوه على الفور إلى أقرب مستشفى، وعندما استعاد وعيه قال إن المعتدين قد قسّوا لحيته، وفقاً للوسائل الإعلامية.





ICESCO Wins Grand Prize for Heritage in Morocco

The Islamic World Educational, Scientific and Cultural Organization (ICESCO) has won the Grand Prize for Heritage in its first edition, in the category of international organizations, which is awarded by the Association for the Protection and Promotion of Moroccan Heritage, in recognition of ICESCO's initiatives in the field of preserving and safeguarding the Islamic world heritage, publicizing it and inscribing it on heritage lists.

The event was attended by senior officials, public personalities and heritage experts. Dr. Salim M. AlMalik, ICESCO Director-General

(DG), received the Prize from Mr. Mohamed Mehdi Bensaid, Moroccan Minister of Youth, Culture and Communication, during a ceremony held at the archaeological site of Chellah in Rabat.

The Grand Prize for Heritage in the category of personalities was won by Mr. André Azoulay, Advisor to His Majesty King Mohammed VI, President of the Three Cultures Foundation and President of the Essaouira-Mogador Association, in recognition of his efforts in creating the House of Memory in Essaouira.

The award was received on his behalf by Dr. Said Amzazi, former Minister of National Edu-

cation, Vocational Training and Higher Education and Scientific Research, while the Al Moultaqa Foundation won the award in the category of non-governmental organizations.

A commemorative shield was awarded to the Moroccan Minister of Youth, Culture and Communication, in recognition of his efforts in the field of cultural heritage protection and safeguarding in the Kingdom of Morocco. Speaking at the event, Dr. AlMalik reviewed ICESCO's key efforts in promoting culture and enhancing the tangible and intangible heritage of the countries of the Islamic world, as well as contributing to its protection and safeguard-

ing through the establishment of a specialized heritage center and the inscription of more than 600 historical sites and cultural heritage elements on ICESCO's Islamic World Heritage Lists, stressing that the Organization is working to inscribe 1000 sites and elements by the end of 2025.

He also pointed out that ICESCO uses modern technology and artificial intelligence applications to overcome the challenges of preserving cultural heritage in the Islamic world.

Asharq Al-Awsat

لوران موفينييه لجائزة البوكر: لا يمكنني الكتابة إذا كان المنظر أمامي جميلاً جداً



معني لها وما إلى ذلك. لم أزل أي مشاهد من الكتاب، لكن في كل مشهد قمت بتنظيف النص وتقليص حجمه إلى حد كبير. وبهذه الطريقة فقدت الكتاب أكثر من 400 صفحة. كنت أراجع كل كلمة، على الأقل عشر ساعات في اليوم لمدة ستة أو سبعة أشهر. كانت تلك مرحلة إعادة الكتابة. الكتابة الفعلية ستحدث بضع ساعات كل مساء. لكن كتابة الكتاب حدثت في لحظة معينة من حياتي. كان ابني مصاباً بسرطان الدم، وكنت محبوساً معه أثناء النهار. كان ذلك قبل الإغلاق، لكنني كنت في حالة إغلاق بالفعل: لا بد لي من الاعتراف بأنني شعرت بسعادة حقيقية في المساء عندما تركت حسي بالعودة إلى هذه الشخصيات التي كانت «هينة» أكثر مني. استغرق الأمر سنة ونصف.

أين تكتب كيف تبدو مساحة عملك؟

لقد كنت أكتب على نفس المكتب منذ الطفولة؛ لقد انتقلت 32 مرة في أربعة عقود مع المكتب! فيما يتعلق بالباقي، أحتاج إلى جدار أمامي، وليس نافذة أبداً، ولا يمكنني الكتابة إذا كان المنظر أمامي جميلاً جداً. أحتاج إلى سدادات أذن لإغلاق المساحة من حولي. ما أريد أن أسمعه هو أنفاسي عندما أكتب، إيقاع جملي. أحاول عزل نفسي ليس لحجب الأصوات الخارجية، ولكن لسماع الصياغة؛ الحياة الداخلية الإيقاعية لكل جملة.

بالذات؟

في البداية، كان سيناريو لفيلم متوسط الطول أردت أن أخرجه. وكلما شعرت بأن الفيلم لن يتم إنتاجه، سألت نفسي أكثر كيف يمكن للكتاب أن يستفيد من القصة، وبأي طرق أدبية. لقد أخبرت نفسي أن الأدب، أكثر من السينما، يمكنه أن يكتشف مدي وتمدد الزمن، والتعقيد النفسي لكل شخصية، والطريقة التي يعاود بها ماضيهم في السرد. لهذا وباختصار فكرت في تقديم رواية في سياق ستيفن كينج، وبلغه مارسيل بروست نسبياً بالطبع.

وكم من الوقت استغرقته في كتابة الرواية؟ وما هي طقوس الكتابة لديك؟

كان هذا الكتاب حالة خاصة للغاية، لأنه كان تحويل سيناريو في رواية. كانت لدي القصة كاملة وجميع الفصول. لكنني أعطيت نفسي بعض القيود: كل فصل يجب أن يكون بطول عشر صفحات. في بعض الأحيان كان هناك الكثير مما يمكن قوله، لذلك سارت الأمور بسرعة؛ في أوقات أخرى، القليل جداً، تدخل شخصية إلى غرفة وتذهب للجلوس. لكن كان يجب أن يكون بطول عشر صفحات. لذلك أجبرت نفسي على مراعاة الشخصية: كانت فرصة للتعرف على ماضيهم ودوافعهم وطريقة تفكيرهم. لقد كتبت أول إصدار يزيد طوله عن 1000 صفحة.

بعد ذلك، حذف الكثير من الجمل والصفات التي لا

كتب بلال رمضان

قال الكاتب الفرنسي لوران موفينييه، الذي وصلت روايته «حفلة عيد الميلاد» إلى القائمة الطويلة في جائزة البوكر الدولية للرواية المترجمة، في دورتها لعام 2023، إنني لا يمكنني الكتابة إذا كان المنظر أمامي جميلاً جداً.

جاء لك خلال حوار أجرته جائزة البوكر الدولية مع الفرنسي لوران موفينييه، الذي تحدث خلاله عن كواليس روايته «حفلة عيد الميلاد»... وإلي نص الحوار..

ما هو شعورك بعد وصولك إلى القائمة الطويلة لجائزة البوكر؟ وماذا يعني الفوز بالنسبة لك؟ أنا سعيد جداً وفخور جداً، يحتاج المؤلفون إلى التعرف على أعمالهم خارج حدود لغتهم، لأنه بمعنى ما يصبح عملهم ذا مغزى، عندما يحرر نفسه من القراءة من خلال عدسة «وطنية»، والتي تحبس العمل دائماً في بيئة معينة، جانب «اللون المحلي» الذي يمنعه من التطرق إلى المزيد من الأسئلة العامة.

إن الفوز بجائزة البوكر يعني أن كتابي قادر علي مشاركة القضايا الإنسانية المشتركة بين الجميع، خارج الحدود، وأنه يمكنه التحدث بعمق إلى أي شخص في جميع أنحاء العالم، وأن أي شخص، أينما كان، يمكنه المشاركة في مخاوفه، وأمل عواطفها.

من أين جاءت فكرة رواية حفلة عيد الميلاد؟ وما الذي جعلك تريد أن تحكي هذه القصة

وفاة كاتبة الروايات البوليسية البريطانية آن بيري عن 84 عاماً

توفيت الكاتبة البريطانية المتخصصة في الروايات البوليسية آن بيري عن 84 عاماً، وكانت بيري قد ساعدت في قتل والدة صديقتها عندما كانت في سن المراهقة.

وأضت الكاتبة -عندما كانت بعمر 15 عاماً- خمس سنوات في السجن لقيامها بضرب «أونورا ماري باركر» حتى الموت.

وأكد وكيل أعمالها أن بيري توفيت في أحد مستشفيات لوس أنجلوس. وكانت صحتها في تدهور منذ عدة أشهر بعد أن أصيبت بنوبة قلبية في ديسمبر/كانون الأول الماضي.

وكانت الكاتبة هي الملهمة لفيلم «مخلوقات سماوية» للمخرج بيتر جاكسون والذي صدر في 1994 وكان من بطولة النجمة كيت وينسلت.

وعندما ضربت بيري والدة أعز صديقاتها حتى الموت، كانت تُعرف باسم جوليت هولم، وتبنت لاحقاً اسم آن بيري كاسم مستعار لمسيرتها في الكتابة.

وكانت جريمة القتل قد وقعت في مدينة «كرايستشيرتس» بنيوزيلندا، في العام 1954، وتم التخطيط لها من قبل بيري وصديقتها بولين باركر، ابنة الضحية. واكتشفت تفاصيل الجريمة لاحقاً في دفتر يوميات عثرت عليه الشرطة.

وتوفيت أونورا ماري باركر بعد تعرضها للضرب نحو 20 مرة بطبوبة إسمنتية. وعندما أحيلت القضية إلى المحاكمة، استمعت المحكمة إلى تفاصيل الجريمة التي خططت لها الفتاتان في محاولة لتجنب انفصالهما، حيث كان والدا باركر البالغة من العمر 16 عاماً يعتزمان إرسالها إلى خارج البلاد.

ونظراً إلى أن الفتاتين كانتا تحت سن الـ18، فإنهما كانتا صغيرتين على أم تُحكّم بالإعدام، فتم إرسالهما إلى السجن بدلاً من ذلك.

ولدت بيري في منطقة بلاكهيث، بمدينة لندن، في أكتوبر/تشرين الأول من عام 1938، وانتقلت في البداية إلى جزر البهاما وهي في عمر الثامنة قبل أن تستقر في نيوزيلندا.

وقالت على موقع الانترنت الخاص بها إنها دخلت إلى دار للرعاية وهي طفلة بسبب المرض، وأضاعت جزءاً كبيراً من دراستها في المدرسة نتيجة لذلك.

وبعد أن أفرج عنها من السجن، غادرت بيري نيوزيلندا لتعود إلى المملكة المتحدة، وعملت لفترة وجيزة مضيئة طيران.

وأصبحت فيما بعد من أفراد طائفة المورمون واستقرت في «بورتماهومك»، وهي قرية اسكتلندية صغيرة.

ونشرت روايتها الأولى «جلاد شارع كيت» في العام 1979. واستمرت في كتابة سلسلة من الروايات عبر متسلسلات متعددة، باعت مجتمعة 25 مليون نسخة حول العالم.

«الوعي بالظلم الاجتماعي»

وركزت سلسلة من الكتب على مفتش الشرطة من العصر الفكتوري الذي تحول إلى محقق، توماس بيت. بينما عرضت سلسلة أخرى محققاً خاصاً يدعى ويليام مونك.

وأحدث رواية في مسلسل بيت نُشرت الشهر الماضي.

وكان المخرج النيوزيلندي بيتر جاكسون قد صور جريمة بيري وباركر في فيلمه الصادر في 1994 والذي رشح لجوائز الأوسكار «مخلوقات سماوية».

وقال بيان صدر عن وكالة «كي»، وهي وكالة أعمال بيري: «كانت آن صديقة مخلصية وودودة، وكانت كتاباتها مدفوعة بالتزامها الشديد بزيادة الوعي حول الظلم الاجتماعي».

«الكثير من القراء تأثروا بتعاطفها مع الناس الذين وضعوا في ظروف مستحيلة أو أنقذت عليهم صعوبات الحياة».



فن "الخطوط" الأندلسي على لائحة التراث الثقافي غير المادي الإسباني

غير المادي.

أعلنت وزارة الثقافة والرياضة في إسبانيا، في بيان صدر عنها مؤخراً، تصنيف فن «الخطوط»، ضمن لائحة التراث الثقافي غير المادي، باعتباره «الفن الأكثر انتشاراً وتنوعاً وديناميكياً في البلاد، إضافة إلى تداخله مع جميع الأنواع التقليدية التي تشكل الصوت المتنوع والخريطة الموسيقية لإسبانيا».

وتابع البيان: «من بين القيم الثقافية التي يقدمها فن «الخطوط»، كنوع تقليدي، تبرز سهولة تقبله من قبل الأفراد والمجتمعات، بحيث صار جزءاً من التعبيرات الشعبية عن الأقاليم الإسبانية بشكل كامل، إضافة إلى كونه عنصر تماسك وتربط اجتماعي، وعلامة بارزة من علامات الهوية الإسبانية».

وكانت وزارة الثقافة، عبر المديرية العامة للتراث الثقافي والفنون الجميلة، قد وافقت على طلب ضم «الخطوط» إلى لائحة تراثها غير المادي، بعد

موافقة مجلس التراث التاريخي الذي تشارك فيه جميع الأقاليم ذات الحكم الذاتي، إذ اجتمع المجلس في نهاية شهر تشرين الأول/أكتوبر من العام الماضي، في مدينة سرقسطة الأندلسية، ووافق على مجموعة من الطلبات، من بينها تصنيف «الخطوط» ضمن لائحة التراث الثقافي

ويُعتبر فن «الخطوط» شكلاً من أشكال الرقص الدارج في إسبانيا، ويُنسب هذا الفن إلى مخترعه العربي، ابن خوتا، في القرن الثاني عشر، حيث طرد من مدينة بلنسية إلى مدينة أراغون في الشمال الإسباني، وهناك نشر ذلك الفن، وفقاً لما تؤكد إحدى مقطوعات «الخطوط» الغنائية التي تقول:

«الخطوط وُلدت في بلنسية، ومن هناك غادرت إلى أراغون. في قلعة أيوب كان مهدها، على ضفاف نهر خالون».

وتختلف رقصة «الخطوط» من منطقة إلى أخرى، فلكل منها طابعها الخاص. وعادة ما تكون على شكل استعراض، حيث يُغنى هذا الفن ويُرقص بمصاحبة الكاستانيت (الصنوج) ويوتردي الراقصون ثياباً فلكلورية تمثل المنطقة التي يأتون منها.

وتتنوع موضوعات فن «الخطوط» بدءاً من التعبير عن الانتماء الوطني، والدين، والرغبات الجنسية، والحب، وغيرها. وكان لهذا الفن عبر التاريخ دور بارز في تكوين ورفع الوعي والإحساس بالهوية الوطنية.



أقول العقل العربي: لماذا تقدم الغرب وتخلقتنا؟

عاطف محمد عبد المجيد

كثير من المهتمين بالثقافة، وبالشأن العام عموماً، يقولون إن محاولات مناقشة التراث الذي وصلنا وإخضاعه للمنطق، ومحاولات يائسة لأن هذا الخطاب اكتسب قدسية لدى غالبية الناس من كثرة ترديده من ناحية، ومن ناحية أخرى لأن اهتمامنا يجب أن ينصب على تجديد الخطاب الثقافي. هذا ما يقوله سمير درويش في كتابه «أقول العقل العربي» عن زواج الديكتاتورية والأصولية الدينية، الصادر حديثاً عن دار الأدهم للنشر والتوزيع في القاهرة. الكتاب الذي انشغل فيه مؤلفه بأمرين أولهما قضية التنوير، وثانيهما سؤال لماذا تقدم الغرب وتخلفتنا، ويضم ثمانية وأربعين مقالا كتبها كافتتاحيات لأعداد مجلة «ميريت» الثقافية طوال أربع سنوات، معلنا فيه أنه تردد كثيراً قبل أن يقدم على خطوة نشره، لأنه لا يحب كتب تجميع المقالات، لأن المقال هو ابن لحظته الزمنية، يقول فيه درويش إن أهم الملفات التي طالها الثبات، وإسقاط العقل والمنطق، هو دور «الفقيه» في تنظيم الواقع السياسي والاقتصادي والعلمي والأدبي للمجتمعات. ما يراه درويش هنا أنه أن الأوان لرجوع الفقه إلى أعمدة المساجد، وأن يتركوا مسائل السياسة والاقتصاد والاجتماع والثقافة والطب والعلوم لأهلها، الذين يعرفونها، كذلك يذكر أنه من العادي والطبيعي أن يكون هناك تجديد مستمر، أو إعادة النظر في القناعات والمسلّمات القديمة، وإخضاعها باستمرار للأسئلة المستجدة.

الجمود ليس دينياً

ما يؤكده سمير درويش هنا أيضاً هو أن الجمود ليس دينياً فقط في منطقتنا العربية، لكنه سمة في كل نواحي حياتنا: في السياسة والاقتصاد والاجتماع والثقافة، وإلى جانب تثمينه للدور الذي قام به كل من محمد شحرور ونصر حامد أبو زيد وكل المجددين الذين استجابوا لطبيعة التطور، يكتب قائلاً إن سيد قطب سيظل، في ظن الكاتب، مثيراً للخلاف وبعثاً على الجدل والنقاش لفترة طويلة، متأسفاً على الطريقة التي نفكر بها، طريقة العزل بين الأبواب والمباحث، نتكلم عن الجهاد بمعزل عن المواطنة، عن النكاح بمعزل عن حقوق المرأة، عن الميراث بمعزل عن العلاقات الاجتماعية القائمة، مشيراً إلى أننا لا ننظر إلى الدين باعتباره كلا واحداً مترابطاً يؤثر بعضه على بعض، حتى نتجنب النقاش والاختلاف والمعارضة والتفكير النقدي، ظناً أن هذا يقود إلى الكفر والخروج من ملة الإسلام. ما يركز عليه الكاتب هنا أن الاهتمام بالثقافة الدينية ليس اهتماماً بالدين بقدر ما هو اهتمام بتأثير الدين في المجتمع وتطوره، وفي العلاقة بين الناس التي تنعكس على الدولة والقانون والأحزاب والسياسة والفن والثقافة، مشيراً إلى أن المجتمعات التي سبقتنا على مقاييس العلم والتكنولوجيا والحضارة، استطاعت أن تضع الثقافة الدينية في موضع لا يؤثر في التطور في كل جوانبه، خاصة التطور الاقتصادي. درويش الذي يرى هنا أن سؤال المستشرقين هو سؤال العقل، وإن شط أو انحاز، يقول إن دورنا أن نبحث عن إجابات لا عن اتهامات بالكفر والزندقة ومحاولات هدم العقيدة الإسلامية، منبهاً إلى الحذر من الثقافة الدينية المغلوطة.

الأشد فتكا

الكاتب الذي يقول إن من يتابع تاريخ الصراعات الدينية سيجدها الأشد فتكا، والأعلى إرهاباً للأرواح بالطرق الأكثر قسوة ووحشية، مشيراً إلى الحروب والاستغلال الاقتصادي والاجتماعي والقتل والتدمير، الذي جرى على أيدي البعض متسترين وراء عباءة الأديان، لا شك في أن وجود الحكومات وأجهزتها الأمنية يقتل كثيراً من وقوع تلك الحوادث بسبب الملاحقة والمحاکمات والعقاب. مما يراه درويش هنا كذلك أن الناس يتسابقون في الحصول على أكبر مكاسب ممكنة بالطرق المشروعة وغير المشروعة، وهم في سبيلهم إلى ذلك يستخدمون كل ما متاح لهم من قوة، دون أن ترددهم أفكار العدل والمساواة والرحمة والحق، ودون أن يتعظوا من حدوث الأوبئة والحروب والفيضانات والزلازل والحرائق، كما يرى أن الأوبئة ستزول ذات يوم بفضل العلماء الذين يحبسون أنفسهم في مختبراتهم، لا بفضل الذين يوزعون يقيهم ويقتلون الناس ويدمرون الحياة بسبب اعتقاداتهم. سمير درويش الذي يؤكد هنا أنه ليس متشائماً، وإنما يحاول قراءة الواقع بتفاصيله الربعية، يرى أن وضع المرأة في المجتمع يعد واحداً من أهم مقاييس التحضر، ذاكراً أن المرأة يمكنها أن تحكم العالم إن أرادت ذلك، خاصة أن عدد النساء مساو لعدد الرجال تقريبا، وأن قمع المرأة وإجبارها على القعود في البيت يحرم المجتمع من نصف طاقته الإنتاجية.

الجسد الإنساني

هنا يكتب درويش قائلاً إن الأديان جميعها اهتمت بالجسد الإنساني، خاصة جسد المرأة، مشيراً إلى أن الخطاب الإسلامي قد انشغل به بشكل كبير، ذاكراً أن توظيف الجنس في الثقافة والأدب يرتبط بالثقافة المجتمعية في زمان ومكان محددين، أكثر من ارتباطه بالدين، كما يؤكد أن الخطابين الدينيين الإسلامي والمسيحي يحتاجان إلى تعديل وتجديد، مضيفاً أن ظاهرة التعصب لا ترتبط بدين معين، لكن بالمنطقة الجغرافية والظروف البيئية المرتبطة بها، مركزاً على أنه إن لم تتوقف حروب الطوائف ويتم التعايش على أسس المواطنة، فسوف نجد مزيداً من الهلاك والدمار والتخلف والتراجع، ذاكراً أنه رغم وجود كلام كثير يمكن أن يقال عن حرية الاعتقاد، وعن أن الفكر لا يواجه إلا بالفكر، غير أن ما يحدث خلاف ذلك. في مقاله «الهروب الكبير إلى العلم» يقول الكاتب إن هناك ملمحين كبيرين يرتبطان ببعضهما، يجعلان الحياة في منطقتنا غير محتملة، الملمح الأول أنها متنوعة، والملمح الثاني يتمثل في أن الفئة الغالبة إقصائية ترى أنها الوحيدة التي على حق، مضيفاً أن التحضر لا يكون بالتسامح بين המתماثلين، لكنه بالتسامح مع الآخر المختلف في الدين أو الجنس أو العرق. خلاصة ما أراد سمير درويش أن يصل إليه من خلال كتابه هذا، هو أن تكون متحضراً معناه أن تكف عن فهم أنك مركز الكون، وأنت وحدك الذي يمتلك الحقيقة، وأن الله يحبك ويقدرك دون العالمين، كما لا بد من أن نتوقف عن معاقبة الناس لأنهم لا يريدون أن يكونوا نسخاً مكررة منا.

"تي.في. تاكسي": في رثاء مكان لم يمت تماماً بعد!

حسن داوود

هي خريطة كاملة رسمها الروائي زياد كاج لمنطقة الصنوبرية البيروتية. مركز هذه الخريطة بناية «تي.في. تاكسي» العامرة بسكن عائلات يزيد عددها عن الأربعين. بالتفصيل نقرأ الكاتب وهو يفتح أبواب المبنى جميعها، وإن بقدر متفاوت من التحفظ، لينقل لنا صورا ومشاهد من حياة الساكنين، فإضافة إلى كثرتهم، هم متنوعون من حيث انتماءاتهم الاجتماعية والطائفية، كما من حيث مجيء بعضهم إلى لبنان من بلدان مثل أرمينيا، كما من مصر أيضاً حيث تذكرني عائلة مصرية مقيمة هناك بعائلتين مصريتين أقامت في بنايتين متقاربتين في منطقة الصنائع، حيث كنت أقيم. كان الرجلان يشتركان مع ساكن «تي.في. تاكسي» بتحسينهم، هم الثلاثة، كل فرصة لهجاء جمال عبدالناصر، الذي أمم مصانعهم وممتلكاتهم، وهذا ما دفعني إلى المغالاة في تخيل أن في كل بناية من بنايات بيروت المترفة، من غير ثراء زائد، يقيم وافد مصري هارب من نتائج التأميم.

أما الرجل الأرمني في بناية «تي.في. تاكسي» ويطلق عليه لقب كوكو، فموجود مثيله في كل من المباني البيروتية، أعني في ذلك الزمن الذي يصنّفه الكاتب زمناً أول يسبق زمنين أعقباه. ذاك هو زمن الإختلاف في كل شيء، ليس فقط في ما خص مناب المقيمين، بل يصل أيضاً إلى مظاهرهم وطبائعهم ومهنهم ودرجة التعليم التي تحضلت لهم، لكن دائماً هناك الموضة التي تجمع بينهم على الرغم من ذلك الإختلاف. مرّات كثيرة نقرأ في الكتاب عن الباب المفتوح لببيت الناظر ليدخل من يشاء من الساكنين إلى الغرفة الموصوفة بدقة، وليشارك نازليه طعامهم وسمرهم.

كل مكان يحيط بالمبنى جرى وصفه وتحديد موقعه في نواحي الجهات الأربع، التي تحيط بالمبنى. وهذه ليست مجرد أبنية تتوزع عليها البيوت ومحلات البيع، بل هي مراكز لاحتضان الطموح المستقبلي وترقب التطور الاجتماعي وتماهي ضيقتي الحال مع صور الرفاهية الزاهية المبتوثة هنا وهناك. قرب خطوات من بيت الناظر الفقير هناك بيوت عامرة تغوي مشاهدتها أولاده. هناك أيضاً سوبر ماركت «كراولن» الحديث الفخم، الذي يصف الكاتب، ابن الناظر، زيارته الأولى له مندھشا على الدوام، من درجة الإختلاف بينه وبين دكان الحي، الذي يشترى منه الناس احتياجاتهم. هناك مركز التجميل أيضاً، الذي يضم بين مقاصفه مقهى وناديا رياضيا والذي، لاتساعه وأناقته، لا يحلم الراوي حتى في الدخول إليه. ثم هناك شارع الحمرا القريب وقد صُمت سينماته ومقاهيه إلى الغوايات المكانية غير البعيدة من شارع الصنوبرية. بذلك لم يخرج الكاتب من الحدود التي رسمها لخريطته فدائماً كان شارع الحمرا وتفرعاته مقصد جيرانه ممن شعروا بأنفسهم مدعّوين إلى ارتياد الفتنة التي يتيحها. ثم إن هناك اسماً واحداً يجمع بين المكنين، الصنوبرية وشارع الحمرا، هو «رأس بيروت» ليفخر الساكن في أولهما بانتسابه إلى الثاني.

وعلى الرغم من أن مبنى «تي.في. تاكسي» لم يُكره فقراء النازلين فيه على أن يتغيروا ليصيروا مستحقين لسكانه، لقد حافظ بعض هؤلاء على طرق عيشهم القروية، بل هم جعلوا الآخرين يطلّبون الخبز المرقوق والفراكة الجنوبية من زوجة الناظر أبو رياض، وهو والد الكاتب. بما لا حصر له من التفاصيل ينقل لنا زياد كاج نعيم إقامته طفلاً في ذلك العالم الذي، إن لم يتوافر فيه كل شيء، فهو يعد بكل شيء. لكن ذلك، في واقع بيروت لم يكن إلا حقبة لن تلبث أن تضع، بل إن المبنى، والمنطقة التي حوله، استبقت اندلاع الحرب الأهلية في 1975 بعملية اغتيال ثلاثة من قادة فلسطين، ثم هناك الحرب ذاتها التي أدخلته في تغير، متمار تحولت سيرته معها إلى انهيار دراماتيكي متصل. وقد ظل الكاتب، من سكنه في المبنى، حريصاً على وصف كل تغير يحصل للبيوت ومدخل البناية وشرفاتها وكل ما يخرج منها أو يتفرّج عنها، كما لأحوال الساكنين ومصائرهم. في تحقيبته للمراحل التي مرّ بها المبنى يقول إنه شهد تتالي ثلاثة عهود عليه، أرجع كل واحد منها إلى انتقال إدارة المبنى من مدير إلى مدير آخر أتى من بعده، إضافة إلى القتال الدائر المستمر وما يأتي به من خراب. تستمر المتابعة المستمرة لأحوال المبنى لما يقرب من ستين سنة، ظلت فيها يد الكاتب تعمل على ملاحظة أحواله المتغيّرة، لم ينهكه الحرص على جعل السيرة التي تولى كتابتها تامة غير مؤقّنة لتفصيل. هي سيرة كاملة سمت الأشخاص بأسمائها الحقيقية، وكذلك أسماء الأبنية والمحلات والأماكن. وكل ذلك بصراحة لا تتحرج من جعل ذلك واقعا في باب الاعتراف. لكن رغم ذلك يمكن للكاتب أن يظهر كتابه كعمل روائي، أصد خصوصاً توسيعه فصول الختام لتشمل ما عانته أكثر الشخصيات من آثار الحرب ونكباتها، ثم إن الحزن الملازم للقراءة في تلك الفصول يُشعرنا بأننا إزاء مصائر نهاوت، سواء تعلقت بالبشر أو بالأبنية أو حتى بالهواء الذي سؤد المدينة كلها. معا مع ذلك الحرص على التفاصيل أمكن لزياد كاج أن يعمّق شعورنا بنكبة بيروت. وكما هو مذكور أعلاه كان ما قرأناه حاملا لسيرة ذات طبيعية روائية. هكذا تنتهي أحوال الأمكنة وأعمارها على كل حال، حزينة ومؤلمة كما ينبغي لمراثية شاملة. «بناية تي.في. تاكسي» سيرة مكان لزياد كاج صدرت عن دار نلسن في 221 صفحة - سنة 2023.

كاتب لبناني



غيوم أبولينير: وحيدون أيها الضوء الجميل

ستبكي عندما تبكي
من يمر بسرعة قصوى
كما تمر الساعات.

مصباح
أسمع جلبة المدينة
ولأنني سجين بلا أفق
لا أرى الأسماء معادية
وجدران سجن العارية
النهار يمضي ومصباح
يشتعل في السجن
نحن وحيدون في الزنزانة
أيها الضوء الجميل أيها العقل العزيز.

الشعلة

تنزلين إلى الماء الصافية
أغرق في عينيك
الجندي يمر. هي تنحني،

تتلقت وتكسر غصناً
تصومين على الموجة الليلية
الشعلة قلبي المضطرب
لون أسنان المشط
الذي تعكسه المياه التي تغسلك.

غناء النوتي
كأسي مليئة بخمرة مضطربة
كشعلة

اسمعوا أغنية النوتي البطيئة
التي تروي أنها رأت سبع نساء تحت القمر
يفتلن شعورهن الخضراء والطويلة حتى

أقدامهن

وقوفاً غنوا بأصوات أعلى وبرقص
حتى لا أعد أسمع غناء النوتي
وضعوا قربي كل الفتيات الشقراوات
ذوات النظرة الجامدة والصفائر المثنية
نهر الرين سكران والكروم تنمرأى فيه
كل ذهب الليالي يسقط مرتجفاً للتمرأى
الصوت ما يزال يغني في حشجرة موت
هذه الجنيات ذوات الشعور الخضراء
اللواتي يسحرن الصيف
كأسي أنكسرت كما تنفجر ضحكة

كما

لتمر ببطء الساعات
كما تمر جنازة



بول شاوور



نحن أيضاً تتانين صغيرة

هدى عرموش

المهارة في الأداء على ما يرام
لكنها لا تكفي لإثبات قوتك التي تؤمن
بها.

ولدنا دون آباء

ونحن صغار
كان آباؤنا يرفعوننا فوق رؤوسهم
كانت السماء جميلة
حتى سالت دماء
صار لون وجوههم أحمر.

وربّح رماد

من حقل سنابل
لم يُخبرها أحد
أنها تحترق.

هدوؤنا لجام غضبٍ امتطيناه.

حقول الأرض

سنحرقها
حتى نرى الأفق كما كان
سماً جميلة.

لكنّ الشمس تغطّي في النوم
قبل أن نلاحظ.

وُلدنا دون آباء

أو أمهات
ترانا وترعانا
تفتح فمنا
لنطعمنا الدود والعداوات
لنسير على خيط ذنبٍ حادٍ
لما يجب أن نكونه.

نسير بخوفٍ وشراسة.

نحنُ تتانينُ صغيرة

بروس لي قال:
«... ثم يأتي يومٌ ترى فيها النور
تنظر إلى السماء ثم تردّد:

BAY LEAVES



BY NIKKI GIOVANNI

I watched Mommy
Cook
Though I cooked
With Grandmother

With Grandmother I learned
To pluck chickens
Peel carrots
Turn chittlins inside out
Scrub pig feet
With Mommy I watched
leftovers for stew
Or vegetable soup
Great northern beans
Mixed collards turnips and mustard greens
Garlic cloves Bay Leaves
Very beautifully green
Stiff so fresh
With just a pinch of salt
Not everything together
All the time but all the time
Keeping everything

I make my own
Frontier soup in a crock pot
I make my own ice cream with a pinch of salt
And everything else
With garlic
But fresh Bay Leaves
Are only for very special
Ox Tails
Source: Poetry

Golden Shovel: Our Faithfulness



BY SHARON OLDS

Nothing promised between us is nothing
promised. And what does it mean, promised.
Sent forward. I'd say that my love of you is
permanent, I believe that nothing
will stop it—but I have not actually promised.
Nor have you spoken any promise. But
we do not lie to each other. Nothing
false will be spoken, as if we have promised
each other the truth. I do promise you that,
I love to make you a promise. It is
an eros, and it is a bond—we are not
just flying around like electrons. It's per-
formed,
our truth, it holds us together, it is
what I call sacred—and I mean nothing
outside space and time. I love promised
and I love performed—there is nothing be-
tween us that
is promised to go through to completion and
is
not completed. Nothing promised that is not
performed. Nothing promised that is not per-
formed.

Source: Poetry

وأنت قلت المزيد
مرّنت كل عضلة
حتى عضلات عقلك
خرجت من كينونتها إلى روح.

نحنُ أيضاً تتانين صغيرة.

القلبُ الجَسور لا يضمن إنقاذ حياتنا
نُحَمَل أجسادنا كل يوم
لنسير طريقنا الأطول
نُحشوشن
ونارّنا تشحّد أطراف أجنتنا
ثمّ نعدو إلى سماء القوة التي نؤمن بها
نرتقي
لنصير روحاً مثلك.

حقيقية اليد النسائية

تحمل حقيقية اليد بكلّتي يديها
تمشي في الشارع
فلا تستطيع فرد جناحيها.

في سَيرها بصحية أحدهم
تقترب من حقيبتها أكثر
فأكثر
حتى تحجبها.

فجأة تخشى حبيبها
فتمسك حزامها الدقيق بكلّتي يديها
قبضة على خاصرتها
قبضة على كتفها.

تسلّم على أحدهم
تمدّ يداً وتثبت الأخرى على الحزام
تتشبث بها
حتى لا تقع من عالمها.

* شاعرة فلسطينية من نابلس



بيع لوحة الفنان التشكيلي الروسي بولينوف في لندن مقابل 1.5 مليون جنيه إسترليني

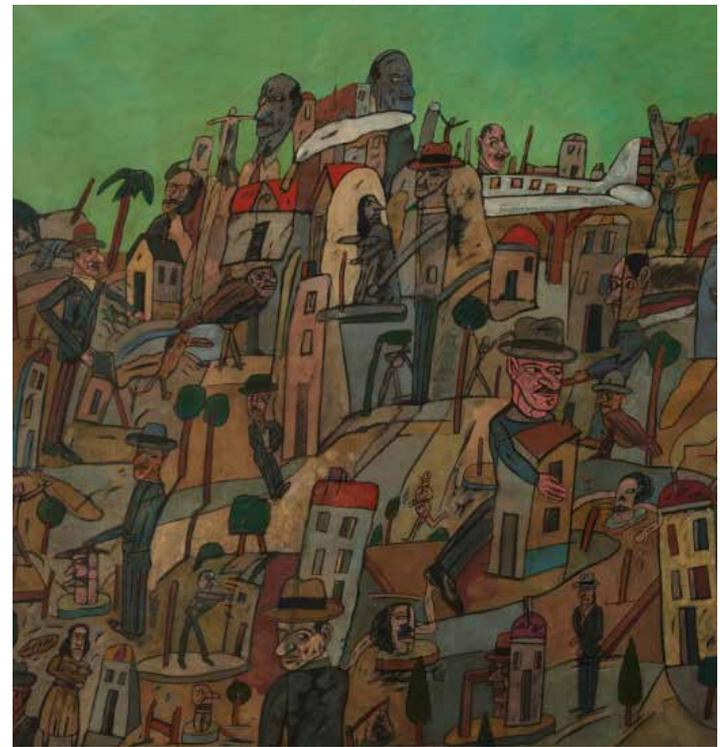
مدرسة الفن الانطباعي البريطاني. وحسب دار المزاد، فإن هذا العمل الفني كان جزءاً من مجموعة اللوحات التي تسمى «حياة المسيح»، والتي أكملها الفنان الروسي بولينوف مطلع القرن العشرين واعتبرها ذروة لإبداعه كله.

علاوة على ذلك شهد المزاد أيضاً بيع لوحة الرسام الإنجليزي جون إيفريت ميليه (1829-1896)، Forget-Me-Not، مقابل 308 ألف جنيه إسترليني (379 ألف دولار)، بالإضافة إلى عمل الفنان التشكيلي والكاتب الإنجليزي الآخر، جون روسكين (1819-1900) La Cascade de la Folie، الذي بيع مقابل 70 ألف جنيه إسترليني (86 ألف دولار). وفي المجموع، حصد المزاد 3.7 مليون جنيه إسترليني (4.6 مليون دولار).

بيعت لوحة الفنان التشكيلي الروسي، فاسيلي بولينوف (1844-1927) في لندن مقابل 1.5 مليون جنيه إسترليني (1.9 مليون دولار).

والمقصود بالأمر هو لوحة «كانت هناك نساء ينظرن إلينا من بعيد».

وقد عُرضت لوحة «كانت هناك نساء ينظرن إلينا من بعيد» للفنان الروسي فاسيلي بولينوف تحت المطرقة في مزاد بلندن مقابل 1.5 مليون جنيه إسترليني (1.9 مليون دولار). جاء ذلك في تقرير ورّعه الأربعاء 29 مارس دار المزادات Bonhams. وتراوح السعر التقديري الأولي للوحة بين 500-700 ألف جنيه إسترليني (616-862 ألف دولار). وكانت لوحة بولينوف هي الأعلى من بين أكثر من 50 قطعة فنية بيعت يوم الأربعاء 29 مارس في مزاد «بونهامز» المكرس للفن التشكيلي في القرن التاسع عشر ورسامي



أعمال جياكوميتي وأولدنبورج في مزاد سوثنى

طرح مزاد سوثنى في نيويورك مجموعة من الأعمال التي تعود إلى مؤسسة ويليام لويس درايفوس الشهيرة ومجموعات فاميلي كوليكشن وتم تجميع مقتنيات مؤسسة ويليام لويس درايفوس ومجموعات فاميلي على مدار أكثر من 50 عاماً وامتدت لفترات زمنية وقارات، وهي شهادة على حدس لويس درايفوس الجمالي وفضوله وشغفه بجمع التحف على المستوى الشخصي وتحتوي المجموعة على أكثر من 3500 عمل فني وهي موجودة في مساحة بجودة المتاحف في ماونت كيسكو، نيويورك.

تعرض مجموعات لويس درايفوس أعمال الفنانين المهتمين بالتعليق السياسي والكوميديا الاجتماعية مثل جورج كروس وريد جرومز وأنطونيو سيجي بالإضافة إلى فنانين مثل سام جيليام، جان بيير بينسيمين وكليس أولدنبورج. وتتميز هذه المجموعة بإعادة صياغة سياق الفنانين المعروفين مع إعطاء صوت لأولئك الذين لم يتم عرض أعمالهم على نطاق واسع بما في ذلك التركيز على الفنانين الذين علموا أنفسهم بأنفسهم.

وتعد مجموعة ويليام لويس درايفوس ومجموعات العائلة من بين أكثر المجموعات تقدمية وواسعة النطاق في الولايات المتحدة ومن بين المعالم البارزة في مجموعة لويس درايفوس أعمال متنوعة على الورق لألبرتو جياكوميتي والتي تجسد اتساع قدرات الفنان وطرقه مجالات مختلفة في عالم الفن.

وألبرتو جياكوميتي نحات ومصور ورسام سويسري ولد عام 1901 وحقق شهرة كبيرة وينتمي جياكوميتي لأسرة فنية، حيث كان والده جيوفاني جياكوميتي مصوراً مشهوراً يتبع مدرسة ما بعد الانطباعية وألبرتو هو الابن الأكبر لجيوفاني من بين أربعة أبناء، وقد أبدى اهتمامه بالفن منذ صغره.

وقد شارك ألبرتو جياكوميتي في حركات طليعية مختلفة في القرن العشرين، ويعتبر تمثال الرجل السائر أشهر أعماله وقد صنعه خلال فترة نضجه، وهي ذروة مسيرته الفنية، عندما استكشف جياكوميتي الشخصية البشرية من زوايا مختلفة.



Leonardo Da Vinci hid a secret, edible ingredient in his works

Famous painters such as Leonardo da Vinci, Sandro Botticelli and other Renaissance masters may have experimented with mixing egg yolk into their oil paints to help the paintings resist moisture and prevent them from wrinkling and yellowing.

THE Nature Communications According to a study published by the new research suggests the use of eggs was likely intentional.

Experts concluded that adding eggs to oil paintings acts as a kind of "antioxidant, which slows down the onset of hardening." In other words, this combination may have helped stop the paint from deteriorating.

One of Leonardo da Vinci's most famous works, the Mona Lisa Source: pexels.com There are very few written sources about this, and no scientific work has been done



before that has investigated the subject in such depth – the

author of the study, Ophélie Ranquet, from the Institute of Mechanical Process Engineering and Mechanics at the Karlsruhe Institute of Technology in Germany, told CNN, as quoted by the online science portal ScienceAlert. – Our results show that an amazing change in the properties of oil paint can be achieved with even a very small amount of egg yolk, which proves the benefits it could have had for artists.

When scientists investigated the effects of using egg yolk proteins in oil, they found that the egg proteins suppressed the water absorbed in the paint in a humid environment. According to the study while the paintings were drying, they also helped prevent yellowing and wrinkling, "a problem that even Leonardo da Vinci encountered". With the egg yolk, the artists "gave us the opportunity to admire their masterpieces even today".

A surprising actor has been chosen as the main villain of Bad Boys

It's been three years since Will Smith and Martin Lawrence reunited after a long hiatus for one last film, which, unlike the previous two films, was not directed by Michael Bay, but by the Adil El Arbi-Bilall Fallah duo (Black, White Snow). However, viewers didn't mind and eagerly bought tickets for the sequel, which resulted in the \$90 million action film grossing nearly \$430 million globally, paving the way for Bad Boys 4.

Not much time passed, and Sony Pictures already confirmed that it had begun to prepare the sequel, and then the filming began, but in the meantime, the unpleasant incident between Will Smith and Chris Rock at the Oscars took place, which caused the film's work to be paused.

Fortunately, Sony's president reassured fans that Bad Boys 4 will be made despite the mishap, of course with Will Smith involved, and in January of this year, the actor himself logged in via Instagram to confirm their participation in the project.

Since then, not much has been revealed about Bad Boys 4, but now the Deadline based on his report, the cast has been expanded with Eric Dane, the star of the Grace Clinic, The Last Hope and Euphoria series, who will reportedly be Marcus and Mike's opponent in the new adventure. In addition to him, the crew is strengthened by Vanessa Hudgens (tick, tick... Boom!, Hugh School Musical), Alexander Ludwig (Vikings, The Hunger Games) and Paola Núñez (Resident Evil, The Purge). Bad Boys 4 is written by Chris Bremner (Bad Boys Forever, The Man from Toronto) and directed again by the duo Adil El Arbi-Bilall Fallah.



فلم Die Hart.. كيفن هارت في دائرته المغلقة

عشر حلقات. عُرض أول مرة على منصة Quibi، لكن إلحقوق حُصل عليها لاحقاً من قبل Roku عندما أُغلقت Quibi.

على الرغم من فشل المسلسل والرصيد الكبير من الأفلام التي شارك فيها هارت، وكان بطلها، فإن الأخير أصر على المضي قدماً في فكرته: «أنا ممثل حقيقي، وأصلح لكل الأدوار»، والترويج لها، مازحاً مرة في أحد عروضه، وممثلاً مرة أخرى في فيلم ما مثلما فعل في هذا الفيلم الذي نتحدث عنه.

وبعيداً عن الكوميديا، حاول كيفن هارت أن يحضر في عمل درامي بثته «نتفليكس»، تحت عنوان True Story. مسلسل يتأرجح بين الإثارة والدراما، وقليل من الكوميديا، سعى فيه هارت لأن يغيّر من القالب الذي اعتاد الظهور ضمنه، لكنه لم ينجح. وبهذا، عاد في فيلم The Man From Toronto، لم ينجح هو الآخر.

ربما القيمة الوحيدة لفيلم Die Hart، عنوانه المتبوع بكلمة The movie، أي إنه لا يساوي شيئاً أكثر من طبق الفشار الذي نتناوله ونحن نشاهده بهدف التسلية. معنى ذلك تنبئنا بما كان قد قرّره النقاد منذ زمن، في التفريق بين الفيلم (Film) والسينما (Cinema) والأفلام (Movies)، إذ إن «الجانب الفيلمي» من الفن يتناول العلاقة بين هذا الفن والعالم من حوله، والفيلم هو المصطلح الأكثر عمومية الذي يستخدم بأقل قدر من المعاني. أما «الجانب السينمائي»، فيتناول جماليات الفن والبناء الداخلي له. فيما Movies، وظيفتها اقتصادية، فهي صنعت لتستهلك، وذلك بحسب كتابات جيمس مونكو.



لا تُشاهد على طول الفيلم سوى كيفن هارت الذي نراه في عروضه أو مقابلاته أو أفلامه. لا يختلف الأداء، سواء بعفوية وتلقائية وكاميرا مخفية، أو بشكل متقن كما في بقية أفلامه. يزداد الأمر سوءاً عندما نعرف أن هذا الفيلم الذي أخرجه إريك أبيل وكتبه ديريك كولستاد، المعروف بثلاثية «جون ويك» وفيلم «لا أحد»، هو نسخة مختصرة من مسلسل Die Hart الذي أنتج عام 2020، والمكوّن من

وسيم السلطي

لقد ملّ كيفن هارت من أدواره الكوميديّة التي يؤديها في الأفلام. وسَمَّ كونه، دائماً، مساعداً للبطل في أفلام الحركة والمطاردة الشهيرة، خصوصاً التي يتصدر بطولتها دوين جونسون الملقب بـ«ذا روك». شَعر هارت أن الوقت قد حان ليكون هو بطل الحركة والإثارة الجديد. لذلك، إرضاءً لغوره، صنع فيلم يحمل اسم Die Hart، يلعب فيه هارت دوره، أي نسخة عن نفسه تحاول إثبات قدراتها للجماهير والممثلين والمخرجين، وأنها تستحق لعب أدوار لا تُضحك الناس، بل تُرعبهم.

يحظى كيفن هارت في هذا الفيلم بفرصتين لإثبات أنه «ممثل عظيم»، على حد تعبيره. في الفرصة الأولى، هو هارت الكوميدي الذي بدأ ينفّر من أدوار الكوميديا ويرفضها. وفي الثانية، هو هارت بطل الحركة الجديد المكتشف من قبل المخرج كلود فاندني فيلدي (أدى دوره جين رينو). هذا المخرج الذي يريد أن يبدو وكأنه من جيل فرانسيس فورد كوبولا ومارتن سكورسيزي كان يبحث لسنوات عن ممثل حقيقي لفيلمه الجديد الواقعي العنيف. لذا، يطلب فيلدي من هارت أن يلتحق بمدسة تدريبية ويعسكر فيها ريثما يجهز بشكل جيد. يتولى تدريبه رون ويلكوكس (جون ترافولتا) الذي سبق ودرب العديد من نجوم هوليوود، مثل مات ديمون وجيسون ستاثام، وغيرهما.

فترة التدريب والمواقف الخطيرة التي يتعرض لها هارت مخطط لها ومصممة بشكل احترافي من قبل المخرج، إذ يصور من دون علمه، لتُصد كل أنفعالاته ومشاعره كما هي، بعفوية وواقعية. بين التدريب والاكتشاف، يخلّص المخرج إلى نتيجة بعد انتهاء الفيلم، مفادها أن أداء هارت هذا «أصلي»، ويضيف: «هذا النوع من التمثيل لا يُدرس». بينما يعلق هارت الذي يعرف الحقيقة: «لا وجود للبطولة الواحدة، لأنك نكرة من دون المشاركين الآخرين». مع العلم، أنه منذ البداية، يوحى لنا بأنه يبحث عن البطولة المطلقة.

أمينة رشيد.. الأدب المُقارن كموقف اجتماعي

«بدأ مسار أمينة رشيد، الباحثة والأستاذة الجامعية، صاحبة الرؤى المُجدّدة في الأدب المقارن، في مصر الكوزموبوليتانية خلال الأربعينيات من القرن الماضي، اشتبكت مع اللحظات الكبرى في تاريخ استمر حتى بداية الألفية الثالثة».

بهذه الكلمات قدّمت الباحثة المصرية سلمى مبارك كتابها «أمينة رشيد: أو العبور إلى الآخر»، والذي صدرت ترجمته حديثاً عن «المرآة للثقافة والفنون»، بتوقيع المترجمة داليا سعودي.

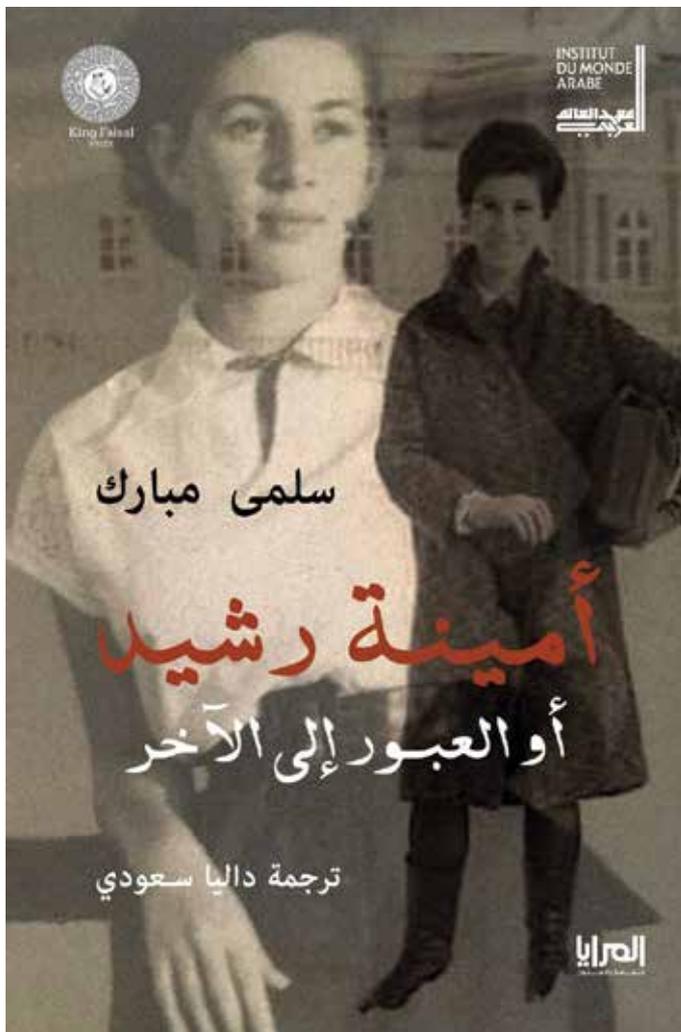
يتناول الكتاب (صدر أولاً بالفرنسية عام 2019) المسيرة الفكرية للباحثة والناقدة في حقل الأدب المقارن (1938 - 2021)؛ وهو على إيجازه، إذ يقع في 138 صفحة، إلا أنه يُضيء الإطار الفكري العام الذي اشتغلت وفقه صاحبة «تشطّي الزمن في الرواية الحديثة» (1998)، منذ التحاقها بقسم اللغة الفرنسية في «جامعة القاهرة» عام 1954. مع أنّ الفرنسية كانت لغتها الأولى التي تعلمتها في المنزل؛ وهنا بدأت رحلة العبور صوب الآخر، أو بالأدقّ من يكون هذا الآخر؟

لم تكن اللغة الفرنسية في مصر ذلك الحين، مجرد لغة وحسب عند طبقة العائلات الثرية التي نشأت رشيد في كنفها، بقدر ما كانت مانعاً أساسياً من التعرّف على الذات،

والتوجّه صوب العربية كلغة، والتفكير من خلالها. وبهذا أصبح عبور رشيد بين اللغتين/ الثقافتين يحتمل بُعداً طبقياً بالضرورة، ولم يعد ذاتياً، إنما امتزج فيه الشخصي بالعام، كما حضر فيه السياسي بشكل كبير؛ وهذا ما تمثّل في العقود اللاحقة من حياتها ونشاطها خارج أسوار الأكاديمية.

كذلك تُشير مبارك في كتابها إلى مفهوم «الوساطة»، وهو المعادل الأكاديمي لذلك التمزج السياسي والطبقي الذي توخّته صوبه، وأختارته بعيداً عن طبقتها ونشأتها الأولى.

من هنا فإنّ الأدب المقارن، كما تكتب مبارك، «تمثّل بوصفه مُحركاً أخلاقياً للعلاقة مع الآخر، وعاملاً إبستيمولوجياً ضدّ الحواجز بين الاختصاصات العلمية، ليُكثّف تلك النظرة الساعية إلى الوساطة، وتلك الحركة التي حتّت دوماً أمينة رشيد على عبور الأسوار: أسوار اللغات، والطبقات الاجتماعية، وأسوار العلاقات الإنسانية خاصة». كذلك يقرأ الكتاب مُنجز صاحبة «قصة الأدب الفرنسي» (1996)، مضيئاً، في الوقت نفسه، مشهد التيارات الثقافية في مصر خلال النصف الثاني من القرن العشرين، وأبرز الأسماء التي حضرت في حياة أمينة رشيد، وعلى رأس هؤلاء زوجها الناقد سيد البحراوي الذي قدّمت معه ترجمات مشتركة، من بينها: «الأيدولوجيا: وثائق في الأصول الفلسفية» لميشيل فاديه، ورواية «المكان» لآني إرنو و«الأشياء» لجورج بوريك، وغيرها.



في معنى المكان: وحي من دروس المقاومة المقدسية

صدر عن مركز دراسات الوحدة العربية كتاب في معنى المكان: وحي من دروس المقاومة المقدسية للدكتور بلال عوض سلامة.

يعالج هذا الكتاب الاستعمار الصهيوني بوصفه استعماراً إحلاليّاً يهدف إلى المزيد من السيطرة على الأمكنة الفلسطينية حيثما أمكن، وخصوصاً سياساته الإحلالية في القدس المستعمرة، المتركزة في ثلاثة أمكنة، وهي باب العمود عبر إحلل واستعمار

الإدراك الحسي والعقلي للمشهد البصري للفلسطيني في سبيل تهويده و«أسرلته»؛ وحي الشيخ جراح عبر اجتثاث سكاكنه وجعل البيت فيه بيئة غير آمنة ومزاحمة للفلسطيني على الاستحواذ عليه بالقوة المفرطة؛ ومحيط المسجد الأقصى وساحاته والإحلل المقدس فيه، عبر محاولات إحلل المقدس اليهودي مكان المقدس الإسلامي والعربي.

يرصد الكتاب في ملاحظاته الإتنوغرافية والسوسولوجية كيفية إدراك الفلسطيني معنى الأمكنة الثلاثة وأهميتها، عبر شحذ ذاكرته الفردية والجمعية،

وفعله وحضوره الوطني المقاوم من حيث الحضور والاحتجاج والتدفق في الشوارع بأشكال متعددة، وبالوسائل المتاحة كافة لاستعادة الأمكنة أو ما يطلق عليه الكتاب «حرب الأمكنة»، وكيفية تشكيل وصوغ المكان الفلسطيني كحيزٍ سياسي لتطويع وشحذ وعيه وهويته الوطنية عبر حضوره اليومي كمقاومة في سبيل استعادة المكان رمزياً ومادياً. يتضمن الكتاب ثلاثة فصول، فضلاً عن المراجع والفهرس.

'Min Al Katra'...Saudi Novel Inspired by Beauty of Asir

Dr Athar Publishing, Dammam, released a new novel entitled "Min al Katra" ("From the Window") by Dr. Abdelaziz M. al-Qahtani. With a simple language and flowing narrative style, the book explores the ambiances in a village, in Asir region, where people live a modest and complication-free life. The novel also sheds light on the daily rituals and the warm social connections among families, offering the readers an intimate and special social scenery.

"I wanted to write a novel with imaginary events and characters inspired by the beautiful language and details of Asir. The book opens a window on beautiful things such as creating happiness with simple things, and making life decisions that bring us inner glory. We say Asir, we hear beauty, heritage, and culture. I can't document all the heritage or culture of the city in one text, my novel is not a historic document, and I don't have real events to report; I just used details like the accent and the names of the local garments," al-Qahtani said in the introduction.

"Although the characters are imaginary, we could see many that resemble them with the same compassion, kindness, and good influence. Here, I tried to highlight some of Asir's terms, starting with the title "Katra" which means 'window'. Readers will also read various events

and stories about struggle and hard work. The novel shed lights on a large region with many legacies and traditions," he added.



The novelist said he didn't live in Asir, but he loved it and heard about its culture, heritage, and history from the community surrounding him. "I read many books about Asir from which I got the idea of the 'window' or 'katra'. There are many events that I didn't actually live because of my young age, but hearing my parents and relatives narrating them with warmth urged me to imagine the scenes. I also added some events that I imagined and inspired from the accent and traditions. The story of the novel takes place between the 1940s and the early 1990s," he explained.

"The route is obscure with no lightning. I crossed the distance in four and a half hours. From 9:00 pm until dawn, they rode the donkey.

Sometimes children rested, sometimes they walked to reach Abha. The unpaved route is fenced with several villages. It is scary and empty,

but the will to safely arrive to the Gulf comes before everything. In every step, Khadija was imagining darkness as light, and the sun on the foreheads of her children for whom she is making all these efforts. She wants to live for them and to protect them and embrace them," a paragraph of the novel reads.

كتاب "استشراف" 7: مستقبل سوق العمل في العالم العربي

عن «المركز العربي للأبحاث ودراسة السياسات» و«معهد الدوحة للدراسات العليا» صدر حديثاً كتاب «استشراف» السنوي الخامس، متضمناً عدداً من الدراسات التي تسعى إلى استشراف واقع العمل وأفاقه في العالم العربي.

«تحديات التغيرات المناخية والرهانات المستقبلية للتحوّل إلى الوظائف الخضراء»: نقد المنظور الرأسمالي» عنوان دراسة الحسين الشكراني التي تحاول إعادة فحص مخاطر الممارسة الرأسمالية الاعتيادية، ومآزق تحويل الوظائف والآليات المعتمدة للتسويق لمقاربة النمو المستدام. أما دراسة «استشراف مستقبلات العمل البحثي في العلوم الاجتماعية والإنسانية» لجمال باروت ومراد ديان، فتتناول «العمل البحثي» في مجال «العلوم الاجتماعية والإنسانية» العربية، وترسم بعض معالم تطوراتها المستقبلية.

وتبحث دراسة «استشراف مستقبل الممارسة الطبية ورهاناتها في العالم العربي» لهيئة التحرير، في آثار رقمنة الصحة بممارسة الأطباء والعاملين في مجال الصحة. وتبرز كيف أنّ التقدم القائم على الأتمتة، وتكنولوجيا النانو، والتكنولوجيا الحيوية، والبيانات الضخمة، والعلوم الذنوية، والذكاء الاصطناعي، كلّ ما سبق يطرح تحديات حمة بالنسبة إلى مستقبل العمل البشري في مجال الطب، والرعاية الصحية، سواء في طبيعته ذاتها، أو في وتيرته، أو في بيئته، وكيف أنّ هذه التأثيرات المستقبلية كلها تقود إلى خلاصة رئيسية، هي ضرورة العمل منذ اليوم على جعل أسواق العمل وأنظمة التعليم والتدريب متأقلمة مع هذه التحولات العميقة، مع إشارة إلى السياقات العربية وتوظيفها فيها.

وتسعى «مستقبل مشاركة المرأة في سوق العمل العربية: تحليل قياسي جزئي لحالة دول شمال أفريقيا» لإبراهيم المرشد وعمر إيبورك، إلى البحث في المحددات الفردية والعائلية لمشاركة المرأة في سوق العمل في منطقة شمال أفريقيا (مصر، وتونس، والجزائر، والمغرب).

وتتوخى دراسة «نحو استشراف مستقبل التعليم والتدريب المهني والتقني في البلدان العربية» لمحمد عبد الرزاق حسين ومنجد عبد الله، تتبّع التغيرات المستمرة والتشكلات الجديدة لأساليب التدريب والتقنيات الجديدة المتعلقة بهذا المجال، كما تتطرق فيها إلى الفرص والتحديات التي يعايشها هذا القطاع، والأفاق المستقبلية الممكنة من خلال تسليط الضوء على الإمكانيات الكامنة في المجتمعات العربية، إضافة إلى الاستفادة من التجارب العالمية، والقيام بالمقارنات المرجعية في المجالات المشابهة.

وتناقش دراسة «مستقبل العمل في ضوء ثورة الذكاء الاصطناعي» لهيئة التحرير، تطوّر الذكاء الاصطناعي وتطور استخداماته خلال العقود الماضية، وتدرس تأثيراته في بنية العمل ومستقبله، وتقدّم استشرافاً لمستقبل عالم العمل في ظل هذه التأثيرات البنيوية الحمة للذكاء الاصطناعي والأتمتة، مع إشارة إلى توظيفها في السياقات العربية. واشتمل العدد، أيضاً، على دراسة مترجمة عنوانها «مستقبل العمل: مراجعة قياسية للأدبيات» لريبيكا ميتشل ويون شان ولان سنال، وقد ترجمتها عومرية سلطاني. أما باب «مراجعات»، نشرت مراجعة «مستقبلات أماكن العمل قراءة نقدية في كتاب: مكان العمل الذي نحتاج إليه الآن: تشكيل المساحات لمستقبل العمل».

كما اشتمل العدد على باب جديد هو «قضايا مستقبلية»، يحتوي على مقالات ومنشورات تتعلق بحقل الدراسات الاستشرافية عموماً، نُشر في هذا الباب: مقالان مترجمتان، الأولى لبرتران بادي «أزمة الخليج وتحولات سياسة القوة» أزمة نظامية في سياق سياسي موسوم بالضعف»، والثانية لسيبيل ديوزناي «كيف سنعيش في عام 2050؟»، ومقالة «استشراف أثر التطوّر التكنولوجي في الحروب الحديثة والقوة العسكرية للدول الصغرى» لفهد حمد العذبة، و«ميتافيرس: أهو امتداداً لرأسمالية المراقبة؟» لكيفن غاي، و«هابيتوس المستقبل: التأثير المهيكلي لعلاقتنا بالتكنولوجيا»، واختتم العدد بعرض لمجموعة من أبرز المنشورات الجديدة في حقل الدراسات المستقبلية.

"ما الذي يحدث داخل المدرسة؟" لمحمد تيسير الزعبي

صدر حديثاً عن المؤسسة العربية للدراسات والنشر، بالاشتراك مع «إصدارات ترشيح التربوية»، كتاب جديد بعنوان «ما الذي يحدث داخل المدرسة؟»، من تأليف محمد تيسير الزعبي. ومما جاء في تقديمه:

يجدوا ضيقاً في سلوك المتعلمين، ولتنمية قدراتهم على تحقيق أهداف التعلم. التحديات الواردة في هذا الكتاب تكاد تكون متشابهة بين الغرف الصفية على مستوى العالم؛ إذ لا تكاد تخلو غرفة صفية من فروقات المتعلمين الفردية، أو قلقهم وارتباكهم، أو رغبة المعلم في تقليل وقته من الحصة، وزيادته للمتعلمين. لذلك، فإنّ تأملاً عميقاً لهذه الحالات سيسهل على المعلمين والمعلمات في منطقتنا العربية إدارة غرفهم الصفية بطرائق سهلة؛ إذ غالباً ما تكون هذه التحديات أكثر بروزاً في منطقتنا، والحاجة إلى مساعدة المعلمين على التعامل معها أكبر وأكثر إلحاحاً.

يقع الكتاب في 192 صفحة من القطع المتوسط، وينقسم إلى 18 حالة تعكس أهمية تعليم المعلمين ونقل المعرفة إليهم بوساطة أسلوب له مكانة مهمة في الأدب التربوي، مساعدته المتلقي على صقل مهاراته اللازمة من طريق تأمل المشكلات التي واجهت غيره، والخروج منها بحلّ يلائم البيئة التي يعمل فيها.

محمد تيسير الزعبي: يعمل في قطاع التعليم منذ عام 2004، بدأها معلماً في الغرفة الصفية للمرحلتين الأساسية والثانوية في مدارس القطاع الخاص، والمدارس الحكومية في الأردن. انضم إلى فريق اللغة العربية في أكاديمية الملكة رانيا لتدريب المعلمين عام 2014، وأسهم بشكل مباشر في تطوير مواد القراءة والكتابة في شبكة اللغة العربية.

يوثّق الكتاب تجارب دعم المعلمين الفني في غرفهم الصفية، وواقعهم اليومي. ويأتي توثيق هذه الحالات في هذا الكتاب إيماناً بأنّ أثر المعلمين لا يتوقّف داخل جدران الغرف الصفية، بل يمتدّ ليشمل المجتمع الذي يكونون فيه، ويتعاملون معه، ويعيشون بين أفرادهم. وتكتسب هذه الحالات أهمية إضافية لكونها تُترجم مسيرة الكاتب الطويلة بين الورش التدريبية، والزيارات الداعمة، والمناقشات البنّاءة. فالساعات الطويلة من الحوارات، وعقد اجتماعات التعلم في المدارس وقاعات التدريب تستحق أن تدوّن، وتصبح مجالاً آخر يطور فيه المعلم والمعلمون مهاراتهم، خاصة أن هذه الحالات الواقعية تراوح بين الجوانب الأكاديمية والسلوكية داخل الغرفة الصفية، إضافة إلى أنها تربط الممارسات التدريسية الواردة فيها بأدب تربوي نحتاجه في البحث عن الحلول التي تسهل عمل المعلمين في الغرف الصفية والبيئة المدرسية.

كتاب «ما الذي يحدث داخل المدرسة؟» مساهمة في دفع عجلة تنمية مهارات المعلمين، وتطوير ممارساتهم في سبيل تحقيق أهداف التعلم، وكما لا تكون الغرف الصفية عبئاً عليهم، وكما لا



"الكينونة والعنف وصرع البقاء: دراسة في أصول العنف البشري"

صدر حديثاً عن المؤسسة العربية للدراسات والنشر كتاب جديد للدكتور الأب هاني بيوس حنا بعنوان «الكينونة والعنف وصرع البقاء: دراسة في أصول العنف البشري/ نشأته وأسبابه».

يقول المؤلف في تذييله لكتابه: هل يجب عدّ العنف ظاهرة اجتماعية واختزاله في مجموعة أفعال تبدو وكأنها خارجية بين الأشخاص، أم على المرء أن يرى فيه بعداً وجودياً عميقاً يبتعد عن تحليل وصفي لخارجية ساذجة لظاهرة فيزيائية؟

يبدو أن تاريخ البشر يميل إلى أن يندرج ضمن النظرة الثانية: للعنف بعد وجودي أكثر من كونه ظاهرة اجتماعية، تظهر وتتجدد وفق كل مجتمع وحقبته.

ينتشر العنف في مجتمعاتنا ويحدث دماراً على مستويات عدة، جسدية كانت أم نفسية. لذا يتساءل المرء بشكل مشروع عن المساحة التي يحتلها العنف في مجتمعاتنا «الحديثة» فلا يكاد يمر يوم إلا وهناك عنف في مكان ما، تكتب عنه الصحافة والأخبار التلفزيونية والإذاعية ووسائل التواصل الاجتماعي. مع ذلك، ليس من الضروري متابعة هذه الوسائل لمعاينة حجم الضرر الذي يسببه العنف، وفهم حضوره في كل لحظة في حياة كل شخص. فكل شخص إما شاهد للعنف، أو مسبب له، أو ضحية له. هذا ما يجعلنا نعيش شعوراً مقلقاً بعدم الأمان من ظاهرة متنامية يخشاها الجميع في مجتمعنا المعاصر.

لقد أصبحت الظروف المعيشية أكثر أمناً، لكن بشكل مفارق، تزايدت حساسية مجتمع واستمرار السلوك المحفوف بالمخاطر، فكلما انتظمت المجتمعات أكثر فأكثر، زادت مخاطر كبت أفرادها لتظهر بشكل إجرام



جماعي، وحروب وإبادات جماعية، وتهجير، وإجرام فردي، في جرائم لا تخلو من الوحشية.

هذا ما سيحاول هذا الكتاب طرحه ضمن أفكار لا تزعم أنها ستحيط بإشكالية العنف البشري، بل تطرح موضوع العنف في ضوء رؤى تاريخية وضمن ميادين عدة، أنثروبولوجية وفلسفية وسياسية واجتماعية، لتكشف أن إشكالية العنف أعمق بكثير من أن تكون محصورة في ظاهرة اجتماعية.

أمين صالح

ابن اللغة في أصفى حالاتها

فاروق يوسف

أكثر من عشرين كتاباً تأليفاً، أكثر من ثمانية كتب ترجمة وأكثر من 15 مسلسلاً تلفزيونياً، خمس مسرحيات وسبعة أفلام سينمائية. ليس ذلك إلا واجهة علنية لأمين صالح، ساحر النثر الذي يعلم عسايفر اللغة الغناء، كما يمكن أن يقال مجازاً. قاص وروائي وشاعر وسيناريست ومؤلف مسرحي. كلها صفات خارجية للكائن الذي يصنع للأخرين أسباباً للعيش تقع خارج ما هو متداول. فمن أجل أن يكون المرء شاعراً عليه أن يتحمل مشقات كثيرة، كان يحو المسافات التي تفصل بين الفنون فيكون كادحاً يضع نفسه في خدمة جمال، هو الآخر لا يظهر جلياً حين يلد له أن يمارس لعبة خفائه.



الوفاء للغة

يقول أمين صالح "كل الأشكال الفنية تحمل طاقة شعرية، كالسرد النثري والصورة والتشكيل، ولكل مجال شاعريته الخاصة لكن شاعرية الصورة تختلف عن الشاعرية الأدبية وكل فيلم سينمائي يحمل الشعر حتى بدون مشيئة المخرج أو الكاتب لأن جوهر الفن هو الشعر". تعلم صالح من الشعر أن يكون وفياً للغة. تلك جملة غامضة إذا ما تعلق الأمر بمفهوم اللغة بالنسبة إليه وهو المولع بتجلياتها في الكتابة والصورة وهما يتوزعان بين فنون تأملية وبصرية وذهنية تتداخل وتتقاطع وينفي بعضها البعض الآخر ويحتويه. أمين صالح هو ابن الكتابة. ما هذا؟ ليس ذلك التعريف صحيحاً. يجازف المرء حين يقول إن صالحاً ينتمي إلى الفنون البصرية أكثر من انتمائه إلى الفنون الكتابية. غير أنه يظل حتى في الفنون البصرية كاتباً.

البحرين. كما كتب سيناريوهات لأفلام درامية قصيرة مثل "غشاء" عام 2008 و"القفص" عام 2009 و"مجرد لعبة" و"كناري" عام 2010 و"حادثة" عام 2013. كتب صالح عدداً من المسرحيات، منها "العطش" و"العربة" و"يونس والآخرون" و"رومي الفريج" و"مجنون ليلي". من الكتب التي ترجمها "السينما التدميرية" و"البحث في الزمن" و"السوريالية في عيون المرآيا" و"حوار مع فديكو فيليني" و"عباس كيروسستمي: سينما مطرزة بالبراءة".

امتزج نتاج صالح الأدبي بشغفه بالسينما. فكان أن انعكست شعرية الصورة على قصصه ورواياته وفي المقابل فإن نتاجه السينمائي قد احتفى بروح الشعر التي شكلت العمود الفقري لنظريته إلى الحياة والفن في الوقت نفسه.

كل ما فعله كان يصدر عن شعرية الموقف الوجودي

الذي اتخذه وهو يزاوج بين فنون الكتابة والفنون البصرية. ساحراً ومسحوراً وقف في مواجهة مشهد لم يكتمل وهو ينشد له الكمال ليبقي على جمال أسره في لحظة يقظة لا تملك الرغبة في تبديد أحلامها. صالح هو ابن الكتابة الأسرة التي سلمته إلى الصورة التي تمزج بين الخيال والواقع.

سيكون من اليسير بالنسبة إلى كاتب عميق الموهبة وواسع الخيال مثل أمين صالح أن يعثر على الثغرات التي يتسلل من خلالها إلى الصورة من اللغة ومن الصورة إلى اللغة فتتشكل نتيجة لتلك المسارات المتقاطعة لغة بصرية على درجة عالية من الحساسية الجمالية. غير أن ذلك لا ينفي أن هناك ثراء حكاثياً هو مصدر كل ذلك النتاج الأدبي والتلفزيوني والسينمائي. علاقة صالح باللغة شاعر لم تفسد علاقته بالواقع روائياً.

يقول قاسم حداد وهو صديق الروح بالنسبة إلى أمين صالح "الحاسة السينمائية لم تطرأ على ثقافة الكاتب في أمين صالح، إنما هي عنصر

مؤسس في بنيته الثقافية، وهو الأمر الذي أغنى تجربته بجماليات تخترق رتابة الثقافة العربية، حيث الحاسة البصرية من الحواس المكبوتة عندنا منذ التراث. لذلك عمل أمين صالح على الاستعانة بالحساسية الفنية في تفجير أكثر الجماليات كمونا في فنون الكتابة".

ملاحظة حداد أساسية في تعريف الكدح الجمالي الذي مضى به أمين صالح إلى أقصى حدوده وهو يسعى إلى أن يضع حلولاً خيالية لمشكلات واقعية من خلال لغة سيضمن لها البقاء لأنها تقول الحقيقة، حقيقة ما يقع على الورق وهو نوع من التداخي وحقيقة ما يرى وهو يستندج الخيال لكي يكون في خدمة الواقع. لقد أنجز أمين صالح اختراقاً عظيماً في بنية الثقافة العربية حين وهب السينما رؤية شعرية من غير أن يتخلى عن صفته روائياً.

مخيلة صنعت حياة

أمين صالح هو ابن الكتابة. ولكن مفهوم الكتابة تغير بسبب تأثير ولعه بالسينما. فهو سينمائي مثلما هو شاعر وروائي. وهو لا يرى الواقع إلا من خلال عين سينمائية بل إنه لا يتعامل مع اللغة إلا من خلال دلالاتها الصورية.

هذا كاتب تعمل مخيلته على المزج بين ما هو ذهني وما هو بصري. فهو يفكر في ما يراه وهو يرى ما يفكر فيه. موهبة مركبة تمكنت من احتواء خيال متعدد الطبقات. وهو خيال سيقود إلى ما هو استثنائي في طريقة التفكير في الفن.

وإذا ما تعلق الأمر بالحياة فإن أمين صالح يمتلك الكثير من الحلول لكي تكون الحياة أكثر سعادة من خلال الفن. ذلك ما تعلمه من كفاف، كان قد استعان من خلاله بحساسية جمالية من أجل أن يحتويه بتجربة تزاوج بين الكتابة والفن باعتبارهما الشيء نفسه.

من السرد الحكائي إلى الصورة النقية مسافة حياة، اخترقها أمين صالح لكي يخلق معنى لحياته. وهو المعنى الذي تجسد بعمق من خلال أعمال روائية وسينمائية ومسرحية وتلفزيونية هي جزء من ذاكرة شعب يحب الحياة.

كاتب عراقي



الكتابة والفنون البصرية

يقول "أستطيع القول إن انتمائي إلى السينما كان بفعل علاقتي بطروحات لعناصر مثل المخيلة والأحلام والإبداع. وهو ما جذبني إلى التعرف على الفن السابع دون الاكتفاء بالفرجة أو التلقي السهل عبر الشاشات فحسب، وإنما إلى السير باتجاهات ورؤى صانعيها من أصحاب المدارس والتيارات العريضة التي تكشف عن تنوع إبداعي ثري".

ولد أمين صالح في حي الفاضل بالمنامة عام 1950. درس الأدب الإنجليزي. عام 1973 أصدر كتابه الأول وهو عبارة عن مجموعة قصصية بعنوان "هنا الورد". إلى جوار كتابة الشعر والقصة انهمك صالح في الترجمة وفي المقابل ترجمت أعماله الأدبية إلى لغات عديدة.

إلى جانب ذلك كتب صالح السيناريو لمسلسلات تلفزيونية وأفلام سينمائية. كان فيلم "الحاجز" الذي هو من تأليفه أول فيلم روائي طويل في

Cutting humanitarian food assistance is an 'impossible decision'

Having to choose to take food from the hungry to feed the starving is the impossible decision that the World Food Programme (WFP) makes every day when needing to scale back food assistance despite a growing global hunger crisis. While in 2022 we were supported by the highest levels of funding in our 60-year history, the reality on the ground is this hasn't been enough to mitigate needs. We face the challenge of ensuring that the most vulnerable communities not only receive on-going crisis support, but that there is also investment in long term initiatives that empower individuals to lessen their reliance on humanitarian assistance.

Political instability, climate extremes, poverty, prolonged conflict and rising food and fuel prices, has resulted in more than 345 million people living in acute hunger, needing immediate and on-going food assistance to meet their basic daily needs. This number has more than doubled in just 5 years.

These same rising costs, also mean it costs WFP more to reach those in need. This, coupled with falling short of meeting our funding requirements, means we are faced with cutting food assistance, either in the number of individuals we can help, or the amount of assistance we can provide, to stretch our resources as far as we can.



Mageed Yahia

For many of the most vulnerable, the food assistance provided by WFP is their only means of meeting their basic needs. This is true in places like Afghanistan, Bangladesh, Palestine, Syria, and Yemen. Due to conflict and political instability, there are millions of people

unable to work, grow food or take actions which allow them to meet their own basic survival.

Yet in these same countries, due to insufficient funding, WFP is having to make tough decisions. In Afghanistan, 4 million people only received half of their monthly food ration last month. For the Rohingya refugees in Bangladesh, who wholly rely on humanitarian assistance, 940,000 started receiving reduced rations since March. Without additional funding, 350,000 Palestinians may receive no assistance starting in May. In Syria, assistance for close to 4 million people may be reduced by July. While in Yemen, all those supported by WFP assistance are on only 60 percent of their actual daily needs.

We understand that the requests for financial support by humanitarian agencies like WFP can appear seemingly endless. But it's important to recognise that basic food needs don't end without also empowering communities to be self-reliant by investing in projects that bring back income generation capacity and self-sufficiency. It is the desire of any individual supported by humanitarian relief to not live on assistance forever, and instead regain their independence. It's also important to note, that by not acting, the world often then faces worse crises of increased migration, political conflict and financial impacts which reach further and further from the epicentres of need.

In pockets of stability, WFP has proven that this investment in resilience building initiatives works. In Syria, for example, a programme focused on improving irrigation to double the amount of arable land resulted in a ten-fold increase in food production. This is just one of hundreds of projects that seem small when held against the backdrop of food crisis but are exactly what allow communities to lessen their reliance on assistance.

It's important to recognise that despite this challenging landscape, we do want to celebrate and honour the lives we have positively impacted. In 2022, WFP was supported by a record high of 14 billion US dollars and was able to help 158 million people. In places like Somalia, for example, this meant WFP was able to scale up life-saving food and nutrition relief to unprecedented levels and fewer people are now facing catastrophic hunger than previously expected. With the help of the international community, we do scale impossible mountains and save lives.

But now we all need to look ahead to the growing mountain we have yet to climb. The needs for on-going daily food assistance continue to require financial support. At the same time, we need to harness every available opportunity to invest in innovative initiatives that endow vulnerable populations with the means to reduce their reliance on day-to-day assistance. Let's work together to stop having to make impossible decisions and create innovative solutions and programmes that places the most vulnerable populations on a pathway to self-sufficiency. This way, together, we save lives today and change lives forever.

السودان.. كعب أخيل في الجسد العربي

أما التساؤل فهو: «هل ما يجري في السودان مؤامرة خارجية لها أبعاد تتجاوز السودان بجغرافيته الواسعة؟»

مرة جديدة وحتى لا نتهم من الجماعات المعرقة في التغريب نقول، إنه إن لم يكن التاريخ مؤامرة، فإن المؤامرة قائمة دون أدن شك في بطون التاريخ.



إميل أمين

هنا يمكن القطع بأن تلك الجماعة الأخوانية التي خربت السودان من القلب وحتى العمق طوال ثلاثينية البشير، ليست بعيدة عن أصابع الإتهام بالعمالة للتنظيمات الظلامية الكبرى حول العالم، والتي لها خريطة واحدة لا تغيب عن أعين الراسخين في العلم.

هياً هذا الفريق الأبوكريفي الملعب السوداني، ليضحي اليوم خارطة شطرنج لحروب الوكالة، وليس أدل على ذلك من التوجهات العسكرية المثيرة والمقلقة التي تجري من حول السودان وقت كتابة هذه السطور.

لا يمكننا فصل السودان اليوم وما يجري فيه، عن القارة الإفريقية المستهدفة من الأقطاب الدولية القائمة والقادمة، والصراع جار على قدم وساق على مواردها الطبيعية، ومواقعها الجغرافية، سيما انها تتوسط الكرة الأرضية.

الناظر للسودان اليوم يكاد يصاب بصدمة من القوى الفاعلة على أرضه، ما بين الصين التي لا يشغلها سوى الحصول على النفط بأرخص الأسعار، ولهذا تسارع في تقديم القروض الساخنة المغربية التي تغني عن صندوق النقد وأموال العم سام المزعجة، وبين روسيا المتشظية ما بين جماعات فاغنز التي تعد جيشاً روسيا بالوكالة، والعين الروسية على موانئ السودان على البحر الأحمر.

عطفاً على موسكو وبكين، لا يوفر المرء الإشارة إلى قوة إقليمية أخرى لا تخفى عن الأعين، تسعى لتعظيم دورها في المنطقة.

يتساءل أي محلل عروبي: «وأين أهل السودان مما يجري؟»

الجواب يجده المرء على شاشات التلفزة الدولية، من إقتتال أهلي داخلي، وتهجير للأهالي، وجثث تملأ الشوارع، وأسواق تَحرق، وخدمات طبية شبه منعدمة، وعلى مرمى البصر، ومن غير منظار، يمكن اعتبار السودان دولة فاشلة حال أمتدت الأيدي الخفية لتدلف من كعب أخيل إلى بقية الجسد السوداني.

يكاد السيناريو المخطط للسودان يتضح يوماً تلو الآخر، وغالب الظن سوف تبدأ حلقاته بعد إجلاء كافة الرعايا الغربيين من الداخل، سيما

هل كان الجسد العربي المثخن بالجراح في حاجة جديد للمزيد من مواقع ومواضع الألم؟

من أسف شديد يتابع المرء ما يجري في هذا البلد الشقيق بحسرة بالغة، واللغة هنا ليست إنشائية أو بلاغية، بل تعبير حقيقي عن واقع حال لما يمثله السودان من أهمية للأمن القومي العربي وحدة واحدة.

ولعل ما يجري في السودان كان متوقعا وليس مفاجأة، فلا يمكن لدولة ويستفالية عصرائية، أن تمضي بوجود جيش وميليشيات معا، فهذا أمر لا يستقيم، ولدينا من التجارب العربية المحزنة ما يكفي، في اليمن ولبنان، في سوريا وليبيا.

من نافلة القول أن إهتراء النسيج المجتمعي السوداني نتيجة حتمية لثلاثة عقود من حكم البشير، بل إن أخطاه القاتلة دعت الجنوب الغني بموارده الطبيعية وفي مقدمها النفط، أن ينسلخ عن وحدة السودان، ويستقل بجمهورية قائمة بذاتها، ليغير من جغرافية السودان الموحد من مئات السنين.

أما الخطأ الفادح الآخر، فتمثل في السماح بتكوين ميليشيات لا علاقة لها بالعمق القتالية العسكرية الوطنية، وإنما خدمة لأهداف شخصية لا تخفى عن أحد، وبهدف مواجهة ما يجري في دارفور بنوع خاص.

يبدو السودان اليوم مربعات نفوذ، وخرائط جاهزة للتقسيم، ما بين الجنوب الذي مضى بعيداً، ودارفور التي يمكن أن نرى حكماً ذاتياً فيها عما قريب، عطفاً على أقليم البجة شرقاً، وقد رأينا مؤخراً كيف أن قبائله بدت أقرب إلى التمرد على الحكومة المركزية في الخرطوم، وأغلقت بالفعل الطرق والدروب في وجه الآخرين.

أي سودان حزين ومتألم نحن بصده الأمر الذي يطرح علامة الإستفهام المؤلمة، والتي لا تنفك تتردد منذ بدايات العقد المنصرم، وزمن ما عرف بالربيع العربي، وإن أثبتت التجربة أنه كان ربيعاً مغشوشاً، بل شتاء قارس الأصولية.

British Conservative Party must end links with right-wing group: opposition

The governing Conservative Party has been urged to cut ties with Turning Point UK, a British offshoot of a US right-wing pressure group, over the organization's support for an anti-Muslim pastor as well as other controversies, The Guardian reported.

Several senior Conservatives have ties to TPUK, including the party's Deputy Chairman Lee Anderson, former Home Secretary Priti Patel, and former leader of the House of Commons Jacob Rees-Mogg.

The group insists it has no formal links to the Conservative Party, despite MP Marco Longhi serving as its honorary president.

TPUK has faced criticism over the views of several of its speakers, including Pastor Rikki Doolan, who has said public buildings across the UK should not allow Islamic prayers to take place during Ramadan.

Anneliese Dodds, chairwoman of the main opposition Labour Party, said: "It's extremely concerning to see senior Conservatives associating themselves with what looks to most people an awful lot like a far-right group."

Liberal Democrat MP Layla Moran said: "As a Liberal, it is deeply concerning that a member of parliament from any party is associating with a group that promotes harmful and regressive ideas about women and minority groups."

"I urge Marco Longhi to remove himself from this position and take action to ensure that Turning Point's divisive and dangerous rhetoric is not given a platform in our society."

In response to the criticism, a TPUK spokesperson highlighted the group's "multiple Muslim members," adding that it has "strived to build bridges between Christian and Islamic communities in the UK."

They said: "Since Turning Point UK launched in 2019 we have had hundreds of external speakers and video contributors — including people we disagree with 99 percent of the time but agree with on one issue. We certainly do not police people's social media."



كارثة صحية.. كيف يهدد مرض "الدفتيريا" حياة اللاجئين في بريطانيا؟

وتقرحات كبيرة. بالمقابل، دعا التقرير السلطات البريطانية إلى زيادة الوعي بأعراض الدفتيريا بين مسؤولي الحدود والأطباء الذين يهتمون بالمهاجرين وطالبي اللجوء، وتنفيذ «بروتوكولات التطعيم الشاملة» و «الفحص الدوري للمعرضين لخطر الإصابة».

إهمال صحي لطلبي اللجوء

يعد مرض الدفتيريا عدوى ميكروبية مميتة، تنتسب فيه بكتيريا تسمى الوددية الخناقية «Corynebacterium diphtheriae»، وغالباً ما تظهر الأعراض تدريجياً وتبدأ بالتهاب في الحلق وحُمى، وفي الحالات الصعبة، تُنتج هذه البكتيريا سُمّاً يُحدث لُطخة سميكة رمادية أو بيضاء اللون في مؤخرة الحلق ما يؤدي إلى اختناق المريض.

ووفق الموقع الرسمي لمنظمة الصحة العالمية، تنتشر عدوى الدفتيريا عبر الملامسة المباشرة أو استنشاق الرذاذ المتطاير من الشخص المصاب الناجم عن السعال أو العطس، كما يمكن أن تنتشر العدوى بلامسة الملابس أو الأشياء الملوثة بالبكتيريا. وهو ما يجعل المراكز احتجاز اللاجئين في بريطانيا، البيئة المناسبة لانتشار هذا النوع من العدوى. ومنذ وقت طويل، تندد منظمات حماية اللاجئين بالظروف الصحية الكارثية التي تشهدها مراكز الاحتجاز جنوب بريطانيا، متهمين وزارة داخلية البلاد بالإهمال في هذه القضية.

واتهمت افتتاحية لصحيفة «الإنديبنندنت»، بتاريخ الـ10 ديسمبر/ كانون الأول 2022، وزيرة الداخلية البريطانية سويلا برافرمان وحكومة ريشي سوناك، بأنها تراهن على «إمكانية إفلاتها من مثل هذه المعاملة المروعة للأشخاص الضعفاء (اللاجئين)، لأنها تعلم أن الرأي العام غير متعاطف مع الوافدين الجدد، خصوصاً أولئك القادمين في قوارب صغيرة عبر القناة».

ووصف مجلس اللاجئين البريطاني مراكز الاحتجاز جنوب البلاد بأنها «مروعة»، مشيراً إلى أن «الإقامة المطولة والمؤلمة في هذه المراكز تضر بشكل متزايد صحة هؤلاء اللاجئين». كما سبق حذرت الجمعية الطبية البريطانية من وجود «مجموعة متزايدة من الأدلة» على تأثير ظروف السكن غير الملائمة على اللاجئين.

وحسب أرقام الداخلية البريطانية، فإن نحو 37 ألف شخص يقيمون في هذه المراكز، وأن 10 آلاف وثلاث مئة منهم أقاموا هناك لثلاث سنوات في انتظار معالجة طلبات لجوئهم. ويتم تأخير الزيارات الطبية لهؤلاء اللاجئين بشكل ممنهج، كما ضعف البديل الممنوح لهم لا يغطي تكاليف أي علاج، ناهيك بانعدام مرافق الصحة ووسائل النظافة الشخصية في أوساط هؤلاء اللاجئين.

كشفت تقارير أخيرة لمنظمات صحية أوروبية، التفشي الواسع لمرض الدفتيريا المميت بين أوساط طالبي اللجوء المحتجزين في مراكز الاستقبال في المملكة المتحدة. هذا في وقت ترتفع فيه الأصوات المناهية بتدهور الرعاية الصحية لهؤلاء الأشخاص.

شهدت مراكز إيواء طالبي اللجوء في بريطانيا، أواخر عام 2022، انتشاراً واسعاً لعدوى مرض الدفتيريا المميت بين صفوف المحتجزين داخل تلك المراكز. فيما يرجع مختصون هذا التفشي إلى ضعف الرعاية الصحية هناك، خصوصاً الأطفال والنساء، وانعدام النظافة الشخصية لهذه الفئات الهشة.

ودقت منظمات رعاية اللاجئين، في أكثر من مرة، ناقوس الخطر إزاء هذا الوضع الصحي، متهمين الحكومة البريطانية بالإهمال وعدم توفير الرعاية اللازمة. فيما وصف مجلس اللاجئين البريطاني، الحالات في هذه المراكز بـ«المروعة».

مرض "الدفتيريا" يهدد حياة اللاجئين

يكشف تقرير لوزارة الصحة البريطانية، جرى تحديثه مؤخراً، أن حالات الإصابة بالدفتيريا شهد ارتفاعاً خلال الشهور الأخيرة من عام 2022. ذلك بعد تسجيل أول حالة مؤكدة في فبراير/ شباط من ذات العام، ارتفعت الحالات إلى 50 بحدود نوفمبر/ تشرين الثاني.

أغلب الحالات الإصابة بالدفتيريا التي جرى تأكيدها في بريطانيا، كانت في المنطقة الجنوبية الشرقية من المملكة، تزامناً مع توافد مراكز طالبي اللجوء إلى سواحلها قادمين من الشمال الفرنسي. تقرير آخر، هذه المرة من إنجاز «المؤتمر الأوروبي للميكروبيولوجي والأمراض المعدية»، قال إن حالات الإصابة في المملكة بلغت 70 حالة. مشدداً على أن «تفشي هذه العدوى يحدث بشكل واضح بين المهاجرين»، وأنه حدث «في أثناء رحلة السفر وداخل منشآت احتجاز هؤلاء المهاجرين».

وقال التقرير: «شهدت المملكة المتحدة زيادة حادة في حالات الخناق الناجمة عن الوددية الخناقية السامة (الدفتيرية) في العام الماضي، وكان هذا مرتبطاً بزيادة عدد المهاجرين الوافدين عن طريق القوارب الصغيرة في صيف عام 2022».

وأوردت التقرير أن معظم المرضى، بنسبة 97%، هم من الذكور الأفغان الذين تقل أعمارهم عن 18 عاماً ولديهم «سجل تطعيم غير معروف». كما أن نحو 51% من المصابين يعانون من مشكلات جلدية ناتجة عن هذا المرض، والتي يمكن أن تشمل بثوراً على الساقين والقدمين واليدين

Saudi-Iranian diplomatic deal could boost support for the Palestinian cause

The agreement between Saudi Arabia and Iran to restore diplomatic ties could help mobilize support for the Palestinian cause and might even pave the way for possible reconciliation between Fatah and Hamas, according to Palestinian sources.

Politicians and analysts described the deal as a positive step that could enhance security and stability in the region, thereby improving the ability of Arab and Islamic countries to respond collectively and effectively to threats and challenges, and to defend the interests of Palestinian people and support their cause.

On March 10, following talks in Beijing sponsored by China, Saudi Arabia and Iran announced that diplomatic relations will resume and their embassies reopen within two months. Many political analysts and experts said that the agreement is likely to negatively affect Israel by weakening its position and strengthening the Palestinian cause. Jibril Rajoub, the secretary general of Fatah's Central Committee, told that he believes the Saudi-Iranian rapprochement represents a strategic step that will significantly affect security, stability and other regional interests and issues, including the Palestinian cause.

At the start of the weekly Palestinian Authority cabinet session in Ramallah, Prime Minister Mohammed Shtayyeh welcomed the agreement.

According to Ahmed Majdalani, the Palestinian minister of social development, the agreement between Riyadh and Tehran will undoubtedly have a positive effect on security and stability in the region, and on the Palestinian cause. It might also help to improve the relationship between Fatah and Hamas, he told.

Nasser Al-Kidwa, a former Palestine Liberation Organization representative to the UN, told he believes the agreement would aid the Palestinian cause by weakening Israel. Islam Shahwan, an expert on security and political affairs from Gaza, said: "The effect (of the Saudi-Iran agreement) will focus on strengthening support for the Palestinian cause."

The Kingdom's influence on the Palestinian Authority and Iran's influence on Hamas and Islamic Jihad might, in turn, result in Hamas agreeing a long-term truce in the West Bank, he told.

Saudi Arabia might also be more open to dealing with Hamas and Islamic Jihad, contribute more to projects that support Palestinians in East Jerusalem, and generally strengthen the Kingdom's role and image as the most prominent Islamic country, Shahwan added.

Political analyst Majdi Halabi said that the Saudi rapprochement might influence Tehran's point of view and persuade it to support a two-state solution to end the occupation of Palestinian territory, rather than calling for the elimination of Israel.

"Saudi Arabia's adopted perspective, represented in the Arab Peace initiative of 2002, is closer to resolving the Palestinian-Israeli conflict than Iran, which talks about liberating Jerusalem and erasing Israel from existence, but these hollow slogans do not benefit the Palestinian cause," Halabi told.

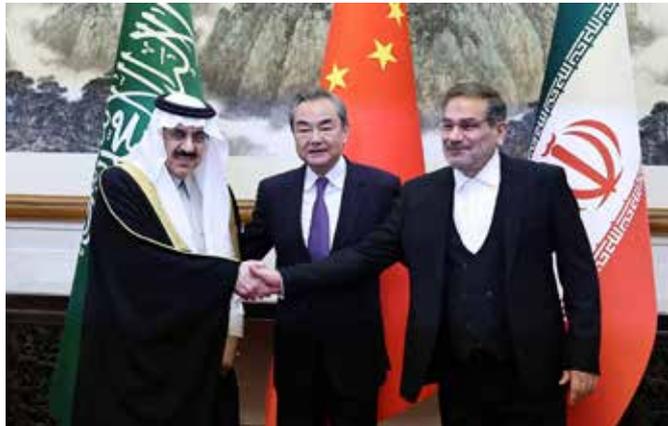
Noting the overwhelming Israeli anger over the agreement, he added that the Kingdom is one of the few countries capable of persuading Israel to return to the negotiating table with the Palestinians, thanks to its regional and international political influence.

However, Halabi is less optimistic about the ability of Saudi Arabia or Iran to bring about a reconciliation between Fatah and Hamas, pointing out that Saudi Arabia has previously tried to encourage this and failed.

Mukhaimer Abu Saada, a political science professor at Al-Azhar University in Gaza, agreed that there still appears to be little prospect of Fatah and Hamas resolving their differences. But he told that there would be no chance of the Kingdom normalizing relations with Israel, as some other Arab nations have done in recent years, until the Palestinian issue is resolved.

Veteran Palestinian politician Nabil Amr also told that he does not believe the agreement between Saudi Arabia and Iran will improve the chances of reconciliation between Fatah and Hamas.

Arab News



بداية متعثرة للبرلمان التونسي مع تأخر إتمام النظام الداخلي

أدم يوسف

انقضى أكثر من شهر على انطلاقة عمل البرلمان الجديد في تونس من دون أن يتمكن من المصادقة على قانونه الداخلي.

ولم يتمكن البرلمانيون من التصويت إلا على 12 بنداً تتعلق غالبيتها بأحكام عامة وعضوية البرلمان وتنظيم الحضور والغيابات وأجر النواب والتصريح بالمكاسب، قبل أن يختلف النواب حول الفصل 13 في علاقة النواب بالسلطات الجهوية والمحلية وتكوين هيكل يسمى «ندوة الجهة»، ليتقرر تأجيل النظر فيه.

وقرر رئيس البرلمان إبراهيم بودريالة، إرجاء مناقشات مشروع النظام الداخلي للمجلس لمدة أسبوع، على أن تستأنف الأشغال بعد عيد الفطر.

وقال أستاذ القانون الدستوري وخبير الشأن البرلماني، مبروك الحريزي، إن «بداية عمل البرلمان متعثرة وانطلقت من حالة ضعف ستؤثر في أدائه، بسبب الشرعية المهزوزة ونسبة مشاركة متدنية في الانتخابات، لا تعطيه أهلية لتمثيل المواطنين».

وأضاف الحريزي أن هناك انعكاساً واضحاً للضعف الهيكلي في القانون الانتخابي والتنظيم الدستوري للبرلمان على أدائه، بسبب تركيبته واعتمادها نظام الأفراد، خلافاً للبرلمانات القائمة على القائمة أو المزج بين القوائم والأفراد».

وبين أنه «كان ممكناً إصلاح وتدارك هذا بتكوين كتل، غير أن هذه الفكرة واجهت عديد الشروط والضغوطات من رئاسة الجمهورية».

وأشار الحريزي إلى تهديد رئيس الجمهورية البرلماني بسحب الوكالة وتدخله في مسألة تكوين الكتل، ما شكل ساساً باستقلالية البرلمان.

وأوضح أنه «كان ممكناً سد الثغرات في صياغة القانون الداخلي، من خلال الاستماع إلى خبراء القانون والمجتمع المدني، ولكن هذا لم يحصل ربما لعدم استعداد أساتذة وخبراء للتعاون مع البرلمان الحالي أو ربما رغبة من البرلمان في الاكتفاء بنفسه».

وأشار إلى أن هذا البرلمان لم يبتعد عن النظام الداخلي لبرلمان 2014، حيث تم اعتماده مع بعض الإضافات الشكلية.

وتابع أن هذا البرلمان تنازل عن مبدأ الرقابة على الحكومة، كما هو معمول به في البرلمانات الديمقراطية.

من جهتها، اعتبرت عضو البرلمان المنحل والقيادية في حزب النهضة يمينة الزغلامي، أن «هذا البرلمان غير شرعي، لأنه من رحم انقلاب دستوري، وعلق لمؤسسة ديمقراطية بدباية، وبعد سجن النواب واتهامهم بشتى أنواع التهم دون دليل».

وقالت الزغلامي إن «نسق عمل البرلمان بطيء في غياب الشفافية والمعلومية الصحيحة والموضوعية». واعتبرت أن «التصويت ضد التنصاف وتمثيلية المرأة في النظام الداخلي يبين أن هذا البرلمان رجعي، وعاد إلى وراء الوراثة»، بحسب وصفها. وأضافت: «هذا برلمان قيس سعيد وليس برلمان الشعب».

في مقابل ذلك، قال عضو لجنة النظام الداخلي والنائب بمجلس الشعب يوسف التومي، إن «لجنة النظام الداخلي انكبت على مناقشة وإعداد القانون الداخلي المكون من 171 فصلاً لـ15 يوماً».

وأفاد بأن مناقشة النظام الداخلي يمكن أن تدوم لأسبوعين آخرين أو 10 أيام على أقل تقدير. وأشار إلى أن عمل البرلمان انطلق منذ 13

مارس/آذار ولم يتقاضى البرلمانيون المنحة البرلمانية، رغم وقف مرتباتهم وتخليهم عن مهتهم منذ التحاقهم بالمجلس».

وفي رده على اتهام البرلمان بعدم الشفافية وتغييب الإعلام، والتأخير غير المبرر في تعيين الشغور في 7 مقاعد بالخارج، أشار التومي إلى اتفاق حول تعيين الشغور بعد المصادقة على النظام الداخلي، مبيناً أن المجلس يعمل حالياً وفق أحكام وقتية.

ولفت إلى وجود نقاش حول حضور الإعلام واعتباره شريكاً في العمل البرلماني «وقد تم التنصيص على ذلك في النظام الداخلي، وسيتم تنظيم عملية الاعتماد والتغطية بعد إتمام المصادقة عليه».

وانطلق البرلمان في عمله منقوصاً من 7 أعضاء عن دوائر الخارج بـ154 نائباً فقط من جملة 161 مقعداً كما ينص عليه دستور 2022، حيث لم تسجل انتخابات في هذه الدوائر.

وشهد البرلمان منذ جلسته الافتتاحية احتجاجاً من قبل وسائل الإعلام والنقابات الصحافية وحقوقيين، بسبب منع الصحافيين في القطاعات الخاصة ومراسلي ومبعوثي وسائل الإعلام الأجنبية من دخول البرلمان للتغطية.

إلى ذلك، اعتبر عضو مبادرة «لينتصر الشعب» الممثلة في البرلمان والداعمة بقوة للرئيس قيس سعيد، زهير حمدي، في تصريح صحافي، أن هناك «لوبيات لها مصالح تدافع عنها تريد السيطرة على مجلس نواب الشعب». و«تريد وضع يدها على البرلمان، وتريد إعادة نفس التجارب المريرة السابقة».

وبين أن «إقصاء الإعلام الخاص من تغطية أشغال الجلسات المخصصة للنظر في النظام الداخلي للبرلمان، قرار غير مسؤول».



IMF Expects Saudi Budget to Benefit from Reduction in Oil

The International Monetary Fund (IMF) has predicted that Saudi Arabia's budget will see an increase in revenues following the recent reduction in oil production within the OPEC+ alliance.

The IMF's head of mission to Saudi Arabia, Amin Matti, stated that the impact of the kingdom's production cut on the budget and external situation is positive, as the rise in oil prices will offset any potential losses.

The reduction in production includes a 500,000 barrel per day cut from Saudi Arabia and Russia. Last year, Saudi Arabia's oil revenues reached almost \$326 billion, making it the fastest-growing economy in the G20.

Impact of Reduction in Oil Production on Saudi Arabia's Budget

The reduction in oil production within the OPEC+ alliance is expected to have a positive impact on Saudi Arabia's budget. With an increase in oil prices, the kingdom can generate more revenue while keeping spending under control. This could lead to economic growth and development, as seen in previous years when Saudi Arabia experienced significant gains from oil revenues.

Oil Prices Rebound After Banking Crisis

After a banking crisis caused a dip in oil prices in mid-March, prices have rebounded and settled above \$85 per barrel in April following the OPEC+ alliance's decision to reduce production by over one million barrels per day. The unexpected move has helped stabilize the market and boost prices, benefiting oil-producing countries like Saudi Arabia.



الاتحاد الأوروبي يكشف عن خطة لإنقاذ المصارف المتعثرة

بنوك متوسطة الحجم، وإجبار المصارف على تكوين احتياطات خاصة بها.

وفي السابق كانت المصارف المتوسطة الحجم تواجه صعوبة في الوصول إلى برامج حلول يمولها القطاع المصرفي، ما يمثل ضربة لأصحاب الودائع التي تزيد قيمتها عن تلك المضمونة ببرامج تأمين الودائع.

وبموجب النص المقترح يمكن لتلك المصارف استخدام أموال من برامج وديع وطنية لتكون بمثابة «جسر» لبلوغ المستويات الضرورية لإطلاق برامج الحلول، ما يساهم في تقليل مخاطر انتشار الهلع والتهافت على المصارف.

وعلى البرلمان الأوروبي والدول الأعضاء في الاتحاد وعددها 27 دولة، الموافقة على هذه المقترحات والتي يُرجَّح أن تُلاقي معارضة شديدة من دول في الشمال من بينها ألمانيا، التي تبدي قلقاً إزاء انعكاسات خطط الاتحاد الأوروبي على برامجها لحماية مقرضين مثل التعاونيات المصرفية.

غير أن الإجراءات التي أُعلن عنها ليست استجابة مباشرة للاضطرابات المصرفية الأخيرة، إنما تأتي في إطار محاولة الاتحاد الأوروبي لاستكمال اتحاد مصرفي توقف لسنوات منذ إنشائه في 2014. وأطلقت بروكسل إصلاحاً جدياً للرقابة المصرفية بعد الأزمة المالية عام 2008 وأزمة الديون المتعاقبة في منطقة اليورو.

وخلال الأزماتين أنفقت مليارات اليوروهات من أموال المودعين على إنقاذ البنوك. وتخشى ألمانيا ودول أخرى في الاتحاد الأوروبي من أنها ستضطر لدفع ثمن إخفاقات بنوك دول أعضاء بموجب خطة كتلك. وفي هذا الإطار، لن تكون الإصلاحات سوى مصدر جديد للتوتر بين برلين وبروكسل.

فقد عرقلت ألمانيا، رائدة قطاع تصنيع السيارات، مؤخراً، اتفاقاً تاريخياً لحظر مبيعات السيارات الجديدة العاملة بالوقود الأحفوري اعتباراً من 2035، لكنها أعطت الضوء الأخضر بعد مزيد من المحادثات.

كشفت الاتحاد الأوروبي، عن خطة تدابير جديدة طال انتظارها، من شأنها حماية دافعي الضرائب من إجراءات إنقاذ البنوك المتعثرة، يُعيد الاضطرابات التي شهدتها القطاع المصرفي مؤخراً في كل من الولايات المتحدة وأوروبا.

ويهدف النص المقترح الذي ستتفاوض بشأنه الدول الأعضاء في الاتحاد الأوروبي، وأعضاء البرلمان الأوروبي، إلى «تشجيع البنوك المتعثرة المتوسطة والصغيرة، على استخدام أموال القطاع المصرفي، بدلاً من الأموال العامة»، وفق ما أعلنت المفوضية الأوروبية، الذراع التنفيذية للتكتل.

وواجه الاتحاد الأوروبي ضغوطاً للتحرك بسرعة، في أعقاب إفلاس ثلاثة مصارف أميركية الشهر الماضي، ودمج مصرف كريدي سويس السويسري العملاق مع منافسه الإقليمي مصرف «بي بي إس». وأصبح بنك «كريدي سويس» في عين الإعصار. ويثير وضع المؤسسة السويسرية قلق الأسواق في وقت يتزامن مع انهيار بنك «وادي السيليكون» الأميركي. وقد أثارت هذه الحلقة، الشكوك حول مستقبل البنك السويسري العظيم، لكن مشاكله كانت مستمرة منذ عدة سنوات.

وفقدت أكبر أربعة مصارف أميركية ما مجموعه 52 مليار دولار في البورصات، وأعقبته المصارف الآسيوية ثم الأوروبية.

وقال نائب رئيسة المفوضية، فالديس دومبروفسكيس، خلال مؤتمر صحفي في ستراسبورغ إن «إخفاقات بعض المصارف الأميركية والسويسرية مؤخراً، وما نتج عنها من أزمة في القطاع المصرفي الدولي، تذكير فحسب بحاجتنا إلى نظام فعال قوي للتعامل مع جميع البنوك مهما كان حجمها عندما تواجه مشكلات».

وأضاف دومبروفسكيس: «دعوني أشدد على أن خط الدفاع الأول والرئيسي في أزمة مماثلة يجب أن تكون القدرة الداخلية للبنوك على امتصاص الخسائر». ويسعى الاتحاد الأوروبي لمنع أعضائه من ضخ أموال دافعي الضرائب في

'Israel' records first budget deficit following Moody's report

The Israeli occupation's Finance Ministry announced on that its government recorded a budget deficit of \$82 million in March.

The budget deficit is the first one recorded in nine months as tax revenues fell, according to preliminary data issued by the occupation's Finance Ministry.

The downward trend in revenues was preceded by an "exceptionally high increase in state revenues" received in 2022.

The Finance Ministry said the deficit is fueled by a downward trend in state revenues following the "exceptionally high increase in state revenues" in 2022. In March, the occupation government's earnings were cut down to \$11.18 billion, which marks a 4.7% decrease in comparison to revenues of March 2022 which amounted to \$11.73 billion.

Expenses also increased to \$11.92 billion versus \$11.48 billion in the same month last year.

The March deficit might seem negligible in overall GDP (0.01%); however, it coincides with an overall decrease in economic growth in 'Israel' which reached a 6% increase in 2022 and is now projected at 2.5%.

Moody's sends message to Netanyahu, lowers 'Israel' credit outlook
Moody's global risk assessment agency downgraded the Israeli occupation's economic outlook to "stable" on April 16 after it was "positive" amid several crises affecting the Israeli occupation.

Moody's said its sovereign credit rating for the Israeli occupation was A1, which made the decrease shocking, though many financial and economic experts had warned of the decision in light of the plight of crises facing the Israeli occupation.

"The change of outlook to stable from positive reflects a deterioration of Israel's governance, as illustrated by the recent events around the government's proposal for overhauling the country's judiciary," the renowned firm wrote.

Moreover, it asserted that "the manner in which the government has attempted to implement a wide-ranging reform without seeking broad consensus points to a weakening of institutional strength and policy predictability. As a result, the risks on Israel's rating are now balanced, leading to a stable outlook."

The statement stressed that "all in all, the recent events offset the positive developments that had led Moody's to assign a positive outlook in April 2022, which related to strong economic and fiscal performance and the implementation of structural reforms by the previous government."

Declining economy

Senior officials from the occupation's Finance Ministry have cautioned that the proposed judicial reform by Netanyahu's government could cause a major loss of tax income which would result in "very significant harm" to the economy.

Revenues coming from direct taxes decreased by 8% to about \$5.48 billion, while real estate taxes saw the biggest blow; they were cut down to \$410 million which equates to a whopping 43% decrease.

Israeli Central Bureau of Statistics revealed that the housing market witnessed, for the first time since 2020, a slump in prices as home prices decreased by 0.2% between January and February 2023.

Furthermore, corporate taxes decreased by 6% and revenue from the collection of value-added taxes was cut by 20% which is partially the result of an overall slowdown in consumption.

This comes after the Israeli government posted a surplus, the first in 35 years, which amounted to \$2.66 billion.

The occupation's Finance Ministry expects a 0.9% budget deficit in 2023 and 0.8% in 2024 of total GDP.

Netanyahu's government at risk

The Israeli 2023-2024 budget was approved by the Knesset in its first reading at the end of March. The budget proposal was transferred to Knesset's Finance Committee which is currently reviewing it.

The budget presented by the government allocates \$132.81 billion in spending for 2023 and will increase to \$140.73 billion in 2024.

The occupation's Prime Minister Benjamin Netanyahu could risk an automatic government dissolution unless his government is able to complete the 2 remaining budget votes by May 29. The current cabinet is facing substantial internal pressure as the proposed judicial reforms stirred up fierce opposition not to mention the Palestinian's daily acts of resistance which have become a substantial security risk for the occupation.



650 مليون دولار تمويل من البنك الدولي للأردن

الخدمات العامة، وتحقيق نمو شامل ومستدام، وقائم على الاستثمار، وإيجاد فرص العمل، ولا سيما للشباب والنساء».

ووفقاً لبيان البنك، سيساعد هذا التمويل الإضافي على تفعيل التقدم الذي أحرزه الأردن خلال المرحلة الأولى من البرنامج، عبر دمج الشواغل المناخية، بوصفها ركيزة رئيسية في أجندة الإصلاح الاقتصادي، وخطط الاستثمار في البلاد.

ويهدف التمويل الإضافي إلى مواصلة تعزيز جودة الاستثمارات العامة، وإعطاء الأولوية للاستثمارات العامة المستجيبة للمناخ، بما فيها الشراكات بين القطاعين العام والخاص، وسيتم ذلك تنفيذ مجموعة أقوى من الإجراءات التدخلية، لتوسيع نطاق التمويل بعدة طرق، منها إصدار وزارة المالية لسند أخضر سيادي في المستقبل، وتنفيذ تصنيف وطني أخضر. وأشار البنك إلى أن هذه الأنشطة التي يشملها هذا البرنامج، «ستؤدي إلى مساندة الإصلاحات والاستثمارات التي توفر فرص العمل».

باستخدام أداة تمويل البرامج، وفقاً للنتائج بقيمة 250 مليون دولار.

وقالت وزيرة التخطيط والتعاون الدولي زينة طوقان: «نقدر الشراكة المستمرة ودعم البنك الدولي لأولويات الإصلاح والتنمية في الأردن، حيث سيدعم البرنامج الجديدان جهود الحكومة في تنفيذ الإصلاحات والأولويات، في إطار البرنامج التنفيذي لرؤية التحديث الاقتصادي 2023-2025، الذي يركز على النهوض بأجندة المناخ في الأردن، وتعزيز النمو بقيادة الاستثمارات الخضراء، وتحسين كفاءة الاعتماد على قطاع الكهرباء».

بدوره، قال المدير الإقليمي لدائرة الشرق الأوسط في البنك الدولي جان كريستوف كاريه، إنه «بفضل سياسات التكيف التي ينتهجها الأردن، أظهرت البلاد مرونة في مواجهة الأزمات الإقليمية والعالمية الكبرى، ومن شأن البرنامج دعم أجندة الحكومة للإصلاح الاقتصادي، كذلك سيساعدان الملكة على مواصلة إصلاحاتها الهيكلية الهادفة إلى الارتقاء بمستوى تقديم

وخدمات الحكومة الأردنية ممثلة بوزارة التخطيط والتعاون الدولي زينة طوقان، والبنك الدولي ممثلاً بالمدير الإقليمي لدائرة الشرق الأوسط جان كريستوف كاريه، اتفاقيني تمويل إضافي لبرنامج الاستثمارات الشاملة والشفافة والمستجيبة للمناخ في الأردن، وبرنامج تعزيز كفاءة قطاع الكهرباء، بقيمة 650 مليون دولار، وذلك على هامش اجتماعات الربيع في العاصمة واشنطن.

وبحسب بيان نشره البنك الدولي على موقعه الإلكتروني، وافق البنك على تمويل إضافي بقيمة 400 مليون دولار لبرنامج الاستثمارات الشاملة والشفافة والمستجيبة للمناخ باستخدام أداة تمويل البرامج وفقاً للنتائج في الأردن، بما يؤدي إلى تعزيز الاستثمارات العامة والخاصة المستجيبة للمناخ، بالإضافة إلى تشجيع توفير فرص العمل، ولا سيما للنساء، وتدعيم فعالية العمل الحكومي من خلال وضع السياسات القائمة على المشاركة والبيانات والأدلة. كذلك اتفق على تمويل برنامج تعزيز كفاءة قطاع الكهرباء، الذي يمكن الاعتماد على إمداداته

البنك الدولي يتوقع نمو الاقتصاد القطري بـ 3.3% عام 2023

الشرق الأوسط وشمال أفريقيا بوتيرة أبطأ عام 2023، حيث يضيف تضخم أسعار المواد الغذائية الذي يزيد على 10% ضغوطاً على الأسر الأشد فقراً، مشيراً إلى أنه يمكن لتأثير انعدام الأمن الغذائي أن يمتد إلى أجيال قادمة.

كما ذكر أن معدل التضخم في المنطقة ارتفع بشكل كبير عام 2022، لا سيما في البلدان التي شهدت انخفاضاً في قيمة عملتها.

ووجد التقرير أن متوسط تضخم أسعار الغذاء على أساس سنوي في 16 بلداً في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا بين مارس/آذار وديسمبر/كانون الأول 2022 بلغ 29%، وهو أعلى من معدل التضخم الكلي الذي ارتفع في المتوسط إلى 19.4% على أساس سنوي خلال تلك الفترة.



توقع البنك الدولي نمو الاقتصاد القطري بنسبة 3.3% في العام الجاري ليكون بين أفضل معدلات النمو في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، كما توقع نمو دخل الفرد من الناتج المحلي الإجمالي بنسبة 2.2%.

واعتبر البنك - في تقريره عن الآفاق الاقتصادية لمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا أبريل/نيسان 2023 هذه المؤشرات من بين أعلى المعدلات المتوقعة لدول المنطقة لهذا العام.

وتوقع التقرير، الذي نشر بعض أجزائه مصرف قطر المركزي عبر حسابه الرسمي على موقع تويتر، أن تحقق المالية العامة فائضاً بنحو 6.5% من الناتج المحلي الإجمالي، وأن يبلغ فائض الحساب الجاري 15.9% من الناتج المحلي الإجمالي.

ولفت التقرير إلى توقعاته بنمو اقتصادات منطقة



Report : Saudi Arabia finalizing system for foreign ownership of property

Saudi Arabia is in the final stages of establishing a new system for foreign ownership of real estate, the General Real Estate Authority CEO Abdullah al-Hammad said, according to a report on .

The comment on foreign ownership of property in the Kingdom was made during a televised interview on the Rotana Khalijia channel, Saudi daily Okaz reported.

Non-citizens would reportedly be able to purchase real estate of all kinds, including commercial, residential and agricultural.

The system would supposedly also allow ownership in Mecca and Medina, Islam's two holy cities.

While it is not clear when the rule will go into effect, al-Hammad was quoted as saying that it will be "soon."

Addressing the possible negative effects of foreign ownership of property, al-Hammad said that all possibilities were taken into account while developing the system.

Early in 2023, Al Arabiya English reported that Saudi Arabia's real estate market could boom over the next ten years, with investors drawn to the Kingdom by the government's multimillion dollar economic projects, such as NEOM.

Developing the real estate sector, by means of new projects and laws, is one of many goals of the Vision 2030 plan.



مبيعات المنازل الأميركية القائمة تقفز 14.5% في شهر فبراير

والتوجه للشراء مرة أخرى، بسبب استمرار ارتفاع معدلات الفائدة التي يمكن لهم الاقتراض بها الآن مقارنة بتلك التي يتحملونها حالياً، وفقاً لـ«بلومبيرغ».

ويبلغ عدد المنازل المعروضة للبيع 980 ألف منزل خلال الشهر المنتهي، ومن المتوقع أن يستغرق الأمر 2.6 شهر لبيع جميع المنازل في السوق. وكانت وتيرة المبيعات في فبراير/ شباط هي الأقوى في الخمسة أشهر الأخيرة. وعلى الرغم من الزيادة في المبيعات، لا تزال مبيعات العقارات السكنية منخفضة، بسبب السياسات النقدية المشددة التي ينتهجها بنك الاحتياطي الفيدرالي، في إطار صراعه مع أعلى معدل تضخم تشهده البلاد في أكثر من أربعين عاماً.

وتؤدي الأزمات الأخيرة في القطاع المصرفي الأمريكي إلى دفع المقرضين لتشديد معايير القروض التي يمكن أن تحبط أي زخم في العقارات السكنية.

وانخفض متوسط سعر البيع للمنازل القائمة بنسبة 0.2% عن العام السابق، وصولاً إلى 363 ألف دولار، في فبراير/ شباط، وفقاً لـNAR. وكان هذا الانخفاض هو الأول منذ 11 عاماً، منهيًا سلسلة قياسية من المكاسب السنوية.

ويبقى 57% من المنازل المبيعة معروضاً في السوق لمدة تقل عن شهر، وظلت المنازل معروضة في السوق لمدة 34 يوماً في المتوسط في فبراير/ شباط،

ارتفعت مبيعات المنازل القائمة في الولايات المتحدة في فبراير/ شباط بأكثر معدل تشهده البلاد منذ منتصف عام 2020، بعد تراجعها على مدار عام كامل، لأسباب تتعلق بارتفاع أسعار الفائدة، وتراجع القدرة على تحمل تكاليف شراء منزل لدى الأميركيين.

وقال لورانس يون، كبير الاقتصاديين في الرابطة الوطنية لسماسة العقارات (NAR)، في تصريحات صحافية: «نظراً لتغير معدلات الفائدة المطبقة على قروض الرهن العقاري، فإن مشتري المنازل يستفيدون من أي انخفاض في الأسعار». وأضاف: «علاوة على ذلك، فإننا نشهد الآن ارتفاعاً للمبيعات في المناطق التي تنخفض فيها أسعار المنازل، والتي تشهد فيها السوق المحلية إضافات للوظائف».

وأشار إلى أن هذا أول ارتفاع شهري في 12 شهراً، وأكبر زيادة منذ يوليو/ تموز 2020، بعد بداية جائحة كوفيد-19، ومع ذلك، يقول يون: «كانت المبيعات أقل بنسبة 22.6% مما كانت عليه في فبراير/ شباط من العام الماضي.

وفي الوقت الذي تراجعت فيه معدلات الفائدة المطبقة على قروض الرهن العقاري في أميركا، ومع تزايد التوقعات بتراجعها أكثر على خلفية اضطرابات القطاع المصرفي، فإن سوق المنازل القائمة ما زالت تتعرض لضغوط، بسبب نقص المخزون، حيث يمتنع أصحاب المنازل عن بيعها

ارتفاع أسعار المساكن في الصين خلال مارس

واصل سوق الإسكان في الصين استقراره، حيث شهدت أسعار المساكن زيادة بشكل عام في المدن الصينية الرئيسية في الشهر الماضي، بحسب بيانات رسمية أصدرتها الهيئة الوطنية للإحصاء.

وشهدت 64 مدينة من أصل 70 مدينة كبيرة ومتوسطة الحجم زيادات خلال شهر مارس الماضي على أساس شهري في أسعار المساكن الجديدة، ارتفاعاً من العدد المسجل البالغ 55 مدينة في فبراير الماضي؛ بينما شهدت 57 مدينة زيادة في أسعار المساكن المستعملة، مقارنة بـ40 مدينة في الشهر الأسبق.

وارتفعت أسعار المساكن الجديدة في أربع مدن من الدرجة الأولى، وهي بكين وشنغهاي وشنتشن وفوانتشو، بنسبة بلغت 0.3% على أساس شهري في مارس الماضي، مقارنة مع النمو المسجل بنسبة 0.2% في فبراير الماضي.

ونمت أسعار المساكن الجديدة في 31 مدينة من الدرجة الثانية بنسبة 0.6% على أساس شهري، أعلى من الارتفاع المسجل بنسبة 0.4% في الشهر الأسبق.

كما شهدت 35 مدينة من الدرجة الثالثة ارتفاعاً بنسبة 0.3% على أساس شهري، محافظةً على نفس نسبة النمو المسجلة في فبراير المنصرم.

كما لوحظت إشارات مشجعة في سوق المساكن المستعملة، حيث ارتفعت الأسعار بنسبة 0.5% ونسبة 0.3% على أساس شهري في مدن الدرجة الأولى والثانية، على التوالي، في حين تم تسجيل زيادة بنسبة 0.2% في مدن الدرجة الثالثة.





Life
WHERE THERE IS LIFE... THERE IS HOPE

EVERY CHILD DESERVES A CHANCE

LIFE'S ORPHAN SPONSORSHIP PROGRAM PROVIDES A CHILD WITH
HEALTHCARE | EDUCATION | HOUSING | FOOD | CLOTHING |
AND MORE!

SPONSOR AN ORPHAN TODAY

WWW.LIFEUSA.ORG | 1-800-827-3543

A year after his election, Emmanuel Macron hopes for a new start

By announcing a period of one hundred days for a new start after a stumbling block, French President Emmanuel Macron acknowledges the political impasse he has reached a year after his re-election.

On April 24, 2022, the 44-year-old president was re-elected, defeating far-right candidate Marine Le Pen in the second round, just as he had done five years earlier.

This is an achievement under the Fifth Republic outside the period of coexistence, on the part of the person who caused a surprise in 2017 by positioning himself in the middle to dismantle the old political divisions.

But the launch of this second term, which will be the last according to the constitution, immediately lost its momentum.

The election campaign was affected by the war in Ukraine, and then the legislative elections deprived him of an absolute majority in the National Assembly. Finally, the controversial pension reform, which raised the retirement age to 64, caused a major political and social crisis.

The result was a head of state who seeks to find a way to continue reform and finds himself forced to achieve a majority according to the texts.

And for a period of time, he succeeded in achieving this goal.

The executive reminds everyone that before the retirement age of 64 was finally imposed without a vote thanks to the controversial Article 49.3 of the Constitution, more than two dozen other texts were passed with votes from the right and sometimes the left — from renewable energy to nuclear to purchasing power.

Macron asserts, "We are progressing with difficulty," while positively evaluating "the outcome of six years" in the presidency.

Macron's great frustration is the vociferous public anger whose "successes" marginalize low unemployment, the beginning of the country's re-industrialization, and shields to partially protect the French from skyrocketing prices.

In fact, Emmanuel Macron is not very popular, as it has recorded its lowest levels since the beginning of the "yellow vests" crisis, the protest movement that emerged at the end of 2018 against the backdrop of discontent with fuel prices.

"The reform of the pension system is behind the decline in its popularity," said Celine

Braque, general director of the Odoxa pollster. She told Agence France-Presse that she reinforced the most negative features of his image, such as his "contempt for the French" and he is often criticized for it.

During a speech on Monday to try to put an end to three months of protests over the pension system, Macron announced a "gift of 100 days" and "work" and set a date for July 14, National Day, for a "preliminary assessment".

Meanwhile, after staying out of the limelight since the beginning of the year, he resumed his field visits. He visited Alsace on , where he was booed.

The Elysee Palace described what happened as a "collective outlet for anger." "It is an essential stage for reopening the papers" and "obtaining a truce," said one of the president's confidants.

Through his plan, he hopes that "it will be difficult at first" before "things will gradually improve" according to "the theory of throwing punches and getting up after each blow."

"The 100-day period announced by Emmanuel Macron is a way of saying (...) + there was a failure in the launch and there was a misunderstanding between us and we are starting from scratch +," said Philippe Moreau-Chevole, professor of political sciences at Sciences Po University.

According to him, the president will try to "make something new every day" by making field visits, and by renewing union calls in May.

The executive authority did not solve the parliamentary equation.

For her part, Prime Minister Elizabeth Bourne failed to "expand" the majority in the National Assembly. But due to the lack of an alternative, according to many sources close to Macron, the president has now decided to install the government and has renewed his confidence in it, albeit reluctantly.

During downtime, the prime minister should present a roadmap on Wednesday but she doesn't really know at this point how the most divisive texts, starting with immigration, will be adopted.

Celine Braque warns that "any major reform will face obstacles at the present time," and believes that the president "will be forced to practice politics on a small scale," contrary to "the initial promises made by Macron."



العراق يكشف عمليات تزوير خطيرة لصالح "العمال الكردستاني"

محمد علي

عدد الحاصلين على بطاقة الجنسية العراقية للتنقل بها.

وأضاف شنكلي في اتصال هاتفي، أن «أعضاء بارزين في الحزب حصلوا على بطاقات مزيفة للجنسية العراقية تحمل أختاماً وتواقيع صحيحة، لكنها لا تنفع في حصولهم على جواز سفر وهو الأخطر، لذا فإن نطاق حصولهم على منافع من تلك العملية محلي داخل العراق ويستخدمونه في التنقل بين المناطق العراقية»، مشيراً إلى «إمكانية إلغاء أرقام تسلسلية معينة أو إلغاء التعامل بهذا النوع من البطاقات لأهالي سنجار».

وبحسب مصادر، طلبت عدم الإفصاح عن هويتها، تتولى «محكمة قوى الأمن الداخلية الثانية في الموصل محاكمة المتورطين في القضية، والمعتقلين حتى الآن أربعة بينما هناك شخص خامس فار، ويعتقد أنه في مناطق وجود قسد في سورية».

وتنظر المحكمة بالقضية وفقاً للمصادر ذاتها على أنها «تزوير وتلاعب في مستندات رسمية وتخاذم مع جماعة مسلحة غير عراقية، وخيانة الأمانة الوظيفية، وفقاً للقانون 111 الخاص بالعقوبات العراقي النافذ».

وكانت القوات العراقية وقوات البشمركة، التابعة لإقليم كردستان العراق، استعدت مدينة سنجار منذ نحو سبع سنوات من مسلحي تنظيم «داعش»، لكن المئات من مسلحي «العمال الكردستاني» تمكنوا من التغلغل داخل المدينة وإنشاء أجنحة مسلحة محلية له.

ويعيب «العمال الكردستاني»، المصنف على لائحة الإرهاب، والذي يتخذ من مناطق عراقية شمالي البلاد منطلقاً لعملياته العسكرية ضد تركيا، تطبيع الأوضاع وإعادة الحياة إلى طبيعتها بمدينة سنجار أسوة بالمدن الأخرى المجاورة لها.

أقلت قوات الأمن العراقي، القبض على شبكة متخصصة بتزوير هويات الجنسية العراقية لصالح عناصر «حزب العمال الكردستاني»، التركي.

وقال مسؤولون عراقيون إن الشبكة مؤلفة من ستة موظفين يتبعون وزارة الداخلية في دائرة الجنسية والنفوس بمدينة سنجار، تورطوا بإصدار عشرات من بطاقات الجنسية العراقية لأشخاص بارزين في «العمال الكردستاني» تمكنوا من خلالها من التنقل بين المدن والمناطق العراقية بصفتهم عراقيين أكرادا.

وقال ضابط في وزارة الداخلية ببغداد لـ«العربي الجديد»، إن الشبكة كانت تستخدم بيانات لعراقيين من المكون الأيزيدي متوفين أو خارج العراق واستبدال الصورة فقط بصورة عنصر حزب العمال الكردستاني، ليتمكن من خلالها من المرور من نقاط التفتيش والحوار الأمنية بين المدن المختلفة بما فيها مدن إقليم كردستان وصولاً إلى العاصمة بغداد.

فيما رجح آخر «تورط الذين حصلوا على هويات الأحوال المدنية العراقية (بطاقة الجنسية)، بتنفيذ أنشطة مسلحة تحت هذا الغطاء»، مؤكداً أن القضية بطور التحقيق والتدقيق وأن «جميع المتورطين من المتعاطفين مع حزب العمال الكردستاني، ولا يوجد شبهة تلقيهم أموالاً مقابل ما قاموا به».

وقال حاتم شنكلي، الخبير بالشأن الأمني العراقي والناشط في مدينة سنجار، لـ«العربي الجديد» إن «القضية مضي عليها عدة أيام والتحقيقات متواصلة، ولم تنجح السلطات العراقية في تحديد





ما تأثير التقارب التركي المصري على توحيد الجيش الليبي والانتخابات؟

وأوضح أن «وجود رؤية واحدة بين الجانبين فيما يخص العملية الانتخابية يدفع كافة الأطراف المحلية الفاعلة في المشهد الليبي إلى العمل بجدية في مسار إنجاز قوانين الانتخابات ويسرع في الوصول إلى انتخابات برلمانية ورئاسية في العام الحالي».

وتابع: «إذا نجحت رؤية تركيا ومصر المتعلقة بتدريب ودعم الجيش الليبي فإن ذلك سيكون بداية لمرحلة جديدة وستكون بداية التعاون بينهما فيما يخص الملف الليبي».

في حين قالت الناشطة الليبية المقيمة في تركيا نادين الفارسي إن «التقارب التركي المصري سينعكس بالإيجاب على الملف الليبي خاصة مع تواجد الأتراك بقوة في معسكر الغرب وتواجد مصر في معسكر الشرق، وهذا التقارب الجديد من شأنه أن ينعكس في خطوات حقيقية لإحداث تقارب بين الأطراف الليبية».

واستدركت قائلة: «أما بالنسبة للانتخابات فأعتقد أنها تحتاج إلى ترتيبات وهذه الترتيبات تحتاج إلى وقت وخطوات، منها توحيد الجيش وباقي المؤسسات، لكن عموماً أتوقع نجاح مصر وتركيا في حل بعض الملفات الهامة المتعلقة بالأزمة الليبية».

أين المرتزقة؟

في حين قالت عضو هيئة الدستور الليبي نادية عمران إن «التصريحات من الجانبين مجرد فرقعات إعلامية وتلاعب سياسي، ولا يزال تعاطي المجتمع الدولي مع الأزمة في ليبيا غير دقيق، فهناك إشكاليات كبرى ينبغي حلها قبل التفكير في تدريب الجيش الليبي».

وأضافت: «على رأس هذه الإشكاليات إخراج القوات الأجنبية والمرتزقة من ليبيا، وفرض سيطرة حكومة منتخبة ومجلس تشريعي منتخب وفق أساس دستوري سليم، وصولاً إلى توحيد مؤسسات الدولة وعلى رأسها المؤسسة العسكرية، ليأتي الحديث عن تدريب الجيش الليبي».

استقرار وأفاق جديدة

المحلل السياسي من الجنوب الليبي وسام الكبير، قال من جانبه إن «اتفاق كل من مصر وتركيا على دعم توحيد المؤسسة العسكرية بخط متواز ومتفق عليه، يساهم في تعزيز استقرار ليبيا ويفتح أفاقاً لمرحلة جديدة في المشهد السياسي».

تهدئة مؤقتة

من جهتها قالت عضو مجلس النواب الليبي، ربيعة بوراص إن «هذه الدول ما زالت تتعامل مع المكونات السياسية والعسكرية الليبية على أنها مكونات قاصرة ويجب رعايتها، وهذا ما لمسها المواطن الليبي أيضاً، وذلك بسبب الأوضاع الداخلية المنقسمة والتي لم نشهد لها مثيلاً منذ قيام الصراع السياسي والأهلي بعد الثورة».

وأكدت في تصريحات: أن «أنقرة والقاهرة أيضاً قاصرتان عن تحليل طبيعة الصراع وأبعاده بين الليبيين وما هي احتياجات الاستقرار على الأراضي الليبية».

وتابعت: «لا نستطيع في المرحلة الأولى من تفاهات الدولتين أن نحدد ما إذا كانت الانعكاسات سلبية أو إيجابية، لكنها تبقى تحركات لتهدئة مؤقتة وتكوير الصراع ودرجته لمرحلة أخرى، وما تقوم به الدولتان هو تنافس واضح بينهما وبين الدول التي تدفع بمسار باتيلي للحل.. نستطيع أن نقول إن لعبة القوة والمصالح المتقاطعة بدأت في التنافس بأساليب وأشكال مختلفة».

علاء فاروق

طرحت تصريحات وزير الخارجية التركي مولود تشاوش أوغلو حول اتفائه مع نظيره المصري على حل الأزمة الليبية وتدريب الجيش هناك تساؤلات عن تأثير الخطوة في الدفع نحو الانتخابات والاستقرار.

وقال أوغلو في مؤتمر صحفي مع نظيره المصري سامح شكري في أنقرة إن «الطرفين اتفقا على ضرورة إجراء انتخابات نزيهة وحرّة وشفافة في ليبيا، وأنهما تبادلوا وجهات النظر بشأن شروط هذه الانتخابات»، مُعرباً عن «إمكان أن يتولى البلدان تدريب الجيش الليبي الموحد».

في حين أكد الوزير المصري وجود رغبة مشتركة للعمل مع تركيا لتحقيق المؤسسات الليبية مسؤولياتها تجاه إجراء انتخابات حرة ونزيهة تؤدي إلى أن تتولى المسؤولية حكومة تعبر عن إرادة الليبيين وقادرة على الحفاظ على وحدة أراضي ليبيا وسلامتها»، وفق بيان للخارجية. فهل تنجح خارطة طريق تركيا ومصر في حل الأزمة الليبية وتوحيد الجيش هناك؟

report : Iran in 'secret talks' with China, Russia, to acquire missile fuel

Iran is reportedly in secret talks with China and Russia to obtain a crucial chemical compound used in ballistic missiles, according to diplomats familiar with the matter, violating United Nations sanctions.

The move could allow Russia to replenish its depleted stock of rockets by acquiring Iranian-made missiles.

Politico reported that Iran is in discussions with government-controlled entities from both countries to acquire large amounts of ammonium perchlorate, the main chemical component used in solid propellants to power missiles.

The exact quantity of ammonium perchlorate that Tehran wants to acquire is unclear. The diplomats however estimate it would be enough to build thousands of rockets, including the Zolfaghar missile which has a range of 700 kilometres and has been used by both Iran and its proxy



militias in the Middle East.

If the deal is successful, some of those rockets may be sent to Russia to target Ukraine, the diplomats said. Iran has previously supplied Russia with expertise and drones used to attack targets in Ukraine.

Russia's relentless attacks on Ukraine have largely depleted its stock of weapons. Iran has provided some military aid, and the acquisition of the ammonium perchlorate could allow Tehran to send more substantial weaponry to Moscow.

Though China and Russia are allies on the international stage, Beijing has not openly declared its support for its northern neighbour's invasion of Ukraine or sent it any major military help, in part because this would risk angering its main trade partners in the US and Europe.

China Relationship Will Be Determined by Beijing's Behavior, EU Policy Chief Says

The relationship between China and Europe will be determined by Beijing's behavior, including what happens with Taiwan, the European Union's foreign policy chief said on.

The comments from EU High Representative Josep Borrell, in a remote address at the start of the meeting of the Group of Seven (G7) foreign ministers in Japan, highlighted two of the themes that have come into focus ahead of the three-day gathering: the need for a united approach to China and concerns about Taiwan.

China is front and center as the foreign ministers of the world's advanced democracies meet in the Japanese resort town of Karuizawa. The only Asian member of the grouping, Japan has deepening worries about neighbor China's growing might in the region and is particularly focused on the possibility of military action against Taiwan.

"Anything that happens in Taiwan Strait will mean a lot to us," Borrell said, stressing the need to engage with China and keep communications open.

The ministers will likely discuss their "common and concerted" approach to China, a senior US State Department official said.

Beijing views Taiwan as Chinese territory and has not renounced the use of force to take the democratically governed island. Taiwan President Tsai Ing-wen says only the island's people can decide their future.

Recent comments by French President Emmanuel Macron have highlighted potential differences between Europe and the United States on China. In interviews after he visited China this month, Macron cautioned against being drawn into a crisis over Taiwan driven by an "American rhythm and a Chinese overreaction".

That prompted a backlash, and on European foreign policy officials urged Beijing not to use force over Taiwan, taking a tough stance.

"There is collective concern about a number of the actions that China is taking," the US official told reporters on the plane to Japan from Vietnam, declining to be identified because of the sensitivity of the information.

In Vietnam, Secretary of State Antony Blinken met with Vietnamese Prime Minister Pham Minh Chinh. Both sides expressed a desire to deepen their ties, as Washington seeks to solidify alliances to counter China. "Common and concerted"

There would likely be a discussion on how the members could continue to take a "common and concerted approach" to China, the official said. Recent G7 statements have included calls for candid and constructive engagement with Beijing while recognizing that "individually all the G7 members have deep economic relationships" with the world's second-largest economy, the official said.

German Foreign Minister Annalena Baerbock sought to underscore the unity among G7 members.

"As democracies, we are successful in systemic competition with autocratic forces when our partners and friends around the world have confidence in us. We must avoid that our unity is misunderstood by others as separation or that new rifts are opened," she said in a statement before her trip to Japan.

Taiwan would also be a subject of discussion, the senior US official said but declined to comment on any specific new language.

For host nation Japan the crisis in Ukraine has heightened concern about the potential for Chinese military intervention in nearby Taiwan.

"For Japan, the G7 is a platform in which it can say that security issues aren't just about the Ukraine war," said Yoichiro Sato, an international relations professor at Ritsumeikan Asia Pacific University.

"To put China on the agenda is not just important for Japan, but also the United States," he said.

In a statement, Britain's Foreign Office said G7 ministers would discuss how international support can be used most strategically to help Ukraine forces continue their progress on the battlefield and "secure a lasting peace".

Asharq Al-Awsat



الزعيم الكوري كيم جونغ أون يأمر بإطلاق أول قمر اصطناعي تجسسي

وتقوم بتطويره بشكل تدريجي» في مراحل لاحقة. وأضاف المحلل الذي انشق عن كوريا الشمالية ويات يعمل كباحث في كوريا الجنوبية، أنه «ما لم توفر روسيا والصين دعماً تقنياً متطوراً، سيكون من الصعب على كوريا الشمالية أن تقوم بالتجسس اعتماداً على تقنياتها حصراً». على رغم ذلك، أكد رئيس جامعة الدراسات الكورية الشمالية في سيول يانغ مو-جين، ضرورة أخذ الإعلان الشمالي الأخير، على محمل الجد. وقال «بما أن الأقمار الاصطناعية التجسسية للشمال هي عامل مهم في حال وقوع ضربة نووية استباقية، فهي تشكل تهديداً جدياً للجنوب». وأعلنت كوريا الشمالية في 2022 أن وضعها كقوة نووية «لا رجوع فيه»، ما يضع حداً عملياً لأي إمكانية لمباحثات تهدف إلى نزع أسلحتها النووية. ورداً على ذلك، عززت واشنطن وسيول من تعاونها العسكري، وأجرت سلسلة من المناورات التي استخدمت فيها طائرات مقاتلة لا تردها أنظمة الرادار («شبح») وقدرات استراتيجية أميركية. وتعتبر كوريا الشمالية هذه المناورات بمثابة تدريبات على غزو لأراضيها وحذرت مراراً من أنها ستتحذّر إجراءات «ساحقة» رداً على ذلك.

وفي آذار/مارس، أمر كيم جونغ أون الجيش الكوري الشمالي بتكثيف تدريباته استعداداً لـ«حرب حقيقية»، ودعا مؤخراً إلى تعزيز إنتاج الأسلحة، بما في ذلك الأسلحة النووية التكتيكية.

وأظهرت صور نشرها الإعلام الرسمي، كيم وهو يجول في مقر إدارة الفضاء، بينما تم تمويه العناصر التي كان يقوم بتفقدتها، إضافة إلى رسوم بيانية وغيرها من العروض على الحائط. وفي حديث إلى موظفي الإدارة، دعا كيم إلى نشر «عدد من أقمار الاستطلاع في مدارات مختلفة»، معتبراً أن الحصول على تكنولوجيا استطلاع عسكري «مهمة أساسية يجب إنجازها» لمواجهة ما وصفه بتهديدات وعدوان سيول وواشنطن. وكان تطوير قمر اصطناعي للتجسس من المشاريع الدفاعية الأساسية التي عرضها كيم في العام 2021.

وفي كانون الأول/ديسمبر 2022، قالت كوريا الشمالية إنها أجرت «اختباراً مهماً للمرحلة النهائية» لتطوير قمر التجسس، مشيرة إلى أن إنجازه سيكتمل في نيسان/أبريل 2023. وقوبل هذا الإعلان في حينه بتشكيك من قبل خبراء في كوريا الجنوبية، إذ اعتبروا أن الصور التي نشرتها بيونغ يانغ بالأبيض والأسود، وقالت إنها ملتقطة من القمر الاصطناعي، كانت ذات جودة ضعيفة.

تهديد جدي

رَجَّح أن شان-إيل، مدير المعهد الدولي لدراسات كوريا الشمالية، أن تعتمد بيونغ يانغ «إلى إطلاق قمرها الاصطناعي +الرمزي في الفترة الراهنة،

أعلن الزعيم الكوري الشمالي كيم جونغ أون أن بلاده أنجزت بناء أول قمر اصطناعي تجسسي، وأعطى الضوء الأخضر لإطلاقه في موعد لم يحدد، وفق ما أورد الإعلام الرسمي. ويأتي كشف اكتمال بناء هذا القمر بعد زهاء أسبوع على تأكيد كوريا الشمالية إطلاق «نوع جديد» من الصواريخ الباليستية العابرة للقارات يعمل بالوقود الصلب، في خطوة عدّها كيم «كبيرة»، ضمن برنامج بلاده للتسلح.

ويؤكد محللون وجود تزاوط تكنولوجي مهم بين تطوير الصواريخ الباليستية العابرة، وقدرات الإطلاق الفضائي. وأمر كيم جونغ أون بإطلاق أول قمر اصطناعي للتجسس العسكري للبلاد، وفق ما أفادت وكالة الأنباء الكورية الشمالية الرسمية. وقالت إن كيم طلب خلال زيارة لوكالة الفضاء الكورية الشمالية «إطلاق أول قمر اصطناعي للاستطلاع العسكري (لكوريا الشمالية)، اكتمل بناؤه في نيسان/أبريل، في الموعد المحدد». لكن الزعيم الكوري الشمالي الذي فقد مع ابنته «الإدارة الوطنية للتطوير الجوي والفضائي»، لم يذكر تفاصيل أخرى عن موعد الإطلاق. إلا أن كيم حصّ العاملين في الإدارة على «إرساء قدرات جمع المعلومات الاستخبارية عبر نشر أقمار اصطناعية عدة على مدارات مختلفة بشكل متتابع».



In Israel, Iran's former crown prince urges support for protests

Reza Pahlavi, the son of Iran's last shah, called during a visit to Israel for "maximum" international backing for the protest movement that rocked the Islamic Republic following Mahsa Amini's death.

"I'm... here to explore how can we cooperate in helping the Iranian people in their campaign for freedom," Pahlavi said at a news conference in Tel Aviv alongside Israeli Intelligence Minister Gila Gamliel.

Pahlavi, who lives in the United States, represents one of the many components of Iran's foreign-based opposition but has failed to gain unanimity among the diaspora.

His father was overthrown during the 1979 Islamic Revolution, which transformed Israeli-Iranian ties from a close alliance under the shah to bitter rivalry nowadays.

Iranian authorities have accused Israel and other foes of the Islamic Republic of fomenting the unrest that followed Amini's death in custody in September after her arrest for an alleged breach of strict dress rules for women.

Pahlavi argued "international support" is key for the protest movement to succeed in "putting an end to the existing regime."

"Parallel to... a campaign of maximum pressure" of sanctions against Tehran, "I've been calling... for a campaign of maximum support" for the Iranian people, Pahlavi said.

He argued such backing would give ordinary Iranians "the right tools to overcome the challenges they have, facing the regime that... has been extremely brutal and repressive."

Hundreds of people were killed, including dozens of security personnel, and thousands were arrested in connection with the protests, which Iranian officials labelled "riots."

Pahlavi is accused by some of having failed to distance himself from the authoritarian rule of his father, though he has insisted over the years he is not seeking a return to monarchy.

Asked about Pahlavi's visit to Iran's arch-enemy Israel, Nasser Kanani, spokesman for Tehran's foreign ministry, said: "The person you speak of is not worth talking about."



قلق وترقب في مصر تجاه نقص المياه مع المملء الرابع لسد النهضة و انفجار الوضع في السودان

تبين كذب وخطأ ذلك». وفي إشارة إلى فشل خطة الحكومة في تبطين الترع والمجاري المائية، قال «هناك من أشاع أن تبطين الترع الطينية بالخرسانة وغيرها من الطرق سيوفر مليارات من الأمتار المكعبة، وطبعاً لا أساس لذلك من الصحة».

ويدعو وزير الري السابق إلى اختيار فريق استشاري من كبار علماء المياه الجوفية ومياه النيل وإعادة الاستخدام بعيداً عن يسميهم المنهمكين في هذه المشاريع حالياً ورفع تقريرهم مباشرة إلى رئيس الوزراء ونسخة إلى رئيس الدولة، بهدف إعادة النظر في المسار الحالي لهذه المشاريع أو تعديله أو إقراره».

اضطرابات السودان

وفي تعقيد جديد للأزمة، جاء الاحتراب في السودان ليضعف الموقف التفاوضي لكل من القاهرة والخرطوم كما يرى أحد المحللين السياسيين الذي يشير إلى أن انخراط الأطراف السودانية في القتال سيوفر لأديس أبابا غطاء دولياً مناسباً لإكمال المملء والتخزين.

ويغرد وزير الخارجية المصري السابق والأمين العام السابق لجامعة الدول العربية عمرو موسى محذراً من انعكاسات الوضع في السودان على ملف الأزمة، ويقول إن بعض المصالح العربية قد تتعارض مع المصالح المصرية في السودان ويطالب الحكومة بوقفة «صريحة وجريئة»، ويوضح قائلاً إن «احتمال استغلال إثيوبيا للوضع يفاقم مشكلة السد لدينا».

كذلك يرى الباحث إيهاب الصاوي أن ما يجري في السودان «بفعل فاعل»، وأن الأمر جرى الترتيب له منذ سنوات لإخراج الخرطوم من المعادلة وزيادة الضغط على القاهرة للتسليم بالأمر الواقع.

وعلى أرض الواقع يعيش الشارع المصري حالة من الترقب المشوب بالقلق على مستقبل مياه الشرب والزراعة وسط تساؤلات ردها كثيرون التفتت بهم الجزيرة نت عن «مصر هبة النيل»، إذ قال أحدهم متسائلاً: «كيف هي مصر من دون النيل؟».

المصدر: الجزيرة

محمد حافظ، عما يسميه الخطر الوجودي المتزايد على مصر مع المملء الرابع لسد النهضة الإثيوبي. يقول حافظ وهو أستاذ هندسة السدود إن المملء الرابع سيكون أكثر اختلافاً لأنه سيتجاوز التخزين في بحيرة السد الخرسانى إلى بحيرة سد السرج الأكثر اتساعاً. ويوضح حافظ قائلاً «مع النجاح المتوقع للمملء الرابع، ستبلغ مساحة التخزين قرابة 1750 كيلومتراً مسطحاً، أي زيادة تعادل 115% على ما كانت عليه في أغسطس/ آب 2022، بينما سيصل إجمالي ما سيخزن بتلك البحيرة خلال المملء الرابع (فقط) إلى قرابة 35% زيادة على إجمالي كل ما خزن خلال المملء الأول والثاني والثالث».

أما في السودان الذي يعاني من اضطرابات متزايدة بعيداً عن الكارثة فنجاح المملء الرابع كما يرى حافظ سيتبعه حصول الخرطوم على ما تبقى من فيضان الصيف المتدفق ذي السد 35 مليار متر مكعب «، إذ سيستحوذ السودان على 5 مليارات متر مكعب المتبقية من فيضان الصيف، وذلك بهدف ملء خزانات السدود السودانية الثلاثة الواقعة على النيل الأزرق». هنا يدق خبير السدود ناقوس الخطر، ويقول إن «الدولة المصرية سوف يصل إليها صفر متر مكعب خلال فيضان الصيف الحالي الذي يجمع بين تدفق شهر يوليو/ تموز وأغسطس/ آب وسبتمبر/ أيلول، وأن مياه الفيضان سوف تتخطى الممر الأوسط إلى السودان ربما في الأسبوع الثالث أو الرابع من سبتمبر/ أيلول».

إجراءات حكومية عاجلة في مقابل ذلك، يرى وزير الري المصري السابق نصر علام أن الحكومة تقوم بإجراءات مهمة للتغلب على تداعيات السد، ويرى أن «الدولة في السنين القليلة الماضية بذلت جهوداً كبيرة سواء في تحلية المياه لتوفير مياه الشرب للمواطنين وبدعم كبير للتكلفة من قبل الدولة».

ويعلق علام على فيسبوك قائلاً إن «إدارة الدولة أحياناً تعاني من ضعف اختياراتها لبعض المسؤولين، فمنهم من قال إن هناك بحور مياه جوفية كما تشيع إثيوبيا، وبعد إنفاق مبالغ هائلة وحفر عدد كبير من الآبار

مع دخول الصيف وارتفاع درجات الحرارة، يعود مشهد التكدس حول صنابير المياه العمومية في العديد من ضواحي القاهرة بسبب ضعف وانقطاع المياه وهو ما اعتاده المصريون في السنوات الأخيرة وسط توقعات بتفاقم الأزمة مع المملء الرابع لسد النهضة الإثيوبي وما يتبعه من نقص حاد متوقع في حصة مصر من النيل.

وبخلاف تغطية وتبطين الترع وتحلية مياه البحر ومعالجة الصرف الصحي، لجأت الحكومة المصرية إلى حملات غير مسبوقه لتشديد استخدام المياه بالتزامن مع استعداد البرلمان لتغليب العقوبات على سوء الاستخدام.

يقول الموظف بشركة المياه محمد عبد الواحد، إنه زبون دائم عند صنوبر المياه العمومي في منطقة الصف بمحافظة الجيزة (جنوب القاهرة)، وإنه يتناوب ملء ما تيسر من الأوعية المنزلية مع أفراد أسرته.

ويكشف عبد الواحد عن رفع غير معلن في سعر مياه الشرب، ويتحدث عما يسميه خلطاً متعمداً لشرائح الاستهلاك بما ينعكس على زيادة فاتورة الحساب للمشاركين وربما تضاعفها.

ويسخر سيد علي من حملات التشديد، ويشير إلى أن الحكومة لجأت إلى حلول أخرى من بينها قطع الأشجار وتدمير الحدائق بحجة تقليل استخدام المياه، مستبعداً أن يؤدي تشديد العقوبات إلى أي نتيجة، ويضيف «المياه في الصيف لا تصعد للأدوار العليا إلا باستخدام مواتر رفع مكلفة».

وفي سياق مختلف، يتوقع علي أبو عامر وهو مزارع بمنطقة الصف أن يواجه أياماً صعبة في زراعة أرضه، ويقول إن بعض الترع رغم تغطيتها تحولت إلى مكبات للقمامة، ويشير إلى أن أقارب له في محافظة كفر الشيخ الشهيرة بزراعة الأرز يتحدثون عن كارثة بسبب نقص إجباري في المساحة المزروعة لأنه محصول كثيف الاستهلاك للمياه.

خطر وجودي

في هذا الإطار، تحدث خبير السدود والأنهار



Here to **Talk.**
Here to **Help.**



DWIHN Helps Nearly 75,000 People

- Behavioral Health
- Children's Services
- Developmental Disabilities
- Intellectual Disabilities
- Substance Use

www.dwihn.org



@DetroitWayneIHN

Do You Need Help? Contact Us. 24-Hour HelpLine 800-241-4949

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



SPINE REHAB

Specializing In Auto & Work Injuries
Dr. Khalid Almasmari/ Dr. Riyadh Almasmari
Call today for an appointment

313- 582- 2225

مركز العمود الفقري
13323 Michigan Ave. Dearborn, MI 48126
spinerehab@outlook.com

Did You Know...
Most Auto Accident Injuries Don't Heal Themselves For Days Or Even Weeks After A Collision
Many People With Disc Herniation Find Relief With Conservative Care

ARE YOU SUFFERING FROM
we can help

الدكتور خالد المسمري -
متخصصون في علاج الآلام الناتجة عن
حوادث السير والتهلج والرياضة
Dr. Khalid Almasmari/ Dr. Riyadh
Almasmari

FREE
CHIROPRACTIC
CONSULTATION

- الظهر
- الساقين
- الآلام الرقمية
- الصداع المزمن
- إصابات العمل
- حوادث السير
- الآلام الحبيسة

- Neck & Back Pain
- Arm & Leg Pain
- Disc Related Injuries
- Headaches
- Dizziness
- Auto Accidents
- Work Related Injuries

Family Health Center & Rehab
313-874-3130

9743 Conant St. Hamtramck, MI 48212

سمانة عربية
بأنواعها

أسواق فوردسون Fordson Market



Mid-East Groceries, Fruits & Vegetables

313-584-5849

14301 Ford Rd. Dearborn, MI 48126



Times: Why are Pentagon leaks worrying British intelligence?

The Times reported that the leaked Pentagon documents have so far caused little damage to Britain, compared to the damage caused by the leaks of former US intelligence agent Edward Snowden. The sharing of intelligence and secrets between the UK and the US through the Five Eyes network is very seamless, and includes the sharing of eavesdropping information, including phone calls and email correspondence.

The recent leaks of Pentagon documents have alarmed British authorities, a member of the special intelligence alliance that is closed to America's English-speaking allies. She said the arrest of Jack Teixeira on charges of stealing and leaking an unknown number of secrets would prompt a rethink of security clearances granted by intelligence officials in the US-UK-Canada-Australia-New Zealand coalition, called "Five Eyes."

The newspaper explained in a report prepared by its correspondent for security affairs, Richard Kerbage, that although Teixeira, 21, apparently just wanted to show off in front of his friends, he was able - despite his young age - to access top-secret files, including the CIA's daily reports, some of which were limited to US intelligence, and others included reports from the "Five Eyes" network issued by the member countries of the network.

The acronym of the spy network, FVEY, has appeared on a number of recently leaked Pentagon documents.

The Times reported that the leaked Pentagon documents have so far caused little damage to Britain, compared to the damage caused by the leaks of former US intelligence agent Edward Snowden, as recent leaks so far have revealed only some of the UK's military operations in Ukraine.

But the British concern is due to several factors, the first of which is the lack of knowledge of other British secrets that Teixeira may have obtained, and the failure to know whether he has published those secrets in other means that have not yet been discovered.

The newspaper said the uncertainty about the British secrets affected by the leak would inevitably worry British security officials because of the many secrets they share with the Americans.

The sharing of intelligence and secrets between the UK and the US through the Five Eyes network is very seamless, and includes the sharing of eavesdropping information, including phone calls and email correspondence. This kind of intelligence is most of what appears in Pentagon leaks. Another point of concern for Britain, according to the Times report, is the large number of security clearances issued by the United States, which is partly due to the size of its intelligence machine.

The Times said the operational budget of the US intelligence is 20 times that of the UK. This means that Britain's secrets are accessible to many people in the United States.

Source: aljazeera



WSJ: الوثائق المسرية تكشف عن الثقل العسكري الروسي في الشرق الأوسط

وتظل الولايات المتحدة الضامن الأمني الأكبر وبدرجات عالية لدول المنطقة، فقد زودت أمريكا نسبة 67.5% من المقاتلات التي تملكها دول الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، بشكل يعكس الأفضلية والتبعية للمنطقة على التكنولوجيا الأمريكية، بحسب المعهد الدولي للدراسات الاستراتيجية في لندن. وتمثل النسبة الباقية كلا من فرنسا وبريطانيا وروسيا. وأخير المسؤولون الأمريكيون الدول الحليفة بالشرق الأوسط أن تطوير علاقات سياسية وتجارية مع روسيا يمكن التسامح معها، أما بناء علاقات عسكرية مع الصين وروسيا، فهذا خط أحمر.

وعبرت الولايات المتحدة عن قلقها عندما علمت عن خطط صينية لبناء قاعدة عسكرية في أبوظبي وقد أوقفها المسؤولون الإماراتيون بعد احتجاج من واشنطن.

ولم يكن لروسيا تأثير كبير في الشرق الأوسط إلا بعد اندلاع الربيع العربي والذي حارب التحالفات بالمنطقة، وتدخلت روسيا في سوريا وعمقت علاقاتها العسكرية مع إيران وأقامت علاقات ودية مع السعودية والإمارات.

وكانت مصر تفضل شراء السلاح من واشنطن، وانتهى هذا بعد انقلاب عبد الفتاح السيسي في 2013، وتعليق واشنطن الدعم العسكري لمصر. وفي ظل السيسي تبني الجيش المصري استراتيجية تنويع مشتريات السلاح، وشراء من روسيا وأوروبا. وبدأت مصر التي اشترت مقاتلات من الاتحاد السوفييتي في السبعينيات من القرن الماضي، بشراء مقاتلات من روسيا، ووقعت عقودا في عام 2015 و 2018، بحسب المعهد الدولي للدراسات الاستراتيجية. وقال مايكل وحيد حنا من مجموعة الأزمات الدولية في بروكسل: «كان استخدام مصر روسيا كإسفين متعمدا»، و«قدمت روسيا المعدات العسكرية بنعمة سياسية كانت مفيدة للسيسي». ومع ذلك لم تقطع الولايات المتحدة مساعدات عسكرية سنوية لمصر تصل إلى مليار دولار.

ويعتقد أن خطر العقوبات كان سببا في تأجيل تسليم روسيا طائرات سو-35 لمصر. وأخير قائد القيادة المركزية الجزائرية كينيث ماكينزي، بداية عام 2022 الكونغرس بأن الولايات المتحدة ستتقدم لمصر بمقاتلات أف-15، في تحرك فسره المراقبون على أنه توفير بديل عن الصفقة الروسية. ولم تقدم روسيا أسلحة لمصر في 2021 و 2022، حيث بحثت مصر عن مصادر للسلاح في ألمانيا وفرنسا، بحسب معهد ستوكهولم لأبحاث السلام الدولي.

وربما كان مركز الصيانة الروسي إضافة للأسلحة الروسية التي اشترتها أبوظبي، من نظام الدفاع الجوي أس إي-22 إلى صواريخ كورنيت و النظام الدفاعي المتحرك أس إي-24 وديابات بي أم بي-3، ربما كان جزءا من طموحات الإمارات التحول إلى مركز دفاعي بالمنطقة، بحسب الوثائق المسرية. وكشفت أن الإمارات وقعت بداية 2022 على صفقة بـ 1.5 مليار دولار لتحديث نظام أس إي-22 بحلول عام 2030.

قالت صحيفة «وول ستريت جورنال» في تقرير لها إن التسريبات الأمنية الأخيرة كشفت عن التنافس الأمريكي الروسي في الشرق الأوسط. وقالت إن الوثائق أفصحت عن تعاون حلفاء الولايات المتحدة مع روسيا في القضايا العسكرية، وكيف أدت العلاقات مع روسيا إلى شق في علاقات الحلفاء العرب مع واشنطن.

فقد كشفت وثيقة عن خطط لشركة تصنيع عسكري روسية لبناء مركز إقليمي للصيانة في الإمارات العربية المتحدة من أجل صيانة الصواريخ والعربات القتالية التي اشترتها الدولة الخليجية.

وفي وثيقة أخرى تكشف عن محاولة شركة التجهيزات الأمنية «فاغنر»، شراء أسلحة من تركيا عضو الناتو وعبر «صلات تركية».

وقال الدبلوماسيون الغربيون إن تركيا لم تكن لتتبع أسلحة لـ«فاغنر»، لكنهم لم يستبعدوا شراءها من السوق السوداء.

وقالت وكالة التصنيع العسكري التركية التي تشرف على صناعة البلد العسكرية إنه لا يوجد لديها معلومات بشأن المزاعم التي وردت في الوثائق المسربة.

ورد المسؤولون الأمريكيون والمصريون على تقرير في صحيفة «واشنطن بوست» حول ما ورد في وثيقة عن تفكير مصر، الحليف الرسمي لأمريكا، إنتاج 40,000 صاروخ وتصديرها لروسيا. وقال المسؤولون الأمريكيون إن الخطة لم تتحقق أبدا، فيما أكد المتحدث باسم وزارة الخارجية المصرية على حيادية بلاده في الحرب الحالية بأوكرانيا.

وتعلق الصحيفة بأنها لم تكن قادرة على التثبت بطريقة مستقلة من الوثائق، لكنها تحتوي على معلومات كافية تعطيلها المصادقية. وقال المسؤولون الدفاعيون إن بعض الوثائق تبدو صحيحة أما الأخرى فقد تم التلاعب بها.

إلا أن الوثائق المزعومة تكشف عن الثقل العسكري الروسي في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا تحديدا، وهو ما أثار انتباه صناع السياسة الأمريكية، نظرا للعلاقات الأمنية العميقة مع المنطقة. وتضيف إلى مظاهر القلق الطريقة التي ساعد فيها شركاء أمريكا، وتحديدًا الإمارات العربية وتركيا، روسيا على تجنب العقوبات الغربية.

وقال سيث بيندر، مدير برنامج الديمقراطية في الشرق الأوسط، إن إقامة «علاقات مع روسيا جاءت ضمن منظور تنافس القوى العظمى اليوم، وكان غزو أوكرانيا القشة الأخيرة» مع أن الشعور في واشنطن هو «إما معنا أو ضدنا». فقد زادت شحنات الأسلحة الروسية بنسبة 44% في الفترة 2018-2022، مقارنة مع فترة 2013-2017، بحسب معهد ستوكهولم لأبحاث السلام العالمي.

ويبلغ حجم الصادرات العسكرية الروسية إلى تركيا في الفترة 2018-2022، نسبة 19%، أي بعد الصادرات من إيطاليا وإسبانيا. وتعمقت العلاقات السياسية والتجارية مع روسيا في العقد الماضي، مع أن الصادرات العسكرية من روسيا لم تتجاوز نسبة الـ 5.4% متخلفة كثيرا عن الصادرات من الولايات المتحدة وتركيا.

Lotan: Fake sounds by artificial intelligence may cause serious damage

Fake voices that match the voices of celebrities or ordinary people spread like wildfire. Swiss newspaper "Le Temps" reviewed examples of samples of sounds created by an artificial intelligence system. A journalist succeeded in an experiment to deceive Lloyd's Bank, and another journalist was able to confuse his family members with recordings of the same type that they did not distinguish between them and his real voice. Users of artificial intelligence programs made actress Emma Watson read the book "My Kampf" by Adolf Hitler. The writer concluded with advice to those who want to protect themselves from the reproduction of the voice.

After the fake texts and images created by artificial intelligence applications, here are the fake voices that match the voices of celebrities or even the voices of ordinary people spreading like wildfire, so welcome to the era of fakes. After the fake texts and images created by artificial intelligence applications, here are the fake voices that match the voices of celebrities or even the voices of ordinary people spread like wildfire, and examples of them showed the power of these algorithms and their spread at an amazing speed, so welcome to the era of counterfeiting.

With this introduction, the Swiss newspaper "Le Temps" began a report by Anoush Sedteqeh in which he started from an example that happened this week, where a mother in Arizona thought that her daughter had been kidnapped, as Jennifer DiStefano received a call from her 15-year-old daughter – who was supposed to have gone out to ski – and heard her say "mom did something stupid", and was interrupted by a man saying "put your head back, lie down", and then spoke to the mother saying, "Listen to me, I have your daughter, this is what will happen, Call the police or somebody, I'll stuff it with drugs and do whatever I want with it and leave it in Mexico."

A few seconds is enough

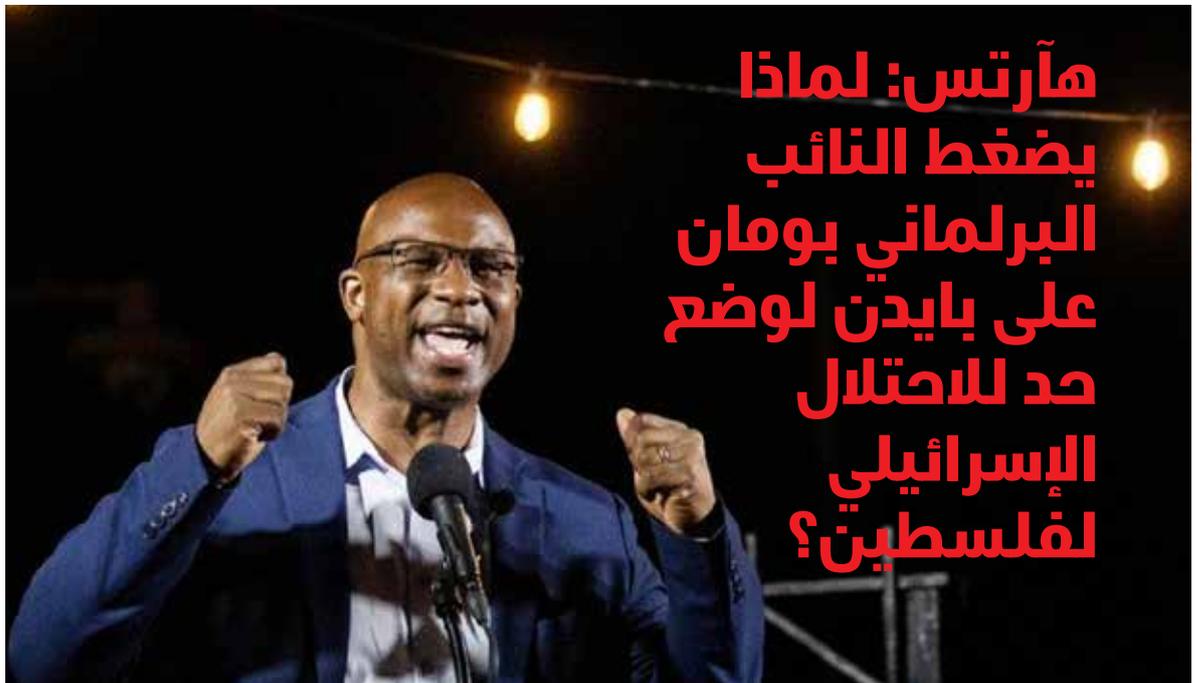
The alleged hijacker, according to the NBC story, demanded a ransom of \$50 million from the mother, then reduced it to \$20 million to make the demand more credible.

Jennifer DeStefano heard in the background of the conversation her daughter saying "Help me, Mom, please help me, help me", and that was exactly her voice, and this was how she cried, as the mother told the network, "I did not doubt for a moment that it was her", and minutes later the mother discovered that her daughter was fine and healthy and that this was a scam. The writer suggested that the fake hijackers used the voice cloning system, especially since these increasingly sophisticated services no longer need to train for hours or even minutes on the voices of their victims, but a few seconds are enough to reproduce the sound to which the program adds emotion, breaks, pauses or even sighs.

The writer reviewed examples of samples of sounds created by an artificial intelligence system, where a journalist succeeded in an experiment to deceive Lloyd's Bank, which is authenticated by analyzing the voice, and another journalist was able to confuse his family members with recordings of the same type that they did not distinguish between them and his real voice, and users of artificial intelligence programs made actress Emma Watson read the book "My Kampf" by Adolf Hitler.

The writer concluded with advice to those who want to protect themselves from the reproduction of the voice not or lack of sharing excerpts of his voice or videos in which he speaks or confining them to a very small circle, in addition to being careful of urgent requests as the mother did in the previous story.

Source: aljazeera



هآرتس: لماذا يضغط النائب البرلماني بومان على بايدن لوضع حد للاحتلال الإسرائيلي لفلسطين؟

وإنهاء التوسع الاستيطاني وضمان التوصل لحل الدولتين، «لقد التقيت بعلماء إسرائيليين وفلسطينيين، وتحدثت إلى جنود سابقين في جيش الدفاع الإسرائيلي أخرونى عما يفعلونه في بيوت الفلسطينيين».

وأضاف «لقد تم توقيفي شخصياً عدة مرات عند عدة نقاط تفتيش من قبل جنود يحملون بنادق كان يبدو أن أعمارهم لا تتجاوز 20 عاماً، وقد شكلت تلك التجربة نقطة تحول لي».

وقال بومان إنه عاد من تلك الزيارة وقد تملكه شعور قوي بأن على الرئيس الأمريكي التدخل للتوصل إلى حل سلمي وعادل يضمن أن تكون مبادرة حل الدولتين مدعومة بالقوة ويمكن تحقيقها.

وفي ختام حواراه مع الصحيفة، تعهد النائب الأمريكي بمواصلة جهوده التي تدعم تحقيق السلام والمحبة للجميع.

يقنصر موضوع حل الدولتين على الحديث فقط دون خطوات ملموسة.

وقال النائب الأمريكي إن «هناك حاجة ماسة إلى إجراء تغييرات في السياسة (الأميركية)، وممارسة الضغط، وبناء العلاقات حتى نصل إلى نقطة يمكن فيها للإسرائيليين والفلسطينيين أن يعيشوا جميعاً بسلام وعدالة».

وتحدث بومان في المقابلة عن زيارة قام بها ضمن وفد للكونغرس إلى إسرائيل والأراضي الفلسطينية المحتلة في نوفمبر/ تشرين الثاني عام 2021، مشيراً إلى أنه استقى كثيراً من المعلومات من تلك الزيارة التي مكنته من رؤية وتجربة الاحتلال عن قرب وعلى نحو شخصي، وقد أراد التصرف بهذا الشأن منذ عودته من تلك الزيارة.

وقال بومان «لقد أتيتحت لي الفرصة للقاء ناشطين إسرائيليين وفلسطينيين ممن يحاربون على مدى سنوات عديدة لإنهاء الاحتلال

يولي النائب الديمقراطي الأمريكي جمال بومان منذ توليه منصبه في عام 2021 الأولية للصراع الفلسطيني الإسرائيلي، وقد بلغ اهتمامه بالصراع مستوى جديداً بعد أن تصدر مبادرة تتمثل في خطاب وقعه نواب من مجلسي الشيوخ والنواب الأمريكيين يحثون فيه إدارة الرئيس الأمريكي جو بايدن على تغيير سياساتها تجاه إسرائيل.

وفي مقابلة أجرتها معه صحيفة «هآرتس» الإسرائيلية، قال بومان إن على الولايات المتحدة أن تقوم بشيء حيال الصراع بالطريقة نفسها التي لعبت بها دوراً رئيسياً على مدى سنوات عديدة في تمويل إسرائيل ودعم حقها في الدفاع عن نفسها والاستمرار كدولة.

ويرى بومان أن الصمت حيال ما يجري للفلسطينيين تحت نير الاحتلال الإسرائيلي مرفوض، وأن على الرئيس الأمريكي أن يتدخل وألا يصمت بشأن القضية، كما حث على ألا

«تلغراف»: التدهور المأساوي للسودان سيترك تداعياته على العالم وسيدفع بموجات لاجئين

بالانهياء، فقد هُمسَ الجزيئات حمدوك، وبعد أشهر من توليه منصبه. فالعلاقات المتعددة الرؤوس الذي حكم السودان عملاق عسكري سرعان ما انقلبت رؤوسه ضد بعضها البعض.

واليوم يقف السودان على حافة حرب أهلية، فهناك قوتان مسلحتان جيداً، فعلى طرف يقف جيش الدولة الرسمي، وعلى الطرف الآخر ميليشيا مسلحة يقودها أمير حرب مرتبط بجماعة فاغنر الروسية، وكلاهما يتنافسان من أجل السيطرة على العاصمة الخرطوم. وكان الطرفان مرة مواليين للنظام الذي قاده البشير بدعم من الإسلاميين.

والخطر هو أن يتحول هذا النزاع إلى حرب إقليمية واسعة. فلدَى كل من مصر وإثيوبيا مصالح إستراتيجية في السودان، الذي يمرّ منه جزء كبير من مياه النيل، وتشارك فيه دول الحوض الأخرى. ولدى السودان حدود مع عدد من الدول الأخرى غير المستقرة، مثل تشاد وليبيا.

وما يهم أوروبا أكثر هو أن السودان لعب في الماضي دوراً في الحد من تدفق الهجرة من أفريقيا إلى القارة الأوروبية. ولو استمر القتال، وبوتيرة أعلى، فعلى أوروبا التحضير لتدفق أعداد كبيرة من اللاجئين.

خصصت صحيفة «ديلي تلغراف» افتتاحيتها للوضع في السودان، حيث قالت إن التدهور المأساوي للبلاد سيترك تداعيات عالمية، مضيفة أن البلد الذي يقف على حافة حرب أهلية يمتلك فيه كل طرف في النزاع قوات عسكرية مسلحة جيداً، ويتنافسان على السلطة والسيطرة على العاصمة الخرطوم.

وقالت إن السودان بدأ في اللحظة العابرة، عام 2019، وكأنه قد انتقل إلى الديمقراطية وسيقدم مثلاً لبقية الدول في المنطقة.

فقد حُكمت البلاد، ومنذ الاستقلال عام 1956، بقبضة حديدية لعسكر قساة تتابعوا على السلطة. وما حدث في عام 2019 كان ثورة شعبية قادها أطباء ومهندسون طالبوا بالحرية والإصلاح الاقتصادي. واستطاعوا الإطاحة بالحاكم الديكتاتور عمر البشير، ووضعوا آمالهم في رئيس الوزراء الذي تخرج في علم الاقتصاد من جامعة ماننشتير بيريطانيا، عبد الله حمدوك، والذي كان سيعمل كصوت رئيسي في عملية الانتقال الديمقراطي.

وتعلق الصحيفة أنه، وللأسف، لم يمض وقت طويل حتى بدأ الحلم



Netanyahu relative says Israel government 'promoting facism, racism'

A relative of Benjamin Netanyahu has reportedly slammed the Israeli prime minister's government for promoting 'violence, racism, nationalism and facism'.

Ruth Ben-Artzi, an Israeli political scientist and niece of the prime minister's wife Sara, railed against Netanyahu and his government – widely perceived to be the most right-wing the country has ever seen – in an interview with Haaretz.

«I am ashamed, sad and angry. Ashamed that my relatives have no shame. That they are in a position of power that promotes and encourages violence, racism, nationalism and facism,» Ben-Artzi said.

The 51-year-old is an associate professor of political science at Providence College in Rhode Island in the United States, and the subjects of her research include Israel and Palestine.

In the interview, Ben-Artzi criticised Israel's historic policy of oppressing Palestinians, and said the state had made it difficult for Israelis to understand their history.

«My generation did not have the tools to understand the history of the Palestinians, or the possibility to talk about the occupation openly. No one taught us about the Nakba or told us, 'The Palestinians lived here before us, before our families came here,» she said in the interview.

Ben-Artzi's immediate family have a record of standing up against the Israeli state. Her father Matania – Sara Netanyahu's brother – refused to serve in the Israeli military in the occupied Palestinian Territories in 1980 after seeing the "humiliations and the oppression" the Palestinians were subject to, for which he was tried in a military court.

Her mother Ofra is a prominent activist, who advocated on behalf of Palestinian residents being evicted from Sheikh Jarrah in occupied East Jerusalem.

Ben-Artzi's younger brother Yonatan served two years in prison for refusing to be conscripted into the Israeli army.

Her uncle by marriage Benjamin Netanyahu took power in Israel late last year and appointed extreme-right political leaders to senior government roles.

At least 90 Palestinians have been killed this year by Israeli forces, many in the near-daily raids Israel conducts in the occupied West Bank.

Netanyahu's government is currently facing widespread protests against a judicial reform bill that would give the parliament more control over Israel's Supreme Court.



المحجبات الأكثر تعرضاً لحوادث العنصرية في النمسا

عنصرية تجاه المسلمين، ويقدم فيها ما يزيد عن 645 ألفاً و600 مسلم ومسلمة وفقاً لمكتب الإحصاء الفيدرالي النمساوي. وأنشأت منظمة ممولة من الحكومة النمساوية عام 2020 خريطة رقمية باسم "الخريطة الوطنية للإسلام" تتضمن قائمة بأسماء ومواقع أكثر من 620 مسجداً وجمعية إسلامية ومسؤولين مسلمين.

وفي فبراير 2022، اعتدى مجهولون على مسجد تابع لاتحاد الثقافة التركية الإسلامية للتضامن الاجتماعي (أتيب)، في فيينا، الواقع قرب مقر الاتحاد. ويدير اتحاد الثقافة التركية الإسلامية للتضامن الاجتماعي، قرابة 60 مسجداً في عموم النمسا، فيما تدير مؤسسات أخرى مساجد ومراكز إسلامية في عموم البلاد.

وهذه ليست الواقعة الأولى لحوادث الاعتداء على المحجبات في النمسا، ففي شتبر 2021 تعرضت سيدة مسلمة محجبة لاعتداء عنصري على يد مواطنة متطرفة في فيينا، وحينها تعرضت الشابة "براءة بولانت" للهجوم من قبل إحدى السيدات خلال ركوبها حافلة عامة التي بصقت على الشابة، وحاولت شد حجابها ونزعه، وهي تردد عبارات عنصرية.

وخلال عام 2021، أظهر التقرير السنوي لمركز التوثيق والإرشاد من أجل مسلمي النمسا "وقوع 1061 اعتداء عنصري على مسلمين، بينها 69 بالمائة بحق نساء، فيما طالت 26 بالمائة الرجال.

وتعد النمسا واحدة من أكثر الدول في أوروبا

رغم معاناة مسلمي النمسا ذكورا وإناثا من العنصرية والكرهية والتمييز، فإن المحجبات يحصلن على النصيب الأكبر من الانتهاكات وفقاً للمنظمة محلية مستقلة تعمل على مكافحة الإسلاموفوبيا. وتقول منظمة "دوكستيل" النمساوية إن "المسلمات يُعرفن بسهولة في الأماكن العامة، فظهور الحجاب يجعل النساء أغلب ضحايا العنصرية ضد المسلمين". كما أن نسبة "حوادث العنصرية في النمسا تجاه الإناث أكثر منها في الذكور".

وجرى الإبلاغ عن أكثر من ألف حادثة معادية للمسلمين في النمسا خلال العام الماضي، بينها 69.2 بالمائة كانت من نصيب النساء وفقاً لتقرير المنظمة لعام 2022، الذي سينشر في ماي المقبل.

الشرطة الإسبانية توقف عامل فندق بعد نشرة تعليقات عنصرية عن المنتخب المغربي

عدداً من أعضاء المنتخب المغربي في غرفة الطعام بالفندق مصحوبة بتعليقات عنصرية.

وأفادت وسائل الإعلام بأن العامل حذف لاحقاً المنشورات من حسابه على «إنستغرام» واعتذر قبل القبض عليه.

وأثارت التقارير حول المنشورات غضباً في المغرب الذي انضم في وقت سابق من الشهر الحالي إلى إسبانيا والبرتغال في ملف مشترك لاستضافة مونديال 2030.

وتوجه المنتخب المغربي، رابع مونديال قطر 2022، وبعد فوزه الودي التاريخي على البرازيل (2-1) في مدينة طنجة، توجه إلى العاصمة مدريد، لخوض مباراة ودية ضد البيرو على ملعب «واندا متروبوليتانو» معقل نادي أتلتيكو مدريد.



ألقت الشرطة الإسبانية القبض على عامل في أحد فنادق مدريد، بعد نشره تعليقات عنصرية على وسائل التواصل الاجتماعي عن المنتخب المغربي لكرة القدم الذي يقيم في الفندق.

وقالت متحدثة باسم شرطة بلدية مدريد إن المواطن الإسباني البالغ من العمر 27 عاماً أوقف في الفندق، وأنه يواجه اتهامات محتملة بارتكاب جرائم كراهية.

وأضافت أنه تم إرسال الشرطة بعد شكوى من مديري الفندق بشأن التعليقات العنصرية المنشورة على الإنترنت، من دون أن تذكر مزيداً من التفاصيل.

ونشرت وسائل إعلام إسبانية صوراً زعمت أن الرجل نشرها عبر حسابه على موقع «إنستغرام» وتظهر

هيومن رايتس تدعو أفريقيا الوسطى الوسطى لوقف قمع المجتمع المدني والإعلام والأحزاب

اتهمت هيومن رايتس ووتش حكومة جمهورية أفريقيا الوسطى بقمع المجتمع المدني ووسائل الإعلام والأحزاب السياسية المعارضة، قبل الانتخابات المقرر إجراؤها في وقت لاحق من العام الجاري.

وقالت المنظمة إن شبح دولة الحزب الواحد بحكم الأمر الواقع، يثير مخاوف جديدة بشأن احتمال حدوث انتهاكات لحقوق الإنسان وتضييق الحيز الديمقراطي وحرية التعبير.

وأضافت أنه يجب على الدبلوماسيين والمجموعات الإقليمية الضغط من أجل بناء مؤسسات قوية لحماية حقوق الإنسان، لكنها أشارت إلى أن المسؤولية الكبرى تقع على عاتق الرئيس نفسه.

وبحسب المنظمة، فإن المؤسسات الحكومية -بما في ذلك الشرطة- هدفت دعاة المجتمع المدني، واتهمتهم بالتعاون مع الجماعات المسلحة، ومنعت الاحتجاجات السياسية المعارضة. وأضافت أنه على الحكومة إنهاء هذه الانتهاكات وتعزيز الكيانات الحكومية وضمان استقلال القضاء لضمان محاسبة المسؤولين الذين يهاجمون منتقدي الحكومة.

وقال لويس مودج، مدير أفريقيا الوسطى في هيومن رايتس ووتش: «مع اقتراب موعد الانتخابات، يجب على رئيس جمهورية أفريقيا الوسطى فوستين أرشانج تواديرا الرد على المنتقدين والبحث عن طرق للعمل معهم بدلاً من مهاجمتهم».

وتابع أنه «بدلاً من ذلك، يقوم المسؤولون الحكوميون بمضايقة المجتمع المدني والصحفيين وأعضاء أحزاب المعارضة، محطمين الآمال بظهور دولة تحترم الحقوق بعد التصديق على الدستور الجديد عام 2016».

وتأتي الضغوط والتهديدات ضد المعارضين السياسيين وأعضاء المجتمع المدني، في وقت تنتج فيه البلاد لإجراء انتخابات تشريعية في يوليو/تموز القادم، بعد أن كان المقرر إجراؤها أصلاً في سبتمبر/أيلول من العام الماضي.

كما تضغط الحكومة وحلفاؤها من أجل إجراء استفتاء لتعديل الدستور للسماح للرئيس بالترشح لولاية ثالثة في عام 2025.



إسرائيل تعتقل 2200 فلسطيني منذ بداية العام

حوادث تخريب وتكبير واسعة. وقال إن عمليات الاعتقال في القدس تأخذ خصوصية من حيث الممارسات المنهجية التي يتعرض لها المعتقلون عمومًا، فبعض المقدسيين تعرضوا على مدار سنوات قليلة لاعتقالات وصلت إلى أكثر من 40 مرة، وفي كل مرة يفرج عنهم بشروط كفرض الغرامات المالية، والكفالات، أو بشرط الحبس المنزلي، والإبعاد وتحديدًا عن البلدة القديمة بما فيها المسجد الأقصى.

واقترحت الشرطة الإسرائيلية المسجد الأقصى وتخلل الاقتحام إصابات واعتقالات في صفوف المعتكفين بالمسجد.

وتشهد مدينة القدس الشرقية وضواحيها تزايد التوتر منذ تشكيل الحكومة الإسرائيلية الأخيرة برئاسة بنيامين نتانياهو أواخر العام الماضي التي يصفها صحفيون إسرائيليون بأنها الأكثر تطرفًا في تاريخ إسرائيل.

أفاد نادي الأسير الفلسطيني، بأن السلطات الإسرائيلية اعتقلت منذ بداية العام الجاري 2200 فلسطيني في الضفة الغربية، أكثر من نصفهم في القدس الشرقية.

وأوضح النادي أن مدينة القدس تُسجل شهرياً النسبة الأعلى في حوادث الاعتقال، حيث شهدت اعتقال 1200 في الفترة ذاتها.

وفسر النادي ذلك بكونها تشهد مواجهة يومية مع الاحتلال، واعتداءات مكثفة، لا سيما مع التصاعد المستمر للاقتحامات التي ينفذها جيش الاحتلال والمستوطنون في المسجد الأقصى.

وقال إن قوات الاحتلال صعدت من استهداف المواطنين في القدس في شهر رمضان منذ عام 2021.

وأوضح النادي أن عمليات الاعتقال شملت كل الفئات بمن فيهم الأطفال والنساء وكبار السن والمرضى إضافة إلى الجرحى، ورافقتها

Human Rights: India's Hindu Festivals Bring Increasing Anti-Muslim Violence

A mob set fire to Madrasa Azizia in Nalanda district of Bihar, India during the Ram Navami festival on March 31, 2023.

The Hindu festival of Ram Navami in India, which this year coincided with the Muslim holy month of Ramadan, was marred by violence sparked when Hindus in processions passed through Muslim neighborhoods brandishing weapons and shouting anti-Muslim slogans.

On March 30 and 31, communal violence was reported in several states. In Bihar, a mob reportedly vandalized and set fire to a prominent madrasa. The media reported that a Hindu teenager was killed in the clashes. Across the country over 100 people have been arrested and dozens injured.

India's Hindu festivals are increasingly being used by the ruling Hindu majoritarian Bharatiya Janata Party (BJP) to rally voters, leading to an increase in violence. These mobs are emboldened by a sense of political patronage that affords them impunity. After violence in opposition-ruled West Bengal state, where authorities arrested over a dozen BJP mem-

bers and supporters, the party alleged police bias and "disproportionate action."

The record shows that it is usually Muslims who are unfairly targeted by the authorities. Last April, communal clashes broke out when processions of Hindu men celebrating a religious festival shouted offensive slogans outside mosques. Instead of attempting to stop such incitement or investigate these incidents, BJP authorities in Madhya Pradesh and Gujarat responded by summarily demolishing Muslim properties. In October, during another Hindu festival, police in Madhya Pradesh responded to communal clashes by demolishing the homes of three Muslim men accused of throwing stones. Police in Gujarat publicly flogged Muslim men.

The BJP governments at every level have adopted discriminatory laws and policies targeting religious minorities, and its leaders and affiliates make frequent anti-minority remarks, including inciting violence.

The global Organization of Islamic Cooperation (OIC) called the latest incidents a "vivid manifestation of mounting Islamophobia and



systemic targeting of the Muslim community in India." India's Foreign Ministry responded by calling the OIC statement "one more example of their communal mindset and anti-India agenda."

India wants to promote its democratic credentials to elevate its status on the international stage, and Prime Minister Narendra Modi has

chosen to showcase his government during the rotating presidency of the Group of 20. But the growing violence against minorities and suppression of civil society carry all the hallmarks of authoritarian rule.

If India is to be a true world leader, putting an end to human rights abuses needs to be a priority.

Bosnian Serb leader threatens to declare independence

Dodik's hardline Serbian nationalism and pro-Russian stance have raised fears that Bosnia could once again be divided along ethnic lines.

The 1995 U.S.-sponsored Dayton Peace Accords ended nearly four years of war in Bosnia in which some 4,100 people were killed. Dodik ordered Serbian officials to halt all contacts and communication with the US and UK ambassadors in Bosnia, after they criticized his inflammatory speech. Last December, the parliament of his regional region adopted for the second time a law on immovable property.

Bosnian Serb leader Milorad Dodik on told his ally Serbia he was seriously considering declaring the autonomous republic of Serb independence independent of the rest of Bosnia unless the dispute over property law was resolved. Bosnian Serb leader Milorad Dodik on Friday told his ally Serbia he was seriously considering declaring the autonomous republic of Serb independence independent of the rest of Bosnia unless the dispute over property law was resolved.

Dodik's hardline Serbian nationalism and pro-Russian stance have raised fears that Bosnia could once again be divided along ethnic lines more than a quarter of a century after the end of its grinding war.

Dodik said he was seriously considering "a decision to declare independence and secession of the Republika Srpska (Srpska) unless the issue of ownership is resolved."

According to the constitution, the national parliament must adopt a property law that applies throughout Bosnia, but Dudik, the president of the Republika Srpska, says this deprives the Serb region of Bosnia of its right to its lands, rivers and forests.

Serbian President Aleksandar Vucic told a joint news conference with Dudik that Serbia, which was an ally of Bosnian Serbs during the war, considered the peace deal that ended the Bosnian war to be crucial to the country's work.

"We will always support anything that the three peoples that make up it agree on," Vucic said, referring to Bosnian Orthodox Serbs, Catholic Croats and Bosniak Muslims.

The 1995 U.S.-sponsored Dayton Peace Accords ended nearly four years of war in Bosnia in which some 4,100 people were killed by dividing the country into two autonomous regions, the Serb-controlled Republic of Serbia and the union shared by Bosnians and Croats and linked by a weak central government.

"I believe that President (Vucic) has understood our message very clearly and that Serbia, as the guarantor of the Dayton Peace Agreement, must take into account all the important details to preserve that agreement," Dudik said.

During his 25 years in power either as president of the region or as prime minister, Dodik worked to promote the autonomy of the Serb region.

Last December, the parliament of his regional region adopted for the second time a law on immovable property declaring the Republic of Serbia the sole owner of rivers, forests and agricultural land on its territory.

The law was struck down twice by the Bosnian Supreme Court. Legal experts say the problem is not the law, but the region does not have the authority to pass a law that must be adopted by the national parliament.

Last month, Dodik ordered Serbian officials to halt all contacts and communication with the US and UK ambassadors in Bosnia, after they criticized his inflammatory speech.

Source: aljazeera



ماكرون يتحدى الانتقادات حول تصريحاته عن واشنطن.. ويؤكد التحالف مع أمريكا لا يعني التبعية لها

الأمريكي «تستخدم تايوان في الضغط على الصين»، مضيفاً: «لا، لن تنجر أوروبا إلى ذلك، لكن ذلك لا يعني أن أوروبا ستبتعد (عن قضية تايوان)».

كان ماكرون قد قال في مقابلة مع صحيفة «ليز ايكو» الفرنسية خلال زيارته للصين التي استمرت ثلاثة أيام، الأسبوع الماضي، إن «أسوأ شيء هو الاعتقاد بأن علينا -نحن الأوروبيين- أن نصبح تابعين في هذا الموضوع وأن نتأقلم مع الإيقاع الأمريكي أو رد فعل صيني مبالغ فيه».

كذلك قال ماكرون إن أوروبا ينبغي أن تصبح «قطباً ثالثاً» مستقلاً عن واشنطن وبكين، وأثارت تصريحاته انتقادات في أوروبا وأمريكا.

نوربرت روتجين، عضو لجنة العلاقات الخارجية بمجلس النواب الألماني، قال إن ماكرون «استطاع تحويل زيارته للصين إلى انقلاب في العلاقات العامة لصالح شي (رئيس الصين)، وإلى كارثة في السياسة الخارجية بالنسبة لأوروبا»، معتبراً أن ماكرون «يعزل نفسه بشكل متزايد في أوروبا».

من جانبها، نقلت صحيفة Guardian عن أحد أعضاء البرلمان الأوروبي - لم تذكر اسمه - قوله إن ماكرون لم يتحدث باسم الاتحاد الأوروبي، وأضاف: «ماكرون يقول: يجب على أوروبا، ونحن الأوروبيين، لكنه يتحدث باسم فرنسا، ولا يمكنه حقاً التحدث باسم أوروبا».

بدوره، اعتبر إيفو دالدر، سفير أمريكا السابق لدى حلف شمال الأطلسي (الناتو)، أن تصريحات ماكرون تصب في مصلحة الرئيس الصيني شي جين بينغ، «وهو فصل أوروبا عن الولايات المتحدة، وبالتالي تفويض أكبر ميزة لواشنطن، وهي تحالفاتها وشراكاتها في جميع أنحاء العالم»، بحسب ما أوردته صحيفة «وول ستريت جورنال».

يُعيد هذا الخلاف إلى الأذهان الخلافات السابقة، عندما أعلن ماكرون في عام 2019 أنَّ حلف الناتو يعاني من «موت دماغي»، أو عندما أثار غضب حلفاء أوروبا الوسطى والشرقية، العام الماضي، بقوله إن روسيا ستحتاج إلى ضمانات أمنية عندما يحين الوقت للتفاوض على تسوية سلمية مع أوكرانيا.

شدّد الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون، خلال زيارة لهولندا، على أن التحالف مع الولايات المتحدة لا يعني «التبعية» لها، مؤكداً تمسكه بتصريحات مثيرة للجدل أدلى بها بشأن أمريكا وتايوان، متحدياً الانتقادات التي تلقاها بسببها.

ماكرون وفي مؤتمر صحفي بعد اجتماع مع رئيس الوزراء الهولندي مارك روتيه، في أمستردام، قال «أن تكون حليفاً لا يعني أن تكون تابعاً (...) ولا يعني أنه لم يعد من حقك أن يكون لك تفكير الخاص».

أضاف: «لا يعني أننا سنتبع أشخاصاً هم الأكثر تشدداً في بلد هو حليفنا»، في تلميح واضح إلى المسؤولين الأمريكيين الجمهوريين الذين يهاجمون الصين بشدة، وفقاً لما أوردته وكالة الأنباء الفرنسية.

كان الرئيس الفرنسي قد أثار استغراب كثيرين في الولايات المتحدة وأوروبا، بدعوته الاتحاد الأوروبي إلى ألا يكون «تابعاً» لواشنطن أو بكين في قضية تايوان، وشدد ماكرون على أن «موقف فرنسا والأوروبيين هو نفسه بالنسبة لتايوان: نحن مع الوضع القائم»، وأضاف: «هذه السياسة ثابتة ولم تتغير».

يأتي هذا فيما دخل على خط انتقاد ماكرون، الرئيس الأمريكي السابق دونالد ترامب، الذي شنّ هجوماً لاذعاً على الرئيس الفرنسي، وقال إن «ماكرون، وهو صديق، يتذلل للصين».

تعليقاً على ما قاله ترامب، اكتفى ماكرون بإبداء أسفه لما بدر من الملياردير الجمهوري، وقال إنه يساهم في «تصعيد» الموقف، مضيفاً: «عندما كان رئيساً لم أكن أعلق على عباراته، لن أفعل ذلك اليوم بعدما لم يعد رئيساً».

في سياق متصل، أكد دبلوماسي فرنسي في تصريحات لوكالة رويترز - لم تذكر اسمه - أن ماكرون متمسك بتصريحاته التي قالها عن الصين. وأضاف الدبلوماسي أن ماكرون والرئيس الأمريكي جو بايدن متفقان بشأن تايوان، لكن الرئيس الفرنسي يعتقد أن الاجتماع بين رئيسة تايوان تساي إنجنج وين، ورئيس البرلمان الأمريكي كيفن مكارثي في كاليفورنيا الأسبوع الماضي، قبل المناورات العسكرية الصينية، كان «استفزازاً». كذلك أشار الدبلوماسي الفرنسي إلى أن القيادة الجمهورية للكونغرس

التوتر الأميركي - الصيني ومخاوف الانزلاق إلى الاحتكاك

مع الحليف والصديق الفرنسي، فيما سارع الناطق في السفارة الفرنسية إلى التأكيد على التزام باريس بموقفها المعروف من تايوان، وأنه لا جديد في الأمر سوى أن الرئيس ماكرون كان غرضه حث الصين على العمل «من أجل السلام في أوكرانيا (...)» وأن موضوع تايوان جاء في هذا السياق خلال التباحث مع الرئيس شي جين بينغ. من التفسيرات أن كلام ماكرون يعبر عن احتقان مزمن يعود إلى صفقة الغواصات النووية التي كانت أستراليا قد تعاقدت لشراؤها من فرنسا، وفي اللحظة الأخيرة دخلت إدارة بايدن على الخط وألغت العقد لصالحها مع بريطانيا. وفي تقديرات أخرى فإن في كلام ماكرون «رسالة تأفف» أوروبية من الضغوط الأميركية بشأن تسليح أوكرانيا، وإن الرئيس الفرنسي سعى لحث شي جين بينغ على بلورة وساطة للخروج من الحرب. وفي قراءة ثالثة، إن زيارة ماكرون في أساسها كانت «اقتصادية - تجارية»، يشير إليها الوفد «الضخم» من رجال الأعمال الفرنسيين، الذين صاحبوه في الزيارة، بأنه تهادي في التودد للقيادة الصينية إلى الحد الذي أثار ضجة أوروبية ضده، خاصة ألمانية وبولندية.

هذه التطورات ومقدماتها تعود لتؤكد أن العلاقات الأميركية الصينية قطعت مسافة هامة في مسار التصعد، وثمة ما لا يستبعد أن ترى بكين في حرب أوكرانيا فرصة لحسم موضوع تايوان باعتبار أنها لحظة انشغال أميركي بهذه الأخيرة. يتدرج ذلك في خطاب الصقور خاصة في الكونغرس من الحزبين الديمقراطي والجمهوري على حد سواء، لشد عصب التصدي للصين، لكن في المقابل تميل توقعات عدد من الخبراء إلى الاعتقاد أن القيادة الصينية تعطي الأولوية في المرحلة الراهنة للحسابات الاقتصادية - التجارية، وأنها لا تستهين «بالتفوق» العسكري الأميركي في المدى المنظور. فالصين دقيقة بحساباتها وتغامر من دون استبعاد مواجهة قادمة «في العقد أو العقدين القادمين»، حسب تقديرات عسكريين متقاعدين، منهم الأدميرال جيمس ستافريدس.

العنصر المشترك في كل القراءات السابقة أن الجانبين الأميركي والصيني لم تخرج خطواتهما وخطابتهما بعد عن إطار التهويل لغرض «الردع»، إذ إن كليهما يدرك خطر الذهاب إلى أبعد من ذلك، لكن يبقى السؤال هنا: ماذا إذا فشل «الردع»؟



التوافق بين الرئيس بايدن وشي على زيارة بليكن التي كانت مقررة في فبراير/ شباط الماضي، والتي ألفتها قصة المنطاد. يومذاك شاعت روايات بأن توقيت دخول المنطاد إلى الأجواء الأميركية كان «محسباً» لمنع حصول الزيارة، ومن التفسيرات أن بكين آنذاك كانت قد حسمت في تقييمها أن العلاقات لم تعد قابلة للإصلاح وأنها متجهة نحو حالة من الحرب الباردة في أحسن الأحوال.

وبقدر ما كان لقاء مكارثي ورئيسة تايوان مزعجاً لبكين، كانت زيارة الرئيس الفرنسي ماكرون للصين مزعجة لواشنطن، خصوصاً أن تصريحاته حول الحياد في قضية تايوان أثارت حالة من النغمة الأميركية عليه، وطرحه بأن على أوروبا أن تكون «مستقلة وليس تابعة لدولة كبرى وأجندتها» قوبل بالاستعجاب. وزاد الانزعاج الأميركي لأن بكين احتضنت تصريحاته وأشادت بها. وحينها، سارع الناطق باسم مجلس الأمن القومي جون كيربي إلى احتواء الموضوع من خلال التنويه بأهمية «التعاون والتنسيق

بعد تبادل السفراء مع بكين، كترجمة لهذا الالتزام، مقابل احتفاظ واشنطن بحق تسليح تايوان له، للدفاع عن نفسها» وليس للدفاع عنها. ومن هنا كانت ردة الفعل الصاخبة على تصريح الرئيس بايدن العام الماضي، حين قال إن الولايات المتحدة «نعم» ستستخدم القوة العسكرية لو قامت الصين باجتياح الجزيرة، وربما كان هذا التصريح نقطة انعطاف في تدهور العلاقات بين البلدين، رغم مسارعة المسؤولين في البيت الأبيض آنذاك إلى تصحيح تصريح الرئيس مع التشديد على أنه «لا تغيير» في سياسة الالتزام بصين واحدة، لكن كان «السيف قد سبق العذل»، وزاد من التوجس، حينها، أن الرئيس عاد إلى نفس النغمة بعد التصحيح مع التشديد بأن إدارته «لن تسمح» للصين بالتقدم على الولايات المتحدة.

كل هذه العوامل المتداخلة كانت كفيلة بتخريب آخر محاولة لترميم الصدع بين القوتين الكبيرتين، إذ كان يجري

أعربت جهات ودوائر أميركية مختلفة، خلال الفترة الماضية، عن خشيتها من عواقب التصعيد الأميركي - الصيني المتزايد ليس فقط في الخطاب، بل أيضاً في عملية ما يبدو أنه تراكم مادي «تحضيري» محكوم بالتحول إلى تطور نوعي خطير لو بقي على وتيرته الراهنة. وأخذ هذا التخوف طابع التحذير من العواقب «الكارثية» في حال انزلت الأمور من الخطاب إلى تحويله إلى خطوات ملموسة على أرض الواقع، سواء من خلال خطأ في الحسابات، أو من خلال خروج دينامية التطورات عن السيطرة في لحظة ما، خاصة أن لغة التواضع والتعدي المبطن بين الجانبين تسارعت في الآونة الأخيرة، كان آخرها تشديد الرئيس الصيني شي جين بينغ، على «زيادة التدريبات القتالية» للقوات الصينية التي قامت بمناورات عسكرية كبيرة بحرية وجوية حول تايوان لمدة 3 أيام.

تأتي كلمة الرئيس الصيني في أجواء مشحونة ازداد احتدامها منذ قضية تحليق المنطاد الصيني في الأجواء الأميركية، والتي أطاحت بزيارة وزير الخارجية أنتوني بليكن إلى بكين في فبراير/ شباط الماضي. بعدها جاء اتهام الصين بمحاولة تزويد موسكو بأسلحة وذخائر لتزفع حرارة التوتر، وأخيراً الضجة الأخيرة الكبيرة التي بدأت إثر اجتماع رئيس مجلس النواب كيفن مكارثي مع رئيسة تايوان تساي إينغ وين في ولاية كاليفورنيا مؤخراً. كما وساهم تطوران أساسيان من العيار الثقيل أيضاً في زيادة الضيق الأميركي من الصين، وهما رعاية هذه الأخيرة للاتفاق السعودي - الإيراني، وزيارة الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون الأخيرة إلى بكين.

ويعتبر لقاء مكارثي - تساي استفزازياً باعتبار جهات أميركية لم تر في الخطوة أكثر من ورقة أراد رئيس المجلس توظيفها سياسياً، وابتغى منها تسجيل موقف لصالح حزبه الجمهوري يوازي زيارة رئيسة المجلس نانسي بيلوسي الديمقراطية إلى تايوان في الصيف الماضي، خلافاً لرغبة البيت الأبيض. في اللقاءين، كان اللقاء غير محسوب وثمة من وصفه ب«الاعتباطي» الذي «لا علاقة له بالسياسة الخارجية»، وعزز حجة بكين بأن واشنطن تلتفت على التزامها بسياسة «صين واحدة» التي جرت الإشارة إليها في بيان شنغهاي عام 1972 بعد زيارة الرئيس نيكسون الشهيرة إلى بكين، والمعروف أن واشنطن أفلتت سفارتها في تايوان عام 1979

حرب تحت الماء.. بكين تتنافس واشنطن بمد كابلات الإنترنت عبر الشرق الأوسط؟

مجال الكابلات البحرية. وأضافت أنه «ينبغي على الولايات المتحدة أن تكف عن اختلاق الشائعات ونشرها حول ما يسمى بأنشطة مراقبة البيانات، وأن تكف عن التشهير بالشركات الصينية وتشويه سمعتها».

حرب الكابلات بين بكين وواشنطن

الكابلات البحرية هي العمود الفقري للإنترنت، وهي مسؤولة عن نقل أكثر من 99% من حركة البيانات العالمية. تربط هذه الكابلات القارات والبلدان، مما يسمح للناس في جميع أنحاء العالم بالتواصل والوصول إلى المعلومات في الوقت الفعلي. وعلى هذا النحو، أصبحت رصيدياً استراتيجياً للبلدان التي تسعى لتوسيع نطاقها وتأثيرها في العالم الرقمي. خلال السنوات الأخيرة، استثمرت الصين بكثافة في الكابلات البحرية، إذ أخذت الشركات المملوكة للدولة زمام المبادرة في مد الكابلات الجديدة وتحديث الكابلات الموجودة. في عام 2019، كان لدى الصين ما مجموعه 163 ألف كيلومتر من الكابلات البحرية، فيما كان لدى الولايات المتحدة 306 ألف كيلومتر. ومع ذلك، فإن هذه الفجوة تتقلص بسرعة، إذ توسع الصين شبكة الكابلات الخاصة بها بسرعة.

وحسب تقرير سابق نشرته بلومبيرغ في مارس/ آذار 2021، ونقلت فيه عن معهد «دراسات السلام والصراع» ومركز «ليدن آسيا» بهولندا، فإنه اعتباراً من عام 2019 أصبحت الصين نقطة هبوط أو مالكا أو مورداً لـ 11.4% من الكابلات البحرية حول العالم، وتوقع أن تنمو هذه النسبة إلى 20% بين عامي 2025 و2030.

عربي TRT

مشروعاً أمريكياً آخر تنفذه حالياً شركة سابكوم الأمريكية وسيربط أيضاً سنغافورة بفرنسا عبر باكستان والسعودية ومصر وست دول أخرى. ويطلق عليه اسم «سي. مي.وي.6»، وهو اختصار لـ (جنوب شرقي آسيا والشرق الأوسط وغرب أوروبا-6).

وبينما رفضت شركة سابكوم التعليق على مشروع الكابل المنافس، وكذلك فعلت وزارة العدل التي تشرف على فريق عمل مشترك بين الوكالات لحماية شبكات الاتصالات الأميركية من التجسس والهجمات الإلكترونية، قال المتحدث باسم وزارة الخارجية الأميركية إن الولايات المتحدة تدعم أن يكون الإنترنت مجانياً ومفتوحاً وأمنياً. وأضاف أن الدول يجب أن تعطي الأولوية للأمن والخصوصية من خلال «الاستبعاد الكامل للشركات غير الموثوق بها» من الشبكات اللاسلكية والكابلات الأرضية والبحرية والأقمار الصناعية والخدمات السحابية ومراكز البيانات. وعلى الرغم من أن المتحدث باسم وزارة الخارجية الأميركية لم يذكر الشركات الصينية أو بكين، لكن وزارة الخارجية الصينية قالت: إنها تعارض «انتهاك الولايات المتحدة للقواعد الدولية الراسخة» بشأن التعاون في



طلبت من رويترز عدم الكشف عن هويتها لأنه غير مسموح لها بمناقشة أسرار تجارية محتملة، أن الكابل المقترح والمعروف باسم «إي.إم.إيه»، وهو اختصار لـ (أوروبا والشرق الأوسط وآسيا)، سيربط هونغ كونغ بإقليم جزيرة هاينان الصينية قبل أن يتجه إلى سنغافورة وباكستان والسعودية ومصر وفرنسا.

والكابل الجديد الذي يعد من أكثر شبكات الكابلات البحرية تقدماً وبعيدة المدى في العالم، تعكف على تنفيذه شركات الاتصالات الرئيسية الثلاث في الصين، وهي: تشاينا تيليكون، وتشاينا موبايل ليميتد، وتشاينا يونيكوم، فيما ستصنعه وتمده في قاع البحر شركة إتش.إم.إن.إ.إ.إ. الصينية المحدودة، وهي شركة كابلات سريعة النمو. من جانبها، قالت وزارة الخارجية الصينية في بيان لـ رويترز، إنها «تشجع الشركات الصينية دائماً على تنفيذ استثمارات أجنبية و(فتح سبل) تعاون»، دون أن تعلق مباشرة على مشروع الكابل.

مشروع أمريكي مماثل

ينافس مشروع الكابل الصيني الذي كُشف عنه حديثاً

مع استمرار دور التكنولوجيا في لعب دور متزايد الأهمية في الاقتصاد العالمي والعلاقات الدولية، سيصبح السباق للسيطرة على البنية التحتية الرقمية أكثر شراسة، لا سيما بعد دخول الصين ساحة المنافسة التي تهيمن عليها الولايات المتحدة منذ عقود.

وفي منافسة للهيمنة الأميركية على البنية التحتية للإنترنت عالمياً، فإن تسارع الصين الخطى لإنشاء طريق حريز رقمي لا يقل أهمية عن مبادرة الحزام والطريق التي عززت نفوذ البلاد على ساحة التجارة العالمية، وذلك لتعزيز موقفها في المنافسة الأوسع بين البلدين للهيمنة في المجال الرقمي.

في السنوات الأخيرة، انخرطت الصين والولايات المتحدة في شكل جديد من المنافسة: حرب كابلات الإنترنت، التي يتنافس فيها البلدان من أجل السيطرة على البنية التحتية للإنترنت في العالم من خلال مد كابلات الإنترنت تحت سطح البحر. فيما تبذل بكين جهوداً متضافرة للتنافس مع واشنطن في هذه الساحة، بهدف زيادة نفوذها في الاقتصاد العالمي واحتمال اكتساب ميزة استراتيجية في حالة نشوب صراع. وفي أحدث فصول المنافسة التكنولوجية بين بكين وواشنطن، قالت رويترز إن شركات الاتصالات الصينية المملوكة للدولة تطور شبكة كابلات إنترنت من الألياف الضوئية تحت البحر بقيمة 500 مليون دولار، ستربط آسيا والشرق الأوسط وأوروبا، لمنافسة مشروع مماثل تدعمه الولايات المتحدة.

لعب صيني جديد

قالت أربعة مصادر مطلعة اطلاعاً مباشراً على الخطة،

Shape-Shifting Antibiotics – A New Weapon Against Drug-Resistant Superbugs

Professor John E. Moses has developed a shape-shifting antibiotic using click chemistry, combining vancomycin with bullvalene—a molecule with over a million configurations—to create a more effective drug that bacteria did not develop resistance to, potentially revolutionizing the fight against drug-resistant infections.

Antibiotic resistance is a major public health threat, ranked as one of the top 10 by the World Health Organization. Every year, in the United States alone, nearly 3 million people are infected by drug-resistant bacteria and fungi, resulting in the death of around 35,000. While antibiotics are crucial in treating infections, overuse has led to the development of antibiotic-resistant strains of bacteria. These infections pose a significant challenge to treatment.

Now, Professor John E. Moses of Cold Spring Harbor Laboratory (CSHL) has developed a new weapon to combat drug-resistant superbugs – an innovative antibiotic that has the ability to shape-shift by rearranging its atoms.

Moses came up with the idea of shape-shifting antibiotics while observing tanks in military training exercises. With rotating turrets and nimble movements, the tanks could respond quickly to possible threats.

A few years later, Moses learned of a molecule called bullvalene. Bullvalene is a fluxional molecule, meaning its atoms can swap positions. This gives it a changing shape with over a million possible configurations—exactly the fluidity Moses was looking for.

Chemical Structure for Shape Shifting Antibiotic

The chemical structure of the new antibiotic was designed by Moses and synthetically assembled by his lab. Dr. Thomas Fallon, Moses' collaborator at the University of Newcastle, Australia, provided the shape-shifting bullvalene core. Moses says one commenter called the study "probably the 'coolest' and most complex natural product derivative paper I've come across."

Several bacteria, including MRSA, VRSA, and VRE, have developed resistance to a potent antibiotic called vancomycin, used to treat everything from skin infections to meningitis. Moses thought he could improve the drug's bacteria-fighting performance by combining it with bullvalene.

He turned to click chemistry, a Nobel Prize-winning class of fast, high-yielding chemical reactions that "click" molecules together reliably. This makes the reactions more efficient for wide-scale use.

"Click chemistry is great," says Moses, who studied this revolutionary development under two-time Nobel laureate K. Barry Sharpless. "It gives you certainty and the best chance you've got of making complex things."

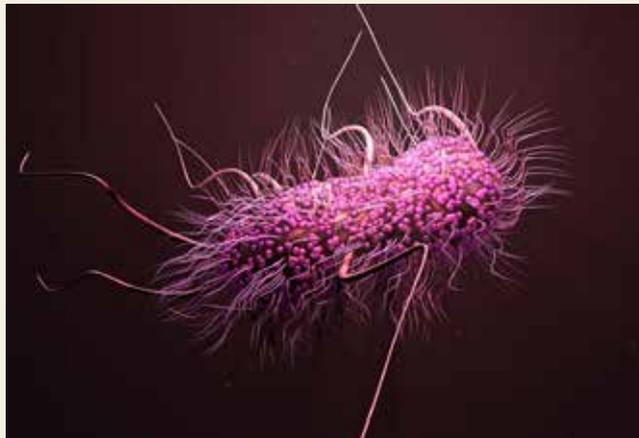
Using this technique, Moses and his colleagues created a new antibiotic with two vancomycin "warheads" and a fluctuating bullvalene center.

Moses tested the new drug in collaboration with Dr. Tatiana Soares da-Costa (University of Adelaide). The researchers gave the drug to VRE-infected wax moth larvae, which are commonly used to test antibiotics. They found the shape-shifting antibiotic significantly more effective than vancomycin at clearing the deadly infection. Additionally, the bacteria didn't develop resistance to the new antibiotic.

Researchers can use click chemistry with shape-shifting antibiotics to create a multitude of new drugs, Moses explains. Such weapons against infection may even be key to our species' survival and evolution.

"If we can invent molecules that mean the difference between life and death," he says, "that'd be the greatest achievement ever."

<https://scitechdaily.com/shape-shifting-antibiotics-a-new-weapon-against-drug-resistant-superbugs>



مستوحى من الفراشات.. تطوير أول طلاء نانوي موفر للطاقة والتكلفة في العالم

اعتمادا على الترتيب الهندسي للبنى النانوية.

وتعتبر هذه الألوان البنوية صديقة للبيئة، لأنها تستخدم المعادن والأكاسيد فقط على عكس الألوان من الأصباغ الحالية التي تستخدم جزيئات صناعية، وقد أدمج الباحثون رقائق الألوان البنوية الخاصة بهم مع مادة رابطة لتشكيل دهانات طويلة الأمد من جميع الألوان. وأوضح تشاندا أن اللون في الطلاء المطور يدوم لفترة طويلة قائلا «يتلاشى اللون الطبيعي في الطلاء التقليدي، لأن الصبغة تفقد قدرتها على امتصاص الفوتونات، أما في الطلاء البلازموني فسيديم اللون الهيكلي/ البنوي لقرون عدة».

يساهم في تبريد الجسم المطلي

يمتص الطلاء البلازموني حرارة أقل، نظرا لأنه يعكس طيف الأشعة تحت الحمراء بالكامل، مما يؤدي إلى بقاء السطح السفلي أكثر برودة بمقدار 13 إلى 16 درجة مئوية مقارنة بدرجة حرارته فيما لو كان مغطى بطلاء تقليدي تجاري.

وقال تشاندا «إن أكثر من 10% من إجمالي الكهرباء في الولايات المتحدة يستهلك لاستخدام مكيفات الهواء».

وأضاف أن «الفرق في درجات الحرارة التي يمكن الحصول عليها باستخدام الطلاء البلازموني سيؤدي إلى توفير كبير في الطاقة، وهكذا فإن استخدام قدر أقل من الكهرباء للتبريد من شأنه أن يقلل أيضا انبعاثات ثاني أكسيد الكربون، كما أنه يقلل ظاهرة الاحتباس الحراري».

خفيف الوزن

ووفق تقرير نشر على موقع «ساينس ألرت» (Science Alert) يمتاز الطلاء البلازموني بأنه خفيف الوزن للغاية، ويرجع ذلك إلى النسبة ما بين مساحة الطلاء الكبيرة إلى السماكة، إضافة إلى تحقيق التلويين الكامل بسماكة 150 نانومترا فقط، مما يجعله أخف طلاء في العالم.

ونظرا لخفة وزنه فإن 1.4 كيلوغرام منه يمكن أن تغطي طائرة «بوينغ 747»، والتي تتطلب عادة أكثر من 454 كيلوغراما من الطلاء التقليدي.

وأوضح تشاندا أن الخطوات التالية للمشروع تستهدف استكشاف جوانب توفير الطاقة للطلاء المطور، بهدف تحسين الجدوى الاقتصادية منه وإمكانية تسويقه تجاريا، مع العلم أن إنتاجه لا يزال يقتصر على المختبر الأكاديمي، والذي يعتبر أمرا مكلفا مقارنة بالتكلفة الأقل نسبيا للطلاء التقليدي المصنّع في منشآت كبيرة، حيث يمكن إنتاج مئات الغالونات منه.

ويؤمن تشاندا بأنه لا بد من «تطوير شيء مختلف عن الطلاء التقليدي يكون ذا وزن خفيف وعديم السمية ويلعب دورا في تبريد الجسم الذي يطلى به».

استوحى ديباشيس تشاندا الباحث في جامعة سنترال فلوريدا والأستاذ بمركز تكنولوجيا العلوم النانوية التابع لجامعة كاليفورنيا من الفراشات فكرة لابتكار أول طلاء صديق للبيئة ذي ألوان متعددة.

ويقترض أن يصبح هذا الطلاء بديلا عن الملونات المعتمدة على الأصباغ الصناعية، ويرى تشاندا أن هذا الابتكار سيسهم في جهود توفير الطاقة والمساعدة في تخفيض الاحتباس الحراري.

وقد نشرت نتائج البحث الذي تقدم به في دورية «ساينس أدفانسز» (Science Advances) بتاريخ الثامن من مارس/ آذار الماضي واعتبرته الدورية مقالة مميزة.

اختلاف اللون حسب الترتيب البنوي للمادة

وصرح تشاندا في بيان صحفي نشر على الموقع الرسمي لجامعة سنترال فلوريدا بأن «مجموعة الألوان والأشكال في العالم الطبيعي مذهلة، بدءا من الزهور الملونة والطيور والفراشات، وصولا إلى الكائنات الموجودة تحت الماء، مثل الأسماك ورؤسيات الأرجل».

وأضاف «ينتج الترتيب الهندسي لجزيئات مادة عديمة اللون طبعا واسعا من الألوان، في حين نحتاج دوما إلى وجود جزيئات جديدة لكل لون ناتج من الأصباغ الصناعية».

وحسب موقع «ساينس إيه بي سي» (Science ABC)، تحصل الفراشات على لونها من مصدرين رئيسيين: التصبغ والتقرح، فالتصبغ هو المسؤول عن اللون العادي، لأن أجنحة الفراشات تحتوي أيضا على أصباغ ملونة، خاصة الميلانين، مما يمنحها الألوان الداكنة من الأصفر والبني والأسود.

أما التقرح اللوني فهو ظاهرة يتغير فيها لون الكائن حسب الزاوية التي يُنظر إليه منها، ويحدث هذا عندما يمر الضوء عبر سطح شفاف فيه العديد من الطبقات المختلفة، وينعكس على هذه الأسطح العديدة ليعطي ألوانا مختلفة ذات شدة متفاوتة تتغير وفقا للزاوية التي تنظر إليها.

وتتكون أجنحة الفراشة من العديد من المقاييس الشفافة الدقيقة التي تساهم في التقرح اللوني، ويمتص الجمع بين كل هذه الانعكاسات أجنحة الفراشة لونها المتقرح.

وقد ابتكر فريق البحث طلاء يستخدم الترتيب البنوي النانوي للمواد عديمة اللون، وهي الأنيوم وأكسيد الأنيوم بدلا من الأصباغ لإنشاء الألوان، وسمي «الطلاء البلازموني».

تتحكم الملونات الصباغية في امتصاص الضوء اعتمادا على الخاصية الإلكترونية لمادة الصباغ التي تتطلب وجود جزيء جديد لكل لون، في حين تتحكم الملونات البنوية في طريقة انعكاس الضوء أو تشتيته أو امتصاصه

دراسة حديثة: الصفائح الجليدية تتراجع بشكل غير مسبوق خلال 20 ألف عام



وفي عام 2017 تراجع نهر ألبايا الجليدي بسرعة نحو 32 متراً في اليوم، بناءً على حسابات الأقمار الصناعية، وذلك وفقاً للبيان الصحفي المنشور على موقع «يوريك ألرت» (EurekaAlert).
وقالت باتشيلور إن الدراسة الجديدة تقدم تحذيراً للاعتبار من دروس الماضي بشأن السرعات التي يمكن للصفائح الجليدية أن تتراجع بها. وتظهر النتائج أن حالات التراجع السريع يمكن أن تكون أسرع بكثير من أي شيء رأيناه حتى الآن.
وأشار المؤلفون إلى أن المعلومات عن كيفية تصرف الصفائح الجليدية خلال الفترات الماضية من ارتفاع درجة حرارة المناخ تعدّ مهمة لإثراء عمليات المحاكاة الحاسوبية التي تتنبأ بالغطاء الجليدي وتغير مستوى سطح البحر في المستقبل.
وتظهر الدراسة قيمة الحصول على صور عالية الدقة للمناظر الطبيعية الجليدية المحفوظة في قاع البحر.

عالية الدقة لقاع البحر للكشف عن مدى سرعة تراجع صفائح جليدية سابقة امتدت من الترويج في نهاية العصر الجليدي الأخير، نحو 20 ألف سنة مضت. وقد قام الفريق بحساب معدلات التراجع من خلال دراسة أنماط التلال الجليدية التي تأخذ شكل الأمواج في قاع البحر.
تحذير من الماضي
ووجد الفريق أن معدلات التراجع تراوح بين نحو 55 متراً إلى قرابة 609 أمتار في اليوم، واستمرت المعدلات القصوى للتراجع على مقياس من أيام إلى شهور. ووفقاً للباحثة، فإذا تراجع الغطاء الجليدي بحدود 600 متر يومياً لمدة عام، فمن المحتمل ألا يتبقى أي جليد في المستقبل القريب.
في الماضي كان أحد أسرع معدلات التراجع التي اكتشفت للأنهار الجليدية في نهر ألبايا الجليدي في غرب أنتاركتيكا، وهو نهر جليدي صغير قريب جداً من نهر تويتس الجليدي الهائل، الملقب «بنهر القيامة الجليدي»، لإسهام ذوبانه الكبير نسبياً في ارتفاع مستوى سطح البحر.

البحار العالمية بما لا يقل عن 17.8 ملم، وهو ما يعني أن الغطاء الجليديين في المنطقتين المذكورتين مسؤولان عن أكثر من ثلث إجمالي ارتفاع مستوى سطح البحر.
وأشارت المؤلفة الرئيسية للدراسة كريستين باتشيلور، أستاذة الجغرافيا الطبيعية بجامعة نيوكاسل، إلى أن التراجع السريع في الغطاء الجليدي الأوراسي يفوق بكثير الأنهار الجليدية الأسرع حركة التي تمت دراستها في القارة القطبية الجنوبية، والتي سجلت معدلات التراجع بها 160 قدماً في اليوم الواحد.
وقالت باتشيلور، إن استمرار الارتفاع في درجات حرارة الهواء والبحار باطراد يمكن أن يجعل تراجع الجليد أمراً من الماضي، وإنما سيتحول الأمر إلى انهيارات جليدية مفاجئة في فترات زمنية قصيرة جداً تكون ضحيتها الأولى الأنهار الجليدية الحديثة التكوين.
أجرى المؤلفون تحليلاً لطبقات سابقة من نهرين جليديين رئيسيين عبر الجرف الجليدي القاري الترويجي يعود تاريخهما إلى ما بين 15 إلى 19 ألف عام، واستخدموا صوراً

يمكن للصفائح الجليدية أن تتراجع لمسافة تصل إلى 600 متر في اليوم خلال فترات ارتفاع درجة حرارة المناخ، أي 20 مرة أسرع من أعلى معدل تراجع تم قياسه سابقاً، وفقاً لدراسة حديثة نشرت مؤخراً في دورية «نيتشر» (Nature).
وبعد هذا المعدل هو الأسرع حتى الآن، مما يخالف ما اعتقد العلماء سابقاً أنه حدود السرعة القصوى لتراجع الغطاء الجليدي، وهو الاكتشاف الذي قد يلقي الضوء على مدى سرعة ذوبان الجليد في جزيرة غرينلاند والقارة القطبية الجنوبية، ورفع مستويات سطح البحر عبر العالم، بالتزامن مع ارتفاع درجات الحرارة.
جليد الشمال الأسرع ذوباناً
لتقدير حجم إسهام التلججات والأنهار الجليدية في ارتفاع منسوب سطح البحر عالمياً، يراقب الباحثون معدلات تراجع الغطاء الجليدي. وأسفرت المراقبة عن نتيجة مفادها أن القارة القطبية الجنوبية وجزيرة غرينلاند فقدتا معاً أكثر من 6.4 تريليونات طن من الجليد منذ تسعينيات القرن الماضي، وذلك أدى إلى ارتفاع مستويات

علماء: الذاكرة البشرية قد تتلاشى بعد ثوانٍ من الأحداث



حول ذلك، أجرى الباحثون أربع تجارب، في البداية، تم فحص المشاركين للتأكد من أنهم قادرين على إكمال مهام الذاكرة المرئية الأساسية قبل عرض عليهم دائرة من ستة أو ثمانية أحرف، واحد أو اثنان منها عبارة عن أشكال معكوسة للصور.

بعد ثوانٍ، عُرض على المشاركين دائرة ثانية من الأحرف طلب منهم تجاهلها كنوع من الإلهاء، ثم طلب منهم تحديد شكل معين من بين سلسلة من الخيارات كان موجوداً في الدائرة الأولى، وعمد الباحثون إلى تقييم مدى ثقة المشاركين في إجاباتهم عن الاختيار.

كشفت نتائج 23 مشاركاً ممن أبلغوا عن ثقة عالية في إجاباتهم أن الخطأ الأكثر شيوعاً هو اختيار الشكل المعكوس للشكل المستهدف.

فسر الفريق البحثي هذه الظاهرة بأن الأخطاء كانت مدفوعة بمعرفة المشاركين بالأبجدية وبالتالي توقعاتهم، وأن الثقة العالية التي أبلغ بها المشاركون عن إجاباتهم تستبعد أيضاً احتمال أن تكون النتائج مجرد تخمين للمشاركين.

قال علماء من جامعة أمستردام إنه تبين لهم من خلال دراسة أجروها مؤخراً أنه يمكن للذاكرة البشرية أن تتلاشى حتى بعد ثوانٍ من وقوع أحداث معينة، وهو ما أطلق عليه العلماء اسم ظاهرة «أوهام الذاكرة قصيرة المدى».

ونقلت صحيفة «ذا غارديان» البريطانية عن الدكتور مارت أوتين، المسؤول الأول للدراسة من جامعة أمستردام، إنه «حتى على المدى القصير، قد لا تكون ذاكرتنا موثوقة تماماً، حيث يمكن لذاكرتنا أن تبدأ في التلاشي قليلاً بعد ثانية ونصف، أو ثابنتين أو ثلاث ثوانٍ، ثم تبدأ بملء ذاكرتنا مرة أخرى بناءً على توقعاتنا عن الأحداث المختلفة».

وأوضح أوتين وزملاؤه أن الأبحاث السابقة أظهرت أنه عندما يُعرض على الأشخاص حرف مستدير أو صورة معكوسة، فإنهم غالباً ما يصفون ما شاهده بأنه حرف أو صورة في الاتجاه الصحيح، وهي ملاحظة تم إهمالها من قبل المشاركين الذين أخطأوا رؤية الأشكال المعروضة.

وأضاف أوتين: «رغم أننا نعلم أن يكون ذلك بسبب الذاكرة»، ولزيد من التحقق

سوني تطلق أصغر وأخف كاميرا لمدونات الفيديو في العالم

على مدار عامين، طورت سوني كاميراتها إلى عائلتين: Alpha 7- التي تتضمن كاميرات متطورة كاملة الإطار- و ZV التي تضع مدونين في الاعتبار.

أطلقت شركة سوني كاميرا مدونات الفيديو ZV-E1 الجديدة، التي تعتبر أصغر وأخف كاميرا بمستشعر الإطار الكامل والعدسات القابلة للتغيير في العالم، علاوة على أنها تمتاز بتتبع موضوعات التصوير بموثوقية في الوقت الحقيقي بفضل تقنية الذكاء الاصطناعي. وأوضحت الشركة اليابانية أن الكاميرا ZV-E1 الجديدة تأتي بأبعاد 121 x 71 x 54 ملم، ولا يتعدى وزنها 483 جراما بما في ذلك البطارية وبطاقة الذاكرة.

وتشتمل باقة التجهيزات التقنية على مستشعر الإطار الكامل بدقة 12 ميغابيكسل، ودرجة حساسية تصل إلى ISO 409.600، وترجع دقة الوضوح المنخفضة نسبيا إلى أن الكاميرا الجديد تركز على تسجيل الفيديو؛ حيث تأتي واجهة المستخدم والتجهيزات لتلبية متطلبات المستخدمين، الذين يرغبون في تسجيل مقاطع الفيديو بصورة أساسية.

وتقوم الكاميرا ZV-E1 الجديدة بتسجيل الفيديو بالحركة البطيئة بدقة 4K وبمعدل يصل إلى 120 صورة في الثانية أو بدقة 4K وبمعدل 60 صورة في الثانية، وقد قامت شركة سوني بدمج المعالج BIONZ XR مع شريحة الذكاء الاصطناعي، والتي لا يقتصر دورها على التركيز التلقائي السريع بواسطة وظيفة تتبع موضوعات التصوير بالذكاء الاصطناعي فحسب، بل تقوم أيضا بتوجيه مقطع الصورة تلقائيا على موضوع التصوير المحدد.

وتعتمد وظيفة التثبيت الرقمي للصورة على شريحة الذكاء الاصطناعي؛ حيث يمكن التعرف على عدة وجوه وإيقاف العدسة تلقائيا للحصول على عمق وضوح أكبر وتصوير جميع الأشخاص بوضوح فائق.

وعند توصيل الكاميرا بالحاسوب أو الهاتف الذكي عن طريق USB-C فإنه يمكن بث مقاطع الفيديو بدقة 4K مباشرة، وبالتالي فإنه يمكن استعمال الكاميرا ZV-E1 الجديدة باعتبارها كاميرا ويب فائقة الجودة، وتزخر الكاميرا الجديدة أيضا بشاشة قابلة للطي قياس 3 بوصات مع ميكروفون مدمج لتسجيل الصوت بشكل واضح.



تصنيف Oppo Find X6 Pro كأفضل هاتف ذكي مزود بكاميرا في تحليل 14 Ahmed Attia DxOMark

مما لا يثير الدهشة، أن Oppo Find X6 Pro يضيء في معظم المناطق، بتفاصيل ممتازة عبر مستشعرات الكاميرا الخلفية الثلاثة، حتى في ظروف الإضاءة المنخفضة. بالإضافة إلى ذلك، يحتوي الهاتف على ضبط تلقائي للصورة سريع وموثوق، بالإضافة إلى ثبات فيديو فعال وتأثير خوذة مقنع في الوضع الرأسي. علاوة على ذلك، ينجح Find X6 Pro في تقليل ضوء الصورة في جميع الظروف.

ومع ذلك، فإن Find X6 Pro يقصر في بعض المناطق. وبالتحديد، لاحظ DxOMark اختلافات النطاق الديناميكي بين الصورة التي شوهدت في عدسة الكاميرا والنتيجة النهائية.

أيضا، يعاني Find X6 Pro من بعض عدم استقرار التعريض وتباين منخفض في اللقطات الشخصية ذات الإضاءة الخلفية. وبالمثل، تؤدي معالجة Oppo إلى درجات لون بشرية غير طبيعية في ظروف معينة.

بشكل عام، ينتج Find X6 Pro صوراً ومقاطع فيديو رائعة المظهر.

أزاحت شركة Oppo شركة Honor من خلال فوزه على قمة لوحة المتصدرين في كاميرا DxOMark، ويتفوق Oppo Find X6 Pro على Magic5 Pro بنقطة واحدة، كما يتفوق أيضا على Galaxy S23 Ultra و iPhone 14 Pro Max و Mate 50 Pro و 7 Pro من بين الهواتف الذكية الرائدة الأخرى.

صعد Find X6 Pro إلى قمة لوحة المتصدرين في DxOMark، بعد أقل من شهرين من تتويج موقع الويب Magic5 Pro على أنه يحتوي على أفضل الكاميرات في الهاتف الذكي الذي قام بمراجعتها حتى الآن. الفجوة بين Find X6 Pro و Magic5 Pro صغيرة بشكل خاص، مع نقطة واحدة فقط تفصل بينهما.

على هذا النحو، يتفوق Find X6 Pro أيضا على Galaxy S23 Ultra و iPhone 14 Pro Max و Pixel 7 Pro و Mate 50 Pro من بين الهواتف الذكية الرائدة الأخرى الحديثة.

بينما من المحتمل أن يظل Find X6 Pro حصريا في الصين، فإن Magic5 Pro سيكون متاحا قريبا في أسواق متعددة، بما في ذلك المملكة المتحدة ومنطقة اليورو.



There is a huge problem with the Samsung Galaxy S23 camera

There are banana-shaped blurry spots in the pictures, some Galaxy S23 models have a hardware defect in their cameras, but Samsung is not admitting this, according to reports.

200 megapixel and 1-inch sensors here or there, the amazingly expensive new high-end mobile phones often disappoint when taking pictures, whether it's the exaggerated bokeh effect, which is why only one person's face is sharp in the picture, the exaggerated algorithm, which is why people's faces were drawn with crayons or about

bloated children, because the device cannot keep up with the fast movement.

The errors mentioned so far are due to the development directions, however, there are times when a specific camera is faulty. According to reports, many Galaxy S23 and Galaxy S23+ mobiles have been released with a camera

hardware defect, and more and more people are complaining about it. Samsung reportedly won't acknowledge the problem, leaving owners helpless.

Based on the reports and the attached sample images, the Galaxy 23 and Galaxy S23+ cannot keep the entire scene in focus, the images taken with the main camera have blurry spots, usually in the middle and in the

shape of a baby. On a German forum, 75 out of 82 respondents experienced this error, and on an Italian forum, 17 out of 25 people. A few of those affected tried to have the device repaired, but Samsung responded that this was not possible, because it is a characteristic of the large sensor, the DSLR-like bokeh effect. .

In practice, however, unusable photos are often created, even when photographing documents, they are unreadable in some areas. Some had the camera finally replaced, and the new one has the same error.





Motorola Edge 40 Appears On Geekbench Benchmark

After months of waiting, Motorola finally brought the Motorola X40 with Snapdragon 8 Gen 2 to the international markets. It came earlier this month with the usual rebranding to Motorola Edge 40 Pro. Curiously, the device came alone, but if it's the "Pro" we assumed that there was a vanilla to come at some point. Unlike the past years, Motorola postponed the vanilla, but according to a new leak, the wait should not be so long.

A new handset believed to be the Motorola Edge 40 passed the Geekbench benchmark. Thanks to it we know some of its key specs and that its launch is nearing the shores.

The Motorola Edge 40 passed by Geekbench 6 benchmark with a MediaTek CPU. That is a major difference over the Pro which has the Qualcomm flagship CPU. The phone boasts MediaTek's MT6891Z_Z/CZA SoC. This is similar to the Dimensity 1100. The phone scored 1,105 points in the Single Core tests and 3,542 in the Multi-Core department. The phone ran Android 13, with 8 GB of RAM on-board. We expect more variants with distinct RAM/Storage configurations.

Rumors have been pointing to the use of a Dimensity 8020 on the Motorola Edge 40. It's a new 8000 series variant for premium mid-range phones. However, as we've mentioned, the chipset on Geekbench falls in line with the Dimensity 1100 specs. This CPU has the same four cores with 2

GHz, plus four cores with 2.6 GHz. Right now, we will need to wait, after all benchmarks can be a little confusing with details.

MOTOROLA EDGE 40 ALLEGED SPECIFICATIONS

The Motorola Edge 40 packs a 6.55-inch pOLED display with Full HD+ resolution. The device will get up to 256 GB of UFS 3.1 storage, and a 4,400 mAh battery with 68W wired charging and 15W wireless charging. In terms of optics, the device will bring a primary 50 MP camera with OIS, a 13 MP ultrawide shooter. For selfies and video calls, the device will get a 32 MP selfie unit. Moreover, it has an in-display fingerprint scanner and stereo speakers with Dolby Atmos. The Motorola Edge 40 will also have an IP68 rating.

The Motorola Edge 40 comes in Nebula Green, Lunar Blue, Eclipse Black, and Viva Magenta colors. These colors have leaked before, so right now, there is not much left to know about this particular device.



كيفية التقاط الصور باستخدام صوتك في هواتف سامسونغ

ثانياً؛ كيفية تفعيل استخدام إيماءات اليد:

تدعم هواتف سامسونغ الحديثة بعض الإيماءات الفريدة التي تسهل عليك أداء الكثير من المهام، ومنها: إيماءة تمرير راحة اليد فوق الشاشة لالتقاط صورة ذاتية. ولتفعيل إيماءة تمرير راحة اليد في تطبيق الكاميرا في هواتف سامسونغ؛ يمكنك اتباع الخطوات التالية:

افتح تطبيق الكاميرا في هاتف سامسونغ. اضغط على أيقونة الإعدادات في الزاوية العلوية اليمنى. فُعل خيار (التحكم الصوتي) Voice control من خلال الضغط على زر التبديل الموجود بجواره. بمجرد تفعيل خيار التحكم الصوتي في إعدادات تطبيق الكاميرا؛ يمكنك التقاط الصور بقول كلمات مثل: Cheese، أو (ابتسامة) Smile، أو (تصوير) Capture، أو تسجيل مقاطع الفيديو بقول (تسجيل فيديو) Record Video، وإذا كنت تستخدم الكاميرا الأمامية سيظهر مؤقت للعد التنازلي مما يتيح ضبط الإطار قبل التقاط الصور.

الإلكتروني (S Pen) والتقاط الصور من خلال الضغط عليه. إليك كيفية التقاط الصور في هواتف سامسونغ جالاكسي باستخدام صوتك أو إيماءات اليد:

أولاً؛ كيفية تفعيل استخدام الأوامر الصوتية:

تعد واحدة من الميزات المفيدة والمخفية في واجهة المستخدم OneUI في هواتف سامسونغ هي القدرة على التقاط الصور دون لمس زر الغالق في الشاشة أو أزرار الصوت، وبدلاً من ذلك يمكنك استخدام إيماءة تمرير راحة اليد أو الأوامر الصوتية لالتقاط الصور. ويعني هذا أنه يمكنك إعداد هاتفك على حامل ثلاثي القوائم، أو وضعه على سطح، وضبط الإطار ثم يمكنك التقاط الصور وتسجيل مقاطع الفيديو دون استخدام اليدين، وذلك من خلال استخدام الأوامر الصوتية أو إيماءات اليد، وإذا كان لديك هاتف Galaxy S23 أو Galaxy S22 Ultra، فيمكنك أيضاً إعداد اختصار للقلم

وتعد واحدة من الميزات المفيدة والمخفية في واجهة المستخدم OneUI في هواتف سامسونغ هي القدرة على التقاط الصور دون لمس زر الغالق في الشاشة أو أزرار الصوت، وبدلاً من ذلك يمكنك استخدام إيماءة تمرير راحة اليد أو الأوامر الصوتية لالتقاط الصور. ويعني هذا أنه يمكنك إعداد هاتفك على حامل ثلاثي القوائم، أو وضعه على سطح، وضبط الإطار ثم يمكنك التقاط الصور وتسجيل مقاطع الفيديو دون استخدام اليدين، وذلك من خلال استخدام الأوامر الصوتية أو إيماءات اليد، وإذا كان لديك هاتف Galaxy S23 أو Galaxy S22 Ultra، فيمكنك أيضاً إعداد اختصار للقلم

مايكروسوفت تتيح فلاتر سناب شات لمنصة تيمز

وكانت شركة مايكروسوفت قد أطلقت إصداراً جديداً من تطبيق تيمز المتخصص في عقد الاجتماعات وتسهيل التعاون بين زملاء العمل لويندوز (Windows)، وقالت الشركة الأمريكية العملاقة إنها أعادت تطوير التطبيق الذي يعدّ من أفضل تطبيقات الاجتماعات من الصفر، وذلك بهدف توفير تجربة أفضل للمستخدمين من خلال العمل على تبسيط الواجهة وتحسين سرعة التطبيق ومنحه العديد من الميزات الذكية.

وقالت سومي سينغ نائبة رئيس الهندسة في مايكروسوفت تيمز إن الإصدار الجديد من التطبيق أسرع وأبسط وأكثر مرونة من أي وقت مضى، وأضافت أن الشركة حققت تقدماً كبيراً في الأداء وقابلية الاستخدام، إذ إن التطبيق الجديد لويندوز أسرع بالضعف مقارنة مع الإصدار الحالي، كما يستهلك 50% أقل من الموارد.

أعلنت شركة «مايكروسوفت» (Microsoft) عن إتاحة فلاتر «سناب شات» (Snapchat) لمنصة التواصل الخاصة بالأعمال «تيمز» (Teams).

وأوضحت الشركة الأمريكية أن مستخدمي منصة التواصل تيمز يمكنهم إضفاء طابع فكاهي على الاجتماعات ومؤتمرات الفيديو من خلال فلاتر سناب شات الشهيرة مثل أذني القط والذجاج على الرأس والدب حول الرقبة والنظارات الشمسية الضخمة على الأنف.

ويمكن تفعيل فلاتر سناب شات ضمن الإعدادات تحت بند «تأثيرات الفيديو/المزيد من تأثيرات الفيديو» (Video effects/More Video effects)، ثم التمرير لأسفل في النطاق الأيمن، وتحديد سناب شات في فئة الفلتر.





9 Types Of Suit Accessories For Men: A Style Guide For Formal & Special Occasions

Why are suit accessories for men needed? How important is it to accessorize an outfit? These and many more questions pick your mind every time you set out to wear or buy a suit. And our answer would always be - if the suit is the cake, the men's formal accessories are its icing with the cherry on the top!

You know the best part about various types of suits accessories is that your suit can remain the same, but by changing its accessories, you will look different each time! Thus here we are listing best suit accessories for men to bring dashing looks in overall outfit.

Let's explore and deep dive into styling the different suit accessories to enhance the suit outfits.

1. NECKTIES

Whether the regular necktie or a bow tie, a formal suit is incomplete without these men's formal accessories. While you can experiment with prints, patterns, textures and fabric for wedding suit accessories; keep it monotone and simple when out for a formal work meet.

2. POCKET SQUARES

Another of the underestimated suit frills for men are pocket squares. You don't need to coordinate these totally with your tie. Simply ensure that they are not differentiating in tones or prints and your task is finished.

Our style expert says when you are at a formal celebration (like among wedding suit accessories) , a suit is incomplete without a pocket square. Something as straightforward, simple as this can have a colossal effect. But you can avoid pocket squares as tuxedo accessories, if you wish.

3. CUFFLINKS

Most men think about something as little and subtle as cufflinks to not be sufficiently huge. But we strongly disagree; rather as suit accessories for men, cufflinks adds that elegance and boost the vibe of your suit. They likewise make you look more set up particularly assuming you're going to a party with a dress code.

4. VEGAN LEATHER BELTS

The most significant of all the suit accessories for men, a Vegan Leather Belt is an out and out fundamental thing- never skip it! If you do, that would be a huge fashion blunder. Formal embellishing is about little hints of style and very little about utility. Thus, even if your suit trousers fit you completely, the Vegan Leather Belt is a quintessential thing among men's formal accessories. In short, you need it to complete the look.

5. WATCHES

Whether it is the wedding suit look or for that matter for a general office look, a suit is incomplete without a watch accessories. It gives you that edge of the courageous outgoing men who are out to take on the world and hold the time by its horns to make the most out of it. So don't miss one!

To read the rest of the article go to : <https://frenchcrown.com/blogs/news/suit-accessories-for-men>



7 نصائح لاختيار لون البنطلون المناسب للقميص الأسود

يرى كثيرون أن ارتداء الملابس السوداء يخفي الكثير من عيوب الجسم وأن هذه الملابس تصلح لمناسبات عديدة، ولذلك لا تخلو خزائن ملابس من القطع السوداء، وعلى الرغم من صحة هذه الآراء إلا أن ارتداء الملابس السوداء فن يجب أن نتقنه لتظهر بأبهى حلة خاصة فيما يتعلق بالتي شيرت أو القميص، فيما يلي نستعرض لكم لون البنطلون المناسب للقميص الأسود في العديد من الستايلات المختلفة:

1 - التي شيرت أو القميص الأسود يجعلك تبدو أنحف من حجمك الطبيعي، ولذلك إذا كنت نحيفاً بالأساس فلا تختار مقاسات ضيقة منه، بل اجعله أوسع درجة من مقاسك الطبيعي.

2 - القميص الأسود لا يجعل طلتك قاتمة بالضرورة، إذ أن ارتداء سراويل فاتحة اللون على سبيل المثال كفيل بكسر قتامة اللون الأسود، ويجعلك أكثر تألقاً وهذا هو لون البنطلون المناسب للقميص الأسود في هذا النوع.

3 - لا تنسى أن اللون الأسود يمتص حرارة الجو، ولذلك ينبغي عليك الحرص في اختيار الخامات الخاصة بالتي شيرت أو القميص الأسود خاصة في بلدان الخليج التي تتمتع بطقس شديد الحرارة في الصيف، فالخامات القطنية تصلح للملابس الصباح أما التي تحتوي على الألياف الصناعية أو الأصواف فاجعلها للأوقات المسائية، وتذكر أن الملابس ذات الألياف الصناعية أو الأصواف جيدة للغاية فيما يتعلق بالحفاظ لفترة أطول على اللون الأسود، عكس الملابس القطنية التي تبهت بشكل أسرع.

4 - هناك بعض الألوان الخاصة بالسراويل لا تناسب القميص أو التي شيرت الأسود، وعلى رأسها الكحلي والبني والزيتي.

5 - لا يفضل ارتداء سراويل أسود أو سترة سوداء بدرجة لون مختلفة عن القميص أو التي شيرت الأسود، حتى لا تبدو إحدى القطع وكأنها باهتة من كثرة الاستعمال مثلاً، تذكر هذا دائماً وأنت تحدد لون البنطلون المناسب للقميص الأسود.

6 - يفضل أن يكون القميص الأسود مطعماً بلون آخر مثل الرمادي أو البنفسجي إذا أردت أن ترتدي فوقه سترة سوداء.

7 - ستكون طلتك أكثر إشراقاً إذا اخترت رابطة عنق فاتحة اللون مع القميص الأسود، إذ أن الألوان الداكنة لرابطة العنق لا تتناسب مع القمصان السوداء.





5 عطور ريعية تتناسب مع الفصل الجديد

يميل الجو إلى الاعتدال مع عودة فصل الربيع، وهذا يعني أن عليك أن تستبدل عطورك لتتناسب مع الفصل الجديد.

فبعد أن كانت ملابس الشتاء الثقيلة تستوجب وضع العطور القوية لتدوم طوال اليوم وتنتشر عبر طبقات الملابس المتعددة، فإن الربيع يستوجب ملابس أخف وطبقات أقل ومن ثم اختيار عطور منعشة وحيوية.

ولوصول أصحاب الذوق الرفيع إلى عطور مناسبة تنضج بنفحات الزهور وكذلك التوابل المزوجة بركة من أجل رائحة ريعية أنيقة، اخترنا لكم هذه الباقة من العطور المميزة.

عطر On a Date من مجموعة REPLICAS

هو حصيلة عملية استكشاف إبداعية بين عالمي العطور والمشروبات، إذ يفيض بنفحات حبّات العنب الناضجة، وبالنسومات الرقيقة والمؤثرة للورود البرية.

تتداخل نفحات زيت بتلات الورد الجوري العطري وزيت البرغموت العطري للتذكير بأجواء موعود غرامي ناجح.

أمّا نفحات مشروب الكشمش وزيت الباتشولي العطري فتضفي على هذا العطر لمسة خشبية مميزة.

عطر Cullinan Diamond من THAMEEN

هو عطر يجمع بين رائحة الأزهار وعبق السوسن ولمسات من مسك الكشمير ليعكس الدفء والفخامة والذوق الرفيع.

يبدأ العطر بنفحات الفلفل الأسود وفي القلب نفحات الفانيليا والسوسن والأزهار، أما القاعدة فتتضح بنفحات مسك الكشمير، وخشب الأرز، وجلد الغزال، والعنبر.

عطر Silver Mountain Water من Creed

يتميز برائحة منعشة مستلهمة من نسيم جبال الألب اللليل. يتكون هذا العطر من الروائح والخلاصات الطبيعية التي تكتمل بالقاعدة الخشبية، وينضج عبر الشاي بالذكريات، بينما يضيفي الكشمش الأسود عمقاً على العطر المنعش والجذاب. ويضاهي هذا العطر مياه الجبال النقية، إذ يمنح القوة والانتعاش، كما أنه يدوم لفترة طويلة.

عطر SANTAL D'AN SHĀ من Giorgio Armani

يتميز برائحته المميزة التي تبدأ بنفحات البرغموت المزوجة مع الهال التابلي، وأوراق زهر البنفسج.

وينبض قلب العطر بنفحات الإيليمي، وهي مادة صمغية مستخرجة من الأشجار الاستوائية، تكملها خلاصة البخور والنسومات المسكية التي تضفي تأثيراً طويلاً للنبات. أما القاعدة فتتناغم فيها نفحات خشب الصندل الذي يتناغم مع زيت خشب الأرز العطري، ونفحات Dreamwood™ المبتكرة التي تُبرز شذا خشب الصندل الطبيعي.

عطر Routes Nomades من OJAR

هو عطر مصمم ليكتمل مع مجموعة عطور Absolute المستخرجة من الزيوت الأساسية وهو مستوحى من تقاليد الشرق الأوسط في وضع العطر على شكل طبقات من أجل ضمان طول عمر الرائحة وامتزاجها مع الجلد.

وهو المرحلة الثانية من نهج Art du Parfumage الذي تعتمده الدار في صنع العطور الفاخرة.

يبدأ العطر بنفحات الزنجبيل والهال وفي قلبه تتربع نفحات «البلاغن بلانغ» و«الفينتر» وأوراق القرقة، أما في القاعدة فيمتزج البتشيولي مع البخور والجلد لرائحة قوية وأسهة.



النظارات الشمسية عنوان أناقة الرجل.. أفضل ماركات النظارات

لذوي الوجوه المربعة والمستطيلة النحيفة.

النظارات الشمسية بتصميم الـ D-Frame هي الأكثر رواجاً وانتشاراً بين الرجال، وذلك يعود لمناسبتها أغلب الطلات وشكل الوجوه المختلفة، وهي أفضل تصاميم النظارات الشمسية على الإطلاق لأصحاب الوجوه الدائرية، وتكون عدساتها متخذة شكل حرف D لتعطي رؤية واضحة بزواياها البارزة على حواف الإطار، مع التطور للحفاظ على الشكل الكلاسيكي للنظارة.

وبعدسات مربعة وداكنة جداً، تبرز النظارات الشمسية الرجالية Brow Line، وهي مثالية للرجال الذين يفضلون الطلة الكلاسيكية التقليدية، فهذا الطراز يأتي من الماضي ويعطي الطابع الرسمي والكاجوال أيضاً، ويفضل الرجال مثلثو الوجه ارتداء ذلك النوع من النظارات الشمسية بصورة أكبر.

لا شك أن النظارات الشمسية تعتبر من الإكسسوارات المهمة عند الخروج من المنزل، ففضلاً عن كونها وسيلة لحماية العين من التعرض لأشعة الشمس المباشرة، فهي أحد مظاهر الأناقة، إذ يحرص العديد من الرجال على ارتدائها عند الذهاب إلى العمل، أو أوقات الخروج لمقابلات شخصية أو غيرها.. لهذا أطلقت بعض الماركات العالمية نظارات استوتحت تصميماتها من خمسينيات القرن الماضي على سبيل المثال، تتسم بنمط ساحر وصورة ظلية كبيرة الحجم، ولها إطارات أنيقة تعطي مظهراً جذاباً عند ارتدائها في المناسبات المختلفة، أو الخروج للتنزه وغيرها من المناسبات الأخرى، فأهم ما يميز تلك النظارات هي تصميم عدساتها بألوان مختلفة، والتي تعدّ مناسبة للارتداء خلال فصل الشتاء 2023، إذ إنها تناسب الأجواء الباردة وتتماشى مع ألوان الملابس الداكنة.



عدسات النظارة الشمسية مكان الطبية بسهولة في ذات الإطار، هذه الطريقة ستمكّنه من استعمال عدة إطارات شمسية مختلفة حسب ألوان العدسات والإطلالة بشكل جذاب وعصري.

النظارات الشمسية الخيار الأمثل

النظارات الشمسية الدائرية للرجال تظلّ من الأكثر أناقة وشعبية رغم تقدّمها وتطورها نسبياً منذ فترة التسعينيات، وهي الخيار الأمثل كأفضل الموديلات والتصاميم خاصة

النظارات الشمسية هي عنوان أناقة الرجل، فإلى جانب المظهر الخارجي الرائع الذي تضفيه إليه، فهي تعطي ثقة وطلاء رائعة تعكس شخصيته بصورة براقّة، كل ذلك يعتمد على حسن اختيارها بما يتناسب مع شكل وجهه للتعبير عن أسلوب حياته. ما رأيك بالتعرّف معنا على أفضل ماركات النظارات الشمسية للحصول على مختلف إطلالاتك النهارية للحصول على مظهر أنيق، جذاب ولافت للنظار.

النظارات الشمسية لأناقة متناهية

تحتلّ النظارات الشمسية مكانة مميزة لدى الرجال لأنها أحد الثوابت في عالم الإكسسوارات خاصة بعدساتها المربعة الكبيرة وذراعيها السميكين والتي تعدّ أحد أبرز الطرازات بما تضفيه من أناقة متناهية إلى مظهر الرجل بمختلف الأعمار، وتناسب أكثر ذوي الوجوه المستطيلة والعريضة. ولأصحاب الوجوه البيضاوية أو الطويلة، ينصح خبراء الأناقة الرجالية بارتداء النظارات الشمسية التي تتميز بإطاراتها التقليدية المعدنية، فهي مناسبة جداً للملابس الكاجوال والحديثة.. اختر منها اللون المفضل لديك لإطلالة ولا أجمل.

تأتي النظارات الشمسية المعدنية في المقدمة كعادتها، حيث يعدّ ذلك النوع منها المفضل لدى كثير من الرجال على مرّ السنين، بلونها الفضي أو الذهبي تناسب الطلة الشتوية بشكل أكبر حيث إنها تتماشى مع اتجاهات الموضة الرجالية لهذا الموسم 2023.

بعض الرجال لا يفضل تغيير النظارات الشمسية مراراً وتكراراً، وتحديد أولئك الذين يرتدون بالأساس نظارات طبية، ولذا تأتي النظارات القابلة للتعديل والتغيير كحل رائع بالنسبة لهم، يستطيع من خلاله الرجل تركيب

مدينة لوزان السويسرية.. جمال متعدد المعالم

لوزان إحدى المدن السويسرية التي يتحدث سكانها اللغة الفرنسية، الواقعة على سواحل بحيرة جنيف، وتبعد عن مدينة جنيف حوالي ستين كيلومتراً، وهي من أجمل المدن السويسرية التي تتناثر على محيطها المناظر الطبيعية الخلابة، من تلال خضراء ومرتفعات جبلية شاهقة، وحديقة للحيوانات، وتمتاز بكثرة الحركة والنشاط فيها؛ مما جعلها مدينة تجارية وسياحية كبيرة، ففيها كبرى الفنادق والمطاعم والاستراحات، التي توفر لزائريها الخدمات المتنوعة والراحة والاستجمام، والذي يشجع على ذلك كله هو مناخها المعتدل، وأمطارها الضئيلة، على الرغم من ميلها للبرودة خلال فصل الشتاء.

التاريخ

تحتل المرتبة الثانية من حيث المساحة مقارنةً بالمدن السويسرية الأخرى، تحديداً الواقعة على شاطئ بحيرة جنيف، لها تاريخ عريق يظهر بوضوح في هندسة مبانيها المعمارية، التي تحمل عبق الماضي وحداثة الحاضر، فتعد القاعدة الذهبية للكابيتال الأولومبية، كما أنها منذ القدم قاعدة ونموذجاً للفن والتاريخ والثقافة والألعاب الرياضية. تساعد شبكات النقل والمواصلات الموجودة فيها على التنقل بحرية فيها، تحديداً من البحيرة إلى المعالم العصرية الحديثة خلال دقائق معدودة، ودينياً في الفترة ما بين القرن السادس عشر ونهايات القرن العشرين، كانت الديانة البروتستانتية هي السائدة في المدينة، وفي العام 2000م أصبح فيها ما يزيد عن سبعة وأربعين ألف نسمة معتنقين للديانة الرومانية الكاثوليكية، منهم حوالي ثلاثة وثلاثين ألف نسمة وتسعمئة وثلاث وتسعين نسمة ينتمون إلى الكنيسة البروتستانتية السويسرية، والبقية ينتمون للكنيسة الأرثوذكسية، وآخر الإحصائيات تشير إلى وجود ثمانمائة وتسعة وأربعين فرداً يعتنقون اليهودية، وسبعة آلاف وخمسمئة شخص مسلم، وسبعمئة واثنين وسبعين من الهندوس، إضافة لأربعمئة واثنين وخمسين بوذياً.

التعليم

يعتبر القطاع التعليمي من أهم قطاعات المدينة، التي تهتم بها الحكومة اهتماماً مباشراً، ومؤخراً افتتحت فيها مدرسة لى روزيه الدولية، والتي تضمن افتتاحها جولة تعريفية لدولة مجلس التعاون الخليجي، من خلال مجموعة من العروض والتقديمات المختلفة، وكانت باللغة الإنجليزية، أما الدورة الصيفية لطلابها فتكون باللغتين الإنجليزية والفرنسية، وجنسيات الطلاب المنتمين لهذه المدرسة متنوعة ما بين أكثر من أربعين جنسية، إضافة لعدد أو نسبة جيدة من طلاب دول مجلس التعاون الخليجي.

الثقافة

يوجد في المدينة العديد من المعالم والآثار التاريخية، التي جعلت منها وجهة سياحية مفضلة لدى كثيرين، منها ما يلي:

الكنيسة الكاتدرائية، التي تم ترميمها على يد فيوليت لو دوك. قلعة سانت مير.

مجموعة الحدائق النباتية.

مجموعة من المتاحف، منها متحف الإليزيه، والمتحف الأولمبي، ومتحف التصميم المعاصر والفنون التطبيقية، ومتحف كانتون إضافة لمتحف لوزان التاريخي.



مدينة قارمش.. عروس الجنوب الالمانى

تصيب الأطفال والمراهقين، إضافةً إلى أمراض الروماتيزم، وهذا المركز يحتل المرتبة الأولى على مستوى المراكز المتخصصة في علاج هذه الأمراض على مستوى القارة الأوروبية.

أهم المعالم السياحية

قمة تسوغشبيتسه: أعلى القمم الألمانية، ومن أهم

الوجهات السياحية فيها، حيث يأتي إليها السياح

والزوار من مختلف أرجاء أوروبا، على وجه

التحديد خلال فصل الشتاء لممارسة

رياضة التزلج، والمشاركة في المسابقات

الخاصة بهذه الرياضة، كما يمكن

ممارسة رياضة المشي خلال مسارات

طويلة مخصصة لذلك، عدا عن

جمال الطبيعة الموجودة فيها؛

حيث تتضمن ثلاثة أشهر جليدية

محاطة بمنتهجات للتزلج.

بارتنكيرشن التاريخية: تقع في

الجهة الشرقية من المدينة، بين

ضفة نهر partnach ومجموعة

من الجبال المسماة السرية، وتعد

منطقة استكشافية لمن يحب

المغامرة، عدا عن الإطلالات الرائعة

التي توفرها من خلال إشرافها على

جبال الألب.

قرية بلدية grainau: تقع في الجهة الجنوبية

الغربية من المدينة، وتعد الشكل المثالي للمنطقة، تحديداً

إذا تم النظر إليها مع جبال الألب من الجهة الغربية، والكنيسة

القديمة للمنطقة.

المتحف الإقليمي: أنشئ في العام 1895م، ويعود للقرن السابع عشر

للميلاد، ويتضمن مجموعة كبيرة من الآثار والتحف والأموال الدينية،

وهناك مجموعة من أفعنة الكرنفال والفنون الشعبية، إضافة إلى

المفروشات القديمة.

إحدى المدن الألمانية الواقعة في الجهة الجنوبية من البلاد، يطلق عليها اسم غارميش بارتنكيرجن، لكن الاسم الشهير لها هو قارمش، تعد المركز الإداري للمنطقة الموجودة فيها، وهي oberbayern، الواقعة على الحدود التي تربطها مع النمسا، وهي قريبة من أعلى جبل في ألمانيا، المعروف باسم زوجسبيتزي، على ارتفاع ألفين وتسعمئة واحد وستين متراً.

وتترجع مدينة قارمش الساحرة على جبال الالب وتتميز بريف جميل وساحر وطبيعة خلابة تجذب في قارمش الطبيعة الساحرة من الريف المميز والانهار والشلالات والقمم.

المناخ

يكون المناخ فيها محيطي، أي أنه بارد جداً خلال فصل الشتاء مقارنةً ببقية المناطق المجاورة؛ وهذا يعود إلى ارتفاعها عن المناطق ذات المناخ القاري، وبهذا تكون الرطوبة فيها عالية، والثلوج نسبية، أما هطول الأمطار فيكون على مدار العام.

المؤسسات العامة

توجد في المدينة مجموعة مهمة من المؤسسات والمراكز العامة، أبرزها مركز جورج مارشال الأوروبي، يقوم بالدراسات الأمنية الخاصة في المنطقة، ومركز مارشال التعليمي للمؤتمرات، يتم تمويله دولياً من الاتحاد السوفيتي والدول الأوروبية الشرقية، وقد تأسس في يونيو من العام 1993م بدلاً من المعهد الروسي الخاص بالجيش الأمريكي، ويقع بالقرب منه مركز ترفيهي خاص بالقوات الأمريكية يطلق عليه اسم إديلويس لودج، تأتي إليه الجيوش والأسر التابعة للولايات المتحدة الأمريكية ومناطق حلف الشمال الأطلسي العسكرية، إضافة إلى المركز الألماني الخاص بعلاج الأمراض التي

Baku: The Capital City of Azerbaijan



Baku is the capital of the Republic of Azerbaijan. It is a large scientific, cultural and industrial center. Ancient foundations, a large area and population all make Baku one of the oldest and largest cities in the East. Baku is situated on the shore of the Caspian Sea in the south of the Absheron peninsula. It covers an area of 2,200 square km and has a population of 5 million.

People have lived and founded their settlements in Baku city and the Absheron peninsula since ancient times. This was motivated by continuous migrations from north to south and from west to east due to the physical and geographical conditions, a favorable location in the center of trade routes that crossed Silk Road, climatic conditions, production of petroleum fuel in ancient times and the availability of large power resources.

Baku was first mentioned in the Book of the Dead by the Egyptian Pharaoh Minesan in 3,500 BC. The ancient age of Baku is also evidenced by stone carvings dating back to 12,000 years ago and archeological excavations. Another important piece of evidence is a stone carving by August Guy Octavio, who reflected the stationing of a military camp under the rule of the Roman emperors Pompey and Lucius near Baku (40 km to the south) for the purposes of seizing the southern Caucasus in the 1st century BC. This means that Baku is nearly 5,500 years old.

Baku was one of the main cities in the Shirvan-shakhs State in the 12th century, in the Sefevids State in the 14th century, in the Ottoman Empire in the 16th century, and became the capital of the Baku khanate in the 17th century. The oil boom contributed to the massive growth of Baku, and in 1920 Baku became the capital of the Azerbaijan Democratic Republic.

The most interesting facts about Baku

1. Ancient names of Baku: Ateshi Baquan, meaning "God's fire" Bād-kube, meaning "Wind-pounded city" Baghkuy, meaning "God's town". In later sources the city was named as Bakukh, Bakuya, Bakuye and Baku. Nowadays, Azerbaijan is using the Latin alphabet, and it is spelled as "Bakı" [bə'cu].
2. In 1823, the world's first paraffin factory was built in Baku.
3. In 1846, the world's first oil well was drilled in Bibi-Heybat suburb of Baku.
4. In 1850, Baku had a population of 7400 people.
5. Zoroaster – the world's first tanker ship was launched in Baku in 1878 by Brothers Nobel.
6. The capital of the world-renowned Nobel Prize has its revenues also of Baku oil, by Alfred



Nobel.

7. In Baku, the oldest offshore oil platform – "Neft Daslari" set Guinness World Records as the first in the world.

Neft Daslari is an entire functioning town constructed in the Caspian Sea 55 km from the coast of Azerbaijan. Construction began in 1949 and began oil production in 1951. Construction and development continued until the town included hotels, hostels, a bakery, a power station, and a total of 7 ha of surface area, consisting of separate 'islands' connected by more than 200 km of trestle bridges, all supported on metal stilts. Although much of Neft Daslari has been reclaimed by the sea, its rigs still produce oil and the town has a population of around 5,000.

8. At the beginning of the 20th century, Baku produced more than half of the world's oil (11 million tons or 212,000 barrels (33,700 m³) of oil per day). During World War II, Baku provided the Soviet army with oil and covered 85% of its demand.

9. On 8 February 1924, the first tram line and

two years later the first electric railway in the USSR started to operate in Baku-Surakhany.

10. The first and only air conditioning factory in the USSR started to operate in Baku in 1970. Cuba was the largest buyer of Baku air conditioners.

11. Baku is a "sister city" with 20 cities around the world. These include Houston city of Texas in U.S., Istanbul and Izmir in Turkey, Iran's Tabriz, Italy's Naples, Iraq's Basra, Saudi Arabia's Jeddah, South Africa's Johannesburg, Moscow, etc.

12. Most of the mud volcanoes of the world are located in Baku Absheron peninsula. On September 5, 2004 the greatest mud volcano in the territory of Azerbaijan was added into the Guinness World Records. Geologists of NASA concluded that the mud volcanoes of Azerbaijan are similar to uplands of the Mars planet for their structure.

13. The first opera of the Muslim world was staged in Baku: "Leyli and Majnun" in 1908, by Uzeyir Hajibeyov.

14. The average annual temperature of Baku and the planet Earth is same: 14.2°C (57.56°F).

15. Baku State University, the first university in Azerbaijan, was established on November 15, 1919.

16. In Formula 1 history, the highest top speed was recorded in Baku in "2016 European Grand Prix" by Valtteri Bottas (Finland): 378 km/h (234.878 mph)

17. The "Baku" page on Wikipedia is available in 123 languages.



دولة تدفع للسائحين من أجل زيارتها !

وهونغ كونغ وماكاو وأوروبا والولايات المتحدة. ووفقاً لمكتب السياحة التايواني، فقد شهدت أقل من 900 ألف زائر في عام 2022 مقارنة بـ 11.8 مليون سائح دولي في عام 2019. لا يزال من غير الواضح متى وكيف ستبدأ تايوان في توزيع البطاقات السياحية الرقمية، حيث لم تصدر الحكومة خططها بعد.

إلى السياحة التايوانية. وسيتمكن المسافرون من استخدام البطاقات على الطعام والإقامة ونفقات السفر الأخرى داخل «تايوان»، وفقاً لما ذكره موقع السفر الأمريكي «The Points Guy»، واطلعت عليه «العربية.نت».

وتركز تايوان على جذب المزيد من الزوار من أماكن مثل اليابان وكوريا الجنوبية وجنوب شرق آسيا

إذ تقدم الحكومة للسائحين 5000 دولار تايواني (حوالي 163 دولاراً أميركياً) وحتى 20000 دولار تايواني (حوالي 653 دولاراً أميركياً) لكل مسافر، لما يصل إلى 90 ألف مجموعة سياحية.

وقال المدير العام لمكتب السياحة التايواني، تشانغ شي تشونغ، إن الأموال ستُرسل عبر بطاقة سياحية رقمية لضمان أن الأموال تذهب مباشرة

في الوقت الذي لا تزال العديد من البلدان تكافح لإعادة السياحة إلى الحجم الذي كانت عليه قبل جائحة كورونا، تحولت أماكن مثل «هونغ كونغ»، ومناطق في إيطاليا إلى تقديم سفر مجاني وحتى منازل مجانية لتشجيع الناس على الزيارة وللمساعدة في تعزيز اقتصاداتهم.

وانضمت تايوان، كأحدث وافد في تلك القائمة،

The cheapest - and most expensive - European places for a holiday in 2023

Demand for holidays abroad in 2023 is close to hitting pre-pandemic levels according to tour operators and travel agents.

But with bookings surging, the price of taking a trip away is also on the rise.

Many travellers are struggling to match the price hike, especially living costs and inflation so high.

Helpfully, the UK's Post Office has released its annual Holiday Money Report to help budget holidaymakers make savvy destination choices.

Here are the three places in Europe for a cheap holiday, as well as the European country that ranks as the world's most expensive destination.

What are the cheapest holiday destinations in Europe in 2023?

The Holiday Money Report, published by the Post Office each year, ranks worldwide destinations in terms of affordability.

The bad news is, prices for meals, drinks and other tourist staples have risen in 80 per cent of resorts and cities worldwide.

On the plus side, the surge in the sterling's value will help the holiday budget stretch further in some destinations this year.

Despite the rising costs, the Post Office found

that Britons are prioritising trips away and only 27 per cent of those surveyed expect to cut back on holiday spending this year.

Many, however, say they will need to start saving earlier this year to afford their trip while 43 per cent are opting for holidays abroad because they cost less than UK breaks.

To find the world's cheapest destinations for 2023, the report compared the costs of eight staple tourist items including coffee, beer, sun cream and a three-course meal.

Turkey's Marmaris is the cheapest holiday destination in Europe for 2023

For sunshine and sea on a shoestring, Turkey's Turquoise Coast awaits.

Marmaris, a beach resort of cobalt water and glitzy marinas, ranks as the cheapest holiday destination in Europe according to the survey. The coastal hotspot took the top spot last year,

but has slipped to second place in 2023 despite the Turkish lira being cheaper.

Like many places, prices have more than doubled since last year because of inflation and a 55 per cent rise in the minimum wage paid in bars and restaurants.

That said, you can get a coffee for £1.45 (£1.65), a bottle of beer for just under £3 (£3.40) and a three-course meal for two people including house wine for around £40 (£45.60).

Portugal's Algarve has the cheapest coffee and wine. If you like bargain beverages, Portugal's Algarve offers the best value for money.

It ranked as the cheapest destination in the Eurozone in the Holiday Money Report,

although prices have risen by a third since last year.

However, the coastline of rugged rock formations and whitewashed houses boasts the cheapest coffee at £0.81 (£0.92) and wine at £1.81 (£2.06) of all the destinations worldwide.



Bulgaria's Sunny Beach is best for cheap meals. In Bulgaria's Sunny Beach on the edge of the Black Sea, eating and drinking is also pleasantly affordable.

A cup of coffee at the coastal resort costs just £0.96 (£1.09) while a bottle of beer is £1.91 (£2.18).

Sunny Beach is the cheapest place in Europe for a three-course meal for two with wine at just over £36 (£41). That's good news for travellers looking to try the locally-caught seafood.

Don't forget to finish your dinner with a shot of rakia, a Bulgarian brandy made from fermented fruit.

Iceland's Reykjavik is the most expensive holiday destination in 2023

Coming in at the bottom of the rankings worldwide is Reykjavik in Iceland.

The capital city of striking modern architecture and geothermal swimming pools is one of the most expensive places to eat and drink in Europe.

Reykjavik has a burgeoning craft beer scene and a vibrant nightlife but evenings out might weigh heavily on your wallet - a bottle of beer or a glass of wine will set you back nearly £9 (£10.25).

If you're thinking of eating out, be prepared for a bill of around £136 (£156) for a three-course meal for two with house wine.

<https://www.euronews.com/travel>



نصائح للمسافرين للتغلب على الحشود أثناء الرحلة السياحية

يرغب المسافرون بتجنب الحشود أثناء السفر الحشود لتفادي التزامم الشديد في الأماكن السياحية، وفي هذا الإطار، ينصح باتباع بعض النصائح للتغلب على الحشود في مناطق الجذب.

خطط لرحلتك مسبقاً

من أفضل الطرق لتجنب الازدحام أثناء السفر التخطيط للرحلة السياحية مسبقاً، مما يسمح بجمع أكبر قدر من المعلومات حول الوجهة السياحية بالتخطيط لمسار السفر بشكل لا تشوبه شائبة.

السفر في غير الموسم

ينصح بالسفر خارج الموسم السياحي لتجنب الازدحام في العطلة. وتوفير المال والحصول على أفضل الصفقات.

زيارة الأماكن الواقعة خارج مسار الازدحام

إذا كان المسافر على وشك زيارة برشلونة أو باريس، ومع ذلك فإن أسهل طريقة للهروب من الزحام هي اتخاذ مسار أقل حركة وزيارة بعض الوجهات الأقل شهرة.

أذهب للتنزه

أحد الأسباب التي تجعل المشي لمسافات طويلة من أكثر المميزات هو حقيقة أنه يمكن أن يسمح للمسافر بالهروب من حشود الناس الذين يطنون أصواتهم في المدن، من خلال زيارة أفضل وجهات المشي لمسافات طويلة التي يزورها ملايين السياح كل عام، تسمح هذه الطريقة بالهروب من الزحام.

تجنب عطلات نهاية الأسبوع

في حالة التخطيط لقضاء إجازة قصيرة أو عطلة في المدينة، فمن الممكن محاولة تجنب عطلات نهاية الأسبوع، وتعد عطلات نهاية الأسبوع أكثر الأيام ازدحاماً بغض النظر عن الوجهة، حيث إنه وقت الأسبوع الذي يستمتع فيه السكان المحليون، جنباً إلى جنب مع السياح الدوليين، بأوقاتهم في العمل

ابق لفترة أطول

واحدة من أفضل الطرق للتغلب على الحشود في المناطق التي يزورها المنتزهون يومياً بكثافة هي البقاء لفترة أطول، من المفترض أن تتم زيارة بعض الأماكن في رحلة ليوم واحد حيث يمكن مشاهدة أفضل مناطق الجذب التي تقدمها في أقل من 24 ساعة.



بالي تمنع السياح من ممارسة هذه الرياضة

الدراجات، مثل خوذات الأمان، بالإضافة لرصد بعض حالات القيادة المتهور للسياح أثناء زيارتهم واستخدامهم لهذه الدراجات.

القرارات، من المتوقع أن تشمل أيضاً، استهداف المستخدمين لبطاقات هوية مزيفة في إندونيسيا، والعاملين في البلاد بناء على تأشيرات دخول غير مرخصة للعمل.

نشاطات أخرى يمكن القيام بها

وبخلاف حظر استخدام السياح للدراجات النارية أثناء التجول في أنحاء جزيرة بالي، توجد مجموعة أخرى من الأنشطة المميزة التي يمكن القيام بها خلال زيارة الجزيرة الإندونيسية.

اليوم الوطني للفييل.. تايلاند تحتفي بالوحش الطيب من ضمن هذه الأنشطة السياحية التي يمكن القيام بها هناك، ممارسة رياضة ركوب الأمواج، أو ممارسة رياضة اليوجا، التي تشتهر بالي بوجود العديد من مراكز التأهيل المخصصة لممارسة هذه الرياضة.

أيضاً من النشاطات السياحية التي يرشحها الخبراء خلال زيارة بالي بعيداً عن قيادة الدراجات النارية المحظورة، القيام برحلة سفاري في منطقة البراري الغربية، وزيارة حديقة غرب بالي الوطنية التي تضم مجموعة مميزة من الحيوانات البرية.

صدر قرار جديد عن حاكم جزيرة بالي يقضي بمنع السياح من استئجار الدراجات النارية خلال زيارتهم المستقبلية للجزيرة.

أصبحت بذلك أحلام الاستمتاع بجولات بالدراجات النارية في أنحاء جزيرة بالي خلال القيام بعطلة سياحية، من الماضي، الذي سيكون على السياح نسيانه.

ذلك بعد أن كان ركوب الدراجات النارية في أنحاء الجزيرة، من أكثر وسائل النقل الشائعة التي كان يلجأ لها السياح خلال زيارتهم للجزيرة، وأبرز النشاطات التي يمكن القيام بها هناك.

خطة جديدة

ولكن بحسب خطة جديدة، وضعها حاكم الجزيرة، فإنه في المستقبل، يتوقع أن يستخدم السياح السيارات للتنقل في أرجاء الجزيرة بدلاً من الدراجات النارية، بحسب ما ذكرت مجلة «تايم أوت».

وتقول المجلة، إن «كوستر»، حاكم جزيرة بالي، أوضح لوسائل إعلام أن السياح الأجانب كانوا يستخدمون الدراجات النارية في أنحاء البلاد، هذه الدراجات كانت تفتقر لأوراق الصلاحية التي تجعل استخدامها قانونياً، مع عدم اهتمامهم أيضاً بالاعتماد على أدوات الحفاظ على السلامة خلال قيادة



Why do “Romanians” or “Gypsies” celebrate April 8 as their International Day?

The eighth of April, the “People of the Romanians” or Gypsies, as they are known in the Arab world, Light or Al-Qawala, celebrate their International Day to Protect Their Identity, Culture and Language. While they are still intact, they are spreading cultural and social areas in an effort to raise awareness of the issues they face on a global scale.

The first World Conference of the Romanian People or Roma was formed on April 8, 1971 in London, the British capital, and the conference officially adopted a flag with blue and green colors, a red calf in the middle and the national anthem (Gelem), Gelem meaning “I’m gone, I’m gone” and “Gypsy” or “Jigan” instead of “in the name of the Romanian people and in “other names in European languages applied to the Romanians”, and the names given to them in Arab countries such as Gypsies, Anwar and Gawlia, whether they are European or Arab, these people find offensive to them. consider Al-Qawliyya in Iraq

In their flag, the color blue represents the sky, green represents the earth, and the red wheel symbolizes the historical connections of immigrants from India. April 8 was declared the official day of the Romanian people in 1990 in Siroc, Poland, during the Fourth World Conference of Romanians of the International Romanian Union (IRU), in honor of the first major international gathering of Romanian representatives. April 7 to 12, 1971 at Salesfield near London. According to some studies, the origins of the Romans go back to Rajasthan and Punjab in northwestern India and northern Pakistan. The Romanian language, or Gypsy language, so to speak, is the language spoken by some groups of these people, and is one of the Indo-European languages that includes Indian, Persian, Pashto, Kurdish, and most European languages.

Anti-Roman

Romanians were among the people persecuted by the Nazi regime. The official recognition of Romani Day commemorates the suffering of Roma (Gypsies) around the world, the discrimination and persecution they face, and introduces and celebrates their culture.

Antiziganism is a form of racism characterized by hostility, prejudice, discrimination and hatred. Other non-Romanian nomadic human groups in Europe, such as the Janis, are often confused with the Romanian people.

Sweden officially recognizes them

Most Scandinavian countries fully recognize the rights of ethnic, cultural and sectarian minorities, including but not limited to Romanians. Romanians have lived in Sweden since at least the sixteenth century, and the Kingdom of Sweden officially recognized them in 2000 as one of the five ethnicities that make up the Swedish people.

See also Are strawberries good for teeth whitening?

Today, the government in Sweden protects the language and culture of the Romanians and is protected by the laws of Sweden, and this official ethnic group has every right to preserve and develop its own language and culture.

Demonstration of Romanians in Bulgaria

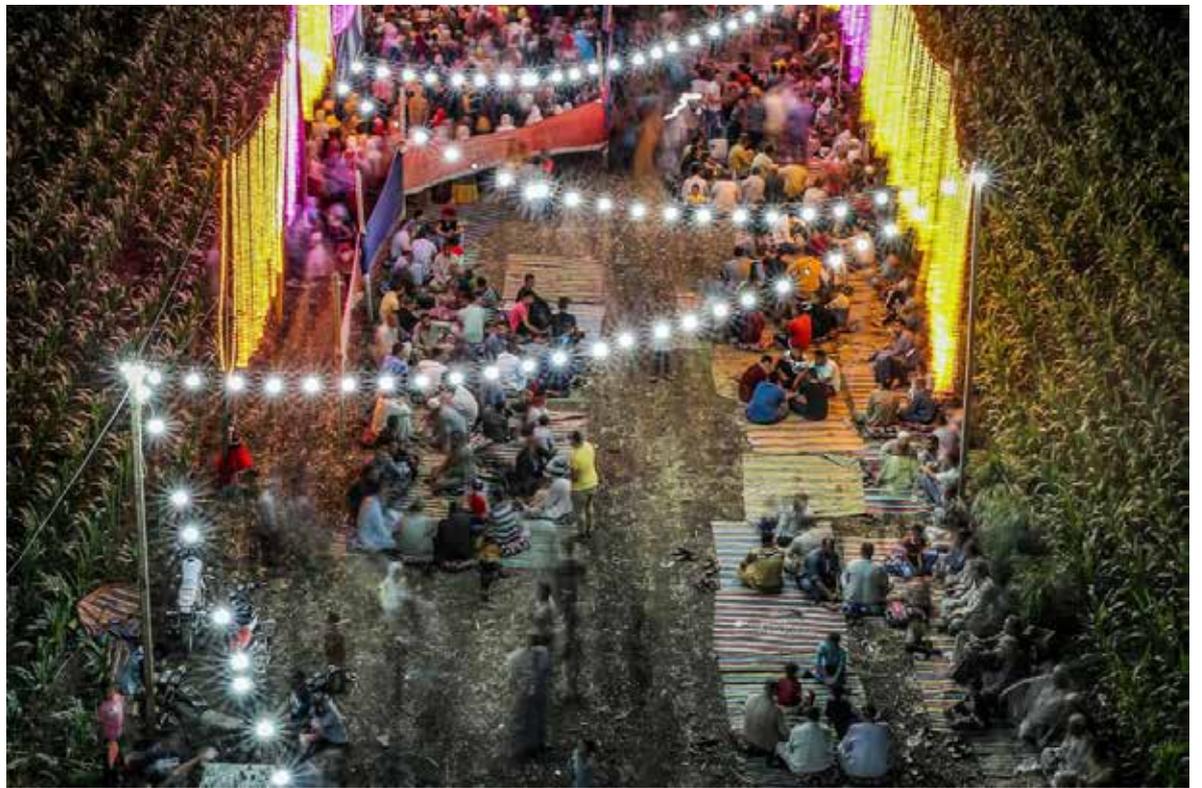
In response to “anti-Romanism,” the Vatican’s former pope, Pope John Paul II, urged his followers to treat Roma with compassion and respect.

In 2004, Adam Ereli of the US State Department addressed the human rights violations that Romanians continue to face in Europe and asked European governments to promote tolerance for this persecuted people.

In 2006, Maud de Boer Boccaccio, Deputy Secretary General of the Council of Europe, expressed her concerns about growing anti-Romanian sentiments and encouraged them to work to improve the poor living conditions of Romanians in Europe as a result of centuries of discrimination.

In 2009, former US Secretary of State Hillary Clinton affirmed the United States’ commitment to protecting and promoting the human rights of the Romanian people throughout Europe.

As for the situation of the Gypsies, Kawlias or Jats in Arab countries, it needs a separate study, especially since they worked in handicrafts and music.



عادات أهل الصعيد والدلتا ضحية الظروف الاقتصادية الصحية في مصر

جنازة فقط

ويؤكد البرلمان السابق محمد رفعت عبد العال لوكالة فرانس برس من تربيته العنصرية في محافظة قنا بجنوب البلاد عبر الهاتف «اعتاد الجميع في القرية أثناء المآتم على إخراج صواني الطعام لمواساة أسرة المتوفى» قبل الظروف الاقتصادية القاسية.

أما الآن «فقد أصبح الأمر قاصراً على أفراد العائلة المقربين من أسرة المتوفى» على ما يقول عبد العال الطبيب البالغ من العمر 68 عاماً،

ويضيف «تتزوج عائلات أن يقتصر العزاء على الجنازة لتجنب التكليف».

وتفيد الإحصاءات الرسمية أن الفقراء يمثلون نحو 30% من مجمل عدد السكان البالغ زهاء 105 ملايين نسمة.

الخبز المنزلي

وفيما خفض الجميع استهلاك اللحوم والدجاج والحلويات في المناسبات الكبرى، لا يزال الخبز منتشراً.

لكن ارتفاع أسعار سلع مثل الدقيق والزيت أدى إلى تساؤل عادة هامة وحبوبية في قرى الصعيد وهي تخضير الخبز في المنازل على ما يفيد عبد العال.

فقد أدى الإبقاء على الدعم في محابز الدولة إلى الإقبال على شراء الخبز منها.

ويوضح «كان عارا على أهل القرى في الصعيد الماضي أن يشتروا خبزاً من الطابونة (المخبز)، لأن ذلك يشير إلى التراخي والكسل داخل المنزل».

وتابع «الآن الجميع يتسابق إلى الطابونة لانخفاض ثمن الخبز بها وسرعة تجهيزه».

منذ العام 2017، حصلت مصر على أربعة قروض من صندوق النقد الدولي لمواجهة النقص في الدولار ودعم الموازنة، ولكن ما تزال مؤشرات التعافي من الأزمة الاقتصادية سلبية.

فانم صغير

في النوبة في أقصى جنوب البلاد، يقول عمر مغربي مدرس اللغة النوبية البالغ من العمر 43 عاماً لوكالة فرانس برس «بسبب الغلاء لم تعد أفراحننا أو تعازينا كما كانت».

ويتابع «الحالة أصبحت صعبة والبيوت الآن تحتاج ما كنا ننفق من قبل على عاداتنا».

كانت حفلات زفاف النوبيين تمتد على ثلاثة أيام، لا بل على أسبوع عند الأغنياء، على ما يفيد مغربي مع دعوة كل أبناء القرية «مع تقديم وجبات الفطور والغداء والعشاء لهم على طول المدة المحددة بأكملها».

لكن ارتفاع تكاليف حفلات الزفاف العائد إلى انخفاض سعر صرف الجنيه المصري في مقابل الدولار، وكذلك أسعار المواد الغذائية في بلد يستورد معظم احتياجاته الغذائية، جعل التمسك بهذه العادة صعباً.

ويضيف مغربي «قبل بضعة أشهر اتفقت القرى النوبية على تخفيض نفقات الأفراح .. بات الزفاف يقتصر الآن على وجبة عشاء خفيفة».

وأضاف «حتى الذهب .. عندما كان السعر في المتناول كان العريس مطالباً بوزن معين أما الآن قد ينتهي الأمر بخاتم صغير».

كذلك نشرت دار الافتاء المصرية على موقعها الرسمي قبل فترة قصيرة فتوى تفيد بأنه يمكن استبدال الحلوى المصنوعة من الذهب بأخرى أقل ثمناً من الفضة «تيسيراً لأمر الزواج وترغيباً فيه».

تداعيات الأزمة الاقتصادية في مصر، لم تقتصر فقط على ارتفاع الأسعار ونسب الفائدة المصرفية، بل امتدت لتقييد عادات راسخة لدى أهل الصعيد والدلتا.

تأتي على رأس هذه العادات التي بدأ يهجرها سكان الشمال والجنوب، احتفالات الزفاف وتحضيراته التي اعتاد الأغنياء والبسطاء في هذه المناطق على الاحتفاء بها.

في محافظة المنوفية بدلتنا النيل، اعتاد أهالي القرى على الاحتفال بيوم «الحنة (الحناء)»، الذي يسبق حفل الزفاف. فيجمع من هو مقبل على الزواج في ذلك اليوم، أصدقائه وأقاربه للاحتفال بالزواج وينتهي بوضع الحناء على قدمي العريس وكفيه.

يقام يوم الحناء في سراقق مصنوع من الأقمشة الملونة تذبج فيه بقرة أو جاموس لإعداد الطعام وتقديم المشروبات المتنوعة للحضور. ويتخلله كذلك إحضار فرقة فنية أو مكبرات صوت للغناء والرقص على أن يغطي العريس وأهله التكليف.

إلا أن هذه العادة بدأت في الاختفاء على ما يقول المهندس الشاب محمد شديد، في بلدته قويسنا والقرى المحيطة.

ويوضح شديد «الاحتفال بيوم الحنة قلّ للغاية .. كنا نرجع السبب إلى كورونا في بادئ الأمر لكن بعدها اصطدم الناس بالظروف الاقتصادية».

يعاني الاقتصاد المصري في الفترة الأخيرة من تداعيات جائحة كوفيد فضلاً عن تأثير الحرب في أوكرانيا، إذ إن روسيا وأوكرانيا هما المصدر الرئيسي الذي تستورد منه مصر القمح. وهما مصدر أساسي للسياح الذين يزورون بلاد النيل.

ويعاني المصريون من تضخم نسبته 33,9% يفاقمه تراجع متواصل في سعر صرف الجنيه الذي فقد 50% من قيمته.



German-Egyptian archaeological mission uncovers new remains at Matariya's Sun Temple

Aymen Ashmawy, head of the Ancient Egyptian Antiquities Sector and director of the mission's Egyptian branch, said that the excavations showed evidence of a temple inventory to the west of the museum.

The finds included quartzite nose fragments belonging to King Horemheb (c. 1300 BC) and others made of greywacke belonging to King Psamtik II (595–589 BC).

The second area of investigation, south of the open-air museum, contained limestone pavement slabs preserved on a surface of approximately 15x15 metres, along with an interesting assemblage of fragments belonging to royal statues.

Dietrich Raue, director of the German Archaeological Institute in Egypt and director of the mission's German branch, explained that the mission found a sequence of white-plastered mud-brick architecture and flooring dating to the second half of the first millennium BC.

Additional pits in this area contained debris including statue bases belonging to Pharaoh Ramses II.

Numerous fragments from at least five quartzite statues were also found, including some depicting Ramses II as a sphinx and others dating to the reign of Ramses IX.

In addition, the excavations brought to light a fragment of red granite with an inscription that might belong to the upper part of an obelisk.

The joint mission is being conducted in Matariya and Heliopolis by the Ministry of Tourism and Antiquities, the Egyptian Museum at the University of Leipzig, the University of Applied Sciences in Mainz, the German Archaeological Institute and generously supported by the American University in Cairo and the French



جامع أدهم بك التاريخي الأثري.. معلم تيرانا الذي استعصى على الهدم في زمن الشيوعية

خضع صراعات محلية أدت إلى توقف بناء الجامع الذي أكتمله لاحقاً ابنه أدهم بك، وكان كذلك حاكماً ألبانيا ووالياً عثمانياً ومحباً للثقافات والفنون الشرقية، وانتهت أعمال بنائه وزخرفته لاحقاً خلال الفترة بين 1821 و1923.

جامع أدهم بك في تيرانا وبنى أدهم بك برج الساعة المجاور للمسجد من جهة الجنوب الشرقي، وشكلاً بمرور الوقت أيقونة العاصمة تيرانا. وعند وفاته دفن مع زوجته في قبر ملاصق لرواق الجامع على يمين الداخل إليه، وعلى عكس القبور الأخرى لم يتم تدمير قبره خلال الحقبة الشيوعية.

خريف لنحو 23 عامًا

وكان مسجد "أدهم بك" في تيرانا أغلق أبوابه 23 عامًا، بعد صدور قانون حظر الأديان في ألبانيا من قبل النظام الشيوعي عام 1967، الذي ترافق مع إجراءات صارمة واضطهاد لرجال الدين وهدم للجوامع وتحويل ما تبقى منها لمخازن وإسطبلات خيل وصالات رياضية.

في هذه الحقبة، تم هدم وتدمير أكثر من 30 مسجداً في العاصمة الألبانية تيرانا، وكان هناك 7 جوامع تاريخية أثرية في قلب المدينة لم ينجح من الهدم إلا مسجد أدهم بك، الذي أعلن عام 1948 معلماً ثقافياً من الدرجة الأولى.

وقبل نحو 32 عامًا، تمت إعادة افتتاح مسجد "أدهم بك" في 18 يناير/كانون الثاني 1991 في احتفال مهيب شارك فيه نحو 10 آلاف ألباني حاملين الأعلام الألبانية، وفي أجواء حماسية روحانية امتزجت فيها مشاعر الفرح بالدموع وهم يستمعون لأول خطبة في المسجد تعلن عودة الحياة الدينية وإعادة فتح المساجد التي أغلقها النظام الشيوعي السابق.

جامع أدهم بك في تيرانا

ومن عجائب ما حدث أن السيد إبراهيم بلا المدير العام السابق للمؤسسة في المشيخة الإسلامية حتى عام 1967 عندما جرم النظام الشيوعي الأديان بموجب القانون، كان آخر من سلم أرشيف المشيخة الإسلامية وكذلك مفتاح مسجد "أدهم بك" إلى اللجنة التنفيذية الشيوعية في تيرانا، وأصبح نفسه الشخص الذي ذهب ضمن لجنة تم تشكيلها لإعادة تسلم مفتاح الجامع من بلدية تيرانا، واستعاد بصعوبة إثر محاولة السلطات المقاومة وعدم التسليم.

العناصر المعمارية

وتضم العناصر المعمارية الرئيسية لجامع أدهم بك قاعة الصلاة والرواق والمئذنة. قاعة الصلاة مربعة الشكل ومغطاة بقبة شبه كروية ليست لها نوافذ وذات مظهر مهيب ومزينة بأية الكرسي مكتوبة بشكل لولبي. بينما في نهاية القبة كُتبت جميع أسماء الله الحسنى، ويحتوي المسجد على 18 نافذة، وله مقلدة خشبية كبيرة. وفي المسجد مصلى خاص بالنساء.

وبينما يحتل الرواق الجزء الأمامي من المسجد ويحيط بقاعة الصلاة من الجهتين الشمالية والشرقية ومخطط على شكل حرف "L" يغلق الجانب الجنوبي بجدار، أما الجوانب الأخرى فهي مفتوحة بز أروقة بها أعمدة تتلامس مع الجدران. والشرقة مغطاة بسقف خشبي وبناء بالألواح خشبية مسطحة.

تم تزيين العمارة الرائعة للمسجد بلوحات جدارية من التقاليد الشرقية، التي اتسمت بإدخال عنصر الطبيعة والنباتات في زخرفة الجدران، وتعكس اللوحات الجدارية للمسجد الأشجار والنوافير والجسور بطابع هادئ ونادر للفن الإسلامي. بينما تصور اللوحات الجدارية بالخارج وفي الرواق الأشجار والشلالات والجسور.

ويعد هذا المسجد في زخرفته للجدران من الداخل والخارج مثلاً نادراً غير متكرر على تراث المساجد الأثرية الألبانية.

يعد جامع "أدهم بك" التاريخي (وسط العاصمة الألبانية) -الذي استعصى على الهدم في زمن الشيوعية- من أبرز معالم المدينة الأثرية والسياحية، ويشكل الجامع مع برج الساعة المجاور مجموعة معمارية أضحت رمزا ثقافيا وسياحيا للعاصمة تيرانا وارتبط بها على الدوام.

وتم إعلان الجامع معلماً ثقافياً من الدرجة الأولى عام 1948، وهو الوحيد الذي نجا من الهدم في زمن الشيوعية من بين 7 مساجد كانت متقاربة وسط العاصمة تيرانا. ويعد الجامع قبلة للزوار والسائحين من مختلف الأجناس والديانات عند زيارتهم للعاصمة الألبانية.

بدأ بناء هذا المسجد من قبل الملا محمد باي من بتريلا بين عامي 1793 و1794، وأكمله ابنه "أدهم بك" في الفترة بين 1822 و1833، وهو من أحفاد سليمان باشا برجاني الذي أسس مدينة تيرانا عام 1614.

ويتميز المسجد بأنه مزخرف بالكامل من الداخل والخارج برسوم جدارية غلبت عليها الزخارف النباتية والآيات القرآنية وأسماء الله الحسنى وعبارات باللغة العربية، ودعاء لأهل البيت بشكل نادر في زخارف مساجد ألبانيا الأثرية.

وأغلقته الشيوعية عام 1967 بعد صدور قانون تجريم الأديان الذي بمقتضاه قامت بهدم أغلب مساجد ألبانيا، ولم ينجح سوى بعض العشرات من المساجد الأثرية، ومن بينها هذا الجامع التاريخي الفريد من نوعه في زخارفه الإبداعية التي تغطي نحو 700 متر من جدران المسجد الداخلية والخارجية.

وبعد 23 عامًا من غلقه وإثر سقوط الشيوعية في ألبانيا، تمت إعادة فتحه عام 1991 في احتفالية مهيبية لم تشهدها ألبانيا قبل هذا التاريخ بنحو 50 عامًا، ومثل هذا الحدث علامة فارقة في ولادة الحرية الدينية في ألبانيا.

في هذا التقرير نلقي الضوء على محطات تاريخية مهمة ارتبطت بالجامع الأثري وعكست واقعا صعبا عاشه الشعب الألباني في زمن الشيوعية.

سليمان باشا بارجيني.. وتأسيس تيرانا

يعود الفضل في تأسيس مدينة تيرانا وتحويلها لمركز تجاري وديني متطور إلى سليمان باشا بارجيني، وذلك عام 1614، حيث بنى فيها أول جامع "مسجد سليمان باشا" وبجواره حمام ومخبز وسوق، وهكذا بدأت المدينة التي تحولت في بدايات العقد الثاني من القرن العشرين إلى عاصمة ألبانيا.

وهكذا كانت تبدأ مدن البلقان الإسلامية التاريخية خلال الحقبة العثمانية به مبان رئيسية، هي: الجامع والحمام والمخبز والسوق؛ ثم يبدأ الناس والقبائل في التوافد عليها من القرى والأماكن القريبة بقصد التجارة، وبعضهم يبدأ الاستقرار والبناء؛ ومن ثم تتوسع المدينة تدريجياً بمرور الوقت.

وكان سليمان باشا حاكماً نبيلاً ووالياً عثمانياً شارك في حروب مع العثمانيين، خاصة ضد الصفويين، وحصل على لقب باشا. وأسس مدينة تيرانا على الطراز الشرقي، وسرعان ما أصبحت مركز الفن والثقافة والدين الإسلامي، وأصبحت مشهورة بسبب موقعها الإستراتيجي في قلب ألبانيا. وتحولت تيرانا إلى عاصمة للبلاد في منتصف عشرينيات القرن الماضي.

إلا أن الحقبة الشيوعية شهدت تدمير أول وأقدم مساجد العاصمة الألبانية تيرانا "جامع سليمان باشا" في نهاية الأربعينيات من القرن العشرين، ولم ينجح من ملحقات الجامع وما حوله من مبان تاريخية وأوقاف سوى قبره في بعض الحالات الاستثنائية حيث دمرت المقابر التاريخية الأثرية الملحقة بالمساجد خلال النصف الثاني من القرن العشرين، وزاد عددها على ألف مسجد.

جامع أدهم بك

بدأ بناء جامع أدهم بك الملا بك في الفترة بين 1791 و1794 على يد والد أدهم بك، وكان حاكماً ألبانيا عثمانياً، وزعيماً دينياً من تيرانا معروفاً بأعماله الخيرية، إلا أن وفاته في

المغربية 'فاطمة رومات' ضمن أفضل 20 باحثة في الذكاء الاصطناعي عالمياً

اختار موقع (BookAuthority)، كتاب الباحثة المغربية فاطمة رومات (الذكاء الاصطناعي في التعليم العالي والبحث العلمي، Artificial intelligence in Higher Education and Scientific Research) ضمن أفضل عشرين كتاباً في العالم في كل الأوقات.

وأعربت الخبيرة الدولية في الذكاء الاصطناعي عن سعادتها بهذا التصنيف، قائلة عبر صفحتها على موقع فيسبوك «سعيدة بتصنيف كتابنا ضمن أفضل عشرين كتاباً في العالم يتناول موضوع الذكاء الاصطناعي والتعليم العالي والبحث العلمي من طرف الموقع الرسمي والأساسي لتصنيف الكتب حسب مجلة فوربس الأمريكية».

ويبحث الكتاب الصادر باللغة الإنجليزية عن دار النشر العالمية (سبرينغر، Springer) العديد من التساؤلات من بينها كيف يعزز التعليم العالي والبحث العلمي تقدم التقنيات الذكاء الاصطناعي استناداً إلى التحليل المنهجي؟

ويقدم كذلك وجهات نظر علمية حول الاستخدام المكثف للذكاء الاصطناعي في التعليم العالي والبحث العلمي منذ ظهور جائحة كورونا، إلى جانب مقارنة أخلاقيات الذكاء الاصطناعي مع الأخذ بعين الاعتبار التوصيات الصادرة بشأن أخلاقيات الذكاء الاصطناعي التي اعتمدها منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة (اليونسكو).

ويرتكز الموقع الرائد عالمياً في تصنيف الكتب والمتخصص في تقديم توصيات وتقييمات حول أفضل الكتب المنشورة في كافة المجالات البحثية اعتماداً على نخبة من المفكرين والخبراء، في تصنيف أفضل الكتب على معايير علمية محددة.

كما يستخدم عشرات الإشارات المختلفة بما في ذلك الإشارات العامة الصادرة عن وسائل التواصل الاجتماعي وتوصيات قادة الفكر العالميين وتقييمات المستخدمين.

وتشغل فاطمة رومات عدة مناصب فهي أستاذة تعليم عالي بكلية الحقوق أكادال الرباط، كما أنها رئيسة المعهد الدولي للبحث العلمي بمراكش، بالإضافة إلى أنها عضو بفريق الخبراء في الذكاء الاصطناعي بمنظمة اليونسكو وهي أيضاً مؤسس الشبكة العالمية للذكاء الاصطناعي والمجتمع الدولي.



التونسية هالة بوبكر: أول امرأة عربية تحصل على براءة اختراع آلة لاستخراج سم النحل

نمو إمدادات محضنة للنحل

تستعد هالة للعمل على إمدادات محضنة للنحل تقوم فيها بتكوين الشباب إنطلاقاً من منطقة برج العامري، حيث تقطن في مجال النحل. لم تنتهها مشكلة ضرب نحلها بالدواء من المضي نحو إعادة تفعيل هذا المشروع الذي كان من المبرمج إطلاقه في السنة المنقضية.

استعمال الأدوية في الفلاحة أبرز المشاكل

يعاني جل النحالين في تونس، حسب هالة بوبكر، من استعمال الفلاحة للأدوية مما يضر بالنحل و هو مما جعل هالة تنتقل إلى الجبال من أجل حماية النحل. كما تمثل التعطيلات الإدارية أحد العراقيل التي تعترضها ولكن إصرارها على النجاح لم يمنعها من إتمام وإيجاد حلول لهذا المشكل.



تمكنت الشابة التونسية هالة بوبكر، بعد إتمام دراستها في اختصاص بيولوجيا حيوانية، من إطلاق مشروعها الخاص. قامت طيلة ثلاث سنوات من بعث مشروعها في إنتاج متنوع لعسل النحل (كالاتوس، زعتر، برنتقال، عسل الجبل)، في 6 مناطق مختلفة وهي سجنان و زغوان و نابل وتطاوين. هذا المشروع تطور شيئاً فشيئاً بعد قرصين صغيرين تحصلت عليهن من جمعية تنمية وإحدى مؤسسات التمويل الصغرى.

تسجيل براءة اختراع في سم النحل

ما يميز مشروع هالة أنه كان نتيجة براءة اختراع قامت بتسجيله. ويرتكز مشروعها على استخراج سم النحل وتحويله، والذي يتم بيعه للأطباء والصيديات. وتعمل هالة بوبكر على تدعيم تجربتها بشهادات مماثلة في كل من العراق والمغرب قصد العمل على صناعة مواد التجميل من سم النحل.

مصممة الأزياء الإماراتية منال الحمادي: الصدق وصفة مؤكدة للنجاح

بالنسبة لي أفضل طريقة للاستمرار.

- رحلتي، حتى الآن، واحدة، فقد علمتني العديد من الدروس في الحياة، وفي عالم التصميم والأعمال. لم أقل هذا من قبل بصوت عالٍ، لكنني فخورة جداً بالمكان الذي وصلت إليه علامة منال الحمادي اليوم، وحيث أنا كشخص، لكن هذا ليس حتى نصف ما أحلم به في المستقبل.

- اختر لعائلتك، ولأصدقائك وشركاء العمل ما ستختاره لنفسك، وإذا كنت على طريق النجاح، فاصطحبهم معك بأي طريقة ممكنة. الكرم والصدق شيئان يأخذانك بعيداً في الحياة، فإنهما وصفة مؤكدة للنجاح والقوة.

- شغفي بالبحث عن أفضل شيء، وفكرة تالية، هو الذي يحفزني على العطاء. إن عقلي يتقدم باستمرار بعشر خطوات، فقد علمنا قادتنا ألا نقبل بأقل من ذلك، وأن نعمل دائماً على أن نكون الأفضل، وهذا ما يجعلني أستم.

- عندما يتعلق الأمر بالإنسانية والرحمة، لا يوجد أحد أفضل من والدتي لتعلم منه، فهي بالضبط الشخص الذي أريد أن أكون مثله، وعلى المستوى المهني، أبي مثلي الأعلى، فمنه تعلمت الصدق والصبر والاهتمام دائماً بأدق التفاصيل.



التي تمر بها.

إيماني قوي للغاية، وأؤمن إيماناً راسخاً بأن ما كتبت لي سيكون لي فقط، وإذا فشلت في شيء ما فهذا بالتأكيد ليسب وجيه. لم يكن من السهل الوصول إلى هذا المستوى من الراحة، حتى في أوقات خيبات الأمل، فهي ليست سهلة أبداً، ولا تصبح أسهل بمرور الوقت أيضاً. لكن، عندما واجهت صعوبات، بدأت أفكر في خطوتي الكبيرة التالية، وأضع طاقتي الإيجابية فيها، وهذه

اشتهرت المصممة الإماراتية، منال الحمادي، بمقاربتها العصرية للأزياء الأساسية، وتحويلها إلى عبايات عصرية مع لمسات تغييرية. واستطاعت المصممة الإماراتية إيجاد هوية واضحة لعلامتها التجارية «manaalhamadi»، وتركت بصمتها الفريدة في تصاميمها كافة، سواء في العبايات أو الكوتور أو الأزياء الجاهزة. بالإضافة إلى ذلك، تعتبر منال أيقونة للموضة، ومرجعاً لبنات جيلها..

تقول الحمادي في حوار وجلسة تصوير، بالتعاون مع دار المجوهرات العريقة «شوميه» (Chaumet): - كان تركيزي الأساسي - منذ اليوم الأول - على العباية، ولدي مجموعة كبيرة من الأزياء الراقية، والملابس الجاهزة. العباية هي أسلوب حياة، وأريد أن تكون هناك عباية لكل امرأة، ولجميع المناسبات، وكل اللحظات الأخرى في الحياة، وهذا ما دفعني إلى ابتكار مجموعات متنوعة ومختلفة.

- أصعب قرار اتخذته هو حجب الضوء من حولي؛ لأقف على أرض الواقع في الأوقات التي شعرت فيها بأنني لا أستطيع أن أفعل ما هو أفضل، وللحفاظ على رأسي مرفوعاً في الأوقات الصعبة؛ لأبقى صادقة مع نفسي، ومع علامتي التجارية، بغض النظر عن اللحظات العصبية



In the summer... 5 foods suitable for pregnant women

The mother should focus on her lifestyle during pregnancy to encourage the healthy development of the baby. It is especially important during the summer when many tend to eat less and the chances of dehydration increase, which can affect the baby's health. A pregnant woman must take additional precautions with her food for a safe pregnancy in order to resist the summer heat, as follows:

1. Vegetables

Vegetables such as spinach, cabbage, and broccoli are rich in important nutrients such as folic acid, iron, and calcium. Folic acid is essential for a developing fetus, especially in the early stages of pregnancy, and can help reduce the risk of birth defects. Iron is also important for red blood cell production and helps prevent anemia during pregnancy, while calcium is important for fetal bone development.

2. Fruits

Fruits such as oranges, berries, bananas, apples, and pears provide important vitamins and minerals, including vitamin C, potassium, and fiber. Vitamin

C aids in iron absorption and supports a healthy immune system, while potassium is important for maintaining healthy blood pressure and fluid balance in the body.

3. Lean protein

Lean protein sources such as chicken, fish, turkey, and tofu

provide important nutrients such as iron, zinc, and vitamin B12. Iron is essential for fetal growth and development, while zinc plays an important role for fetal immune function and cell growth. While vitamin B12 is important for the development of the fetal brain and nervous system.

4. Whole grains

Whole grains, such as brown rice, quinoa and whole-wheat bread, provide complex carbohydrates and fiber. Complex carbohydrates are a good source of energy and can help regulate blood sugar levels, while fiber helps prevent constipation and promote healthy digestion.

5. Nuts and seeds

Nuts and seeds, such as almonds, walnuts, chia seeds, and flaxseeds, provide healthy fats, protein, and important nutrients like vitamin E and magnesium. Healthy fats can help support fetal brain development, while vitamin E is important for fetal cell growth and development. Magnesium can help regulate blood pressure and support healthy muscle and nerve function.

Experts recommend that you follow the following tips for a safe pregnancy:

- Wear comfortable and loose cotton clothes
- Drink plenty of water to keep the body hydrated
- Exercising under the supervision of a fitness expert
- Do not expose to direct sunlight
- Focus on eating healthy food only
- Take care of the legs and feet and note any swelling
- Get a good amount of sleep
- Avoid stress



كيف تطورين مهارات طفلك في المحادثة؟

قد ارتبط بالاستخدام المتكرر للوالدين للألفاظ التوجيهية والتصحيحية، مثل الاستجابات وإعطاء الأوامر. وهذا له تأثير ضار. بدلاً من السؤال «ما هذا؟» حاولي بدء محادثة بتعليق مثل «انظر، هذا طفل صغير!» وانظري كيف ستكون ردة فعل طفلك.

استمتعي باستخدام الكلمات

تحققي من فهم طفلك للكلمات عندما تتحدثين إليه أو تقرئين له، وساعديه على تعلم الكلمات من خلال مناقشة معانيها وأصواتها؛ فهذا يمكنه من تعلمها وتذكرها بشكل أفضل، على سبيل المثال، استفسري منه عن الأصوات الأولية للكلمة، والكلمات التي تأتي على القافية وعدد المقاطع. أساس تعليم الطفل هو مفرداته. وفقاً للبحث، يرتبط حجم المفردات في سن الخامسة بالتطور لاحقاً، بما في ذلك التحصيل الدراسي وقدرات معرفة القراءة والكتابة.

امنحي الأطفال وقتاً للرد على سؤال

كثيراً ما يحتاج الأطفال وقتاً إضافياً لفهم موضوع وصياغة إجابة. انتظري بصبر أو أعطهم أدلة لمعرفة ما إذا كان طفلك سيسئجيب ويلقي بإجابته من دون توقف ستفاجئك النتائج كثيراً!

استخدمي الجمل ذات النهايات المفتوحة من المعروف أن استخدام العبارات المفتوحة مع الأطفال يساعد في التعلم، ويعزز تنمية التفكير النقدي وقدرات حل المشكلات لديهم. ويتناقض هذا مع الأسئلة المغلقة التي لا تقبل إلا إجابة من كلمة واحدة، فاجعلي خيال طفلك يخلق ليفكر بالعديد من الإجابات. لا تعلقي عليه كثيراً ولا تكثري من الأسئلة من الطبيعي أن يبدأ البالغون بالمحادثات، ويختبرون الأطفال بمعرفتهم. ومع ذلك، تشير الأبحاث إلى أن التأخير في تطوير لغة الأطفال

مهارات الاتصال الممتازة ضرورية بشكل متزايد، لكن بعض الأطفال يكتسبون قدراتهم على التحدث في وقت متأخر عن غيرهم. ونحن بوصفنا آباء وأمهات، يجب أن ندع الأطفال ينظرون في هذه المهارة، ولا نقلق عليهم. فيما يلي بعض الاقتراحات التي من شأنها تعزيز تطور الكلام واللغة لدى طفلك، كما يقترحها الأطباء والمتخصصون.

قومي بإعداد بيئة مواتية للمحادثة

ضعي في اعتبارك أنه حتى لو لم يكن الأمر مهماً بالنسبة لك؛ فقد يكون ذلك لطفلك لأن الأطفال يحتاجون إلى بيئة أكثر هدوءاً من البالغين للاستماع والتعلم. خصصي فترات هادئة خلال اليوم، وقومي خلالها ببعض الأنشطة مع طفلك مثل: «لعبة، قراءة، واجب منزلي، إلخ».





7 Things Women Need To Embrace To Rise Into Leadership Roles

Women are often underrepresented in leadership positions, and breaking through the glass ceiling can be a challenging task. However, with the right skills and mindset, women can overcome these challenges and rise to the top. Here are some tips for women who want to rise into leadership roles.

1. Believe in Yourself

Confidence is key to success. Believe in yourself and your abilities. Recognize your strengths and accomplishments, and don't let self-doubt hold you back. Surround yourself with positive people who support and encourage you.

2. Develop Leadership Skills

Leadership skills are essential for any leader. Women can develop leadership skills through training programs, workshops, or online courses. Focus on communication, decision-making, problem-solving, and strategic thinking.

3. Build a Network

Networking is crucial for career advancement. Attend industry events, join professional associations, and connect with mentors and sponsors who can guide you and help you make connections.

4. Seek Feedback

Feedback is essential for personal and professional growth. Seek feedback from colleagues, managers, and mentors. Use constructive feedback to improve your skills and performance.

5. Embrace Challenges

Challenges are opportunities for growth. Embrace challenges and take on new projects or assignments. Learn from your failures and use them as stepping stones to success.

6. Create a Personal Brand

Your personal brand is how you present yourself to the world. Define your values, strengths, and passions, and communicate them effectively. Use social media and other platforms to build your brand and promote yourself.

7. Be Persistent

Persistence is essential for success. Don't give up on your goals, even when faced with obstacles or setbacks. Keep pushing forward and stay focused on your vision. In conclusion, women can rise into leadership roles by developing leadership skills, building a network, seeking feedback, embracing challenges, creating a personal brand, and being persistent. With the right mindset and determination, women can break through the glass ceiling and achieve their career aspirations. <https://www.brainzmagazine.com/post/7-things-women-need-to-embrace-to-rise-into-leadership-roles>



هل تريد الحصول على مهنة ناجحة؟ إليك هذه النصيحة!

إذا كنت لاتزالين تكافحين من أجل معرفة سبب نمو بعض الناس بهذه السرعة في الحياة، فسنكشف اليوم عن الحقيقة بمساعدة هذه الدراسة الحديثة، التي كشفت عن أن تنمية الشخصية، والنمو العاطفي، هما السمتان المهمتان اللتان تقرران مدى نجاحك في مهنتك.

ووفقاً لدراسة جديدة، نشرت في مجلة العلوم النفسية، تشير التغييرات خلال مرحلة الشباب إلى نمو الشخصية، التي يمكن أن تكون مفيدة للنمو الوظيفي.

وفقاً لدراسة طويلة مدتها 12 عاماً في جامعة هيوستن، تشير أهمية نمو الشخصية خلال مرحلة الشباب إلى فوائد في الحياة المهنية، ذكروا أن الشباب الذين يطورون مستويات أعلى من الضمير والاستقرار العاطفي أثناء الانتقال إلى العمل، يميلون إلى أن يكونوا أكثر نجاحاً في بعض جوانب حياتهم المهنية المبكرة.

وقال كيفن هوف، الأستاذ المساعد في علم النفس الصناعي التنظيمي بجامعة هيوستن، إن النتائج كشفت أنماطاً معينة من نمو الشخصية، تنبأت بنتائج مهنية، بالإضافة إلى شخصية المراهقين وقدرتهم، ووفقاً للمجلة، فإن دراسة هوف هي الأولى التي تقيم القوة التنبؤية للتغيرات الشخصية لمجموعة واسعة من النتائج المهنية عبر أكثر من عقد من الشباب.

وأكد باحثو الدراسة الأخبار السارة للمراهقين، الذين يعانون صعوبات وعدم الرضا عن جوانب شخصيتهم، حيث قال هوف: «أظهرت الدراسة أنك لست عالماً فقط في سمات شخصيتك، وإذا تغيرت بمرور الوقت بطرق إيجابية، فقد يكون لذلك تأثير كبير على حياتك المهنية».

وتتبع فريق هوف عينتين تمثيليتين للشباب الأيسلندي لمدة 12 عاماً تقريباً، من أواخر المراهقة (حوالي 17 عاماً) إلى سن البلوغ (حوالي 29 عاماً)، ووجد أن الأفراد الذين طوروا مستويات أعلى من السمات حققوا

5 نصائح لتكوين صداقات في العمل.. اعرف فيها

وإذا كانت الشركة لا تفعل ذلك، فحاولي أن تأخذي زمام المبادرة لتنظيم لقاءات أو حفلات تدعين إليها الزملاء من أجل تسهيل تكوين الصداقات وخلق أجواء مريحة في مكان العمل، ولكن حذار من أن تتحول تلك اللقاءات إلى مصدر اتهام بإنشاء تكتلات داخلية لتمير مصالح شخصية.

3. تأسيس نادٍ داخلي يشجع لقاءات الفريق:

يوفر النادي الداخلي الفرص للزملاء لأخذ استراحة من العمل والسياسة المكتبية والاجتماعات الرسمية، والتعامل مع زملاء العمل الآخرين على مستوى مختلف. أنشئ نوادي داخلية في مكان العمل من أجل ترابط أفضل.

4. مشاركة حسابات التواصل الاجتماعي:

شارك في المنصات الرقمية التي تجمع زملاء العمل معاً، إذ تستخدم العديد من الشركات مجموعات WhatsApp غير الرسمية، وبعضها لديها مجموعات على LinkedIn و Facebook. احرصي على إبقاء مشاركتك مهنية واحترافية، إذ لا تدرب كيف يمكن أن يفسر تعليق أو منشور خاص لك من قبل الآخرين.

5. كونى ودودة:

طريقة رائعة لتكوين صداقات في مكان عملك هي أن تكوني ودودة مع زملائك، وأن تظهر لهم أنك تهتمين بهم. ويفضل أن تكوني حول الأشخاص الذين لديهم موقف إيجابي، ويجعلونك تشعرين بالراحة. ومع ذلك، تذكر أن تبقى الأمور احترافية في العمل. على الرغم من أنه من الرائع أن يكون لديك أصدقاء، تذكر أن هذا لا يزال مكان عمل، ويتطلب منك التصرف باحترافية ومهنية، وهذا يعني أنه من الجيد عدم طرح أسئلة حول أي مسائل شخصية للغاية، أو أي أسئلة يمكن أن تجعل الشخص الآخر غير مرتاح. كونى الصداقات في مكان العمل، ولكن اعرفي دائماً كيف تضعين الحدود لها.

الصداقة من الأمور التي تجعلنا سعداء في الحياة، ولأن الكثير منا يقضون معظم وقتهم في المكتب، يصبح من الضروري تكوين صداقات في مكان العمل. قد يكون تكوين الصداقات في العمل أمراً صعباً للغاية، خاصة إذا كنت جزءاً من الفريق نفسه. فأحياناً تعترض روابط الصداقة قضايا تتعلق بالمنافسة وانعدام الأمن. ورغم ذلك، تبقى هناك فرص قوية لتكوين صداقات جيدة في العمل.

أهمية الصداقة في مكان العمل:

الصداقة في مكان العمل مهمة جداً، لأنها تساهم في تعزيز مشاركة الموظفين، والرضا الوظيفي، وإنتاجية العمل، وعندما يحدث هذا، يمكن أن تزدادي سعادة.

سواء كان الموظف يعمل في مكتب أو عن بُعد أو في وضع العمل الهجين، فإن وجود الصداقات بين زملاء العمل ينعكس إيجاباً على الأجواء العامة في الشركات ونمو الفريق.

كيف تصنعين صداقات في العمل؟

إليك بعض النصائح التي يمكن أن تساعدك على تكوين صداقات في العمل بنجاح:

1. الانفتاح على الآخر:

من المريح والسهل البحث عن أشخاص مثلك تماماً، يمكن أن يكونوا زملاء عمل لهم أدوار مماثلة، أو من الفئة العمرية ذاتها تقريباً، أو يمرون بمواقف مشابهة لما تمرين به.

هذه العوامل هي نقاط انطلاق رائعة لتكوين الصداقات في مكان العمل. ومع ذلك، فإن إمكانيات الصداقة تبقى مفتوحة حتى على الآخر الذي لا يشبهك. حاولي أن تبقي منفتحة على كل الاحتمالات، فلا تدربين أي شخص يمكن أن يشكل صديق عمل رائعاً.

2. حضور أو تنظيم حفلات:

شارك في المجموعات والحفلات أو الفعاليات التي تنظمها شركتك،

Simple ways to help rationalize water consumption in every home

Methods used to rationalize water consumption; The methods used to rationalize water consumption include:

Turn off the water tap while using a toothbrush or shaving tool, and use water when needed

limiting bath time to five minutes; This will save a lot of water, over time.

Replacing your shower head and faucets will reduce your water use.. This is an easy way to conserve water without changing the way you wash, rinse or shower. If there is not enough time or money to upgrade the fixtures, at least install a cheap aerator on each faucet to choke off the water flow.

It is important to check faucets and pipes for leaks, knowing that even dripping water can waste 50 gallons or more of water per day.

No deposits of tap water running while cleaning vegetables, which requires rinsing in a bowl or sink filled with clean water.

Using household appliances more efficiently is a great way to save water. In this context, you only run the dishwasher when it's full, knowing that running the dishwasher always uses less water than washing the dishes, manually.

Fill the washing machine before use, with the machine set to cold water, because the cold water setting in most machines consumes less water and energy.

Changing cooking methods

To avoid the use of water, while cooking food, it is correct to melt the latter at room temperature, instead of immersing the food in cold water.

When boiling food, water should be used to cover the latter, rather than filling the pot to the brim.

On the other hand, in the case of hand-cleaning pots and pans, a large bowl filled with water should be used instead of letting tap water run off. In addition, this is how to remove bad odors from pots and pans.



اتجاهات وخطوط دارجة في ديكور حمامات الضيوف الفخمة

يقوم تصميم الحمام الخاص بالضيوف على حسن التنسيق بين الخامات والألوان، بصورة تحقق مظهرًا غير تقليدي ولافتًا. في هذا التقرير مجموعة من الأفكار لتطبيق ديكورات عصرية في حمام الضيوف.

نصائح متبعة في تصميم حمام الضيوف

في السطور الآتية، مجموعة من الأفكار المساعدة في تصميم حمام الضيوف بحسب ألوان الدارجة: طراز الحد الأدنى المعروف بـ«المينيمالست» يشي بالرحابة والراحة.

الألوان الحيادية، خيار مثالي في حمام الضيوف، لا سيما الأبيض والرمادي الضارب إلى البيج، مع إضافة لون الخشب الطبيعي. الرخام الطبيعي يُفخّم الحمام، ويحلّ على الجدران والأرضية. في هذا الإطار، يمكن تمييز جدار، من خلال تلبيسه بنوع آخر من البلاط، كـ«الموزاييك».

لا مانع من وضع المغسلة خارج الحمام إذا كان الأخير ضيقًا، على أن يكون الحوض مصممًا بالرخام. في حال وُضعت المغسلة، داخل الحمام، يجب أن يتوافق الشكل مع العناصر الأخرى الموزعة في الحيز. أضيفي إلى ذلك، ينصح بالبعد عن الأشكال التقليدية للحنفيات. كسوة أحد الجدران بالمرابيا، لإضفاء المزيد من الاتساع والإضاءة، في حمام الضيوف.



تفاصيل في ديكور الحمام

تشتمل التفاصيل المضافة إلى الحمام لتفخيم الفراغ المعماري أو جعل المستخدم أكثر راحة، على: مقعد من طراز حديث أو عتيق أو «بُف» مشغول بالمخمل الملون، علمًا أن مزج الطرز القديمة بالحديثة في المساحة يمدّها بالفخامة. أضيفي إلى ذلك، النبات عنصر هام في الحمام الفخم، وهو يوزّع على الأرضية أو الأسطح. تشتمل أنواع النبات التي تتحمل الرطوبة، على: الصبار والبيغونيا والخيزران وزنابق السلام ونبات الثعبان... لكن، لا ينصح بالإفراط في اختيار الإكسسوارات في الحمام، تفاديًا لعرقلة مسير الضيف، بل الاكتفاء بسجادة أنيقة تفتش الأرضية والمناشف والتحف الموزعة بجوار المغسلة والشموع وفازة معدة من الزجاج الشفاف محملة باللورود البيض، كما لوحة فنية تجريدية تتخذ مكانًا لها على جدار فارغ، ما يشي بالأناقة.

من جهة ثانية، يحلو توزيع الحصى أسفل حوض الغسل، مع إضاءة العناصر المذكورة بوساطة الإضاءة المخفية، علمًا أن مصادر الإنارة تتعدّد في الحمام الفخم، وتشتمل على: الوحدات الجدارية أو المعلقة على جانبي كل مرآة و«السيوتلايت» والإنارة المخفية في الأسقف وخلف المرآة. إذا كان الحمام فسيحًا، يحلو حضور الثريا متوسطة الحجم. إلى ذلك، هذه لمسات عصرية في حمامات الضيوف الفاخرة.

Why You Should Store A Piece Of Chalk In Your Jewelry Drawer

Buying a new piece of jewelry is always an exciting time. You're eager to try on several before deciding on one that suits you and you take the precious accessory back home vowing to keep it safe (and shiny).

Chances are you collect a few (or a lot of) pieces you love over the years. Tempted as you might be to throw all of them into a jewelry box your grandmother gave you for Christmas, the experts would tell you to think about a few things before you do that. Notice how your sterling silver necklace or gold-plated pendant hidden away in the recesses of your trunk start to look a little darker and duller every time you pick them up? That would be the work of tarnish. Your jewelry pieces — especially sterling silver- and gold-plated ones — have a tendency to react with the air, its elements, and moisture and become discolored over time.

Jewelry designer Zoë Richardson told Better Homes and Gardens, "Tarnish is a product of chemical reaction that is caused by the other metals that are mixed with silver reacting to moisture and sulfur in the air ... Things like perfume, hairspray, deodorant, and moisturizers can all contribute to further tarnishing of your silver due to the chemicals reacting with the silver." Sounds like something you can't possibly avoid? Think again..

Use chalk to tackle moisture when you store jewelry

Turns out you can use this method for more than just storing your mother's precious silverware in the kitchen. Adding pieces of chalk to your jewelry box will prevent your pieces from tarnishing.



Find an adhesive-free box or container to store your jewelry in, preferably separated by partitions or wrapped in different pieces of cloth (via Silver Chic). Make sure the box is big enough so the different metals aren't placed too close together. Place some pieces of chalk inside the box, close it, and store in a cool and dry place away from sunlight. The chalk works much like silica gel or activated charcoal by absorbing whatever moisture is in the box, making it a perfect household item to prevent discolored jewelry.

If you want to be completely sure your accessories will be free of moisture, try wiping them before storing them. Use "a soft, non-abrasive, chemical and polish-free cloth to rid the silver of any make-up, skin oils, dirt, etc," shared jewelry expert Marc Rothenberg with LoveToKnow.

Storing your jewelry might require more care than you thought. Protecting your jewelry from the elements when you're out and about is one thing, but when you're safely home, you might be tempted to leave them in a pile on your dresser. Unfortunately, that is a recipe for disaster.

Paying attention to the temperature and humidity of your storage space and finding a jewelry box with a soft lining that won't scratch your metals are good storage tips to follow, per The Spruce. There are a variety of tiered or compartmentalized jewelry boxes you can choose from. Rothenberg told LoveToKnow that "chlorine and sulfur are two of the main causes of tarnish," so it goes without saying that you have to keep your accessories away from these.

Even if the thought of carefully putting away your gold-plated earrings the next time you get home feels exhausting, remind yourself of how quickly tarnish can dull the appearance of your much-loved possession. Some chalk and care go a long way in storing them the proper way.

<https://www.thelist.com/1235914/why-you-should-store-a-piece-of-chalk-in-your-jewelry-drawer/>



موديلات أحذية رياضية لإطلالة كاجوال وعصرية

العلامة أن يكون مناسباً لمختلف الإطلالات وأن يكون ذات كعب مريح، وقد صمم من نعل مسطح باللون الأبيض بخطوط حمراء من المطاط وحذاء قماش باللونين الأسود ومطبع بخطوط بيضاء مع أربطة طويلة قماش باللون الأبيض.

حذاء رياضي باللونين الأبيض والأسود من Bhype

أما بالنسبة لعلامة Bhype فقد اختارت أن تقدم تصميماً عصرياً مُريح يتناسب مع جميع الإطلالات اليومية؛ بسيطاً وناعماً خالي من أي إضافات وجاء باللونين الأبيض والأسود مع مقدمة أمامية صغيرة باللون الأبيض؛ قد يبدو هذا الحذاء غير مميز للوهلة الأولى، إلا أن بساطته هي سرّ أناقته.

حذاء رياضي باللون الأبيض من Pigalle

تنوّعت تصاميم الأحذية الرياضية باللون الأبيض للسيدات هذا الموسم بشكل لافت، وقد برز منها موديلات أنيقة وعصرية، ومن بينهم أعجبنا هذا الحذاء المسطح ذات التصميم البسيط والمصنوع من الجلد، وهو مزين من الجهة اليمنى بعلامة الدار وجاء من المقدمة الأمامية بتصميم مرتفع؛ وجاء مع أربطة قماشية طويلة.



هو تصميم جذاب من علامة Fessura حرصت Monoway، فهو تصميم كاجوال وشبابي وجاء بتصميم مسطح بنعل مرتفع باللون الأبيض، أما الحذاء فصمم من الجلد باللونين الأبيض والأسود وصممت المقدمة باللون الرمادي مع أربطة طويلة باللون الأبيض.

حذاء رياضي باللونين الأبيض والأسود من Fessura

مع دخول فصل الربيع أنت بحاجة إلى أحذية رياضية عملية ومريحة وتناسب مختلف إطلالتك؛ سواء كنت من اللواتي يمارسن الرياضة أم لا، لكن يبقى الحذاء الرياضي قطعة أساسية في خزانتك حيث يمكنك أن تنسقيه مع مختلف الإطلالات الكاجوال والعصرية خلال النهار والمساء. إليك مجموعة مختارة من الأحذية لمزيد من الراحة والأناقة هذا الربيع.

حذاء رياضي باللونين الأبيض والأسود من ريك أوينز Rick Owens

من علامة Rick Owens المعروفة بتصاميمها الفريدة والعصرية التي تناسب جميع الأذواق للنساء والصبايا؛ يمكنك ارتداء هذا الحذاء باللونين الأبيض والأسود وصمم بنعل باللون الأبيض مع مقدمة أمامية باللون الأبيض، وجاء الحذاء باللون الأسود وبأربطة طويلة باللون الأبيض يمنحك هذا الحذاء مزيداً من الراحة.

شاهدنا صيحة رائجة في موديلات أحذية موكاسان 2023 لهذا الموسم إذا كنت ترغبين في مشاهدتها!

حذاء رياضي باللونين الأبيض والأسود من Monoway

يمكنك اعتماد هذا الحذاء من علامة





موديلات عبايات باللون الأخضر للخروج

قد تقفين حائرة أمام اللون الذي تختارينه لأي إطلالة للخروج، وبعيداً عن الألوان التقليدية أو التي ظهرت بها من قبل في العديد من المناسبات.. نختار لك اليوم موديلات عبايات باللون الأخضر للخروج لتتألقي وسط الجميع بأجمل التصاميم من وحي النجمات الخليجيات.

تعشق كل أنثى العبايات بشكل عام، فهي تمنحها جاذبية باحتشام، ولأن الإطلالات الكاجوال هي الاختيار الأمثل للكثير من النساء، نقدم لك هذا اللون من وحي الممثلة السعودية مروة محمد التي أطلت بعباية ذات تصميم كاجوال بأكمام طويلة مصممة بتداخل الخيوط البيضاء، نسقتها مع أزياء كاجوال باللون الأبيض الجينز، وتزينت بحذاء أسود بكعب.

أما الفتون الجناحي فاختارت عباية مخملية بتصميم واسع مطرز بالزهور الذهبية على الكتفين، وأكملت إطلالتها بحجاب أخضر ناعم ليمنحها أناقة أكثر جاذبية في المناسبات اليومية البسيطة. إن كنت مهتمة بمتابعة المزيد من صيحات العبايات فلا تترددي في مشاهدة موديلات عبايات الترت.

لخيار يناسب أجواء الصيف أو إطلالات النهار الحارة، استوحي إطلالتك من الإعلامية العمانية حوراء اللواتي التي ظهرت بفستان بدرجة فاتحة من الأخضر، صمم بتطريزات اللون الذهبي على الصدر وأطراف الأكمام، إلى جانب نقوش باللون الأخضر الداكن، واعتمدت حجاباً بيض وحذاء شفافاً بكعب لإطلالة متكاملة.

مزجت الإعلامية العمانية حوراء الفارسي درجات اللون الأخضر في إطلالتها، فتألقت بعباية مصممة باللون الأخضر الفاتح في منتصف التصميم، والأخضر الداكن على الجانبين، وطُرز كامل التصميم بنقوش ذهبية ناعمة وخرز مميز، واعتمدت حوراء حجاباً أخضر ناعماً، وحذاءً بنياً بكعب لتكتمل أناقتها.

كم مرة يجب أن تنظفي مجوهراتك؟

الأقل شهرياً، أما تلك التي ترتديها يومياً فينصح بتنظيفها مرة واحدة أسبوعياً. ويمكنك البدء ببساطة عن طريق نقع مجوهراتك في الماء الدافئ والصابون. وبعد ذلك، ستحتاجين إلى استخدام فرشاة تنظيف صغيرة لتنظيف كل قطعة على حدة، تماماً مثل تنظيف أسنانك بالفرشاة، وتأكد من أنك وصلت إلى تلك الأماكن التي يصعب الوصول إليها، مثل التي بين الشوكات والألماس، حيث يمكن أن تحتجز الأوساخ.

كيف تحافظين على نظافة مجوهراتك؟

الطريقة التي ذكرناها سابقاً لا تلائم جميع القطع، إذ بالطبع، ستكون للمعادن والأحجار الكريمة المختلفة بروتوكولات تنظيف مختلفة قليلاً، لذا إذا كان غسل قطع المجوهرات في منزلك صعباً، فيمكنك أيضاً اختيار التنظيف الاحترافي، حيث تفرض بعض متاجر المجوهرات رسوماً مقابل هذه الخدمة، لكنها عادةً تكون مجانية إذا ذهبت إلى الموقع الذي تسوقت منه في الأصل.

ووفقاً للخبراء، هناك طرق لحماية مجوهراتك، ولعل أهمها هي عدم ارتدائها طوال الوقت، خاصةً إذا كنتِ تقومين بغسل الأطباق المتسخة بمواد كيميائية قاسية أو بالكحول أو في حال كنتِ تضعين مرطباً كثيفاً على يديك. كما يمكن أن يؤدي الكثير من الماء إلى تشويه مجوهراتك بمرور الوقت.

ارتداء المجوهرات أمرٌ أساسي بالنسبة للكثيرات من السيدات، رغم أنهن يختلفن في تفضيل شكل على آخر، فمنهن من تفضل ارتداء الضخم منها، وهناك من تفضل ارتداء البسيط.

ولكن أياً كان ما تفضلينه، من المهم أن تعرفي أن ارتداء هذه المجوهرات يزيد من تراكم الأوساخ والبكتيريا عليها، حيث درست إحدى علامات المجوهرات الراقية تراكم الأوساخ والبكتيريا على عناصر معينة، مثل: خواتم الخطبة والأقراط، واكتشفت أنه في غضون أسبوع واحد فقط، وجد أكثر من 20000 نمو مختلف للبكتيريا على العناصر التي تم مسحها.

وهو أمرٌ منطقي في حال فكرنا في عدد الأشياء التي نلمسها يومياً ونحن نرتديها.

المجوهرات تحتاج إلى التنظيف بانتظام:

وبينما يعتمد تكرار عمليات تنظيف المجوهرات من الناحية الفنية على عدد مرات ارتداء كل قطعة، إلا أنه من المهم أن تتذكرتي أن البكتيريا تتكاثر، لذلك سيحتاج كل شيء إلى التنظيف في النهاية.

وبالنسبة للمجوهرات التي ترتديها في العطلات أو المناسبات، فيُنصح بتنظيفها مرة واحدة على



برياني دجاج بالطريقة الأصلية



وصفات سهلة ولذيذة، تتبع خطوات عمل برياني الدجاج على الأصول، وقدميه بجانب السلطات والمقبلات المفضلة..

المقادير

- الدجاج : دجاجة (مقطعة ومغسولة ومنزوعة الجلد)
- أرز بسمتي : 2 كوب
- بهارات برياني : ملعقة كبيرة
- البصل : 1 حبة (مفروم)
- الزيت النباتي : 2 ملعقة كبيرة
- ثوم بودرة : ملعقة صغيرة
- الزنجبيل : ملعقة صغيرة (مطحون)
- ملح : ملعقة صغيرة
- فلفل أسود : ملعقة صغيرة
- زبادي : علبتين
- الكركم : ملعقة صغيرة
- الزعفران : ملعقة صغيرة (صبغة زعفران)
- بهارات : ملعقة كبيرة (بهارات حبّ صحيحة)

طريقة التحضير

سخني الزيت النباتي في قدر على النار، وشوحي البصل حتى يذبل، ثم أضيفي الثوم والزنجبيل وقلي.
أضيفي الفلفل الأسود، وبهار البرياني، وصبغة الزعفران، والكركم، ثم أضيفي قطع الدجاج والملح وقلي لعدة دقائق.
صبي الماء وغطي القدر حتى ينضج الدجاج وتجف

السوائل

أضيفي الزبادي، واتركي الخليط حتى يثخن. في قدر آخر، اسلقي الأرز مع الماء، والملح، والبهارات الحبة.
أضيفي نصف كمية الأرز في قدر عميق على النار، ثم أضيفي الدجاج وباقي كمية الأرز.
غطي البرياني، واتركيه على نار هادئة حتى ينضج، ثم اسكبيه في طبق التقديم وقدميه ساخناً.



الفاصوليا الخضراء الطازجة مع زيت الزيتون

بنكهة هذه الوصفة يتطلب أن تصبح الفاصوليا ناضجة جداً.

- 3 كؤوس من الماء الساخن.
- 2 ملعقة من السكر.

طريقة التحضير:

- تغسل الفاصوليا وتجفف جيداً، ثم تقرم إلى قطع صغيرة أو تزال أطرافها فقط وتترك كما هي.
- يقطع البصل ويقلى في مقلاة حتى ينضج، ثم يضاف إليه الملح والسكر وزيت الزيتون.
- تضاف الفاصوليا والطماطم والماء، ويحرك الخليط جيداً، ثم يغطي القدر ويترك حتى ينضج. قد تختلف مدة الطهي حسب نوع الفاصوليا الخضراء المستخدمة، لكن نوصي بتقريب نضجها بعد 20-30 دقيقة.
- تجب مواصلة الطهي حتى يجف الماء وتنضج الفاصوليا، فالاستمتاع بمذاقه الشهية.

سر الطهي:

عند طهو الفاصوليا الخضراء مع زيت الزيتون البكر الممتاز وديس الزمان، سيصبح الطبق نجم المائدة الأول خلال شهر رمضان.

تعد الفاصوليا الخضراء مكوناً رئيسياً مناسباً للإفطار، لأنها غنية بالفيتامينات والألياف والمعادن، فتزود الجسم سريعاً باحتياجاته من العناصر الغذائية والطاقة بعد يوم الصيام، وهي بهذا غذاء ممتاز لتعزيز عملية التمثيل الغذائي. إذا كنت ممن يحرصون على صحتهم، وصحة أفراد عائلاتهم، نقدم لك وصفة الفاصوليا الصحية.

المكونات:

- 500 غم من الفاصوليا الخضراء.
- بصلة متوسطة الحجم.
- ثمرتان من الطماطم مقشرتان ومقطعتان.
- ربع كأس من زيت الزيتون.
- 2 ملعقة من الملح.



صينية بطاطس باللحمة أكلة لذيدة وسهلة

طريقة التحضير

اغسلي البطاطس وقشريها ثم قطعها حلقات وضعها في ماء وملح حتى لا تسود. قطعي البصل والثوم إلى شرائح رفيعة وتبليهم بالفلفل، والبهارات، والملح، وجوزة الطيب. أحضري صينية، وضعي نصف كمية البصل والثوم المتبل، ثم ضعي نصف كمية البطاطس، بعد ذلك ضعي قطع اللحم، ثم ضعي طبقة ثانية من البطاطس المتبقية البصل والثوم. قطعي الطماطم إلى حلقات وضعها فوق البصل والثوم المتبل. ضعي السمن على الصينية، وأضيفي القليل من الماء حتى لا تحترق الصينية، ثم ضعها على النار حتى تغلي. غلفي الصينية بورق الألومنيوم، وأدخليها الفرن لمدة 60 دقيقة حتى تنضج ثم قدميها.

حضري أكالات مميزة على السفرة، جربي الصواني بالفرن اللذيذة والسهلة وقدميها على السفرة ساخنة ومحمرة

المقادير

- البطاطس : كيلو
- لحم البقر : نصف كيلو (شرائح)
- البصل : 1 حبة (كبير الحجم)
- الثوم : 5 فصوص
- سمن : 3 ملاعق كبيرة
- طماطم : 3 حبات (كبيرة الحجم)
- بهار اللحم : ملعقة صغيرة
- فلفل أسود : ملعقة صغيرة
- ملح : 2 ملعقة صغيرة
- جوزة الطيب : رشّة



MENDI HOUSE
YEMENI RESTAURANT



بيت المندي



يقدم لكم

« يقدم لكم اشهى الاكلات بأيدي طبّاخين مهرة »

” نعلن لزبائننا الكرام عن بدء وجبتي الافطار من الساعة التاسعة صباحا
ثم الغداء ابتداء من الساعة الحادية عشرة 11am ”

14633 W. Warren Ave. Dearborn, MI 48126
(Corner of Chase Rd. and Warren Ave. next to Papaya Supermarket)

PH: (313) 846-9330 **Open 7 Days a Week** **WWW.MENDIHOUSE.COM**

How To Clean Sticky Grease Off Kitchen Cabinets

Kitchen cabinets take a lot of abuse. We open and close them a hundred times a day. And judging from the fingerprints, we don't always use the knobs and handles.

Cooking adds even more grime in the form of food splatters and oil-laden steam. Even if you have a vent hood or use a splatter guard when cooking, oils leave a residue on cabinets. Dust and dirt in the air get stuck in that residue, coating your cabinets with a sticky mess.

The first step to keeping your kitchen cabinets clean? "It's essential to promptly clean up any spills," says Dan Deonarain, owner of Galaxy Maids, a residential and commercial cleaning company servicing the New York City and Boston metro areas.

Quickly jumping on spills is important everywhere in your home, but particularly in the kitchen. You'll save yourself a lot of time cleaning if you don't let things go.

So what's the best way to clean sticky grease off kitchen cabinets? Deonarain lays it out below, with some surprisingly simple ingredients. You probably have everything you need at home now: dish soap, white vinegar and baking soda. You'll also need some soft sponges or microfiber cloths and an old toothbrush.

For the outside, you want to start with warm water and dish soap," says Deonarain. Dishwashing liquid has incredible grease-cutting ability, but it's gentle and non-abrasive. That's why Dawn is the go-to cleaner for oil-laden birds and other wildlife after a spill. It works and it's safe.

Dish soap — actually a detergent — contains surfactants that disrupt the surface tension of water, making it easier to rinse dirt away. Surfactants have complex molecular structures. One end of the molecule is hydrophilic, meaning attracted to water. The other end is hydrophobic, aka water-fearing, but it loves grease and dirt.

When surfactants come in contact with greasy residues on your cabinets, they immediately break apart the grease and surround it. The water-loving ends then band together to rinse away the captured grime.

To clean your cabinet exteriors, get a bucket of warm water and add a squirt of dishwashing liquid. (If you don't have a lot of cabinets, just use a bowl and a few drops of soap.) Use a soft cloth or sponge — non-scrubby side only — and work the solution over the surface of the cabinets. Rinse off any soapy residue with a clean damp cloth and let dry.

"Inside cabinets can be an area where you don't always see trouble spots immediately," says Deonarain. Even if you're diligent about wiping up food on the outside, sometimes you just don't notice that drip of honey or spaghetti sauce that managed to sneak inside.

"Baking soda and vinegar are your go-to household ingredients for the removal of these difficult stains," says Deonarain.

A 50/50 mixture of vinegar and water is the best recipe for general cleaning, according to the National Sanitation Foundation (now simply called NSF). White vinegar removes food and ingredients-based stains on almost any surface, Deonarain says.

When you encounter a dried-on forgotten stain inside your cabinets, rub a paste of baking soda and a little water on it to break it free. Wood cabinet interiors respond well to baking soda, Deonarain says. It's abrasive enough to remove stains and safe around food.

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



هام لربات المنازل: أبعثوا هذه الأدوات والأواني عن حوض الجلي بالمطبخ

تنظف بوساطة الإسفنجة الخشنة والماء، مع التجفيف في الهواء الطلق.

المعادن الحساسة والبلاستيك

تجدر الإشارة إلى تغير لون الأواني المصنوعة من الفضة والقصدير والألومنيوم والنحاس، عندما تدع في حوض الجلي. بالمقابل، يجب تنظيف الأواني المذكورة إثر استخدامها. من جهة ثانية، تتسبب غسالة الأطباق الساخنة أو حوض المطبخ بتشوه أو إتلاف بعض الأواني البلاستيكية أثناء لفتة طويلة. إلى ذلك، يؤدي الضغط على المواد البلاستيكية في المساحات الصغيرة أيضاً إلى ليها، لذلك يمكن غسلها بطريقة سريعة.

المنخل الشبكي الناعم: هو ينقع في وعاء محتو على الماء الدافئ والصابون، مع الفرك بوساطة الجانب الأكثر خشونة من الإسفنجة والغسل بفوهة الصنبور المتحركة. أضيفي إلى ذلك، يدع المنخل يجف في الهواء.

الخلط الكهربائي: ينقع وعاء الخلط بالماء الدافئ وسائل الجلي، طوال الليل، قبل تعبئة وعاء الخلط مرة أخرى بالماء العذب وسائل الجلي، والخفق مرة أخرى، قبل الشطف والتجفيف.

هراسة البطاطس: ينصح بغسلها فور الفراغ من استخدامها، بالماء الساخن. هراسة النوم: ينصح برش عصارة النوم بكمية وافرة من رذاذ الطهي قبل الاستخدام مباشرة، بذان يعلق أي شيء عليها. بعد الاستخدام،

يستلزم حوض المطبخ التنظيف بصورة يومية، للقضاء على البكتيريا والجراثيم بفعالية، لكن هناك أدوات لا يمكن أن يستوعبها الحوض، إذ تتطلب طريقة خاصة بالعناية بها. لمحة عن طريق تنظيف أواني المطبخ خارج حوض الجلي، في الآتي.

طريق تنظيف أواني المطبخ خارج حوض الجلي

المبشرة: هي تُنقع في الماء الساخن مباشرة بعد استخدامها أو تفرك برفق بإسفنجة مبللة بالخل الأبيض، وفي الاتجاه المعاكس. إذا ظل الطعام (الجبن الصلب، مثلاً) عالماً بالمبشرة، تنقع الأخيرة طوال الليل، مع استخدام فرشاة للفرق في اليوم التالي.

الطريقة الصحيحة لتعقيم أدوات المطبخ بخطوات سهلة

مبللة بسائل الجلي الخفيف والماء الدافئ، مع التجفيف بوساطة المنشفة، علماً أنه لا يصح غسل الأدوات الخشبية في غسالة الأطباق.

إرشادات قبل استخدام علاجات التعقيم

يُنصح بارتداء زوجي القفازات المصنوعين من المطاط، قبل التنظيف بالمبيض وغيره من المواد المهيجية للجلد.

يُفيد التخلص من بقع الطعام، باستخدام صودا الخبز وعصير الليمون الحامض، بصورة تغطي الأنية، بالمسحوق، ثم تعصر كمية كافية من عصير الليمون لتغطية الأنية، فالشطف جيداً بالماء. تكرّر الخطوات، إذا لزم الأمر.

يفيد نقع أدوات الطعام الخشبية في الخل لإزالة الروائح الكريهة عنها. في هذا الإطار، يجب خلط مقدارين متساويين من الماء الساخن والخل، في وعاء. تنقع أدوات المائدة، في المحلول، لمدة تصل إلى نصف ساعة، ثم هي تشطف جيداً بالماء الساخن وتجفف بالمنشفة على الفور. تصح إضافة ملعقة صغيرة من عصير الليمون الحامض للمساعدة في التخلص من رائحة الخل.

تعقيم أدوات المطبخ من أكثر من المهام المنزلية التي يستوجب القيام بها بصورة دورية، للوقاية من أي تلوث. في السطور الآتية، حلول منزلية مساعدة في تعقيم أدوات المطبخ، بفعالية شديدة.

كيفية تعقيم أدوات ومعدات المطبخ؟

توضع الأدوات الصغيرة، في قدر كبيرة، وتغمر بالماء. تغلى القدر، مع التسخين على حرارة خفيفة، وذلك حتى الغليان.

تطفأ نار الموقد؛ يُنزع الغطاء عن القدر بعد ذلك، مع الانتظار حتى يتوقف الماء عن الغليان، قبل إزالة الأواني.

هناك طريقة أخرى لتنظيف وتعقيم أدوات المطبخ، تتمثل في غمرها

في وعاء محتو على ملعقة كبيرة

من المبيض وجالون من الماء، قبل

شطفها جيداً بالماء الساخن.

بعد اتباع إحدى الطرق المذكورة

أعلاه، تخزن الأدوات، داخل صندوق

بلاستيكي أو معدني كبير، بعد تنظيف

الأخير.

طريقة التنظيف للملاعق الخشبية بعد الاستخدام

يُنصح بشطف الملاعق الخشبية، بعد الاستخدام، بوساطة الماء الدافئ، من دون وضع الملاعق داخل حوض الجلي حتى لا تتشقق خامة الخشب. ثم، هي تنظف، باستخدام إسفنجة

Waking Up At 4:00 AM Every Day Will Change Your Life

Waking up early has been a habit associated with success for many years. Many successful individuals have claimed that waking up at 4:00 AM has been a critical factor in their achievements. However, not everyone believes in the power of early rising, and some may find it challenging to change their sleeping habits.

In this article, we will delve deeper into the benefits of waking up early, the habits of successful people who wake up early, and how to develop the habit of waking up at 4:00 AM. Whether you are a night owl or an early bird, you may find this article helpful in understanding the power of waking up at 4:00 AM and how it can transform your life.

The Benefits Of Waking Up Early

- 1- Increased productivity and motivation: When you wake up early, you have more time to plan your day, exercise, and complete your work without distractions. This can lead to increased productivity and motivation to accomplish your goals.
- 2- More time to accomplish goals: You can add several extra hours to your day by waking up early. These extra hours can be used to work on personal projects, study, or complete tasks that have been put off.
- 3- Better time management skills: Waking up early requires discipline and self-control. This habit can lead to better time management skills and the ability to prioritize important tasks.
- 4- Improved mental health: Research shows that people who wake up early tend to have lower stress and anxiety levels. By waking up early, you can start your day calmly and flexibly, positively impacting your mental health.
- 5- Better sleep quality: Going to bed earlier and waking up earlier can help regulate your sleep schedule, leading to better sleep quality. This can result in feeling more rested and refreshed throughout the day.
- 6- Healthier eating habits: When you wake up early, you have more time to prepare a healthy breakfast and plan your meals. This can lead to healthier eating habits and better overall health.
- 7- More time for exercise: Waking up early can give you more time to exercise, improving your physical health and overall well-being.
- 8- Increased creativity: Research shows that people tend to be more creative in the morning. You can use this peak creative time to work on creative projects or brainstorm new ideas by waking up early.
- 9- Time management: Successful people are skilled at managing their time and avoiding distractions. They prioritize their tasks, delegate when necessary, and focus on their goals.
- 10- Enhanced personal growth: Waking up early can give you more time for personal growth activities such as reading, journaling, or meditating. This can lead to increased self-awareness, self-improvement, and personal development.



كيف تدير حياتك بعد الخسارة المفاجئة للوظيفة؟

منة جميل

عناوين حسابات التواصل في محاولة للتعرف على الشخص وتكوين انطباع عام عنه.

المرحلة الثالثة: تعديل السيرة الذاتية وصقل المهارات

اتفقت الكثير من المواقع الخاصة بالتوظيف على أن عملية البحث عن عمل تتطلب تأهيلاً شخصياً وعملياً، يستلزم في بعض الأحيان تعلم مهارات جديدة.

وصنف موقع «بيتر أب» (Better Up) الأميركي هذه الخطوة بأنها واحدة من المراحل بالغة الأهمية في مسار البحث عن عمل جديد. وجاء في مقال أنه ربما يمثل فقدان الوظيفة «فرصة لإعادة صقل المهارات أو تحسينها» مشيراً إلى أنه من غير الضروري أن تكون المهارة الجديدة مرتبطة بالمسار الوظيفي للشخص.

وفي السياق، اعتبر الموقع أن تحديث السيرة الذاتية بشكل عام، والتي يعتمد عليها الشخص على منصة «لينكد إن»، لا بد أن تكون جزءاً من الخطوات الأولى التالية لأزمة التعرض لفقدان الوظيفة. ولفت الموقع الأميركي إلى أن 95% من مسؤولي التوظيف يبحثون عن مرشحين من خلال «لينكد إن». وجاء في المقال «خذ بعض الوقت لتحسين وتحديث ملفك الشخصي على لينكد إن، فهي الأداة المناسبة لكي تستثمر وقتك فيها». كما رأى الموقع أن عملية الاستعداد لمقابلات العمل الشخصية، سواء من خلال التدريب على الأسئلة الشائعة في المجال الوظيفي للشخص ومتطلبات الوظائف المستهدفة، أو تحضير الملابس الملائمة، لا بد أن تكون من الأساسيات في هذه المرحلة.

المرحلة الرابعة: أضر الجميع أنك تبحث عن عمل

أشار بعض الخبراء في مجال التوظيف إلى أن أناساً كثيراً ربما يجدون صعوبة في تنفيذ هذه الخطوة، بسبب شعورهم بالحرج. لكن الخبرات السابقة والتجارب الشخصية أثبتت -وفقاً لمختصين- أنه في معظم الحالات، عندما يخبر شخص المحيطين به أنه يبحث عن وظيفة، فإنهم غالباً ما يشاركونه فرص العمل الجديدة التي سمعوا عنها، أو ربما يقدمون توصيات للأشخاص الذين يعرفونهم.

وقال أندرو كريمر المختص بالشؤون المالية -في مدونته على موقع «كريدت» (Credit)- إن فرص العثور على وظيفة جديدة «تزداد بشكل كبير كلما كان هناك أشخاص في محيطك على معرفة بحالتك الوظيفية، مما يساعدك في الحصول على عمل». ونصح موقع الباحثين عن وظيفة بإخبار الجميع «حتى الغرباء» أنهم في مرحلة البحث عن عمل، مشيراً إلى أن عمليات التوظيف «صناعة تبغ قيمتها 200 مليار دولار».

وبشكل أكثر تحديداً، ركز موقع «ذا ميوز» (The Muse) المعني بعمليات التوظيف، في مقال، على ضرورة أن يكون الشخص الباحث عن وظيفة «واضحاً فيما يريد أن يفعله بعد فقدان عمله». وجاء في المقال «نصيحة احترافية: ركز على ما تريد القيام به بدلاً من الحديث عما حدث. وعلى سبيل المثال، قل خسرت وظيفتي مؤخراً وأكثر ما أفتقده هو التواصل مع العملاء. لذا في وظيفتي التالية، أبحث عن دور يضمن لي التعامل المباشر مع العملاء في شركة متوسطة الحجم».

بالنظر إلى تردّي الأوضاع الاقتصادية في معظم دول العالم، بات الكثير منا معتاداً على سماع عبارات بينها «تسريح من العمل» و«تقليص عدد الموظفين» وغيرهما من المصطلحات التي رافقت موجة التضخم العالمية المتنامية، والتي ألفت بظلالها بشكل مباشر على الموظفين، حتى وإن كانوا جزءاً من مؤسسات كبرى.

وتعد خسارة الوظيفة بشكل مفاجئ أزمة تواجه عدداً كبيراً من الشباب، مما يجعل التعامل معها أمراً ضرورياً يحتاج للتخطيط والإدارة الصحيحة بهدف التعافي من صدمة التحول إلى شخص عاطل -حتى وإن كان الأمر مؤقتاً- والعمل على الحصول على عمل جديد بديل بسرعة.

المرحلة الأولى: افهم مشاعرك وحدد ميزانيتك

ينصح العاملون في مجال التوظيف من فقد عمله بشكل مفاجئ بالأبداً في لوم نفسه، وأن يتحلّى بالإيجابية ومن ثم يعمل على وضع خطة مالية وأخرى تساعد على الحصول على وظيفة. ونشر موقع شركة «مايند تولز» (Mind Tools) لتطوير المهارات الشخصية عدة نصائح تضمن الحصول على أكبر استفادة خلال المرحلة الأولى بعد خسارة الوظيفة، بينها الاعتناء بالصحة النفسية والجسدية من خلال ممارسة الرياضة وتناول الطعام الصحي، والحصول على قسط كافٍ من النوم الجيد للتخلص من الضغوط والتعب على قلة التركيز. وتحدث الموقع أيضاً عن أهمية حشد المتعاطفين، سواء من أفراد العائلة أو الأصدقاء أو حتى الزملاء السابقين، حيث إن باستطاعتهم المساعدة في اكتساب منظور جديد للموقف.

وتعد عملية تحديد الميزانية ضرورية في هذه المرحلة من خلال كتابة قائمة بالنفقات المنزلية الرئيسية، مع تدوين جميع الأصول ومصادر الدخل كتعويضات الإقالة، أو أي إعانات بطالة ومدخرات. وفي هذه المرحلة، يتعين على الشخص تقليل أي مصروفات غير ضرورية، والتفكير في القيام بعمل مؤقت أو مستقل لجلب بعض النقود على المدى القصير.

المرحلة الثانية: اللجوء إلى "نظرية الجدة"

ذكر موقع «كارير تول بيلت» (Career Tool Belt) أن اتباع «نظرية الجدة» قد يكون مخرجاً من حالة البطالة المفاجئة. ووفقاً لهذه النظرية، ينصح الموقع، المعني بعمليات التوظيف، من يفقد وظيفته بأن يبدأ رحلة إيجاد وظيفة بديلة بالبحث عن اسمه على محرك «غوغل» لمعرفة ما سيشاهده أصحاب العمل المحتملون عند قيامهم ببحث سيرتهم الذاتية.

وطالب بالتأكد من أن كل ما يظهر في نتائج البحث تنطبق عليه «نظرية الجدة» أي «ما لا يريد الشخص أن تعرفه جدته عنه، ربما هو ذاته الذي سيكون من الأفضل ألا يطلع عليه مديره التوظيف». وانطلاقاً من هذه القاعدة، تبدأ خطوة تنظيف الحسابات الشخصية على مواقع التواصل الاجتماعي، وتجهيزتها بحيث تكون واجهة جيدة عن الشخص الباحث مجدداً عن وظيفة. وأوضح الموقع أنه في حالة عدم رغبة الباحث عن وظيفة في حذف منشوراته على مواقع التواصل، يفضل أن يلجأ إلى ضبط إعدادات الخصوصية الخاصة به، مشيراً إلى أن الكثير من مديري التوظيف أصبحوا يطلبون

أضرار النوم على البطن عديدة.. تجنبه لصحة عظامك

سارة نبيل

يفضل الكثيرون النوم على البطن؛ لما يمنحه لهم من راحة بالغة مقارنة بأوضاع النوم الأخرى، ولكنه ينطوي أيضاً على الكثير من الأضرار الصحية، مثل إجهاد عضلات الظهر والرقبة، مما يترتب عليه آلام شديدة في الصباح. وتظهر الأبحاث أن النوم على البطن هو أسوأ شكل لدعم الظهر، إذ يعد أفضل شكل للنوم هو الذي يدعم محاذاة العمود الفقري بشكل صحي، فعندما تنامين على بطنك؛ يفوق جذعك بشكل طبيعي في عمق المرتبة بسبب وزنه، ونتيجة لذلك قد ينقوس ظهرك، مما يؤدي إلى شد عمودك الفقري خارج المحاذاة المحايدة، وعندما لا يكون عمودك الفقري مستقيماً، فإنك تشعرين بالتوتر والإجهاد، مما قد يؤدي إلى الأوجاع والآلام عند الاستيقاظ.

في السطور التالية، نطلعك سيدتي على أضرار النوم على البطن، وأفضل طريقة نوم تعزز صحة عمودك الفقري:

إليك ما يسببه النوم على البطن

- آلام الرقبة والأكنتاف

قد يؤدي النوم على البطن إلى زيادة خطر الإصابة بالأم الرقبة، فعندما تنامين على بطنك، يجب أن تدبري رأسك إلى جانب واحد حتى تتنفس، مما يتطلب قلب رأسك ولف رقبتك، وهو ما يحركها بعيداً عن بقية عمودك الفقري. وبالإضافة إلى آلام الظهر والرقبة، يمكن أن تؤدي طريقة النوم السيئة إلى مضاعفات إضافية، مثل الصداع وآلام الكتف أو الذراع.

- ظهور تجاعيد الوجه

عندما يتم ضغط جانب واحد من وجهك في الوسادة، فإنه يمتد ويسحب ويضغط على بشرتك، لذلك يمكن أن يسهم النوم على بطنك في ظهور تجاعيد الوجه.

مخاطر النوم على بطنك أثناء الحمل

خلال الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل، قد تنامين بشكل مريح وفق طريقة نومك الطبيعية، ولكن مع نمو الجنين، قد يصبح النوم على البطن غير مريح، ويمكن أن يتداخل هذا الانزعاج مع النوم، وقلة ساعات النوم يومية، مما يمكن أن يزيد من خطر التعرض للولادة المبكرة، والمخاض الأطول والأكثر إبلاماً والإصابة بالاكنتاف بعد الولادة.. هل تودين التعرف إلى أعراض الانفصال العضلي؟

وبدلاً من النوم على البطن، يوصي مقدمو الرعاية الصحية الحوامل بالنوم على جانبهن الأيسر، إذ يحافظ هذا الشكل على الضغط على الكبد، وكذلك الوريد الذي ينقل الدم من الساقين إلى القلب، كما أنه يحسن تدفق الدم إلى الجنين والرحم والكلى.

أفضل طريقة للنوم

وجدت إحدى الدراسات، التي أجريت على من يعانون من آلام الظهر، أن أولئك الذين تحولوا إلى النوم الجانبي أو الخلفي أفادوا بالآلام أقل بشكل ملحوظ في الظهر. يمكن أن يساعد النوم على الظهر في تخفيف آلام الظهر وتقليل خطر ظهور تجاعيد الوجه، ومع ذلك يمكن أن يؤدي النوم على الظهر أيضاً إلى زيادة خطر الإصابة بالشخير وانقطاع التنفس أثناء النوم؛ لأن هذه الطريقة تسمح بسهولة للسانك بالعودة إلى حلقك. وإذا كان الشخير أو توقف التنفس أثناء النوم مصدر قلق يؤرقك؛ فقد يكون النوم على الجانب هو الأفضل لك، إذ يوفر النوم على أحد جانبيك تأثيراً وقائياً، له فوائد أكثر من النوم على البطن؛ مثل تخفيف حرقة المعدة والشخير وآلام الظهر، وهو طريقة النوم الأكثر شيوعاً، ويفضلها أكثر من 60% من الناس.



فوائد الكولاجين البحري للشعر مذهلة

أبرز فوائد الكولاجين البحري للشعر

يعزز من نمو الشعر

يحارب الكولاجين البحري الجذور الحرة التي تسبب الضرر لبصيلات الشعر. كذلك، يساهم في معالجة الشعر التالف ومكافحة مشكلة تساقط الشعر، وجعل خصلات الشعر أكثر قوة وحيوية ولعناً، وتحسين صحة فروة الرأس، وتغذية الشعر الجديد. وهو يعد خياراً مثالياً للنساء اللواتي يعانين من تساقط الشعر الناتج من الولادة.

الكمية الموصى بها يومياً من الكولاجين البحري

في العادة، يُنصح بتناول ما بين 2.5 و15 غراماً من مكملات الكولاجين البحري يومياً، وهي الكمية الموصى بها من الاختصاصيين. ولحسن الحظ، يعمل الجسم على امتصاص هذا النوع من الكولاجين بسرعة وسهولة، مما يجعل نتائجه تظهر في وقت قصير على الشعر. أما في حال كنت تعانين من تساقط الشعر فننصحك بمتابعة زيت الجيرانيوم يمنع تساقط الشعر ويعالج الشعر الدهني

يرطب الشعر وفروة الرأس

يعد الكولاجين البحري الشعر بالأحماض الأمينية والمطبات اللازمة التي تمد الشعر وفروة الرأس بالتزطيب العميق، وتوفير الحماية لهما من العوامل الخارجية الضارة. فإذا كنت تعانين من جفاف الشعر وفروة الرأس، فلا تترددي في تناول مكملات الكولاجين البحري.

لا شك أنك سمعت كثيراً عن الكولاجين، وفوائده لكل من البشرة والعناية بالشعر والأظافر، لكن هل سبق وسمعت بالكولاجين البحري وخصائصه المفيدة للشعر؟ على الأغلب لا، لأنه مكون غير شائع كثيراً بين النساء رغم فوائده المذهلة. انطلاقاً من ذلك، نرصد لك في هذا المقال، أبرز فوائد الكولاجين البحري للشعر.

ما هو الكولاجين البحري؟

الكولاجين البحري هو كولاين من النوع الأول، مشتق من ببتيدات كولاين السمك، ويتم الحصول عليه من الأسماك، وبشكل خاص من جلد سمك القد البري. يحتوي هذا النوع من الكولاجين على أعلى مصدر للكولاجين المتاح في الأسواق. ويعتبر الكولاجين البحري صديقاً للبيئة وغير معدّل وراثياً، ويعد خياراً مثالياً للنساء اللواتي لا يستهلكن الغلوتين ومنتجات الألبان.

Skincare Tips for Wheatish Skin Tone

Taking care of wheatish skin colour requires some effort on your part. Here are some interesting skincare tips for wheatish brown skin colour.

1. Follow a dedicated nighttime skincare routine
Let's accept it: most of us wake up each morning with just enough time to freshen up and login for work; without being late. Therefore, following an elaborate daytime skincare routine can sometimes seem like a task. This is why it is important that you follow a dedicated nighttime skincare routine so that your skin receives all the goodness from products it needs to appear healthy. Besides, your skin regenerates and repairs itself while you sleep, so that is quite a major bonus too.

Start by using the Simple Protect N Glow Vitamin C Glow Facial Wash. With the winning combination of Vitamin C and Niacinamide, it is one of the best face-washes with scientifically proven technology for instant naturally glowing and fresh skin. Infused with Yuzu Lemon, the face wash thoroughly washes away makeup, dirt and other impurities leaving your skin feeling clean, fresh, and glowing.

2. Keep a cooling eye mask handy
All the late nights are bound to give you puffy eyes and dark circles, but that's something that can be easily dealt with by having a refreshing gel-based eye mask stashed away in your refrigerator. It's a great way to reduce puffiness and make you appear bright-eyed and instantly awake.

3. Have a cold-water shower
Hot water showers are super calming and relaxing and therefore, may not be the best choice when you and your skin both feel really dull and tired. You need something that wakes you up and energizes your skin; thus, cold water is your best friend. Why? Well, because the cold water helps increase blood flow and helps to instantly make your skin feel cool and fresh.



4. Face massage for the win
One of the best ways to brighten up dull and tired skin is to give it a quick one-minute massage. While applying your serum or moisturiser, simply move your fingers in small and gentle yet firm circles. This boosts blood circulation and oxygen flow to the area and makes your skin appear instantly healthy.

5. Never skip sunscreen
An important step in the skincare routine is to apply a good sunscreen lotion or cream to the skin. When going out, wear a hat with a wide brim, a scarf, or an umbrella for physical protection. Whenever you are out in the sun, make sure that you apply sunscreen on your neck, face, hands, and any other area exposed to the sun.

6. Follow a healthy diet
Skincare tips for Wheatish Skin Tone: Full Guide
The best way to maintain a healthy diet is to follow a diet which includes leafy green vegetables, fresh fruits, legumes, eggs, fish and other nutritious foods. Several nutrients and antioxidants present in the food can help to resolve skin issues such as uneven skin tone and discoloration as well.

7. Use quality makeup products
It is important for you to use makeup products of good quality from brands that you trust. The ingredients in these products will be of high quality, so they won't damage your skin, and your glow will remain intact.
8. Exercise to allow your skin to breathe
A good diet should be complemented with regular physical exercises like walking or any other type of exercise routine that will allow your skin to remain glowing and healthy for a long time without losing its natural tone.

<https://www.bebeautiful.in/all-things-skin/skin-concerns/skincare-tips-for-wheatish-skin-tone>

The past can articulate itself within the present



Heba Yosry

The ever-changing intellectual landscape is a phenomenon that I discussed with the Egyptian novelist and linguistic professor from the American University, Cairo, Reem Bassiouney. A creative writer who consciously interweaves the issue of dynamic identity and more specifically, the constituents of Egyptian identity in her writing.

The notion of identity in general is a focal point of Reem's writing, which she was happy to discuss when we met. The dynamic nature of identity, especially what is viewed as a homogenous identity, like the Egyptian one, is an underlying presumption that Reem aims to reveal and embrace. This was made evident when the long list for the Booker Prize Award was released and most of the Egyptian and Arab authors were living in the West.

She commented on this phenomenon by saying: "I believe that this indicates that people are hypermobile, and it is to be expected. It is a good thing and should be viewed as an addition rather than a threat. In my field of social linguistics, this is called super-diversity. It will definitely impact the intellectual landscape but in a positive way."

The notion that an identity is an open discursive effort that can be impacted with various influences is an understanding that should be normalized and accepted. The illusion of a "pure" or "authentic" identity that doesn't assimilate the differences within itself holds the inherent potential of leading to fundamentalism. From that respect we must delve into the historical roots of diversity so that we can get to a modern understanding of who we are appealing to our cosmopolitan past so that we can strive to a more open present and future.

For Reem the path to manifest this idea must include various governmental and non-governmental institutions that present history in a tangible way. "There needs to be an effort from the Ministry of Culture and Ministry of Education to teach history as a tangible living experience. This can be done through studying different approaches and methods of reading different historical accounts, since history isn't one. It can also be accomplished through visiting the monuments that are scattered within Egypt. This will make history more tangible."

The author believes that if we can unite our efforts, as individuals and institutions, together we can salvage history from the state of oblivion it currently dwells within to being a lived experience. History shouldn't be studied as a monotone narrative as it is being currently taught in Egypt, rather as a conversation within a past that impacts our current lives. That we should perceive our past as a foundation for our present. Hence, we should understand it in a way that privileges the diversity that once existed over the uniformity that is now assumed.

The "super diversity" that Reem believes emanates from a state of hypermobility will enrich the stories that are told about being Egyptian or being Arab. Not only that but it will also put into question the foundational parameters that encircle identity itself. Identity will no longer reside within the dwelling place, perhaps it will be removed altogether from geography. Being Arab, Egyptian, Muslim, Coptic will be less based on geography and more on historical affiliations.

Nevertheless, one can only wonder if this newfound understanding of identity which is only based on the heart's desire and yearning rather than physical grounding will result in some problems. For one identity that is divorced from physical reality, from the geographical situatedness, will appeal to an idealistic notion rather than a realistic one. This in return might create a generation of young adults who feel a sense of affinity to their homelands but no actual bond to the reality of their homes. The inherent danger within that scenario is that we will have a new generation of Arabs or Egyptians whose connection to their countries are based on the narratives of the past without a meaningful bond with the present.

I believe that this physical alienation from the original country of origin will definitely have some bearings on the Arab individual. I admire Reem's optimism and can see her reasons for perceiving the positive influences of super diversity. Nevertheless, I can see some parallels between the youth who can't see how the beauty of our diverse past resulted in our current present, and the one who is jaded from his/her physical presence. We must maintain our connection to the land. A land where the past is painstakingly present on every corner inviting us to witness it in all its glory. Reem Bassiouney herself is an example of how the past can articulate itself within the present.



4 خطوات عملية تساعدك للتخلص من الإجهاد النفسي

أسماء منصور

الإجهاد والقلق النفسي هو أمر خطير، خطير إلى درجة أنه يهدد الحياة؛ حيث يجري اتحاد علماء النفس الأمريكيين مسحا سنوياً يطلق عليه وصف الإجهاد النفسي في أمريكا، استنتج الاتحاد في أحدث مسح أجراه بأن المعطيات المتوفرة تظهر مدى المستوى العالي من خطورة القلق والإجهاد النفسي، كما عرض فيلم يتحدث عن خطورة الإجهاد النفسي على قناة ناشونال جيوغرافيك بعنوان «الإجهاد النفسي القاتل»

ما هو القلق والإجهاد النفسي؟ هو عدم التيقن من المستقبل وعدم القدرة على التركيز على وضع الخطط. ومن ثمّ تعترينا مجموعة من العواطف؛ مثل الخوف والحزن والغضب والخدر والعجز واليأس، ويمكن أن تظهر هذه العواطف في صورة العديد من العلامات البدنية والنفسية والاجتماعية.

إن القلق والإجهاد النفسي ليس بالشيء الذي يحتمل الانتظار أو تأجيل مواجهته، لكنه من الواجب عليك مواجهته اليوم قبل الغد لأنه يتفاقم ويتراكم ويصعب علاجه.

ما هي مؤشرات وجود القلق والإجهاد النفسي؟

يتوارى إلى ذهنك الآن ما هي مؤشرات وجود الإجهاد النفسي؟، لذلك سأطرح بين يديكم استبياناً يقيس مؤشرات الإجهاد النفسي من كتاب نهاية الإجهاد النفسي للكاتب «دون جوزيف جوي» الأستاذ بكلية علم النفس في جامعة ستانفورد للطب الاستبياني.

تشمل الإشارات النفسية على تعرضك لإجهاد نفسي شديد ما يلي:

الإصابة بالانقباض أو القلق.

الشعور بالغضب وسرعة الانفعال.

فقدان الدافعية والتركيز.

اضطراب النوم بازدياد عدد ساعاته أو نقصها.

تسارع الأفكار والشعور المستمر بالقلق.

الصعوبات في الذاكرة والتركيز.

اتخاذ قرارات خاطئة.

كلما زاد الإجهاد النفسي زادت احتمالات اتخاذ قرارات سيئة في حياتك؛ لذلك يجب أن نعلم أن الإجهاد النفسي يلحق أضراراً بصحتنا، ويقلص ذكاءنا العاطفي، ويخفض مستويات أدائنا لأعمالنا كما يحد من إمكانيات نجاحنا، لكن الدراسات التي أجريت تُظهر أن ما يزيد على 80% من الناس لا يفعلون شيئاً لحل هذه المشكلة.

إذا كنت من ضمن نسبة 80% هذه، فلا شيء يمنعك من التأكد من خطورة القلق والإجهاد النفسي فهو ليس بالأمر الذي يمكنك معالجته إذا تفانمك لاحقاً، أي يجب عليك الإسراع في معالجته اليوم قبل الغد.

ما هي وسائل علاج القلق والإجهاد النفسي؟

1- بناء الوعي

فقد قال أب علم النفس الأمريكي وليام جايمنس: «إذا تمكنت من تغيير عقلك فسوف يكون بإمكانك تغيير حياتك» فالثقة تولد الواقع الحقيقي. تأمل معي عزيزي القارئ في طبيعة تفكيرك التي تريدها، تأمل في حالتك الذهنية التي تريد أن تحافظ عليها طوال اليوم، تأمل أيضاً في طبيعة علاقاتك؛ لذلك يجب عليك أن تسأل نفسك هذه الأسئلة:

ما هي طريقة عمل دماغك التي تريدها لإنجاز عملك؟ تصور أنك تمسك بزمام عملك بالكامل.

كيف تريد أن تشعر جسدياً كل يوم؟ تأمل في كيفية تصرفك مع الأشخاص الذين تحبهم في نهاية يومك، تصور أنك تتصرف بهذه الطريقة في المنزل.

إن الأداة الأهم لتحقيق كل تأملاتك هي أن تبدأ يومك بهدوء، فيمكنك

أن تخصص خمس دقائق في بداية كل صباح من أجل صياغة عقلية إيجابية وهادئة، والذي تعني بالنسبة للرومان جني اليوم أو فهم يعتقدون أنها عقيدة سائدة لديهم فاجعلها كذلك أنت أيضاً. بدلاً من بدء يومك تركض في البرية كما ترمج جهازك العصبي قديماً حيث كان الأجداد يركضون ويخافون بسبب العيش في حياة بلا منزل فيكونون دائماً مستعدين للركض من أي حيوان مفترس يأتي فجأة لهم، أما أنت الآن في وسط هذا التطور الكبير فلا داعي للخوف والعجلة فتذكر مقولة أبداً يومك بهدوء.

2- الوعي الفكري

إننا عادة ما نسمع الناس يقولون إنه من الصعب على الإنسان أن يعيش بطمأنينة في هذا العالم الصاخب والمزدحم والمليء بالمهام. لكن عندما تفكر في الأمر فسوف يتضح لك أن الإجهاد النفسي والخوف هما ما يجعلان الحياة صعبة وليس العكس.

اكتشف الباحثون في معهد ماساشوسيتس للتقنية بعد تجربة على فأران تم وضعها في متاهة في شكل حرف الـ T، بعد تخيئة قطعة الشوكولاتة في أقصى زاوية للمتاهة؛ حيث بدأ للفأران عندما شممت رائحة الشوكولاتة بالركض في الاتجاه الصحيح، ولكن لم تستطع تحديد مكانها الحقيقي فعملت أدمغتها بشكل إضافي، ولكن بعد أن عرفت مكانها تقلص نشاطها الذهني بسبب معرفته من قبل.

يعني ذلك أن عقولنا مع الإجهاد النفسي والتفكير بنفس الطريقة تعاند وتبذل مجهوداً مضاعفاً للخروج من أي عادة أو مجموعة من الأفكار اعتدنا عليها؛ لذلك فإن الوعي الفكري هو بمثابة بحر لا ينتهى الحديث فيه ولكن يستحق أن تتدرب عليه مراراً لتمرين عقلك على الهدوء بدلاً من الإجهاد، فعليك أن تتعلم أن تنهي كل يوم وتفرغ منه دون وجود آثار القلق والإجهاد النفسي عليك، وتؤكد أنك فعلت كل ما بوسعك، وبالطبع لا مفر من وجود بعض الأخطاء فنحن في النهاية بشر وطبيعتنا عدم الكمال.

3- اليقظة الذهنية

هي توجيه الانتباه في اللحظة الآنية، والتركيز على عمل شيء واحد فقط في اللحظة الواحدة والهدف من ممارسة اليقظة هو اختبار الواقع كما هو وتقليل المعاناة وزيادة الشعور بالسعادة والامتنان. دعنا نتدرب معاً على ممارسة تمرينين من تمارين اليقظة يمكنك اختيار أي نشاط تقوم به بشكل يومي مثل شرب الشاي أو القهوة.

ركز انتباهك كاملاً على ما تشربه، انظر للشراب بفضول كما لو أنك لم تر مثله من قبل لاحظ لونه .

استمتع برائحته.

ارتشفه ببطء.

اتركه على لسانك وتحسس مذاقه بأسنانك واستمتع بطعمه.

تمزّن كل يوم وتمتع بكل حواسك بهذه النعم البسيطة من حولك.

4- وضع حدود في العلاقات الاجتماعية

تعلم أن تضع حدوداً بينك وبين الناس لأنها تزيد عنك القلق والضغط والإجهاد سواء مدير في العمل أو زملاءك أو حتى أقاربك، تعلم أيضاً أن تهتم وتعطي العلاقات الأهم والأقرب، وتؤجل العلاقات الأقل أهمية لأن العلاقات جزء مهم من حياتنا الشخصية التي تمنحنا الدعم المعنوي والنفسية.

ختاماً إن علاج القلق والإجهاد النفسي يتم بنجاح في حالة اعترفت ولاحظت المشكلة أولاً وقد يتطلب الأمر منك أن تستعين بشخص متخصص ليساعدك على الاستبصار بالمشكلة ووضع الحلول وتدريبك على تقنيات علاجية ملائمة لحالتك المعرفية والصحية والسلوكية، ويقدم لك الدعم اللازم لما تمر به، فبدلاً من تستطيع أن تعيش حياة ذات جودة عالية وتتمتع بحياة تستحق أن تعاش خالية من القلق والإجهاد النفسي وتوابعه.

70 UK jobs at risk as Al Jazeera English plans London broadcast center move to Qatar

Al Jazeera English has revealed plans to move its London live broadcast activity to the Qatari capital Doha.

The decision to close the newscaster's office in The Shard skyscraper could see up to 70 UK correspondents and camera crew lose their jobs, The Guardian reported.

In an email to staff, Giles Trendle, managing director of the English service, said Al Jazeera was "looking to undertake a restructuring involving the move of AJE live programming to Doha.

"The move would include the news bulletins between 19:00 GMT and 23:00 GMT produced from London, and 'The Stream' program produced from Washington, D.C."

He pointed out that staff responsible for the live broadcast would be offered "the opportunity to relocate to Doha."

A spokesperson for the Bectu trade union, which represents around 30 of the network's technical staff in London, described the plan as "extremely disappointing," adding that it had no further information on the situation.

"The union is seeking more detail on the proposals, including which positions have been earmarked for redundancy

and how that figure was reached, and will be meeting with the company this coming Monday," the spokesperson said.

In 2022, staff of Al Jazeera English's London office won a 9 percent pay raise following threats of strike action ahead of the Qatar World Cup.

The National Union of Journalists balloted 40 UK-based staff members in September after the latter rejected

Al Jazeera's offer of "4.5 percent plus an unconsolidated £500 for those earning less than £50,000," as per an NUJ press statement.

Hundreds of media jobs in the UK have been cut or put at risk within the last year. In September, the BBC World Service announced significant service cuts and the loss of some 382 jobs.

The Independent put about 20 percent of its workforce at risk of redundancy in November 2022, citing a worsening advertising market and economic situation.

And earlier this year, DC Thomson announced plans to shut almost 40 magazines as part of a "digital reset," cutting 300 of its 1,600 staff members.

<https://www.arabnews.com/node/2285726/media>



4 طرق للتخلص من إدمان مواقع التواصل الاجتماعي

البحث عن بدائل

انتبه للوقت الذي تقضيه على وسائل التواصل الاجتماعي. وإذا شعرت أنك تقضي كثيراً من الوقت على هذه المنصات، ينصح الخبراء بالبحث عن بدائل أخرى لوسائل التواصل الاجتماعي، والتي قد تحتوي على الإمكانيات والخصائص والمميزات ذاتها التي قد تجدها على فيسبوك أو على إنستغرام.

ممارسة هواية أو نشاط

حتى لو كانت وسائل التواصل الاجتماعي تساعدك بطرق جيدة، فإن قضاء وقت غير محدود يمكن أن يضر أكثر مما ينفع. إذا كنت ترغب في التخلي عن هذه العادة السيئة، فقم بممارسة هواية أو نشاط تحبه، وقد يساعدك هذا في تقليل الوقت الذي تقضيه على هذه المنصات.

تحديد أوقات معينة لاستعمال السوشيال ميديا

قد يكون الابتعاد تماماً عن وسائل التواصل الاجتماعي؛ هو أسوأ نصيحة لشخص يكافح الإدمان بالفعل. بدلاً من ذلك، يمكنك أن تختار مدة معينة تستخدم فيها مواقع التواصل.

لا تقارن نفسك بالآخرين

تدفعك بعض وسائل التواصل الاجتماعي، لإرادياً، إلى مقارنة نفسك بالآخرين. وللتخلص من هذا الشعور، يجب عليك وضع أهدافك الخاصة من دون أي مقارنة، وحدد أفضل ما يناسبك، ونفذ الأمر نفسه دون مقارنة نموك بالآخرين.

في عصر التكنولوجيا، أصبح أغلبنا لا يفارق جواله، كأننا أصبحنا بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي، فعند الاستيقاظ من النوم، أول شيء قد نقوم به هو فتح الهاتف وتصفح السوشيال ميديا للحصول على الأخبار والمعلومات. لكن سواء أدركنا ذلك أم لا، فقد تؤثر هذه العادة على صحتنا.

مواقع التواصل

تعتبر وسائل التواصل الاجتماعي طريقة ملائمة للبقاء على تواصل مع الأصدقاء والعائلة ومواكبة الأخبار والمناقشات عبر الإنترنت. وفي بعض الأحيان تعطينا تلك الجرعة اليومية من التحفيز. ولكن إذا وجدت نفسك أنك تقضي ساعات تتصفح مواقع التواصل الاجتماعي، فمن المحتمل أنك مدمنٌ عليها. يعد إدمان وسائل التواصل الاجتماعي أمراً حقيقياً هذه الأيام. ومع تدفق المعلومات والخيارات المتاحة عبر وسائل التواصل الاجتماعي، يجد الناس صعوبة في التغلب على هذا الإدمان، وغالباً ما يتم تركهم في حيرة من أمرهم.

كيف نتعالج من الإدمان؟

بعض الأسباب الرئيسية لإدمان وسائل التواصل الاجتماعي؛ هي تدني احترام الذات والقلق والاكتئاب وعدم الرضا الشخصي بين المراهقين والناس هذه الأيام. يشعر معظم الناس براحة أكبر في التعامل مع شخص ما افتراضياً أكثر من التفاعل الشخصي، لأنهم لا يشعرون بالارتياح تجاه أنفسهم. وإذا كنت من عشاق وسائل التواصل الاجتماعي، وتتساءل: "كيف تتخلص من إدمان وسائل التواصل الاجتماعي؟"، فتابع قراءة هذا التقرير الذي نشره موقع "healthshots".



أسواق هابي لاند العالمية

تقدم لكم :

كافة أنواع البقالة العربية، لحوم وأجبان وبقاوه وخضروات ، وبهارات وجميع ماتحتاجون اليه تحت سقف واحد

HAPPYLAND MARKET 8000 SCHAEFER HWY DETROIT, MI 48228

WWW.HAPPYLANDMARKET.COM

333-438-0720



تخفيضات كبرى كل أربعة

10 نصائح سهلة للوقاية من الحموضة

الحموضة المعوية هي حالة شائعة تصيب ملايين الأشخاص كل عام، وهي إحساس حارق في الصدر يمكن أن يتراوح من خفيف إلى شديد، غالبًا ما تحدث الحموضة المعوية بسبب ارتداد الحمض، والذي يحدث عندما يتدفق الحمض الموجود في المعدة إلى المريء، وإذا تُركت دون علاج يمكن أن تؤدي حرقة المعدة إلى حالات أكثر خطورة مثل مرض الجزر المعدي المريئي (GERD).

نصائح لمنع الحموضة المعوية

1 - تجنب الأطعمة الحارة والدهنية

يمكن أن تؤدي بعض الأطعمة إلى الشعور بالحموضة المعوية لدى بعض الأشخاص، وتشمل الأسباب الشائعة الأطعمة الغنية بالتوابل والأطعمة الحمضية والأطعمة الدهنية والكافيين، إذا لاحظت أن بعض الأطعمة تسبب لك الحموضة فحاول تجنبها، ويمكن أن يكون الاحتفاظ بمذكرات طعام مفيد في تحديد الأطعمة المحفزة.

2 - تناول وجبات صغيرة

يمكن أن يؤدي تناول وجبات كبيرة إلى زيادة الضغط على العضلة العاصرة للمريء السفلية (LES)، وهي العضلات التي تمنع حمض المعدة من التدفق مرة أخرى إلى المريء، وهذا يمكن أن يؤدي إلى الحموضة المعوية، بدلا من ذلك حاول أن تتناول وجبات أصغر حجمًا وأكثر تواترًا على مدار اليوم، هذا يمكن أن يساعد في تقليل الضغط على المريء وتقليل خطر الإصابة بالحموضة المعوية.

3 - لا تستلقي بعد الأكل

يمكن أن يؤدي الاستلقاء بعد تناول الطعام إلى زيادة خطر الإصابة بالحموضة المعوية، وذلك لأن الجاذبية لم تعد تساعد في الحفاظ على حمض المعدة في المعدة، حاول الانتظار لمدة ساعتين إلى ثلاث ساعات على الأقل بعد تناول الطعام قبل الاستلقاء، وإذا كنت بحاجة إلى الاستلقاء سريعًا فحاول أن تستند رأسك بالوسائد لإبقاء الجزء العلوي من جسمك مرتفعًا.

4 - ارتداء ملابس فضفاضة

يمكن أن تضغط الملابس الضيقة خاصة حول الخصر على المعدة وتزيد من خطر الإصابة بحرقة المعدة، حاول ارتداء ملابس فضفاضة، خاصة بعد الأكل.

5 - الإقلاع عن التدخين

يمكن للتدخين أن يضعف العضلة العاصرة المريئية السفلية ويزيد من خطر الإصابة بالحموضة، إذا كنت تدخن يمكن أن يساعد الإقلاع عن التدخين في تقليل مخاطر الإصابة بالحموضة المعوية وتحسين الصحة العامة.

6 - الحفاظ على وزن صحي

يمكن أن تؤدي زيادة الوزن أو السمنة إلى زيادة الضغط على المعدة وLES، ما يؤدي إلى حرقة المعدة، ويمكن أن يساعد الحفاظ على وزن صحي من خلال النظام الغذائي والتمارين الرياضية في تقليل مخاطر الإصابة بالحموضة المعوية.

7 - تجنب الكحول

يمكن أن يزيد الكحول من إنتاج الحمض في المعدة ويساعد على إرخاء العضلة العاصرة المريئية السفلية، ما يؤدي إلى الشعور بحرقة المعدة، إذا كنت تشرب الكحول فحاول الحد من تناوله أو تجنبه تمامًا.

8 - إدارة الإجهاد

يمكن أن يزيد الإجهاد من خطر الإصابة بالحموضة المعوية عن طريق زيادة إنتاج الحمض في المعدة والتسبب في استرخاء العضلة العاصرة المريئية، ويمكن أن يساعد إيجاد طرق لإدارة التوتر، مثل التأمل أو اليوجا أو التمارين الرياضية، في تقليل خطر الإصابة بحرقة المعدة.

9 - ارفع رأس سريرك

يمكن أن يساعد رفع رأس سريرك بمقدار ست إلى ثمانية بوصات في الحفاظ على حمض المعدة في المعدة وتقليل خطر الإصابة بحرقة المعدة. يمكن القيام بذلك عن طريق وضع الكتل تحت الساقين على رأس السرير.

10- الأدوية

إذا لم تكن تغييرات نمط الحياة كافية للوقاية من حرقة المعدة فقد تكون الأدوية ضرورية، يمكن لمضادات الحموضة التي لا تستلزم وصفة طبية أن تساعد في تحييد حمض المعدة وتخفيف أعراض حرقة المعدة، ويمكن أن تساعد مثبطات مضخة البروتون (PPIs) في تقليل كمية الحمض التي تفرزها المعدة ومنع حرقة المعدة.



الاعراض الشائعة لعدوى التهابات الجيوب الأنفية.. نصائح مهمة للمرضى

التهاب الجيوب الأنفية واحد من أشهر المشاكل التي يعاني منها الكثيرون، تحدث عدوى الجيوب الأنفية عندما يتراكم السائل في الجيوب، مما يسمح للجراثيم بالنمو، وفقًا لما ذكرته مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها، وتشمل الأعراض الشائعة لعدوى الجيوب الأنفية ما يلي:

- التنقيط الأنفي الخلفي
- إفرازات أنفية مشوهة
- احتقان بالأنف
- صداع في مقدمة الرأس
- ألم في الأسنان
- السعال
- حمى
- تعب
- رائحة الفم الكريهة

وفقًا لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC)، يمكنك المساعدة في منع التهابات الجيوب الأنفية من خلال الحفاظ على صحتك وتجنب الجراثيم والمواد المسببة للحساسية. يمكن أن تساعدك هذه النصائح:

-اغسل يديك وتجنب الإصابة

الفيروسات هي السبب الأكثر شيوعًا لعدوى الجيوب الأنفية، وفقًا لمراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها يمكن أن يساعدك غسل يديك جيدًا وبانتظام على تجنب الفيروسات، وكذلك تجنب الاتصال الوثيق مع الأشخاص المصابين بنزلة برد أو عدوى في الجهاز التنفسي العلوي، اهدف

إلى غسل يديك بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل، كما ينصح مركز السيطرة على الأمراض في حالة عدم توفر الماء والصابون، يمكنك استخدام معقم اليدين الذي يحتوي على الكحول والذي يحتوي على 60 بالمائة على الأقل من الكحول.

-الابتعاد عن دخان السجائر والنبخرة الأخرى

للحفاظ على الجيوب الأنفية خالية من العدوى، لا تدخن وتجنب التدخين السلبي، وفقًا لمركز السيطرة على الأمراض يمكن أن يؤدي دخان التبغ والملوثات الموجودة في الهواء الملوث إلى تهيج الرئتين والممرات الأنفية والتهابها، وزيادة خطر الإصابة بالتهاب الجيوب الأنفية المزمن.

-حافظ على رطوبة الجيوب الأنفية

إذا كان الهواء في منزلك جافًا، فإن إضافة المزيد من الرطوبة إلى الهواء باستخدام المرطب قد يساعد في منع التهاب الجيوب الأنفية، ولكن تأكد من تنظيف جهاز الترطيب جيدًا وبشكل منتظم لإبقائه خاليًا من العفن.

- تجنب مسببات الحساسية الشائعة

الأشخاص الذين يعانون من الحساسية والربو هم أكثر عرضة لخطر الإصابة بعدوى الجيوب الأنفية، تسبب كل من الحساسية والربو تراكم الالتهاب والمخاط في الجيوب

الأنفية والرئتين نتيجة لذلك، تكون أكثر عرضة لصعوبة إزالة الفيروسات والبكتيريا من رئتيك وتمرض كثيرًا.

-تنظيف الجيوب الأنفية

يعتبر الري الأنفي طريقة سهلة للمساعدة في منع وعلاج مشاكل الجيوب الأنفية، وذلك باتباع هذه الخطوات مرة واحدة أو أكثر كل يوم:

- قلّب نصف ملعقة صغيرة من الملح غير المتحلل و نصف ملعقة صغيرة من صودا الخبز في كوبين من الماء المقطر الفاتر أو الماء الذي سبق غليه وتبريده.
- املاً حقنة صغيرة بمحلول الماء المالح محلي الصنع، أو استخدم وعاء نيتي لتدقق المحلول عبر أنفك.

- اتكى على الحوض، وأدخل طرف المحقنة داخل فتحة أنف واحدة، واضغط على البصلة برفق سوف يتدفق الماء عائدًا من نفس فتحة الأنف (أو فتحة الأنف المقابلة) إلى الحوض.
- كرر هذه الخطوات في فتحة الأنف الأخرى.
- اشرب السوائل لصحة الجيوب الأنفية

لتقليل فرصتك في الإصابة بالتهاب الجيوب الأنفية أو لتخفيف أعراض التهاب الجيوب الأنفية المبكرة، من المهم تصريف الممرات الأنفية وإبقائها نظيفة، تتمثل إحدى طرق القيام بذلك في شرب الكثير من الماء على مدار اليوم، لأن الترطيب المناسب يساعد في إبقاء المخاط رقيقًا وسائلاً.

study: Snoring increases your risk of stroke - how to stop

People who have sleep issues may be more likely to have a stroke. A new study revealed getting too much or too little sleep, taking long naps, having poor quality sleep, snoring, snorting and sleep apnoea – where breathing is disrupted – can increase risk, significantly so for anyone suffering with more than five of these symptoms.

Snorers were almost twice as likely as non-snorers to have a stroke. People who slept for more than nine hours, or less than five hours, were more likely to have a stroke than people who had an average of seven hours, researchers found. The findings, published in the Neurology journal, do not show that sleeping problems cause stroke, but they show an association.

Study author Christine McCarthy, of the University of Galway in Ireland, said: "Not only do our results suggest that individual sleep problems may increase a person's risk of stroke, but having more than five of these symptoms may lead to five times the risk of stroke, compared to those who do not have any sleep problems. Our results suggest that sleep problems should be an area of focus for stroke prevention." The study involved 4,496 people: 2,238 who had a stroke and 2,258 who did not. Subjects were asked about their sleep behaviour, including how many hours of sleep they got, sleep quality, napping, snoring, snorting and breathing problems during sleep.

The study indicated that people who snored were 91% more likely to have a stroke than those who did not, so how can you stop yourself snoring?

Five ways to stop snoring

Snoring is caused when the air travelling through your nose, mouth or throat is partially obstructed during the night. Try these tactics to help kick the habit.

1. Avoid alcohol

Boozy nights out often lead to sleepless, snore-filled

slumber. Alcohol has a sedative effect, which relaxes the jaw and throat muscles, making an obstruction in your airway more likely. Avoid booze if you want to stop snoring.

2. Sleep on your side

Silencing your snores could be as simple as adjusting your sleeping position. Laying on your side, rather than your back, can help to reduce snoring, as this can prevent the base of your tongue collapsing into the back wall of your throat. It's not guaranteed, but should certainly help.

3. Try a snoring pillow

There are some products you can buy, which are specially designed to prevent snoring. Sleeping on a pillow which sufficiently supports your head and neck can help, as it can ensure your head is propped up enough to prevent your airways becoming blocked.

4. Stay within a healthy weight range

Excess fatty tissue around the neck and poor muscle tone can contribute to the problem. Snoring is more common if you're overweight, so taking steps to reduce excess pounds can help to reduce the chances you'll start making noise in the night.

5. Keep a sleep diary

A sleep diary is a great way to help you identify what factors in your life are helping and hindering your sleep and snoring. Make a note of sleep times, how many times you're waking up in the night, the food and drink you've consumed throughout the day, your amount of screen time, and your day's activity. After keeping a record of your sleep for a month, you'll be able to see any trends, including activities during the day that are impacting you at night. Using this information, you can then make lifestyle changes to help tackle the issue.

<https://www.hulldailymail.co.uk/news/health/snoring-increases-your-risk-stroke-8328643>



5 أطعمة فائقة الجودة تعزز الذاكرة وقوة الدماغ

إذا كنت تريد معرفة الأطعمة المغذية للدماغ، فنحن هنا نتحدث عن بعض الأطعمة التي لن تشحذ عقلك فحسب، بل يمكن أن تكون مفيدة أيضاً لصحتك، وفقاً لموقع «food.ndtv»، يحتاج الدماغ إلى العناصر الغذائية مثل أحماض أوميغا 3 الدهنية للبقاء بصحة جيدة، مما يساعد على بناء خلايا الدماغ ومحاربة الإجهاد.

غذاء قوة الدماغ

إذا كان الدماغ غير صحي، فسوف تتأثر وظائف جميع أعضاء جسمك، لذلك أدرج الأطعمة التالية في النظام الغذائي، والتي تزيد من قوة الدماغ.

أغذية لتعزيز قوة الدماغ

بشكل عام، يعتمد العقل الحاد لأي شخص على صحته العقلية، من المعتقد أن الذاكرة ستتحسن أيضاً إذا كان العقل سليماً.

عين الجمل

الجوز صحي جداً للدماغ، العديد من هذه العناصر الغذائية موجودة فيه، مما يحسن صحة الدماغ، يزيد تناول الجوز من قدرة الدماغ على العمل، مما يجعله نشيطاً، يحتوي الجوز على فيتامين هـ والنحاس والمنغنيز، مما يزيد من قوة الدماغ.

منتجات الصويا

يمكن أن يؤثر نقص مادة البوليفينول على الذاكرة، تحتوي منتجات الصويا على مادة البوليفينول التي تسمى الايسوفلافون، تعمل هذه المواد الكيميائية كمضادات للأكسدة وقد تساعد أيضاً في توفير فوائد صحية في جميع أنحاء الجسم، بما في ذلك الدماغ.

بذور اليقطين

إن تناول بذور اليقطين مفيد جداً للحفاظ على صحة الدماغ، الزنك موجود فيه، مما يعزز قوة الذاكرة ويحسن مهارات التفكير، تأكد من إعطائها للأطفال أيضاً، حتى تتطور ذاكرتهم.

التوت

توجد مركبات الفلافونويد المضادة للأكسدة في التوت وتقوي خلايا الدماغ وتزيد من قوة الدماغ، يمكنك أيضاً إعطاء أطفالك الفراولة والتوت والعليق والتوت وما إلى ذلك.

الشوكولاتة الداكنة

تحتوي الشوكولاتة الداكنة على الكاكاو الذي يحتوي على نوع من مضادات الأكسدة يسمى الفلافونويد، مضادات الأكسدة ضرورية لصحة الدماغ لأنها تساعد في الحفاظ على الذاكرة ومكافحة أمراض الدماغ.

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



Jeep Wrangler Magneto 3.0 EV concept packs 650 bhp for effortless off-roading

Jeep unveiled its lineup of special vehicles designed specifically for this year's Easter Jeep Safari and among them, there's an all-electric, Wrangler-based concept named Magneto 3.0

As the name suggests, it's the third version of the vehicle, with the first one being unveiled back in 2021, when it featured a custom-built axial flux electric motor capable of operating at up to 6,000 rpm and tuned to deliver up to 285 bhp and 273 pound-feet (370 Newton-metres) of torque.

It also had a six-speed manual transmission and four-wheel drive, making it quite capable on rough trails. But it wasn't enough, so one year later the peak amperage of the propulsion system was updated to 600 amps, which upped the peak torque to a massive 850 lb-ft (1,152 Nm) and the power to 625 bhp.

For 2023, the Jeep Wrangler Magneto Concept was again improved, with more power and torque (650 bhp and 900 lb-ft or 1,220 Nm), as well as three new driver-selectable functions. First, the person behind the wheel can choose between two power settings: standard (285 bhp and 273 lb-ft/370 Nm) and maximum, which unleashes everything the electric motor has to give.

Then, there is a two-stage power regeneration mode which can either be turned off or set in the enhanced position that uses the electric motor for brake regen.

And finally, the Jeep Wrangler Magneto 3.0 concept has an aggressive hill-descent mode that can be selected in low-range mode to enable true "one pedal" off-road driving in tough rock-crawling scenarios.

Jeep's electric two-door show car has a Dynatrack 60 axle in the front and a Dynatrack 80 in the rear, 20-inch off-road beadlock wheels, 40-inch mud-terrain tyres, and a custom 3-inch (7.6-centimetre) lift. Additionally, the door opening has been modified and swept back an additional six inches (15 cm), and a new B-pillar was moved rearward 2.3 in (6 cm) from stock to make room for a custom anti-roll bar.

Moreover, the windscreen has been raked back 12 degrees for a "chopped roof" look and the exterior paint scheme was updated with more vibrant details and additional red accents, while inside the front seats have been re-trimmed in blue leather and adorned with red accent stitching. At the same time, the rear seats have been removed.



كيا تكشف النقاب عن سيارة "إي في 9" الكهربائية

كشفت شركة كيا، النقاب عن سيارتها الكهربائية إي في 9 (EV9) الرياضية متعددة الاستعمالات.

يأتي إعلان ثاني كبرى شركات صناعة السيارات في كوريا الجنوبية من حيث المبيعات عن السيارة الجديدة قبل إطلاقها رسمياً في السوق المحلية خلال الربع الثاني من العام الجاري. وتعد «إي في 9» ثاني طراز من كيا مجهز بمنصة هيونداي للسيارات الكهربائية المسماة إي جي إم بي، بعد سيارة إي في 6 الرياضية التي أطلقت في 2021.

وتخطط عملاقة صناعة السيارات الكورية لإطلاق 11 سيارة كهربائية بحلول عام 2026، وبعد طراز إي في 6 الكهربائي ستكون «كيا إي في 9» رابعة الدفع السيارة الكهربائية التالية المتاحة للعملاء.

مواصفات سيارة إي في 9

قالت الشركة الكورية، في بيان، إن السيارة تأتي ببطارية سعة 99.8 كيلوواط/ساعة، ومن المتوقع أن تتمكن من قطع 500 كيلومتر بشحنة واحدة.

ويجري تطوير «إي في 9» تحت مفهوم التصميم الجديد لشركة كيا «اتحاد المتناقضات»، الذي يجسد تحول تركيزها إلى السيارات الكهربائية. ويتميز طراز «إي في 9» بخيارات واسعة من تجهيزات توليد القوة الكهربائية القائمة على النظام الكهربائي العالمي، وباستعمال تقنية بطاريات الجيل الرابع من كيا.

وتوفّر بطارية تبلغ 76.1 كيلوواط/ساعة مع الطراز التقليدي للدفع الخلفي، في حين تُركّب بطارية بقوة

99.8 كيلوواط/ساعة في كل من فئات الدفع الخلفي والدفع الرباعي.

تصميم أنيق

تأتي السيارة بتصميم جريء وأنيق، وتوفّر هندسة الأرضية المسطحة في السيارات الكهربائية مساحة داخلية بـ3 صفوف مقاعد وراحة معززة. ويُمكن برنامج كيا كونكت ستور «Kia Connect Store» العملاء من تحديث أنظمة سيارة إي في 9 باستمرار، عن طريق ترقية الميزات والخدمات الرقمية دون الاستعانة بالوكالات. وبخيار المقعد الدوار، تدور مقاعد الصف الثاني 180 درجة، للسماح بإجراء محادثات مع الجالسين في مقاعد الصف الثالث.

كما تتميز السيارة بالعديد من ميزات السلامة، كالمساعدة في تجنب الاصطدام في النقطة العمياء، ونظام مثبت السرعة الذكي القائم على أنظمة الملاحة، وأنظمة المساعدة في تجنب الاصطدام في مواقف السيارات.

وتخطط كيا لعرض «إي في 9» في معرض سول للتنقل، المقرر افتتاحه في وقت لاحق من هذا الشهر، وتقديمها في معرض نيويورك الدولي للسيارات في أوائل أبريل/نيسان.

وقدمت مجموعة هيونداي طرازها الجديد إيونيك 5 على منصة إي جي إم بي، وتخطط لإضافة جينيسيس جي في 70 الكهربائية بالكامل لمجموعتها من السيارات الكهربائية.





Mercedes celebrates 230 SL's 60th birthday by reminiscing 1963

The Mercedes-Benz 230 SL made its debut at the Geneva Motor Show in 1963. It's at the forefront of the W113 series, which is an important model for the German marque. Apart from replacing two models in the range, the 300 SL Roadster and the 190 SL, the W113 was a milestone for Mercedes-Benz in terms of safety.

The 230 SL's frame floor system was derived from the Mercedes saloons of the W111 series, shortened and reinforced to fit the sports car. In addition, it was the first sports car to incorporate the principle of a stable passenger cell with front and rear crumple zones, a safety body that was first introduced in the "Fintail" saloon.

This two-seater touring car was designed by Friedrich Geiger, featuring clean lines, the classic SL look, and a large central star in the radiator grille. The optional hardtop, designed by Paul Bracq, had an inwardly curved roof surface that earned the car its "Pagoda" nickname.

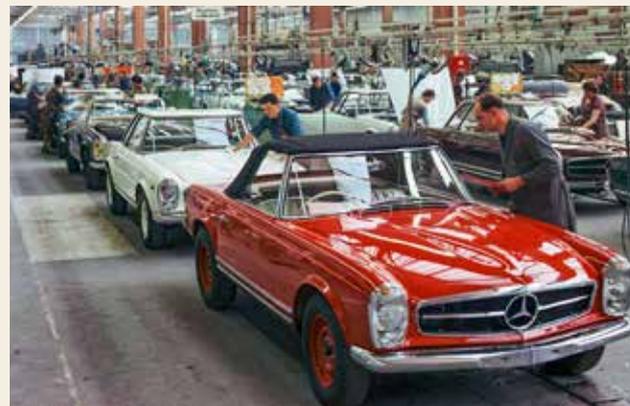
Mercedes-Benz ended production of the W113 in 1971, after building 48,912 vehicles.

During its eight-year construction period, Mercedes-Benz offered the SL with three different engines, unlike the 300 SL and 190 SL models that had virtually unchanged engines until 1963. The 280 SL, the most successful version of the W113 series, appeared in 1968, with a 2.8-litre in-line six-cylinder M130 engine producing 170 bhp, accelerating from zero to 62 mph in 9 seconds, and a top speed of 124 mph.

Apart from its commercial success, the Mercedes-Benz 230 SL was also successful in motorsport. Eugen Bohringer and Klaus Kaiser won the 5,000+ km Spa-Sofia-Liège marathon rally in 1963, while the following year, they achieved third place in the same rally with the 230 SL.

The Mercedes-Benz 230 SL and the rest of the W113 series range are coveted classic cars, and the automaker touts that Pagoda SL owners can always rely on the Mercedes-Benz Classic Centre in Fellbach for expertise on all aspects of the brand's classics.

Source: Mercedes-Benz



رينو تطلق سيارة عائلية آية في التطور والأناقة

وجهزت المركبة بعجلات عريضة ذات أقراص أنيقة التصميم بمقاس 19 إنشا، وزودت بحساسات للضوء والمطر، ونظام تثبيت سرعة، ونظام للتحكم بالفرامل في الحالات الطارئة، كما حصلت على حساسات للضوء والمطر، وحساسات مسافات وكاميرات أمامية وخلفية.

وحصلت السيارة على محرك هجين يولد عزمًا يعادل 200 حصان، ووجهت بعلب سرعة أوتوماتيكية، وأنظمة متطورة تتحكم بالعلب وفقًا للطريق لجعل الحركة أكثر سلاسة وترشيد استهلاك الوقود.

3 صفوف من القاعد التي تتسع لـ 7 ركاب، كما حصلت مقاعدها على أنظمة تحكم كهربائية وأنظمة تدفئة، واكتست بأجود أنواع الجلود.

وحصلت قمرة هذه السيارة على أحدث التقنيات، إذ زودت واجهة القيادة بشاشة قبالة السائق بمقاس 12.3 بوصة، وشاشة أفقية لمسبة بمقاس 12 بوصة، ووجهت بأنظمة مولتيميديا متطورة، وأنظمة لشحن الهواتف لاسلكيًا، كما حصل سقفها البانورامي على خاصية عزل الأشعة ما فوق البنفسجية وخاصية تغيير درجة الشفافية.

كشفت رينو عن سيارة Espace الجديدة التي صممت لتكون واحدة من أفضل السيارات العائلية من حيث الراحة والمواصفات التقنية المتطورة.

وبالنظر إلى السيارة الجديدة نلاحظ أنها تختلف بشكل كلي عن سيارات Espace السابقة، فقد جاءت بهيكل كروس أوفر انسيابي مجهز بمنظومات إضاءة متطورة تعمل بأحدث تقنيات LED.

وأنت المركبة بطول 4 أمتار و72 سنتيمترًا، بعرض 184 سم، وارتفاع 164 سم، ووجهت بـ

هيونداي تكشف عن Sonata الجديدة كلياً

رغم المبيعات الكبيرة التي حققتها سيارات Sonata في العامين الأخيرين، قررت هيونداي إدخال تعديلات كبيرة على هذه السيارات لتبدو أكثر جاذبية وتميزًا.

وبالنظر للصور والفيديوهات التي انتشرت لسيارة Sonata القادمة نلاحظ أنها اختلفت بشكل كبير عن مركبات Sonata الحالية، وتغير تصميم واجهاتها الأمامية كلياً لتصبح أكثر جاذبية وتكتسب مظهراً هجومياً، وظهر على كامل عرض الواجهة شريط إضاءة أنيق، كما زودت الواجهة بمصابيح وكشافات ضباب محدثة أيضاً.

وطال التغيير تصميم الواجهة الخلفية للسيارة أيضاً إذ أصبحت المصابيح الخلفية أكبر، كما صمم صندوق الأمتعة الخلفي ليكون قسمه العلوي على شكل جناح هوائي لزيادة الثبات على السرعات العالية، وحصلت السيارة على أقراص عجلات بمقاس 19 إنش ذات تصميم مميز جداً.

وتم تغيير تصميم قمرة السيارة بشكل كبير أيضاً، إذ حصلت واجهة القيادة على لوحة فيها شاشتين لمسيتين بمقاس كل واحدة 12.3 بوصة، وأصبحت أزار التحكم على الواجهة لمسبة، كما تغير شكل عجلة القيادة، وشكل المقاعد وأشكال الأبواب من الداخل.

وتطرح Sonata في الأسواق العالمية حالياً بعدة أنواع من المحركات منها محركات GDI 2.0 بعزم 160 حصاناً، ومحركات 1.6 T-GDI بعزم 180 حصاناً، ومحركات LPG 2.0 بعزم 146 حصاناً، ومحركات توربينية بعزم 195 حصاناً.





تساعد في إنقاص الوزن وعلاج نزلات البرد.. فوائد عشبة زوفا وطريقة استخدامها

الآثار الجانبية لعشبة زوفا

رغم وجود العديد من الفوائد للعشبة إلا أنها لا تخلو من بعض المخاطر على صحة الإنسان، إذ يحذر بعض الأطباء من الإكثار من تناولها، إذ تتمثل الآثار الجانبية الناتجة عن الإفراط في استخدامها فيما يلي:

زيادة تقلصات الرحم وبالتالي التسبب في الإجهاض، لذلك من غير الآمن استخدام العشبة أثناء فترتي الرضاعة والحمل.

قد تتسبب بنوبات صرع، وخاصة لدى الأشخاص الذين يعانون من مشكلات عصبية.

يجب التأكد من الإرشادات الموجودة على ملصقات المنتج واستشارة الصيدلي أو الطبيب أو غيره من مختصي الرعاية الصحية قبل استهلاك منتج عشبة زوفا.

طريقة استخدام العشبة

يمكن استخدام عشبة الزوفا بأربع طرق، وهي كالتالي: مطهية: حيث يتم طهي الأوراق الطازجة مع القليل من زيت الزيتون والبصل، وتناولها، مثل: السبانخ، والخبيزة، وغيرها من النباتات العشبية. مجففة: حيث يتم تجفيف الأوراق وإضافتها إلى خلطات التوابل.

مشروبة: حيث يتم إعداد مشروب عشبة زوفا، وذلك بنقع الأوراق الطازجة أو المجففة في الماء المغلي ثم تصفيتها.

زيت أو مرهم: إذ يتم شراء بعض المنتجات التي تحتوي على العشبة، وتستخدم هذه الطريقة لعلاج المشاكل الخارجية.

إلى الآن. من بين الفوائد الأخرى التي يمكن الاستفادة منها عند تناول أو استخدام هذه العشبة:

زيادة تدفق الدورة الدموية، فهي تعالج ضعف الدورة الشهرية.

تخفيف تشنجات الدورة الشهرية.

المساعدة في علاج بعض أمراض الكبد والمرارة.

المساهمة في علاج التهاب المسالك البولية.

تنظيم دقات القلب.

المساهمة في علاج التهاب المفاصل ومشكلات العضلات.

تناول العشبة من الحلول التي قد تساعد في إنقاص الوزن، إذ تتكون من مواد تساعد على فقدان الشهية. **جيدة للمشاكل الجلدية:** يمكن استخدام زيت نبات الزوفا لعلاج بعض الأمراض الجلدية البسيطة كالكدومات أو الطفح الجلدي أو على شكل معجون أو كريم في حالة الحروق.

تساعد في الوقاية من السرطان: وُجد أن عشبة زوفا قادرة على محاربة الجذور الحرة المسببة لبعض أنواع السرطانات، والمرتبطة بمرض السكري من النوع الثاني، لكن ما زالت الدراسات في بداياتها ولم تؤكد هذه الفائدة.



تعتبر عشبة زوفا Hyssopus من أشهر العلاجات الطبية البديلة في العالم؛ إذ تساعد في علاج العديد من الاضطرابات الصحية، وحسب موقع «britannica» تعد الزوفا من النباتات دائمة الخضرة وتنتمي إلى عائلة النعناع.

تزرع زوفا لأوراقها العطرية وأزهارها. النبتة لها رائحة حلوة ومذاق مر دافئ، وقد استخدمت منذ فترة طويلة كمنكهة للأطعمة والمشروبات وكدواء شعبي، موطنها الأصلي في المنطقة التي تتراوح من جنوب أوروبا شرقاً إلى آسيا الوسطى، وقد تمت زراعتها في أمريكا الشمالية.

جيدة لنزلات البرد وواقية من السرطان

حسب «very well health» يتراوح طول عشبة زوفا ما بين 30 إلى 60 سم، كما تنتج عدداً كبيراً من الزهور الجميلة العطرية، لكن بالإضافة إلى شكلها الجميل فلزوفا فوائد أخرى نذكر منها:

تعزيز الجهاز التنفسي: تحتوي هذه العشبة على عناصر مهمة وداعمة للجهاز التنفسي؛ إذ تعتبر من أفضل الحلول العلاجية لمقاومة نزلات البرد والتهاب الحلق، بالإضافة إلى الربو، لكن ينصح باستشارة الطبيب قبل التوجه لاستهلاك هذه العشبة، إذ قد تسبب في بعض الحالات أعراضاً جانبية عوض المعالجة.

جيدة للجهاز الهضمي: تساهم عشبة زوفا في علاج العديد من اضطرابات الجهاز الهضمي كانتفاخ البطن بسبب الغازات وعسر الهضم، بالإضافة إلى الاضطرابات المعوية والمغص.

تساعد في التخلص من الوزن الزائد: قد يكون

9 Amazing Toys to Make for your Kids at home

How do you make toys at home for kids? The good thing about homemade toys is that you can make these from things you have lying around the house already. Check out this list of DIY toys for some inspiration. You're sure to find at least a few toys you can make to entertain your kids!

1. Homemade dollhouses

It's very easy to make dollhouses out of cardboard boxes, cheap bookshelves, or with other items you've got lying around. Use the drawers from old bedside tables to make adorable homemade dollhouses for your kids.

2. Guess what's in the bag?

This one is so easy, it can hardly be classified as a homemade toy. You can set it up in minutes and it never gets old. Put random objects in different brown paper bags or a box like, cotton balls, paperclips, dry macaroni, etc. Give the kids the bags and they can guess what's inside without looking. This is a great game for their cognitive skills and you can ask them to explain their deductive reasoning.

3. DIY sock toys

This suggestion comes from Lena Harrison, a lifestyle blogger at Writinity and Last Minute Writing:

"You can make a sock into a hobby horse, a baby rattle, or more. They are incredibly versatile and customisable."

4. Recycle bin homemade toys

There are many different homemade toys you can make from things in the recycling bin. You can combine water, oil and food colouring in a plastic bottle to create an ocean in a bottle which is will mesmerise your kids. You can also create a homemade construction set by taking sturdy cardboard and cutting lines through the bottom and sides of each piece. Another option with a cardboard box is creating a drop box according to colours, letters, and numbers that fit through certain slots. Finally, you can make a nativity set at the holidays with toilet rolls that your kids will love to play with.

5. Create homemade flubber

This is a sensory activity that kids are guaranteed to love. Flubber is a substance that can flow or break depending on pressure. So you can transfer it from hand to hand and it will spill and collect like a liquid. But if you close your fist on it it can be moulded like a solid. You can make this by mixing together water, borax, and glue. Add food colouring to spice up the looks a bit. This is not only a really fun toy to keep kids occupied for hours, but can even teach them something about physics.

6. Coloured and textured blocks

Wanda Roy, a blog writer at Draft Beyond and Research Papers UK, suggests different ways of making wooden blocks more exciting for babies and toddlers:

"You can either add some colour to some wooden blocks or superglue some felt squares or different shapes to the sides to change up the texture."

7. Using stones for toys

You can make a tic-tac-toe game with fun paint colours on stones. Or even paint some dominoes to create an original and homemade set. Paint some "story stones" which can be fun for telling stories and replacing dolls in playing make-believe. And paint alphabet letters on stones as a useful way to teach your kids their letters - try a game of hangman using them!

8. Hopscotch

There are many ways you can make homemade hopscotch. Use cardboard boxes cut apart to create hopscotch tiles, or even better, use an old sheet to sew your own hopscotch mat that's easy to set up and put away. If you don't like sewing, you can glue felt shapes onto the sheet. A bonus tip: Add some different games on the reverse side of the sheet!

9. Homemade dolls

You can create a doll sling for your child to carry around her dolls, similar to a baby carrier. Or, think outside the box and create a whole family of wooden spoon dolls that you can decorate any way you want. With some paint and some wooden kitchen spoons and spatulas, you can have a whole collection of dolls that your kids will love to play with.

Stanley M. Goodman, an e-learning consultant at GumEssays.com, is an entrepreneur and marketer. He loves to write articles for LuckyAssignments.com which help others learn from his knowledge and experience. On the side, his crafty and creative side comes in handy as he makes DIY projects for his community.



كيفية تعلم الأطفال استخدام التكنولوجيا بأمان؟

استخدام الأجهزة اللوحية المتصلة بشبكة «واي فاي» (Wi-Fi)، أو الساعات الرقمية، مثل «أبل ووتش» (Apple Watch)، لإرسال الرسائل النصية واللعب مع الأصدقاء.

بدورها، تنصح الخبيرة مارني ريبيلو بمراقبة مزاج الطفل وسلوكه وما إذا كان الهاتف يؤثر عليه عقليا أو عاطفيا، وفي حال ظهرت تغيرات كبيرة في أحواله المعتادة فذلك مؤشر على تأثير سلبي محتمل لاستخدام الهاتف والإنترنت.

كما تنصح بمراقبة ما يشاهده الطفل ويلعبه ويتعرض له على هاتفه من نصوص وصور وإعلانات وتطبيقات، وترى أن هاتف الطفل يجب أن يكون مقتصرًا على الميزات الأساسية التي يحتاجها وفقا لسنه، وأن يتم تطوير وإغناء هذه الميزات بإضافة ميزات أخرى مع تقدمه في السن.

ومما توجه إليه مارني ريبيلو الآباء أيضا تحديد أوقات معينة لاستخدام الهاتف أو الوسائل التكنولوجية عامة، واستخدام أدوات الرقابة التي عادة ما تتيحها شركات التكنولوجيا للأولياء من أجل تقنين استخدام الأطفال لمنتجاتها وإبعاد الأخطار عنهم.

انتقاء المعلومات ومصادرها

يمكن أن يكون الفضاء الإلكتروني مصدرا قيما للمعلومات، ولكنه أيضا بيئة مثالية لنشر الأخبار المضللة والمعلومات المضرة، ولهذا السبب من الأفضل أن تعرض على الأطفال خيارات صالحة تضمن حدا أدنى من الدقة، بالإضافة إلى تلك التي يجب عليهم استبعادها مسبقا لأنها غير موثوقة. وبالتوازي مع تعليم الأطفال كيفية استخدام التكنولوجيا يجب أن نحافظ على استمرارية التواصل معهم، ومن المهم جدا خلق بيئة تسود فيها الثقة حتى لا يترددوا في طلب المساعدة إن احتاجوا إليها.

تبدأ علاقة الأطفال بالإنترنت والأجهزة الإلكترونية في مراحل مبكرة من العمر، وتؤكد البيانات الصادرة عن المرصد الوطني للتكنولوجيا والمجتمع في إسبانيا أن 98% ممن تتراوح أعمارهم بين 10 و15 عاما في البلاد يزورون العالم الافتراضي بشكل متكرر، فيما يمتلك 9 من أصل كل 10 قاصرين (90%) في عمر الـ13 هاتفا محمولا، وترتفع هذه النسبة إلى 96% لمن هم في سن 15 عاما.

وبناء على هذه البيانات تشدد صحيفة «الموندو» الإسبانية على أهمية معرفة كيفية التكيف مع التطور الرقمي وتوجيه أطفالنا نحو الاستخدام الآمن لهذه التقنيات، وفي البداية ينبغي تكييف الإرشادات التالية مع مبادئ كل عائلة وأسلوب حياتها، مع حرص الوالدين على تقديم القدوة الحسنة للأطفال.

الاستخدام الآمن

خلال الأشهر الأولى من عمره يجب أن يقتصر تفاعل الطفل الوحيد مع الأجهزة الإلكترونية على مكالمات الفيديو مع العائلة والأصدقاء، لأنها تعزز مهارات الاتصال لديه. ورغم أنه يمكننا أن نسمح للطفل بالتعرض للشاشات لبضع دقائق يوميا حتى يبلغ العامين فإن بعض الخبراء ينصحون ببقائه بعيدا عنها حتى ذلك العمر. في المقابل، يستطيع أن يمارس ألعابا واقعية تفيده على مستوى التنمية العقلية.

وتنصح الصحيفة بالاستمرار في إعطاء الأفضلية للبدائل التي يمكن أن تحل مكان الأجهزة التكنولوجية مثل القراءة والألعاب الواقعية، وإذا كانت هناك ضرورة لاستخدام التكنولوجيا فإنه يجب أن يكون استخداما آمنا، وأن يتم تقليصه إلى أقل من ساعة في اليوم.

تقول كاترين بيرلمان مؤلفة كتاب «الهاتف الأول» والمتخصصة الاجتماعية المعتمدة «نظرا للانتشار المتسارع للتكنولوجيا فلا مفر من تعرض الطفل للهواتف في كل مكان»، فإلى أن يصبح طفلك جاهزا لاستخدام الهاتف الذكي يفضل ألا تحرمه من الخيارات الأخرى للاتصال والتواصل بأمان، بحيث يمكن

السعودية الأولى عالمياً في مجال التعليم التقني والتدريب المهني

حققت السعودية المرتبة الأولى عالمياً في نسبة الطلبة الملتحقين بالتعليم ما بعد الثانوي غير الجامعي في برامج مهنية وتقنية، وذلك حسب «مؤشر المعرفة العالمي 2022»، الصادر عن مؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم للمعرفة بالتعاون مع برنامج الأمم المتحدة الإنمائي، الذي يوفر بيانات موثوقة تساعد البلدان وصناع القرار على فهم التحولات والتحديات الحقيقية وكيفية مواجهتها، واستكشاف آفاق المستقبل ومساراته الممكنة.

ويتكون مؤشر المعرفة العالمي من سبعة مؤشرات فرعية مركبة تركز على أداء ست قطاعات معرفية حيوية هي: التعليم قبل الجامعي، والتعليم التقني والتدريب المهني، والتعليم العالي، وتقنية المعلومات والاتصالات، والبحث والتطوير والابتكار، والاقتصاد، إلى جانب مؤشر فرعي خاص بالبيئة التمكينية التي تشخص السياق الاجتماعي والسياسي والاقتصادي والصحي والبيئي الحاضن لهذه القطاعات.

وأكد محافظ المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني الدكتور أحمد بن فهد الفهيد، أن حصول قطاع التدريب التقني والمهني على المركز الأول في نسبة الطلبة الملتحقين بالتعليم ما بعد الثانوي غير الجامعي في برامج مهنية وتقنية يعكس الاهتمام والدعم السخي الحكومي غير المحدود من القيادة الحكيمة بالملكة، وحرصها على تأهيل المواطنين والمواطنات وتنمية مهاراتهم ليكونوا عناصر فاعلة ومساهمة في النهضة التنموية التي تعيشها البلاد.

وأوضح الفهيد أن التوسع في الطاقة الاستيعابية سنوياً بالكليات والمعاهد التابعة للمؤسسة ضمن مستهدفات المؤسسة التي عملت عليها منذ إطلاق رؤية السعودية 2030. حيث استهدفت في عام 2021م نسبة 24 في المائة، واستقطبت أكثر من 28 في المائة من خريجي الثانوية، وفي العام الماضي 2022م كان المستهدف للمؤسسة قبول 26 في المائة من خريجي الثانوية للالتحاق ببرامج التدريب التقني.

وأضاف محافظ مؤسسة التدريب التقني أن هناك عدة مبادرات وبرامج عملت عليها المؤسسة مكنتها من تحقيق أهدافها في هذا الجانب، من أهمها: التوسع في برامج البكالوريوس، والتوسع في برامج التدريب المبتدئة بالتوظيف، وتقديم برامج وتخصصات نوعية تتوافق مع احتياج سوق العمل الحالي والمستقبلي بالملكة، بالإضافة إلى إطلاق عدة برامج لتوظيف الخريجين والخريجات، والتوسع في مجالات تدريب المرأة وتطوير البرامج المقدمة لها.

يذكر أن المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني حصلت وفق نتائج مؤشر المعرفة العالمي عام 2021م على المركز التاسع عالمياً بعد أن كانت تحتل المركز 12 في عام 2020م، والمركز الـ86 في عام 2019م، والمركز الـ117 في عام 2018م.



الزلازل ضرب التعليم التركي

زهير هوارى

لدخول الفصل الدراسي الثاني، بل يتجاوزوه إلى صعوبات لوجستية أمام العودة للانتظام الإداري والخدمي المدرسي، وما يرتبط به من مجتمعات محلية تزعزعت بفعل ما حدث، باعتبار أن المدرسة لا يمكن لها أن تنفصل عن محيطها، ولا عن الوضع العام للبلاد.

كما أن هناك الجانب النفسي للتلاميذ صغار السن الذي يحتاج إلى علاج حقيقي، إذ من المعلوم أن فقدان الأهل والمعلمين ورفاق المدرسة والبيئة المحيطة، وسيطرة مخاوف تجدد الزلازل بفعل الهزات الارتدادية، من شأنها أن تترك بصماتها على عمليات التدريس استيعابياً واكتسابياً، والواقع أن هؤلاء التلاميذ لدى عودتهم سيكونون مثقنين بالجراح النفسية التي تتطلب المعالجة للعودة إلى السوية الطبيعية.

تتطلب عودة الأوضاع إلى سويتها جهوداً جبارة، وهو ما لا تستطيعه الحكومة التركية وحدها، رغم إعلانها العزم على إعادة بناء ما تهدم في غضون عام. هنا تستطيع أن تطرق باب المنظمات الدولية (كـ«يونيسكو» و«يونيسيف» ممن تمتلك خبرات في إدارة التعليم وسط الكوارث. وفي ضوء الاحتضان العام الذي تجلّى في تدفق المساعدات وفرق الإنقاذ من مختلف الدول والجهات، يمكن القول إن تركيا ستجد أشكالاً من مد يد العون لطى صفحة المأساة، والعودة إلى حياة طبيعية، خصوصاً ونحن نتحدث عن ملايين التلاميذ ومئات ألوف المعلمين وعشرات ألوف المدارس.

(باحث وأكاديمي)

أسباب الزلازل الذي ضرب تركيا القطاع التربوي في الصميم، وهو ما يحتاج إلى جهود كثيفة من السلطات، ودعم من الخارج لتجاوز آثاره على صعيد التعليم الأساسي والجامعي.

من المعلوم أن اتساع رقعة التدمير التي طاولت أكثر من عشر ولايات وقرباً عشرين مليون نسمة ستتترك مضاعفاتها حتى على الولايات التي لم يصل إليها الزلزال، بالنظر إلى أن حركة نزوح كثيفة اتجهت إليها، ومن شأنها أن تترك مضاعفاتها على المدارس والجامعات في المناطق التي نجت من الدمار. أي أن تلك المناطق ستعاني من إرباك في استيعاب الأعداد الزائدة التي قذف بها الزلزال إليها، وإدراج أعداد كبيرة من التلاميذ في صفوفها، ناهيك عن تستطيع أن تستقبلهم في مدارسها، وكذا ترتيب اندماجهم في العملية التعليمية.

المؤكد أنه على الرغم من الجهود الحثيثة في تقدير الخسائر وحجم التدمير الذي أصاب منشآت حكومية وخدمية، لم يجر بعد حصر كامل لعدد المدارس المدمرة أو المتضررة، ما يعني صعوبة تقديم أرقام دقيقة تحدد المدة الزمنية المطلوبة للخروج من مناح الكارثة، وما تركته من مخلفات على صعيد الأبنية ومتطلبات عودة المدارس، مع ما يتطلبه ذلك من تجهيزات ومرافق.

لا تقتصر الأزمة على أيام تعطيل لطلاب المدارس الذين كانوا يستعدون

Report: Students in England face 'negative impact' from refusal to tie loans to inflation, admits DfE

Raising maintenance loans by only 2.8% means students will have to cut back on food and books, says report.

The Department for Education has admitted students in England face a "negative impact" from its refusal to increase support in line with inflation, saying they will have to cut back on food and books as a result.

In an equality analysis of the government's decision to raise maintenance loans by just 2.8% from autumn, the DfE said student support would have needed to go up by nearly 14% to keep up with the recent rises in the cost of living.

"Our overall assessment is that these proposed changes will overall have a negative impact for students," the DfE report concluded.

"This is because a 13.7% increase would be required to maintain the value of loans and grants for living and other costs in real terms ... due to the recent spike in inflation."

The analysis added that government's 2.8% rise "is unlikely to prevent a further erosion in purchasing power" for students this year.

The 2.8% increase means an increase of £272 in the maximum loan for students away from home outside London. A 14% increase would have added £1,350 and maintained support at the previous level

of consumer prices. For maintenance loans to keep pace with the government's retail prices index measure of inflation, the analysis said an 18.5% increase would be needed, adding £1,800 to the maximum loan.



"As a result, many students ... will not be able to make the same spending decisions as they did previously with regards to accommodation, travel, food, entertainment and course-related items such as books and equipment, the costs of which will have been rising over time," the DfE's analysis said.

The DfE's decision was based on forecasts

published last year of just 2.8% inflation in March 2024. In November, the Institute for Fiscal Studies (IFS) warned that "because of errors in inflation forecasts, the poorest students will be more than £1,000 worse off this academic year".

Tim Bradshaw, the head of the Russell Group of universities, said the DfE's own assessment underlined the flaws in the loans system. "What's worse is that the department responsible and [the Office for Students], which is supposed to be on the side of students, just seem to be shrugging their shoulders," he said.

"Let's be clear. The government has a choice, it is actively choosing to ignore its own analysis – as well as our analysis and that of the IFS – and this choice will leave students out of pocket by over £1,500."

6 Tips For An Effective Beginner Treadmill Workout

A beginner treadmill workout can be a great introduction to exercise equipment and form the foundation of a solid go-to routine. Not only will it warm up your muscles, it will help you get comfortable in the gym — and that's something to celebrate!

If you're unsure how to manage the incline and speed functions on the treadmill (or how to gauge your pace), consider the following six tips that can help guide your next workout.

1. START BY WALKING

Certified personal trainer Jill McKay says it's best to determine your speed by taking it slow. She explains a moderate pace begins at around 3 mph. Then, you can slowly build momentum.

"It's best to warm up for at least five minutes at an easy to moderate walking pace, maybe a 2.5 mph or 3 mph pace," says McKay. "Then increase the pace until you are slightly out of breath for the duration of your workout, anywhere from five minutes to 15 minutes for beginners."

2. DETERMINE HOW LONG YOU'LL WORK OUT

Especially when it comes to maintaining your pace, McKay recommends going into your routine knowing how long you intend to sweat. This way, you'll get the most out of your beginner treadmill workout and it will help maximize your effort.

"If you are doing a five-minute warmup, five-minute workout, and five-minute cool down you may push yourself a bit faster than if you are planning to make it through a 30-minute treadmill workout," McKay explains.

3. TRY THE THREE-MINUTE TEST

If you're just starting out — and paying attention to your body — you might need a test to track your progress. Exercise physiologist Jerry Snider suggests

a three-minute quiz. Walk for one minute, jog for one minute, and run for

one minute. Afterward, if you're still comfortable and breathing easy, increase your speed by a few mph.

"Each day you will feel different; some days you will work out at speeds faster than others, and that's OK," Snider explains, adding that it's important to allow your body recovery time. So, embrace those slow days!

4. WARM UP AND STRETCH

While warming up is a necessity for all physical exertion, this pre-workout ritual is especially important when increasing the incline on a treadmill. Upping the incline will tilt the machine so that it mimics the feeling of walking up a hill, firing up the muscles in the back of your legs.

First, warm up your muscles by walking on a treadmill without an incline. Then, if you feel like it, step off the treadmill and enjoy a good hamstring stretch between your warmup and inclined walk. This can help you avoid discomfort and maximize the effectiveness of the work you do after.

5. REMEMBER: SLOW AND STEADY WINS THE RACE

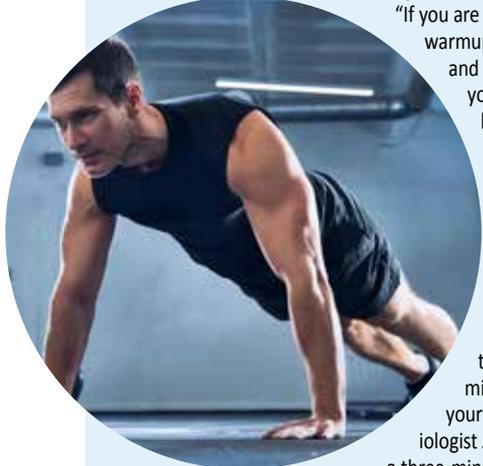
Unless you live in a super-hilly city like San Francisco, your daily terrain is likely pretty flat. If this is the case, your beginner treadmill workout should include a subtle incline to start. This is to avoid injury (such as shin splints).

The goal here, like with other workouts, is to approach it with a slow and steady attitude. As you introduce new exercises and intensity levels to your routine, your body will need some time to adapt and acclimate. Don't put too much pressure on yourself too soon!

6. DON'T RUN ON AN INCLINE FOR TOO LONG

At its core, a treadmill is meant to simulate walking or running outside — so sprinting uphill for 30 minutes just isn't realistic. For a beginner treadmill workout, Snider suggests no longer than five minutes of incline work at a time.

"Use that moderation mindset with the incline setting, and starting out, maybe limit it to a minute on incline and a minute on flat," Snider advises. "The steeper the incline, the shorter the time doing the incline." <https://www.planetfitness.com>



المشي 8000 خطوة مرة أو مرتين أسبوعياً يقلل خطر الموت المبكر

واستند الباحثون في هذه الدراسة إلى الخطوات اليومية التي سجلها المشاركون بين عامي 2005 و2006 ثم درسوا معدل الوفيات لديهم بعد عشر سنوات.

ولم يصل 632 من المشمولين بالدراسة إلى حد المشي ثمانية آلاف خطوة يوماً واحداً على الأقل في الأسبوع، في حين تبين أن 532 شخصاً يمشون بهذا القدر أو أكثر مرة أو مرتين في الأسبوع، وأن 1937 شخصاً يجتازون هذه المسافة مشياً من ثلاث إلى سبع مرات في الأسبوع.

ويمشي الأميركيون في المتوسط ما بين ثلاثة آلاف وأربعة آلاف خطوة يومياً، وفقاً لبيانات من مستشفى «مايو كلينيك» الذي يشدد على أن المشي كنشاط بدني منتظم يمكن أن يقلل مخاطر الإصابة بأمراض القلب والسمنة والسكري وارتفاع ضغط الدم والاكتئاب.

أما أولئك الذين يمشون مثل هذه المسافات الطويلة ثلاث إلى سبع مرات في الأسبوع، فهم عرضة للوفاة بدرجة أقل بنسبة 16.5%. وتتجلى منافع المشي لمسافات تبلغ ثمانية آلاف خطوة فما فوق مرة أو مرتين في الأسبوع بصورة أكثر وضوحاً لدى الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 65 عاماً.

عدد أيام المشي

لاحظ العلماء أن الدراسة بينت «وجود صلة بين عدد الأيام التي يمشي فيها شخص ما كل أسبوع ثمانية آلاف خطوة فما فوق وانخفاض خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية وكل الأسباب الأخرى». واستنتجوا من الدراسة أنه «بإمكان الأفراد تحقيق منافع صحية كبيرة من المشي بضعة أيام فحسب في الأسبوع».

يساهم المشي ثمانية آلاف خطوة أو ما يعادل نحو 6.4 كيلومترات مرة أو مرتين في الأسبوع في الحد بدرجة كبيرة من خطر الموت المبكر، وفق ما أظهرت دراسة نشرت مؤخراً. ومن المعروف أساساً أن ممارسة النشاط البدني المنتظم يقلل من خطر الوفاة، لكن الدراسة المنشورة في مجلة «جاما نتوروك أوبن» تتناول الفوائد الصحية للمشي القوي لبضعة أيام فقط في الأسبوع.

وعمل باحثون من جامعتي كيوتو وكاليفورنيا في لوس أنجلوس على تحليل بيانات 3101 من البالغين الأميركيين. وتبين للباحثين أن الأشخاص الذين يمشون ثمانية آلاف خطوة أو أكثر مرة أو مرتين في الأسبوع، أقل عرضة للوفاة بنسبة 14.9% خلال فترة عشر سنوات من أولئك الذين لا يمشون هذا القدر.



New discovery on the Moon that may contain 330 billion tons of water

Scientists discover glass-like beads buried on the moon that could contain billions of tons of water.

The incredible discovery of over a million glass spherical beads was made by China after the analysed soil samples that were brought back to Earth by its Chang'e 5 mission.

A new study suggests that these tiny glass spheres could house a huge amount of water, and in future may be used as a source for moon bases.

Collected in lunar soil samples, the spheres were brought to the Earth in December 2020. It is thought the spheres could be in such abundant numbers that they may hold up to 330 billion tons (300 billion metric tons) of water.

The study was published in the journal Nature Geoscience and explains how the spheres, also known as impact glasses or microtektites, can store so much water.

Impact glasses are formed when meteorites collide with the moon at high speed – up to hundreds of thousands of miles per hour. The force of the collision sends plumes of lunar crust flying off the surface of the moon, where their silicate minerals are heated to molten temperatures and form tiny glass beads.

Since the moon's surface contains oxygen, this is also formed with the glass beads. When the molten glass beads are hit with ionized hydrogen atoms from solar wind, it is the oxygen inside them that reacts to form water.

Depending on the temperature, the beads have the ability to release their water out onto the moon's surface and into its atmosphere. Scientists believe the beads are able to act as a type of reservoir that fills up over time.

It is hoped it could be a source of water, hydrogen and oxygen, that could in future be used by space agencies exploring the planet and planning bases on it.

One of the study's co-authors, Sen Hu, a planetary geologist at the Chinese Academy of Sciences' Institute of Geology and Geophysics, told Live Science: "If we want to extract the water in impact glass beads for future lunar exploration, first we collect them, then boil them in an oven and cool the released water vapor. Finally, you will get some liquid water in a bottle."



جيمس ويب يكتشف كوكب "المشتري الساخن" خارج النظام الشمسي فيتحدى التوقعات

للغاز، وهو الهيدروجين، والعنصر الأكثر شيوعاً في الكون. وهذا يخبرنا كثيراً عن كيفية تشكل هذا الكوكب.

ومن خلال قياس تكوين الغلاف الجوي للكوكب، يمكن للعلماء الحصول على نظرة ثاقبة في كيمياء نجمه الأم والمواد التي تشكل منها منذ ملايين أو مليارات السنين.

ووجدت الدراسة أن القرص الكوكبي الذي أدى إلى ظهور «سميرتريوس» لا بد أنه يحتوي على كمية من الكربون أكبر بكثير مقارنة بالأكسجين مقارنة بالقرص الذي ولد نظامنا الشمسي. ويخطط الباحثون لدراسة المزيد من كواكب المشتري الساخنة في العام المقبل، على أمل العثور على «اتجاهات إحصائية» وراء تنوع تركيباتها الكيميائية.

وقال بين: «أصل هذا التنوع هو لغز أساسي في فهمنا لتكوين الكواكب. أملنا هو أن المزيد من الملاحظات الجوية للكواكب خارج المجموعة الشمسية باستخدام تلسكوب جيمس ويب ستحدد هذا التنوع بشكل أفضل وتؤدي إلى قيود على الاتجاهات الأكثر تعقيداً التي قد تكون موجودة. لقد أظهرنا بشكل قاطع أن تركيبات الغلاف الجوي للكواكب خارج المجموعة الشمسية العملاقة لا تتبع نفس الاتجاه الذي هو كذلك واضح في كواكب المجموعة الشمسية».

المصدر: سبيس

سابقاً، لكن تكوين الغلاف الجوي لـ HD149026b خارج المخططات. وأوضح المؤلف المشارك في الدراسة جوناثان لونين، وهو أستاذ في قسم العلوم الفيزيائية بجامعة كورنيل، في البيان، أن «كتلة الكوكب تعادل كتلة زحل، ولكن يبدو أن غلافه الجوي يحتوي على ما يصل إلى 27 ضعف كمية العناصر الثقيلة بالنسبة إلى الهيدروجين والهيليوم اللذين نجدهما في زحل».

وينتمي HD149026b، أو «سميرتريوس» (Smertrios)، إلى فئة الكواكب التي تعرف باسم «المشتري الساخن»، وهو كوكب يشبه المشتري ويدور بالقرب من نجمه الأم.

وفي حالة «سميرتريوس»، هذه المسافة قصيرة جداً لدرجة أن سنة الكوكب لا تدوم سوى ثلاثة أيام أرضية. ونتيجة لهذا القرب من النجم، تصل درجات الحرارة في الغلاف الجوي لـ «سميرتريوس» إلى 2700 درجة فهرنهايت (1425 درجة مئوية)، وهو أعلى بثلاث مرات من درجة حرارة سطح كوكب الزهرة الأكثر سخونة في النظام الشمسي. ومع ذلك، فإن هذا لا يفسر التكوين غير المعتاد للغلاف الجوي للكوكب. وقال لونين: «يبدو أن كل كوكب عملاق مختلف، وقد بدأنا نرى هذه الاختلافات بفضل تلسكوب جيمس ويب. وفي هذه الورقة، حددنا عدد الجزيئات الموجودة بالنسبة إلى المكون الأساسي

وجد تلسكوب جيمس ويب الفضائي أن الغلاف الجوي للكواكب الغازية العملاقة عبر مجرة درب التبانة يمكن أن يكون مختلفاً تماماً عن تلك الموجودة في نظامنا الشمسي. وكشفت ملاحظات الكوكب الخارجي البعيد HD149026b، المعروف أيضاً باسم «سميرتريوس» (Smertrios)، أن الغلاف الجوي للكوكب غني بما يسميه العلماء بالعناصر الثقيلة، أي شيء آخر بخلاف الهيدروجين والهيليوم.

وفي الغلاف الجوي لـ «سميرتريوس»، اكتشف تلسكوب جيمس ويب تركيزات عالية من الكربون والأكسجين.

وهذه النتائج فاجأت علماء الفلك. ففي الكواكب الغازية العملاقة في نظامنا الشمسي، مثل المشتري وزحل وأورانوس ونبتون، يرى العلماء ارتباطاً واضحاً بين كتلة الكوكب وكمية العناصر الثقيلة في الغلاف الجوي. وكلما زاد حجم الكوكب، قلت تركيزات هذه العناصر في غلافه الجوي.

وشرح جاكوب بين، أستاذ علم الفلك والفيزياء الفلكية في جامعة شيكاغو والمؤلف الرئيسي للورقة البحثية الجديدة: «نظهر الكواكب العملاقة في نظامنا الشمسي ارتباطاً تاماً تقريباً بين كل من التركيب الكلي وتكوين الغلاف الجوي والكتلة». وشهد علماء الفلك تكوينات أكثر تنوعاً للغلاف الجوي في الكواكب الخارجية الغازية العملاقة

الصين تطلق قمراً صناعياً لاستشعار الأرض عن بعد

نجحت الصين في إطلاق القمر الصناعي Yaogan-34-04 لاستشعار الأرض عن بعد إلى مدار الأرض.

جاء ذلك في بيان نشرته المؤسسة الصينية للعلم الجو-فضائي والتقنيات على شبكة التواصل الاجتماعي WeChat.

وقالت إن الصاروخ Long March 4C الحامل على متنه القمر الصناعي Yaogan-34-04 أطلق من مطار «جوجيان» في محافظة غانسو بشمال غرب الصين. وقد وصل القمر الصناعي المدار المعين له، لذلك يمكن اعتباره إطلاقاً ناجحاً.

يذكر أن الأقمار الصناعية من تلك الأسرة تخصص لإجراء تجارب علمية ودراسة موارد الأرض وتقييم فاعلية الإنتاج الزراعي، وكذلك للحيلولة دون الحوادث الطبيعية وتخفيف عواقبها.

جدير بالذكر أن هذا هو الإطلاق الـ 470 للصواريخ من أسرة «جانجبن» الصاروخية الصينية.



La Shish

حلال Halal

12918 Michigan Ave.
Dearborn, MI 48126

Tel: 313.582.8400
Fax: 313.582.8405

www.LaShishRestaurant.com

Lets Cater Your Next Event

MENDI HOUSE YEMENI RESTAURANT

بيت المندي

يقدم لكم

« يقدم لكم اشهى الاكلات بأيدي طبخين مهرة »

” نعلن لزبائننا الكرام من بدء وجبتي الافطار من الساعة التاسعة صباحا ثم الغداء ابتداء من الساعة الحادية عشرة 11am ”

14633 W. Warren Ave. Dearborn, MI 48126
(Corner of Chase Rd. and Warren Ave. next to Papaya Supermarket)

PH: (313) 846-9330 Open 7 Days a Week WWW.MENDIHOUSE.COM

إنما يعمر مساجد الله من آمن 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 رياضة للأطفال في مدينة سان دياجو كاليفورنيا . الرجاء التبرع يا أهل الخير فهي صدقة جارية لك ولذريتك

قال عليه الصلاة والسلام (من بنى مسجدا لله كمضخ قطاة أو أصغر بنى الله له بيتا في الجنة)

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

Almost everyone in the world breathes unhealthy air

Air pollution, as it turns out, is incredibly difficult to avoid no matter where you are on the planet. A new study from Monash University in Australia found that nearly 99 percent of the world's population are exposed to unhealthy levels of dangerous air pollutants called ambient fine particulate matter (PM 2.5).

The study was published in the journal Lancet Planetary Health. The team of researchers used computer models to assess annual and daily PM2.5 concentrations around the world from 2000 to 2019.

The models used data from ground stations that monitor air quality, weather, and simulations of how chemicals travel through the air. They found that in 2019, only 0.001 percent of the global population was exposed to levels of PM 2.5 pollution that World Health Organization (WHO) deems safe. The WHO says concentrations higher than 5 micrograms of PM 2.5 per cubic meter is considered hazardous.

The study described that while daily levels of air pollutants have decreased in North America and Europe in the two decades studied, levels increased in Australia, New Zealand, Southern Asia, Latin America, and the Caribbean. Over 70 percent of the days monitored in these regions had air pollution that was above WHO recommended levels. The highest concentrations were generally found in southern Asia, eastern Asia, and northern Africa.

According to study co-author and global public health and epidemiologist Yuming Guo, there are seasonal patterns that take place amid unsafe PM2.5 concentrations. Northeast China and northern India saw higher levels during December, January, and February and eastern regions of North America had higher PM2.5 during summer months.

"We also recorded relatively high PM2.5 air pollution in August and September in South America and from June to September in sub-Saharan Africa," Guo said in a statement.

Guo told that the study does have some limitations—some countries didn't have as much ground data, which could affect how the models perform in those regions.

This study, possibly the first of its kind, aligns with data released by the WHO in April 2022 that also found that dangerous levels of air pollution affects 99 percent of the population.

"Particulate matter, especially PM2.5, is capable of penetrating deep into the lungs and entering the bloodstream, causing cardiovascular, cerebrovascular (stroke) and respiratory impacts. There is emerging evidence that particulate matter impacts other organs and causes other diseases as well," the WHO wrote in a statement last year.

Other studies have shown that even low levels of air pollution can increase excess mortality, traffic pollution could be connected to low birthweight, and is linked to an increased risk of depression and bipolar disorder.

"[This study] provides a deep understanding of the current state of outdoor air pollution and its impacts on human health," Guo said in a release. "With this information, policymakers, public health officials, and researchers can better assess the short-term and long-term health effects of air pollution and develop air pollution mitigation strategies."



الجمعية العامة للأمم المتحدة تعتمد قراراً "تاريخياً" لمكافحة التغير المناخي

مقارنة بحقبة ما قبل الثورة الصناعية.

وكان اتفاق باريس للمناخ نص على احتواء الاحترار العالمي بـ1.5 درجة مئوية. واعتبر الخبراء أنّ ذلك يشكل تحدياً خطيراً بالضرورة الملحة للتحرك بشكل جذري خلال العقد الحالي لضمان «مستقبل قابل للحياة» للبشرية. وتأمّل فانواتو والأطراف الداعمة لها في أن يحض رأي المحكمة المتوقع في غضون سنتين، الحكومات، على تسريع تحركها بمبادرة منها أو عبر الملاحقات القضائية التي تستهدفها عبر العالم. ويشير قرار الجمعية العامة إلى «تحركات» الدول المسؤولة عن الاحترار و«واجباتها» حيال الدول الجزرية الصغيرة فضلاً عن الأجيال الحالية والمقبلة، وشكل اعتماد القرار لحظة مؤثرة جداً للشباب في المحيط الهادئ الذين يقفون وراء المبادرة.

سيصدر عن المحكمة الدولية غير ملزم، فمن الممكن أن يساعد قادة الكوكب على «اتخاذ الإجراءات المناخية الأكثر شجاعة والأكثر قوة التي تشدّد حاجة العالم إليها».

وقال رئيس وزراء فانواتو، إسماعيل كالماسكو، الذي اجتاحت إعصاران أرخبيله في غضون أيام قليلة، إنها «رسالة واضحة وقوية (...). في هذا اليوم، قزرت شعوب الأمم المتحدة (...). تنحية خلافاتها جانباً والعمل معاً لمعالجة التحدي الرئيسي في عصرنا: تغير المناخ». وأطلقت حكومة فانواتو هذه «المبادرة التاريخية» في عام 2021، بعد حملة يبادر إليها طلاب جامعيون في فيجي قبل سنتين على ذلك. وقبل أسبوعٍ حذّر الخبراء في الهيئة الحكومية الدولية المعنية بتغير المناخ التابعة للأمم المتحدة من أنّ الاحترار سيبلغ ابتداءً من 2030 - 2035 عتبة 1.5 درجة مئوية،

واعتمدت الجمعية العامة للأمم المتحدة، مؤخراً، بالإجماع قراراً «تاريخياً» يطلب من محكمة العدل الدولية إبداء رأيها بشأن «واجبات» الدول في مجال مكافحة احترار المناخ، بعد نضال استمر سنوات قادته فانواتو ومبادرة شبابية في المحيط الهادئ.

وباعتماد هذا القرار بإجماع أكثر من 130 بلداً، سيتعيّن على محكمة العدل الدولية إعطاء رأيها حول «واجبات الدول» في حماية المنظومة المناخية «للأجيال الحالية والمقبلة» بسبب الاحترار المناخي، الذي يشكل «تحدياً غير مسبوق له تداعيات على الحضارة» برمتها، كما نقلت وكالة الصحافة الفرنسية. وقال الأمين العام للأمم المتحدة أنطونيو غوتيريش من على منبر الجمعية العامة: «معاً، أنتم تكتبون التاريخ»، معتبراً أنّه حتى وإن كان القرار الذي

تلوث البلاستيك يتفاقم في العالم وسط دعوات إلى التحرك

وكانت 175 دولة قد اتفقت، في مارس الماضي، على العمل معاً على معاهدة للأمم المتحدة لمعالجة التلوث البلاستيكي، والتي من المتوقع أن تصبح سارية بحلول نهاية عام 2024.

ووفق التقرير، سيكون الحظر العالمي على العناصر البلاستيكية غير الضرورية ذات الاستخدام الواحد السياسة الأكثر فاعلية في هذا السياق.

لكنه توقع أن يظل استهلاك البلاستيك أعلى بمقدار مرة ونصف المرة تقريباً في عام 2050 مقارنة بعام

ويخشى خبراء أنّ تكون معاهدة معالجة التلوث البلاستيكي أضعف من أن تُخفّض الاستهلاك وربطوا نجاحها بوجود تنسيق عالمي وإرادة سياسية على طاولة المفاوضات.

حذر تقرير جديد من أن كمية البلاستيك الذي يتم استهلاكه عالمياً قد تتضاعف تقريباً بحلول عام 2050، في حال لم يتم اتخاذ إجراء عاجل.



واستند التقرير الصادر عن مجموعة «Back to Blue» إلى دراسة أسترالية تقول إنه يتم إنتاج النفايات البلاستيكية ذات الاستخدام الواحد أكثر من أي وقت مضى.

ومن المتوقع أن تصل كمية البلاستيك المستهلك في دول مجموعة العشرين إلى 451 مليون طن سنوياً بحلول 2050.

وأضاف التقرير أنه من دون تدخلات سياسية كبيرة، ستصل كمية البلاستيك المستهلك عبر دول مجموعة العشرين إلى 451 مليون طن سنوياً بحلول ذلك التاريخ، وهو ضعف مستوى عام 2019 تقريباً.



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



تابعونا على :



تخفيضات كل يوم
أربعاء

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
21 year

21
عاماً في خدمة
الجالية

معرض هاني عميسان

تبيع أحدث السيارات الأمريكية واليابانية والأوروبية 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