



ديربورن بين ثقافتين : لك أو عليك ، ولك أن تختار



الأمريكي اليوم

WWW.ARABAMERICAN.TODAY.NET

سياسية * ثقافية * اجتماعية * شهرية * شاملة * مستقلة

October 2025 - Volume : 13 - Issue :154

مجلة العربي

أكتوبر 2025 م - السنة الثالثة عشر - العدد: 154

THE ARAB AMERICAN TODAY

ترامب
يجدد
دعمه لأول
أمريكي من
أصول يمنية
سفيرا في
الكويت



شفرة Gaza code غزة

شوار سبتمبر وأكتوبر..
نضال مشترك ليمن واحد



الرئيس العلمي يؤكد الالتزام بالشراكة
الوطنية ومواصلة برنامج الإصلاحات الشاملة

US judge orders Chicago immigration
officers to wear body cams amid protests



"حجابي مصدر قوة" .. رواء رمان
أميركية من أصل فلسطيني أول مسلمة
تترشح لمنصب حاكم جورجيا

Engine Details of the Returning
Toyota FJ Cruiser Surface

زعيم جماعة الحوثيين: سنراقب التزام
إسرائيل باتفاق وقف إطلاق النار في غزة

العدوان الاسرائيلي على غزة يتوقف الرئيس ترامب يصنع المستحيل

ISRAELI AGGRESSION USUALLY STOPS. PRESIDENT
TRUMP MAKES THE IMPOSSIBLE POSSIBLE.

علمان من الحرب على غزة .. عندما تعجز الأرقام عن وصف المأساة الحقيقية

Gaza death toll tops 68,000; thousands still missing



Vivo's New Origin OS 6
Interface Mirrors Apple's iOS
26 Liquid Glass Aesthetic

كيف تحمي نفسك من نزلات البرد في
انخفاض الحرارة والتقلبات الجوية



الأردني السعودي
الأمريكي عمر ياغي..
ثاني عربي يفوز
بجائزة نوبل للكيمياء



UN chief
condemns
Houthi
detentions of
organization's
staff in Yemen



الروائي اليمني حميد
الرقيمي يفوز بجائزة
"كتارا" عن روايته
"عمى الذاكرة"



ما زال فريق الاستجابة
للتوارئ التابع لمنظمة LIFE موجودًا على الأرض داخل غزة
لتوزيع الإمدادات الطبية والغذاء والدواء





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

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

ودينية كبرى في أن يختار الاختيار الصحيح، بعيداً عن العصبية، والطائفية، والفتوية، والشللية، وأن يحدد أين سيقف، ومن سيختار، لأنه هو من سيدفع ثمن هذا الاختيار. أعود فأقول: إن الانتخابات القادمة في الرابع من نوفمبر 2025 صارت في البيت العربي الأمريكي الواحد، ومهما كانت النتائج، فيجب أن نبقي يداً واحدة، لأن في تمرقنا سنخسر ما ناضلنا من أجله طيلة قرن بأكمله، والفائز منهما سيكون عمدتنا وقائد مدينتنا، وله كل الاحترام والتقدير، ولنا الحق أن نتفق معه أو نختلف، وفقاً للقانون والدستور، في بلاد لا أحد أكبر فيها من الدستور والقانون، بعيداً عن التخوين والتجريح والتخويف الرخيص والجدل العقيم الذي لاطائل منه، فالطريق واضح وصندوق الانتخابات مفتوح، بحماية وقوة القانون ولك أن تختار من تراه يمتلك ويمثل قيمك دون خوف أو مهابة من أحد فهذا حقك الدستوري ولن يستطيع كائناً من كان أن ينتزعه منك، وأخيراً، وليس أخراً: صوتك أمانة، فضعه في المكان الصحيح.

أمر وارد في العمل السياسي. من جهة، هناك ثقافة السياسة المتهورة والمندفة، التي تؤمن بأن "كل شيء ممكن"، وأنه في سبيل تحقيق الأهداف، يهون الغالي والنفيس، مهما كان الثمن باهظاً على المستوى الأخلاقي والقيمي والمجتمعي. ويمثل هذه الثقافة العمدة الحالي عبدالله حمود، الذي وقفنا جميعاً معه في الانتخابات السابقة وأوصلناه إلى مكتب العمدة. لكنه اليوم يؤمن بثقافة مغايرة، لا تتسجم مع قناعة غالبية سكان المدينة، وذلك لأسباب ومطامح سياسية حالية ومستقبلية نعرفها جيداً. وهي ثقافة غاية في الخطورة على المجتمع الديروبرني ككل، دون استثناء. ومن جهة أخرى، هناك ثقافة "الإنسان أولاً"، مع الاهتمام ببقية التفاصيل الأخرى، ولكن دون التفريط في القيم أو الأخلاق من أجل مكسب سياسي أي غير مضمون النتائج. ويمثل هذه الثقافة المهندس ناجي المدحجي، الذي يدعو إلى الحفاظ على القيم والأخلاق، لأن المجتمع الذي لا أخلاق له، هو مجتمع ضعيف، سرعان ما سينهار ويندثر. وعليه، فإن على الناخب مسؤولية أخلاقية

ديربورن بين
ثقافتين : لك
أو عليك، ولك
أن تختار

عبدالنصر مجلي

معركة الرابع من نوفمبر 2025 الانتخابية القادمة على منصب عمدة ديربورن، بين العمدة الحالي الأستاذ عبدالله حمود، وبين المهندس ناجي المدحجي، هي أولاً معركة سياسية بحتة داخل البيت العربي الواحد، وليست بين طائفتين ولا بين جاليتين، كما يحاول البعض جرّها إلى هذا الطريق الوعر والخطير، الذي قد يدمر قيم العيش المشترك بيننا كمجتمع عربي واحد يؤمن بالقيم ذاتها. ولا يجب أن نسمح بذلك أبداً، بل علينا الإصرار على أن هذه الانتخابات، في حقيقتها، جولة سياسية ضمن جولات الحراك الديمقراطي المستمر في وطننا العظيم، الولايات المتحدة الأمريكية، وهو حراك متعارف عليه منذ الاستقلال وحتى اليوم، وليس غير ذلك. هي مواجهة بين فارسين من فرسان الجالية العربية الكبيرة والمحترمة، اللذين نكّن لهما كل الاحترام والتقدير. قد نتفق مع أحدهما ونختلف مع الآخر، اتباعاً للقانون والدستور، ووفقاً لما تقتضيه المصلحة العامة، لا بناءً على اصطاف أعمى مع هذا أو ذاك، لأن ضرره سيكون أكبر من نفعه. ولولا السياسات العقيمة والإقصائية لبعض المنتقبين سياسياً - والتي طالما حذرنا منها ولا نزال - لما كنا وصلنا إلى ما نحن عليه اليوم. ومع ذلك، فهذا قدرنا، كنا، وسنبقى - يحول الله - جالية واحدة، قبل الانتخابات وبعدها. وعلينا أن ننتبه جيداً إلى أن هذا بحد ذاته إنجاز تاريخي كبير: لأننا كعرب أمريكيين أصبحنا نحدد من سيكون العمدة في مدينتنا الرائعة ديربورن، ويجب أن نحافظ عليها كذلك. وهي أيضاً - في الوقت نفسه - مواجهة بين فكرين مختلفين، وبين ثقافتين متضادتين، وهذا



تغطية خاصة



27 - 16



10 عرب امريكا Arabs of America

34 العالم WORLD

46 بروفایل profile

48 قضية Issue

50 اقتصاد Economy

56 سياسة POLITICS

64 علوم Sciences

66 تكنولوجيا TECHNOLOGY

68 الرجل THE MAN

76 نساء رائدات Women Pioneering

88 صحة وطب Health Medical

90 سيارات CARS

94 فضاء SPACE



نعتذر من القراء الكرام بسبب ورود
خطأ غير مقصود في العدد السابق
وهو الاحتفال بالذكرى 26 لثورة
26 سبتمبر والصحيح هو الاحتفال
بالذكرى 63 لثورة 26 سبتمبر



مكتب خزانة مقاطعة وين

أمين خزانة مقاطعة وين أريك سابري

خطط لتقسيم ضرائب الملكية العقارية متوفرة الآن

اتفاقية تخفيض الفائدة على الدفعات (ISP)

تخفض هذه الخطة معدل الفائدة من 18 بالمائة إلى 6 بالمائة سنوياً لدافعي الضرائب المؤهلين للتسجيل. يجب أن تكون مالكا للمنزل الذي تعيش فيه. وأن تمتلك إعفاء الإقامة الرئيسية (PRE). بالإضافة إلى هوية تثبت مكان إقامتك.

اتفاقية الدفع المنصوص عليها (SPA)

هذه الخطة متاحة للجميع. وهي تتيح لدافعي الضرائب تقسيط ضرائبهم المستحقة وفق جدول زمني محدد. ستساعد هذه الخطة في تجنب مصادرة العقار شريطة الالتزام بدفع الدفعات وفقاً للجدول المتفق عليه.

تمديد للمالك المقيم المتعثر (DOOE)

هذه الخطة غير متاحة للجميع. إذا كنت تمتلك عقاراً وتسكن فيه وتعاني من ضائقة مالية فقد تكون مؤهلاً للاستفادة من هذا البرنامج الذي يتطلب مستندات بإثبات الملكية والإقامة والصعوبات المالية.

اتفاقية الدفع: ادفع طالما أنت مقيم (PAYSPA)

هذه الخطة متاحة فقط لدافعي الضرائب الذين يعيشون في مجتمع اختار الانضمام إلى برنامج Pay As You Stay. وتقدموا بطلب للحصول على إعفاء ضريبة الفقر (PTE) من مكتب التقييم المحلي وتمت الموافقة عليه بمجرد إخطارك من قبل مكتب التقييم المحلي وتحديد أهليتك. سيتم إرسال إشعار إليك لإخطارك بالمبلغ المستحق عليك بعد التخفيض. سيكون لديك خيار دفع المبلغ دفعة واحدة (مع خصم إضافي بنسبة 10 بالمائة). أو التسجيل في خطة PAYSPA.

العديد من هذه الخطط متوفرة عبر شبكة الإنترنت على العنوان الإلكتروني:

treasurer.waynecounty.com

لمزيد من المعلومات. يمكن التواصل عبر البريد الإلكتروني: wctopaymentplans@waynecountymi.gov

أو الاتصال على الرقم: 313.224.5900



WAYNE COUNTY TREASURER'S OFFICE

WAYNE COUNTY TREASURER Eric Sabree

Property Tax Payment Plans are Available Now!

Interest Reduction Stipulates Payment Agreement (IRSPA)

This payment plan reduces the interest rate from 18% to 6% per year for eligible taxpayers. To sign up, you must own and live in your home, and have a Principal Residence Exemption (PRE) and ID that proves residency.

Stipulated Payment Agreement (SPA)

Available to everybody, this plan allows a taxpayer to pay taxes pursuant to a payment schedule. The plan will avoid foreclosure provided that payments are submitted per the agreed upon schedule.

Distressed Owner Occupant Extension (DOOE)

This program is not available to everyone. If you own and live in the property, and are suffering financial hardship, you may qualify for this program. Proof of ownership, occupancy, and hardship are required.

Pay As You Stay Payment Agreement (PAYSPA)

Only for taxpayers who live in a community that opted into the PAYS program, have applied for the Poverty Tax Exemption (PTE) at their local assessor's office and were approved. Once notified by your local Assessor's office and deemed eligible, our office will mail you a notification letter with your Reduced Amount Due. You will have the option of paying a lump sum (additional 10% off) or enrolling into a PAYSPA.

For more information, Email wctopaymentplans@waynecountymi.gov

or call 313.224.5900

Many of these plans are available online at

treasurer.waynecounty.com



US judge orders Chicago immigration officers to wear body cams amid protests

A US federal judge on ordered federal immigration officers in the Chicago area to start wearing body cameras following incidents where agents deployed tear gas and used other aggressive tactics against protesters. According to Anatolia.

Judge Sara L. Ellis issued the ruling in a Chicago courtroom after recent clashes between immigration agents and residents on the city's Southeast Side, during which agents reportedly used tear gas and other chemical weapons, USA Today reported.

The decision follows Ellis' temporary restraining order on Oct. 9 that restricted the use of non-lethal weapons by immigration officers against civilians.

Ellis expressed deep concern over recent events, saying she was "profoundly concerned about what has been happening over the last week, since I entered this order," according to the Chicago Sun-Times. "I live in Chicago, if folks haven't noticed. And I'm not blind. ... I tend to get news," she added.

The federal court's decision comes in the midst of President Donald Trump's Operation Midway Blitz, an immigration enforcement crackdown in the Chicago area that the administration claims targets "the worst of the worst" criminal immigrants.

Ellis' Oct. 16 order modifies a previous ruling from Oct. 9 issued in response to a lawsuit by clergy, protesters, and journalists who claimed federal agents unjustly used chemical weapons on demonstrators outside a suburban immigration facility. One notable incident referenced was a widely shared video showing a federal agent firing a pepper ball at local pastor Rev. David Black's head.

The site has become a focal point for protests, where agents have used about \$100,000 worth of non-lethal weapons to stop "rioters" from disrupting immigration enforcement, Trump administration attorney Eric Hamilton reportedly said during an Oct. 9 hearing on deploying National Guard troops to the area.

In court filings, Ellis stated that the use of chemical weapons likely "constituted excessive force" and described the attack on Black as an "unprovoked use of force."

The initial court order, covering the entire Chicago area, requires agents to wear identification and to give two warnings before using chemical weapons.



الإدارة الأميركية تصف مدنا ديموقراطية بـ "مناطق حرب"

وشيكاجو هي خامس مدينة بقيادة الديموقراطيين بأمر الرئيس الأميركي بنشر الحرس الوطني فيها، في تدبير كان يتخذ سابقا في ظروف استثنائية.

وقد نشر الحرس الوطني في الأشهر الأخيرة في لوس أنجلوس وواشنطن ومفيس، بالرغم من معارضة المسؤولين المحليين. واعتبر الرئيس الأميركي أن قراره هذا سمح بـ "تطهير" العاصمة الفدرالية.

وقال رئيس مجلس النواب مايك جونسون على قناة "إن بي سي" إن "حربا تشنّ على أوساط الجريمة"، مقدّما العاصمة واشنطن كمثال. وأشار "قبل نشر الحرس، كانت فعلا منطقة حرب".

أما في بورتلاند، فقد علّقت قاضية فدرالية قرار نشر الحرس الوطني على نحو مؤقت. ومنذ أشهر، تقام في هذه المدينة الكبيرة في شمال غرب الولايات المتحدة تظاهرات احتجاجا على عمليات شرطة الهجرة.

وفي مستند يقع في 33 صفحة، اعتبرت القاضية كارين جاي. إيمرغوت أن الحركات الاحتجاجية لا تشكل "خطر تمرد" ويمكن ضبطها بإشراف "قوى الأمن النظامية". وقضت بحظر نشر العناصر الفدراليين "على نحو مؤقت"، في قرار ينتهي العمل به في 18 أكتوبر/ تشرين الأول.

وصفت الإدارة الأميركية مدينة شيكاغو، بـ "منطقة حرب"، مبرّرة بذلك إيفاد الحرس الوطني إليها، فيما علّقت قاضية فدرالية قرارا من هذا القبيل صدر عن البيت الأبيض بشأن مدينة أخرى بقيادة الديموقراطيين.

وقالت وزيرة الأمن الداخلي كريستي نويم في تصريحات لقناة "فوكس نيوز" هي منطقة حرب. مدينته منطقة حرب وهو يكذب ليدخل المجرمين الذين يدمرون سبل العيش، في إشارة إلى رئيس بلدية شيكاغو براندن جونسون، الذي ندّد من جانبه بهذا القرار، معتبرا أنه "يخالف أحكام الدستور". بحسب وكالة (فرانس برس). وأشارت الوزيرة إلى أن العصابات والكارتلات وغيرها من "المنظمات الإرهابية المعروفة" تقدّم مبالغ مالية للمشاركين في التظاهرات المنذرة بعمليات عناصر الوكالة الأميركية للهجرة والجمارك (آيس).

ووقع الرئيس الأميركي دونالد ترامب مؤخراً مرسوما لإيفاد 300 عنصر من الحرس الوطني إلى شيكاغو في ولاية إيلينوي بغية "حماية العناصر والأعيان الفدراليين". ولقي هذا القرار انتقادا واسعا في أوساط المعارضة الديموقراطية. وقال ديك دربان العضو الممثل لإيلينوي في مجلس الشيوخ إن "الرئيس لا يسعى إلى مكافحة الجرائم، بل إلى نشر الخوف".





جامعة فرجينيا ترفض الانصياع لإملاءات إدارة ترامب

أعلنت جامعة فرجينيا الأمريكية رفضها لاتفاقية إدارة الرئيس دونالد ترامب التي تمنح الجامعات أولوية في الوصول إلى التمويل الفيدرالي مقابل تعديل سياساتها الجامعية.

وذكرت صحيفة نيويورك تايمز، أن الجامعة أصدرت بياناً، رفضت فيه دعوة إدارة ترامب لتوقيع اتفاقية متعددة البنود شملت 9 جامعات في البلاد. وفقاً لوكالة "الأناسول".

وأشار البيان إلى أن قبول التمويل الفيدرالي بناءً على معايير غير مرتبطة بالنجاح الأكاديمي من شأنه أن "يضر بالثقة العامة في التعليم العالي".

وبذلك ارتفع عدد الجامعات التي رفضت اتفاق إدارة ترامب، الذي ينص على منح امتيازات تفضيلية للحصول على تمويل فيدرالي مقابل إدخال تغييرات على سياسات الحرم الجامعي، إلى خمس جامعات.

وكانت إدارة ترامب قد وجهت الدعوة لتوقيع الاتفاقية إلى إدارات جامعات: معهد ماساتشوستس للتكنولوجيا (MIT)، وفاندربيلت، ودارتموث، وبنسلفانيا، وجنوب كاليفورنيا (USC)، ونكساس، وأريزونا، وبراون، وفرجينيا.

ومن بين هذه الجامعات، أعلنت في وقت سابق كل من إدارات جامعات براون، وبنسلفانيا، ومعهد ماساتشوستس للتكنولوجيا، وجنوب كاليفورنيا رفضها للاتفاقية.

وكانت إدارة ترامب قد أصدرت في 2 أكتوبر وثيقة موسعة مكونة من 10 بنود بعنوان "اتفاقية التميز الأكاديمي في التعليم العالي"، بهدف رفع معايير وأداء مؤسسات التعليم العالي.

ونصت الاتفاقية على أن الجامعات التي توافق على شروط مثل حظر سياسات القبول على أساس العرق أو الجنس، وتجميد الرسوم الدراسية لمدة 5 سنوات، وتقييد عدد الطلاب الدوليين، وفرض شرط الاختبارات القياسية، ومعالجة ظاهرة التضخيم في الدرجات، ستمتتع بـ"أولوية الوصول إلى تمويل فيدرالي كبير".



ترامب يحض زيلينسكي على إبرام اتفاق لإنهاء الحرب

عكس ذلك، وقال الرئيس الأمريكي الذي أجرى محادثة مطولة مع نظيره الروسي الخميس "أعتقد أن الرئيس بوتين يريد إنهاء الحرب" في أوكرانيا.

التحضير لقمة ترامب وبوتين

واتفق الرئيسان الروسي والأمريكي على الاجتماع قريباً في العاصمة المجرية بودابست. وأكد ترامب "إحراز تقدم كبير" خلال المحادثة الهاتفية مع بوتين التي أعلنت موسكو من جهتها أنها كانت "صريحة جداً وقائمة على الثقة".

وأكد ترامب رداً على سؤال مراسلة فرانس برس أنه يدرك أن الرئيس الروسي ربما يحاول كسب الوقت في نزاع أوكرانيا من خلال عقد هذه القمة.

وقال "هذا ممكن. نعم، بعض الوقت. لكنني أعتقد أنني بارع في هذا النوع من الأمور. أعتقد أنه يريد إبرام اتفاق". وعقب لقائه بترامب أجرى زيلينسكي محادثة هاتفية مع حلفائه الأوروبيين بحسب مصدر في الوفد الأوكراني. ومع اقتراب فصل الشتاء، تكثف روسيا هجماتها على البنى التحتية للطاقة في أوكرانيا. وأعلنت السيطرة على ثلاث قرى أوكرانية في منطقتي خاركيف ودينبروبيتروفسك (شرق).

"قوي جداً"

ويثير تجدد تقارب الرئيسين الأمريكي والروسي قلق كييف، لا سيما أن ترامب قدم تقييماً إيجابياً جداً لاتصاله مع بوتين، أمام زيلينسكي.

وأفاد بأنه ناقش مع بوتين وقف إطلاق النار في غزة الذي أدى فيه دور الوسيط.

وقال الرئيس الأمريكي "يرى فلاديمير بوتين أنه أمر رائع"، معتبراً أنه كان "سخياً جداً".

كما وجه ترامب كلمات لطيفة لزيلينسكي قائلاً "إنه لشرف لي أن أكون مع قائد قوي جداً، رجل مَرَّ بالكثير، ورجل أعرفه جيداً". وانتهت قمة ترامب وبوتين الأخيرة في 15 آب/أغسطس في ألاسكا.

من دون تحقيق تقدم ملموس لإنهاء الحرب في أوكرانيا. ولم ينفذ ترامب تهديداته بفرض عقوبات قاسية على روسيا.

ومنذ عودته إلى السلطة في كانون الثاني/يناير، كسر ترامب العزلة التي فرضتها القوى الغربية على بوتين منذ بداية غزوه أوكرانيا في شباط/فبراير 2022.

حض الرئيس الأمريكي دونالد ترامب الذي أظهر تقارباً متجدداً مع فلاديمير بوتين، نظيره الأوكراني فولوديمير زيلينسكي، على وقف الأعمال العدائية، متجاهلاً طلباته بزيادة الدعم العسكري. وكتب ترامب على منصته تروث سوشل إن اجتماعه مع زيلينسكي كان "مثيراً للاهتمام وودياً للغاية، لكنني قلت له، كما اقترحت على الرئيس (الروسي فلاديمير) بوتين، أن الوقت حان لوقف القتال، وإبرام اتفاق"، معتبراً أن على الطرفين المتحاربين "التوقف". وفقاً لوكالة "أ ف ب".

وأضاف "فليعلن كلاهما النصر، وليحكم التاريخ. كفى إطلاق نار، كفى قتال".

وأقر الرئيس الأوكراني برفض واشنطن طلبه حالياً الحصول على صواريخ توماهوك الأمريكية. وقال زيلينسكي خلال مؤتمر صحافي عقب اجتماعه الذي استمر أكثر من ساعتين مع نظيره الأمريكي في البيت الأبيض "أعتقد أن روسيا تخشى صواريخ توماهوك، تخشاه حقاً، لأنها سلاح قوي".

وردّ على سؤال حول ما إذا كان يأمل في الحصول على هذا السلاح قائلاً "أنا واقعي".

وأضاف زيلينسكي لشبكة "إن بي سي" الجمعة "من الجيد أن الرئيس ترامب لم يقل +لا لكنه حتى الآن لم يقل +نعم+".

1600 كيلومتر

وكان ترامب أعرب عن تحفظه بشأن احتمال تسليم أوكرانيا هذه الصواريخ التي يبلغ مداها 1600 كيلومتر، وتعارضها موسكو بشدة.

وقال الرئيس الأمريكي لصحافيين جالسا أمام زيلينسكي إلى طاولة كبيرة "نأمل بالأمر احتاجوا إليها. نأمل بأن يكونوا قادرين على الخروج من الحرب بدون مجرد التفكير بصواريخ التوماهوك".

وتسمح هذه الصواريخ لأوكرانيا بضرب العمق الروسي، واقترح زيلينسكي تبادلها بـ"آلاف" المسيرات الأوكرانية.

ولم يقتنع الرئيس الأمريكي بهذا الطرح، كما لم تقتنع "خرائط" لأهداف روسية محتملة عرضها عليه زيلينسكي، بحسب مصدر أوكراني.

إلى ذلك اعتبر زيلينسكي أن الرئيس الروسي "ليس جاهزاً" للسلام، بينما أكد ترامب



Trump commutes 7-year prison sentence of former congressman George Santos

US President Donald Trump announced that he commuted the prison sentence of former New York congressman George Santos, according to media reports.

Santos was convicted last year after pleading guilty to charges of committing wire fraud and aggravated identity theft. Prosecutors said his actions were part of a years-long scheme, which Santos used to prey upon the campaign finance system and his own Republican party, donors and family members to enrich himself. Santos was sentenced in April to more than seven years in prison.



Trump said he signed commutation papers that would immediately release Santos from prison. "George has been in solitary confinement for long stretches of time and, by all accounts, has

been horribly mistreated," Trump posted on his Truth Social platform. "Therefore, I just signed a Commutation, releasing George Santos from prison, IMMEDIATELY. Good luck George, have a great life!" A senior White House official told news outlets that the president decided to commute Santos's sentence after "many people wrote to him about it." "The reach-outs on this that President Trump got were overwhelming," another White House official told reporters. "He heard from so many people, and in recent days he decided it was the right decision. It's his call, and he made it."

Santos began his sentence in July at a federal facility in the state of New Jersey, where reports indicated that he had been locked up in solitary confinement.

Santos unexpectedly rose to prominence after winning a congressional seat in 2022. But his term in Congress was the subject of scandals and scrutiny, including reports that he made up parts of his resume and the subsequent wire fraud and identity theft charges.

Trump refiles \$15 bln lawsuit against NYT after judge's dismissal

US President Donald Trump refiled a defamation lawsuit against The New York Times and several of its reporters, accusing the daily of trying to undermine his 2024 campaign and tarnish his reputation as a businessman.

The new 40-page filing follows a federal judge's decision last month to dismiss Trump's original 85-page complaint for being overly verbose and filled with "vituperation and invective." Judge Steven D. Merryday had given Trump's legal team 28 days to submit a more concise version. According to Anadolu Agency.



"These breaches of journalistic ethics are further proven by the Times' enthusiastic aiding and abetting of the partisan effort to falsely link Russian interference to President Trump's victory in the 2016 Presidential Election," the new complaint reads, calling it "one of the most profoundly disturbing criminal political scandals in American history."

The lawsuit seeks \$15 billion in damages and also names Penguin Random House, which published a book about Trump by New York Times reporters Susanne Craig and Russ Buettner.

A New York Times spokeswoman, quoted by the outlet, said that the suit "has no merit" and is "merely an attempt to stifle independent reporting."

Trump's legal team vowed to "continue to hold the Fake News accountable," according to a statement by his attorneys to Washington-based newspaper The Hill.



ترامب يخفض عدد اللاجئين إلى أدنى مستوى في تاريخ أمريكا

رائد صالحه

في سابقة مثيرة للجدل، يعتزم الرئيس الأمريكي دونالد ترامب خفض عدد اللاجئين الذين ستستقبلهم الولايات المتحدة إلى مستوى قياسي جديد عام 2026، مع تخصيص النسبة الأكبر من المقاعد للاجئين البيض القادمين من جنوب أفريقيا، في خطوة وُصفت بأنها "فشل أخلاقي ولحظة مظلمة في تاريخ البلاد"، وفقًا لخبراء سياسات اللجوء.

وذكرت صحيفة نيويورك تايمز أن مذكرة رئاسية مؤرخة في 30 سبتمبر / أيلول وموقعة من ترامب تُظهر عزمه على تحديد سقف قبول اللاجئين بـ 7500 لاجئ فقط، مقارنة بـ 40 ألفًا ناقشها سابقًا مع مسؤولين، وبعيدة كثيرًا عن الحد الأقصى البالغ 125 ألفًا الذي حددته إدارة بايدين العام الماضي. وفقًا لما نشرته "القدس العربي".

وبحسب مسؤول في البيت الأبيض، لن يصبح هذا القرار نهائيًا إلا بعد إجراء مشاورات مع الكونغرس كما ينص قانون اللاجئين، لكن تلك المشاورات لم تُجر قبل الموعد النهائي في 30 سبتمبر / أيلول، ما أثار انتقادات حادة من الديمقراطيين. واتهم عدد من قادة اللجان البرلمانية ترامب بانتهاك القانون عبر فشله في عقد المشاورات المطلوبة، وترك الكونغرس في الظلام "واللاجئين" "معلقين"، وفقًا لمنصة "كومنز دريمز".

وكان ترامب قد أوقف فعليًا برنامج إعادة توطين اللاجئين التابع لوزارة الخارجية - المستمر منذ 40 عامًا - في يومه الأول بالمنصب، ممددًا التعليق المؤقت إلى إغلاق دام ثمانية أشهر. ونتيجة لذلك، ترك نحو 130 ألف شخص فزوا من الاضطهاد في الخارج، وقد اجتازوا كل الفحوص الأمنية والطبية المطلوبة، عالقين في المخيمات بعد أن وعدوا بالأمان وحياة جديدة في أمريكا.

لكن ترامب استثنى البيض من مزارعي جنوب أفريقيا (الأفريكانرز) من القيود الجديدة، وسمح لهم هذا

العام - مع تمديد متوقع إلى 2026 - بتجاوز طوابير الانتظار وإجراءات التدقيق الصارمة التي يخضع لها باقي اللاجئين.

ويأتي هذا القرار بينما يروج ترامب ومموله الرئيسي الملياردير إيلون ماسك، المولود في جنوب أفريقيا، لروايات زائفة عن "إبادة جماعية" ينعرض لها البيض هناك، متهمين الحكومة المنتخبة ديمقراطيًا بأنها تضطهد الأقلية البيضاء وتغض الطرف عن مقتل المزارعين البيض. وتتناقض هذه المزاعم مع الحقائق، إذ يملك البيض في جنوب أفريقيا ثروة تفوق ثروة السكان السود بـ 20 مرة، رغم أنهم لا يشكلون سوى 7% من السكان، كما أن السود أكثر عرضة بكثير للعنف والجرائم القاتلة.

وقال دانييلو زاك، مدير السياسات في منظمة Church World Service، إن خطة ترامب "تفتح الباب أمام آلاف البيض من جنوب أفريقيا بينما تترك أكثر من 100 ألف لاجئ من أفغانستان والسودان وأوكرانيا وغيرهم، ممن اجتازوا جميع مراحل التدقيق، عالقين بلا أمل".

ويُعد هذا الرقم الجديد الأقل في تاريخ برامج استقبال اللاجئين الأمريكية، بعد الرقم القياسي السابق الذي حدده ترامب في ولايته الأولى عند 15 ألف لاجئ فقط.

ويأتي الكشف عن هذه الخطة تزامنًا مع قرار المحكمة العليا الأمريكية - للمرة الثانية خلال أربعة أشهر - بالسماح لترامب بإلغاء الحماية المؤقتة لـ 300 ألف فنزويلي، ما يعرضهم للترحيل، رغم حكم قضائي سابق اعتبر أن هذه الخطوة غير قانونية.

وقال تود شولت، رئيس منظمة FWD.us: "هذا القرار لا يهدد فقط حياة مئات الآلاف الذين سيُحرمون من وضعهم القانوني ويواجهون الترحيل، بل يقوّض أيضًا أبسط مبادئ العدالة والإنصاف".



محكمة أمريكية تمنع مجموعة NSO الإسرائيلية من تثبيت برامج تجسس على واتساب

أصدرت قاضية أمريكية أمراً قضائياً بمنع مجموعة "إن إس أو" الإسرائيلية، المصنعة لبرامج التجسس، من استهداف مستخدمي واتساب، لكن الأمر خُفِّض تعويض الأضرار الذي كان مُقدراً بـ168 مليون دولار أمريكي في المحاكمة إلى 4 ملايين دولار فقط.

وقضت القاضية فيليس هاميلتون بأن سلوك المجموعة الإسرائيلية لم يرق إلى مستوى "الخطر للغاية" اللازم لدعم حسابات هيئة المحلفين بشأن العقوبة المالية، وفقاً لوكالة الصحافة الفرنسية.

لكن في الحكم، قالت القاضية إن المحكمة "خلصت إلى أن سلوك المدعى عليهم يُسبب ضرراً لا يُمكن إصلاحه، ونظراً لعدم وجود أي خلاف على استمرار هذا السلوك"، فقد منحت القاضية شركة "ميتا" المالكة للواتساب أمراً قضائياً لوقف أساليب التجسس التي تتبعها المجموعة الإسرائيلية على خدمة الرسائل. وفي بيان له، قال ويل كاث كارت الرئيس التنفيذي للواتساب إن "الحكم اليوم يمنح مجموعة إن إس أو، المصنعة لبرامج التجسس، من استهداف الواتساب ومستخدميها حول العالم مرة أخرى، ونشيد بهذا القرار الذي يأتي بعد 6 سنوات من التقاضي لمحاسبة المجموعة على استهدافها أفراد المجتمع المدني". ووفق الحكم الصادر أمس أظهرت الأدلة المقدمة إلى المحكمة أن المجموعة الإسرائيلية "نفذت هندسة عكسية لشفرة واتساب لتثبيت برامج تجسس تستهدف المستخدمين خلسة"، كما خلصت المحكمة إلى أن برنامج التجسس أعيد تصميمه مراراً وتكراراً لتجنب الكشف وتجاوز إصلاحات الأمان في الواتساب.

واتهمت الدعوى، المرفوعة في أواخر عام 2019، مجموعة "إن إس أو" بالتجسس الإلكتروني على الصحفيين والمحامين ونشطاء حقوق الإنسان وغيرهم ممن يستخدمون خدمة الرسائل المشفرة.

ومع ذلك، قضت المحكمة بأن حكم التعويضات البالغ 168 مليون دولار الذي صدر لصالح شركة "ميتا" في وقت سابق من هذا العام كان مبالغاً فيه. وكتبت هاميلتون في الحكم "لم تكن هناك حتى الآن قضايا كافية تتعلق بالمراقبة الإلكترونية غير القانونية في عصر الهواتف الذكية بما يكفي للمحكمة لتتمكن من استنتاج أن سلوك المدعى عليهم كان فظيلاً للغاية، ومع مرور الوقت قد يبرز توافق مجتمعي أوسع حول مقبولية سلوك المدعى عليهم".

برمجة خبيثة
تأسست مجموعة "إن إس أو" عام 2010 على يد الإسرائيليين شاليف هولبو وعمرى لافي، وتتخذ من هرتسليا، مركز التكنولوجيا الفائقة على شاطئ البحر بالقرب من تل أبيب، مقراً لها. وأفاد موقع "تيك كرانش" (TechCrunch) الإعلامي أمس بأن مجموعة استثمارية أمريكية استحوذت على حصة مسيطرة في المجموعة.

وتنتج الشركة الإسرائيلية برنامج "بيغاسوس"، وهو أداة اختراق شديدة، يُمكنها -وفقاً للتقارير- تشغيل كاميرا وميكروفون الهاتف المحمول للشخص المستهدف والوصول إلى البيانات المخزنة عليه، مما يُحوّل الهاتف فعلياً إلى جهاز تجسس محمول.

وجاء في الدعوى المرفوعة أمام محكمة اتحادية في كاليفورنيا أن المجموعة الإسرائيلية حاولت إصابتها ما يقرب من 1400 "جهاز مستهدف" ببرمجيات خبيثة لسرقة معلومات قيمة.

وتعني إصابة الهواتف الذكية أو غيرها من الأجهزة المستخدمة لرسائل الواتساب إمكانية الوصول إلى محتوى الرسائل المشفرة أثناء الإرسال بعد فك تشفيرها.

وذكرت الدعوى أن المهاجمين "طوروا برنامجاً يمكنهم من محاكاة حركة مرور شبكة الواتساب الشرعية لنقل برمجيات خبيثة" للسيطرة على الأجهزة. وحدد خبراء مستقلون أن هذا البرنامج يُستخدم من قبل دول، بعضها ذو سجل ضعيف في مجال حقوق الإنسان.

وتزعم مجموعة "إن إس أو" الإسرائيلية أنها تُرخص برامجها للحكومات فقط لمكافحة الجريمة والإرهاب.



جواز السفر الأميركي يخرج من قائمة أقوى 10 جوازات عالمياً

التأشيرات، مشيرة إلى أن الولايات المتحدة تتيح دخول مواطني 46 دولة فقط من دون تأشيرة، في حين يمكن لحاملي الجواز الأميركي دخول 180 دولة. وفي أبريل/نيسان 2025، أنهت البرازيل العمل بنظام الإعفاء من التأشيرة لمواطني الولايات المتحدة وكندا وأستراليا بسبب عدم وجود "معاملة بالمثل"، مما ساهم في مزيد من التراجع. كما شهدت تكلفة التأشيرات الأميركية ارتفاعاً ملحوظاً، حيث تضاعفت رسوم نظام التصاريح الإلكترونية للسفر "إي إس تي إيه" (ESTA) من 21 دولاراً إلى 40 دولاراً في 30 سبتمبر/أيلول 2025.

دول تفتح أبوابها لأوروبا فقط!

واتخذت دول عدة إجراءات ساهمت في صعودها على حساب الولايات المتحدة، مثل الصين التي وسعت نطاق الإعفاءات من التأشيرة لمواطني دول أوروبية عدة، من بينها ألمانيا وفرنسا، لكنها استبعدت الولايات المتحدة. وفي تطور لافت، قررت فيتنام استبعاد أميركا من قائمة الدول المعفاة من التأشيرة، في خطوة وصفها التقرير بأنها "الضربة القاضية" لجواز السفر الأميركي في تصنيف 2025. وشهد التصنيف تغييرات إضافية بسبب قرارات جديدة من دول مثل بابوا غينيا الجديدة وميانمار والصومال، التي قدمت تسهيلات في أنظمة التأشيرة.

الأميركيون يبحثون عن جنسية ثانية

وانعكاساً لتراجع التنقل العالمي لحاملي الجواز الأميركي، أفادت هنلي أند بارتنز بأنها لاحظت زيادة "غير مسبقة" في عدد الأميركيين الراغبين في الحصول على إقامة بديلة أو جنسية ثانية. وبلغت الزيادة في الطلبات من مواطني الولايات المتحدة 67% بنهاية الربع الثالث من عام 2025، مقارنةً بإجمالي عام 2024. ولم يكن جواز السفر الأميركي الوحيد الذي فقد مكانته، فقد تراجعت المملكة المتحدة إلى أدنى ترتيب لها على الإطلاق، على الرغم من أنها احتفظت بالمركز الثامن ضمن أقوى جوازات السفر.

لأول مرة منذ 20 عاماً، خرج جواز السفر الأميركي من قائمة أقوى 10 جوازات سفر في العالم، بحسب مؤشر هنلي لجوازات السفر لعام 2025، الذي يصنف جوازات السفر حسب عدد الدول التي تتيح دخول حاملها من دون تأشيرة أو بتأشيرة عند الوصول. وفي عام 2014، كان جواز السفر الأميركي يتصدر الترتيب العالمي، ويُعد الأقوى من حيث الوصول إلى الوجهات العالمية. أما الآن، في 2025، فقد تراجع إلى المرتبة 12 متساوياً مع ماليزيا، حيث يسمح لحامله بدخول 180 دولة من دون تأشيرة. وفقاً للجزيرة نت نقلاً عن "تايمز".

شرق آسيا يتصدر

وتصدرت دول شرق آسيا التصنيف الجديد، إذ جاءت سنغافورة في المرتبة الأولى مع إمكانية دخول 193 دولة، تليها كوريا الجنوبية (190 دولة) واليابان (189 دولة)، في حين تقاسمت ألمانيا ولوكسمبورغ وإيطاليا المرتبة الرابعة. ويرى الخبراء أن التراجع السريع في ترتيب جواز السفر الأميركي يرجع إلى عدة عوامل، أبرزها السياسات الصارمة التي اتخذتها الولايات المتحدة في السنوات الأخيرة، خاصة خلال إدارة الرئيس دونالد ترامب، التي تبنت نهجاً أكثر انغلاقاً فيما يتعلق بالهجرة والسفر.

وقال كريستيان كايلين رئيس مجلس إدارة هنلي أند بارتنز "إن تراجع قوة جواز السفر الأميركي على مدى العقد الماضي هو أكثر من مجرد تغيير في الترتيب، إنه يشير إلى تحول جوهري في ديناميكيات التنقل العالمي والقوة الناعمة.. الدول التي تتبنى الانفتاح والتعاون تتقدم بسرعة، بينما تلك التي تعتمد على امتيازات الماضي تتخلف عن الركب". وفي السياق ذاته، صرحت آني بفورتنسهايمر كبيرة الباحثين في مركز الدراسات الإستراتيجية والدولية في واشنطن، بأن السياسة الأميركية أصبحت "انعزالية" حتى قبل ولاية ترامب الثانية، مضيفة أن هذه العقلية الانعزالية تنعكس الآن في فقدان أميركا لقوة جواز سفرها.

القيود الأميركية

وأوضحت شركة هنلي أند بارتنز أن أحد الأسباب الرئيسية لهذا التراجع هو عدم التبادلية في منح





رغم محاولات اللوبي الإسرائيلي لعرقلة القرار ترامب يجدد دعمه لأول أمريكي من أصول يمنية سفيراً في الكويت



رأسها تحقيق سلام دائم في الشرق الأوسط وإنهاء الحرب في غزة. ونقل عن الرئيس قوله: "نحن على وشك إبرام اتفاق تاريخي سينهي الحروب هناك إلى الأبد ويجلب السلام الذي طالما حلم به الجميع".

تأتي هذه التطورات بينما يواجه غالب معارضة شديدة من منظمات يهودية بارزة، من بينها رابطة مكافحة التشهير (ADL) ومنظمة الأغلبية الديمقراطية من أجل "إسرائيل"، اللتان تتهمانه بتبني مواقف "معادية للسامية" ودعم مقاطعة "إسرائيل" خلال توليه منصب العمدة، مستشهدتين بقرارات اتخذها مجلس مدينة هامتراكم، منها مقاطعة الشركات الإسرائيلية وتسمية أحد الشوارع باسم "شارع فلسطين" تضامناً مع الشعب الفلسطيني.

يسمح لأي جهة كانت أن تقف في طريق هذه المهمة الشريفة"، في إشارة إلى تقديره لدور غالب في تمثيل الجالية العربية والمسلمة داخل الولايات المتحدة. وأشار ترامب خلال المكالمة إلى الدور المؤثر الذي لعبه غالب خلال حملته الانتخابية الأخيرة، مشيداً بجهوده في حشد دعم الجاليتين العربية والمسلمة في ولاية ميشيغان، ومؤكداً أنه "لن ينسى هذا الجميل أبداً". وفي ذروة مازحة، قال ترامب للعمدة غالب: "أنت شاب وسيم وشعبي، لو كنت مثلك لأصبحت رئيساً قبل ثلاثين عاماً"، مضيفاً أن تزكية غالب ساعدت في رفع نسب تأييده في مناطق كانت شبه مغلقة أمامه انتخابياً. كما كشف غالب أن ترامب طلب منه نقل رسالة إلى المجتمعين العربي والمسلم في الولايات المتحدة، يؤكد فيها أنه ماضٍ في وعوده، وعلى

في تحدٍّ واضح لنفوذ اللوبي الإسرائيلي داخل واشنطن، أعلن الرئيس الأمريكي دونالد ترامب تجديد دعمه للعمدة الأمريكي من أصول يمنية عامر غالب لتولي منصب سفير الولايات المتحدة لدى دولة الكويت، في خطوة تعكس - وفق مراقبين - رغبة ترامب في توجيه رسالة سياسية تتعلق بالولاء الانتخابي والتوازن في ملفات الشرق الأوسط. وقال غالب، الذي يشغل منصب عمدة مدينة هامتراكم بولاية ميشيغان، إنه تلقى اتصالاً هاتفياً من الرئيس ترامب أبلغه فيه بـ"دعمه اللامحدود" لتعيينه في المنصب، رغم الحملات التي تقودها شخصيات ومنظمات نافذة مرتبطة باللوبي الإسرائيلي لعرقلة القرار. وأوضح غالب في منشور على صفحته في "فيسبوك" أن الرئيس ترامب أدان محاولات بعض الأطراف إعاقة التعيين، مؤكداً أنه "لن

السجن 5 سنوات لامرأة من تكساس حاولت إغراق طفلة مسلمة من أصل فلسطيني

استيعاب هذا الشر الذي يحاول إغراق طفلة صغيرة بدافع الكراهية لدينها وعرقها". وأضاف: "رغم قلقنا من طول مدة الحكم نظراً لخطورة الجريمة المرتكبة ضد الطفلتين، فإننا نرحب بهذا الإقرار بالذنب باعتباره خطوة مهمة نحو تحقيق العدالة للأسرة".

وختم منشوره متسائلاً "كيف سيكون الحكم لو انعكست الأدوار؟".

ويحذر المدافعون عن حقوق الإنسان من تزايد التهديدات ضد المسلمين والعرب الأمريكيين منذ بدء حرب الإبادة على غزة في 2023.

ومن الوقائع التي أثارت مخاوف التحيز ضد المسلمين حادثة طعن وحشية أدت إلى مقتل طفل أمريكي من أصل فلسطيني عمره 6 سنوات في إلينوي، وحادثة طعن أخرى تعرض لها أمريكي من أصل فلسطيني في تكساس، وهجوم عنيف على متظاهرين مؤيدين للفلسطينيين في كاليفورنيا.



لحقوق المسلمين المدنية في أمريكا، عن خيبة أملها في الحكم المخفف نسبياً في حق المتهمه. وفي منشور على منصة "إكس"، قال مصطفى كارول، المدير التنفيذي لمنظمة "كير" في تكساس: "يعجز العقل عن

قضت محكمة أمريكية في ولاية تكساس بالسجن 5 سنوات على امرأة أدينبت بمحاولة قتل طفلة مسلمة تبلغ من العمر 3 سنوات، في واقعة وُصفت بأنها مدفوعة بـ"الكراهية العنصرية".

المرأة، إليزابيث وولف (43 عاماً)، اعترفت بمحاولة إغراق الطفلة الأمريكية من أصل فلسطيني داخل مسيح بمجمع سكني في مدينة إيفوليس خلال مايو/أيار 2024، بعد مشادة مع والددة الطفلة، وفقاً لما ذكرته الشرطة المحلية. وفقاً لـ "الجزيرة مباشر".

وأشارت سجلات المحكمة، إلى أن القاضي أندري بورتير أصدر الحكم بعد أن أقرت وولف بالذنب في تهمة محاولة قتل وإصابة الطفلة.

تداعيات الحكم

أعربت منظمة "كير" التي تصف نفسها بأنها أكبر منظمة



”حجابي مصدر قوة“.. رواء رمان أميركية من أصل فلسطيني أول مسلمة تترشح لمنصب حاكم جورجيا



تطمح الفلسطينية الأمريكية، رواء رمان، إلى أن تحكم ولاية جورجيا بعد إعلانها الترشح لانتخابات 2026، مطلع أكتوبر/ تشرين الأول الجاري، حاملة معها برنامجا انتخابيا واعداد قد يغير حياة نحو 11 مليون مواطن يقطنون الولاية الواقعة جنوب شرقي الولايات المتحدة. وتعد رواء (32 عاما) أول امرأة مسلمة فلسطينية تتقلد منصبا عامًا في جورجيا، بفوزها بمقعد في مجلس نواب ولاية جورجيا عن مقاطعة جوينت بضواحي أتلانتا عام 2022.

وتحدثت لـ”الجزيرة مباشر“، عن وصولها لإنجازها رغم كونها محبة من عائلة لاجئة، وقالت “تمكنا من صنع التاريخ في جورجيا عبر حشد الناس في المنطقة ومحيطها للتحدث إلى أكبر عدد ممكن من الناخبين وبناء حركة لمنطقتنا ولايتنا التي تزخر بالتنوع العرقي”.

وأضافت عن أهدافها الانتخابية للولاية التي تعيش فيها منذ سن السابعة “رفع الحد الأدنى للأجور، وإطعام الأطفال الجوع، وإعادة فتح المستشفيات، والاستثمار في الشركات الصغيرة، واستعادة المنازل من الشركات الكبيرة”.

وقالت رواء “الحقيقة أننا نمر بأزمة في القدرة على تحمل التكاليف، أصبح الكثير يتخلفون عن الركب، وهذا لا يبدو منطقيا بالنسبة لي لأن الحكومة قادرة على مساعدتهم”.

وأشارت إلى أنها ترغب في التركيز أيضا على المجالات السياسية وأحداث تغيير حقيقي في نظرة السلطة إلى الناخبين، ووضع الناخبين على رأس الأولويات بدلا من اعتبارهم أمرا ثانويا، كما هو الحال مع الديمقراطيين، على حد وصفها.

وانتقدت رواء بعض القوانين في جورجيا، كقانون مناهضة المقاطعة الذي يركز بشكل خاص على حظر مقاطعة إسرائيل، مضيفة “أمر غير مقبول بالنسبة لي، إذا أصبحت حاكمة، سأستخدم (الفيتو) ضد أي قوانين تنتهك حقوقنا، لضمان أن تكون ولايتنا حامية لحقوق الناس وأمنهم وسلامتهم بغض النظر عن هويتهم”.

ووجهت رواء رسائلها للفلسطينيين، قائلة “أمل أن يرى كل شخص فلسطيني أو غير فلسطيني، أننا نترشح للمناصب العامة ويرى العمل الذي نحاول القيام به، وأن يلمهم ذلك للخروج من حالة التهميش ويظهر لهم أن كل واحد منا لديه قوة”.

”هذه هويتي وهذه حقيقتي“

أما عن حجابها الذي قد يعتبره البعض عائقا للوصول بعيدا في المجال السياسي، فبينت رواء التي تنخرط في السياسة منذ عام 2014 أن العكس صحيح وأنه على الإنسان أن يتخذ من هويته مصدرا للقوة بدلا

هويتك كنقطة ضعف، فإنها ستكون كذلك، لكن إذا أدركت أنها نقطة قوة، فإنها ستساعدك كثيرا”. وكانت رواء رمان من بين الذين قادوا حركات احتجاجية للضغط على المرشحة الديمقراطية للرئاسة عام 2024، كامالا هاريس، لوقف دعمها لحرب الاحتلال على غزة. وفي بداية أكتوبر/ تشرين الأول 2025، أعلنت رواء ترشحها لمنصب حاكم ولاية جورجيا في انتخابات عام 2026، بعد صعوبات كبيرة واجهتها منذ أن سكت المسار السياسي.

من الضعف. وتابعت الفلسطينية الأمريكية “كثيرا ما يسألني الناس عن حجابي، وفي نهاية المطاف لا يختلف ذلك عن ارتداء شخص ما لصليب أو نجمة داود، بالنسبة لي هذه ممارسة دينية تربطني بما هو أهم، وهو أن هناك شيئا أكبر منا، وأنه من المهم لنا جميعا أن نسعى لنكون أفضل نسخة من أنفسنا”. وأكملت عن أهمية الهوية بالنسبة لها “أنا أظهر على حقيقتي التي تمثل حقيقة ولاية جورجيا الزاخرة بالتنوع العرقي، طالما أنك ترى



Meet Bushra Amiwala, a young Muslim American woman vying for Illinois congressional seat

Bushra Amiwala is running in a crowded field to represent a Chicago district in the US House of Representatives.

She spoke with The New Arab about her run for office, what it's like running in the era of Donald Trump, and why she thinks she's ready for Congress.

The 27-year-old daughter of Pakistani immigrants is running against a growing roster of candidates—at least 15—to fill the seat of veteran Congresswoman Jan Schakowsky, who will be retiring at the end of her term at the age of 82, in Illinois' 9th District, one of the most progressive in the country.

"In a Democratic primary election, when it's one of the most progressive districts in the country, there's not much stark contrast between policy platform and positionality," she said, describing Schakowsky as having "big shoes" to fill.

"That being said, I have one of the most innovative platforms," she said.

She is running on a platform of universal healthcare (noting health insurance as one of the largest corporate lobby groups); supporting immigration with a clear path to citizenship; promoting equality of school districts through federal funding (redirected from part of the defence budget); raising the minimum wage; and prioritising humanitarian aid over military aid.

What sets her apart, she believes, is her experience and deep roots in the community. Since being elected to the Board of Education in 2019, a position she continues to serve, she has helped bring mandated halal, kosher and vegetarian meals to public institutions in Illinois; she has helped a family navigate an ICE detention, thanks to her community roots

and fluency in Spanish; and she boycotted the 2024 Democratic National Convention over Joe Biden's support of Israel's genocide of Gaza.

The slogan on her campaign website says, "A fresh perspective from a familiar face,"

which seems to sum up her pitch as someone born and raised in the area who wants to take bold steps to implement progressive policies. Before entering the race, she conducted a survey of residents and found that many were interested in seeing her run for office. So far, she has the endorsement of the Cook County Latino Democrats and of former Congresswoman Marie Newman.

Amiwala is part of a surge of young progressive candidates entering

2026 political races amid growing discontent with the status quo.

Among the other candidates vying for the seat is Kat Abughazaleh, a 26-year-old daughter of a Palestinian immigrant and a social media influencer whose research has focused on right-wing extremism.

District 9, which encompasses Skokie, where

Amiwala grew up, has one of the largest Jewish communities in the country. Schakowsky, herself Jewish, became known for her critical positions on US military support for Israel, as well as progressive stances, such as opposing the US war in Iraq.



Though Schakowsky has long been popular among her progressive constituents and continues to enjoy a strong following among leftists, particularly for speaking against Israel's military action in Gaza, the 81-year-old does not appear to have the energy to speak out against Trump constantly. Polls have shown that Democrats want politicians who fight harder against Trump. For Amiwala, that fight began in high school, when Trump was elected as president for the

first time.

"I was a senior in high school, and Donald Trump's entire platform was xenophobia, Islamophobia, with a side of racism. That's really all it was," she said.

"That summer, I worked on a political campaign, and someone on that campaign saw leadership ability and potential in me that

I didn't see in myself at the time, and they asked me to run for public office," she said.

During her freshman year of college, she ran for the Cook County Board of Commissioners, losing with around 30% of the vote in a three-person race. She then won election to the school board and was re-elected four years later, this time unopposed. In one of her first public statements, she announced that she was refusing PAC (political action committee) money due to their acceptance of funds from a soda company.

When she was running for office, her constituents requested halal, kosher, and vegetarian meal options at schools. Her testimony on the importance of these meals became a case study and led to the Illinois legislature passing a law requiring these meals.

"For someone who looks like me, I could have started and stopped with halal, but for me, it's all about coalition building," she said.

As an elected official, seven days after 7 October, she posted information about Israel's assault on Gaza.

"I sat down with leaders of the Democratic Party who told me this is political suicide," she recalled. "Some people said what I said after October 7 will haunt me."

In fact, polls show Americans losing support for Israel and its military actions in Gaza while having growing support for Palestinian human rights. Some studies have indicated that Kamala Harris could have done better in the presidential election had she distanced herself from Joe Biden's support for Israel and shown more support for Palestinians.

As for speaking out against Trump, she said, "I've been speaking out against Trump since I was a teenager, and you'd best believe that I will continue to speak out against Donald Trump, even now and today."

NAGI

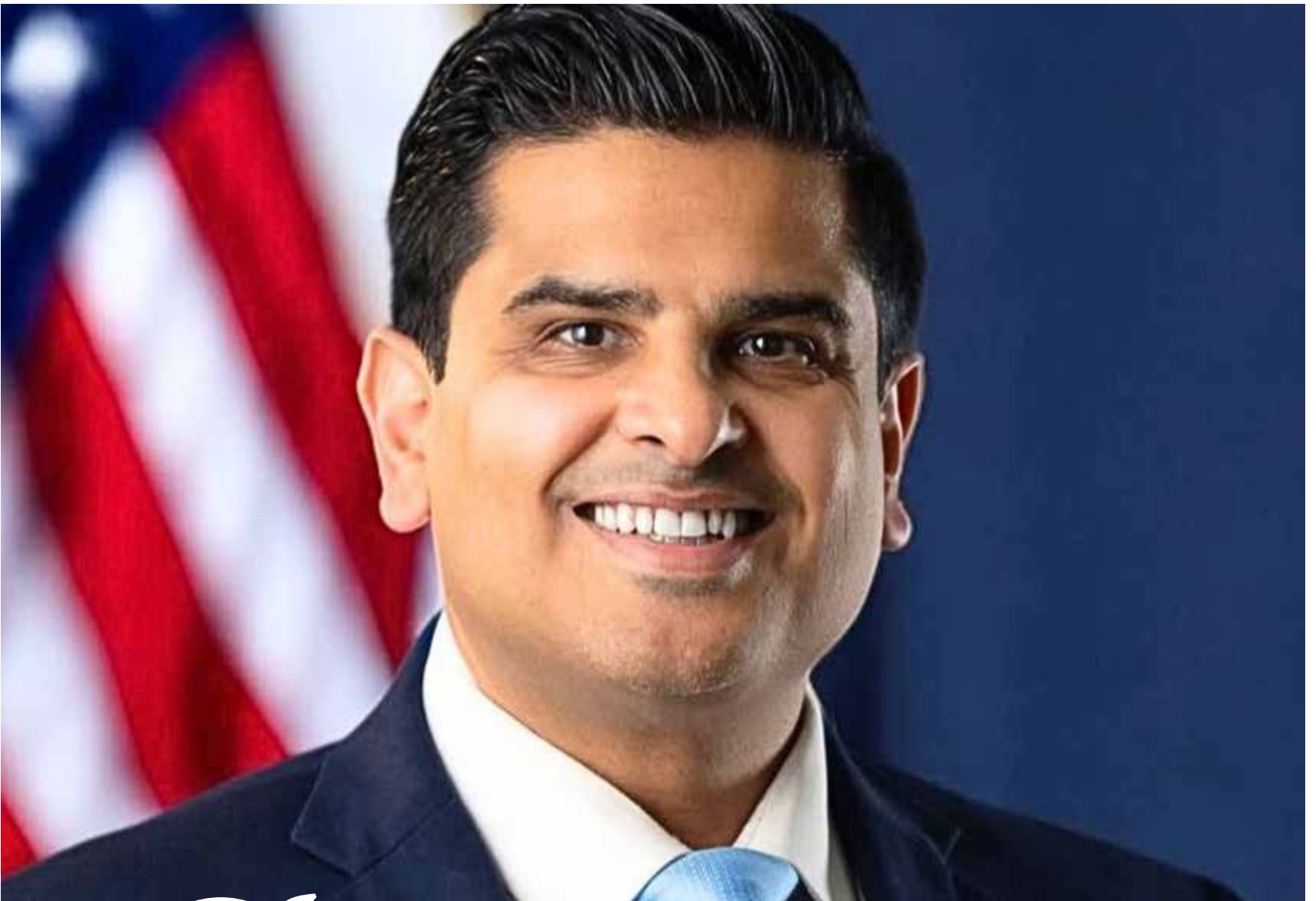
For Dearborn Mayor

Values and Ethics First

القيم والاخلاق اولاً



المهندس ناجي المدحي
المرشح لمنصب عمدة ديربورن



NOV-4TH

VOTE FOR

SAMI ELHADY

SAMI ★ ★ ★
ELHADY

FOR dearborn city clerk

PAID FOR BY SAMI ELHADY
FOR DEARBORN CITY CLERK

SAMIELHADY.COM



SCAN ME 

انتخب ابن الجالية سامي الحدي لمنصب ديربورن كليرك



DONATE HERE



GAZA

EMERGENCY RELIEF

LIFE'S EMERGENCY RESPONSE TEAM HAS BEEN ON THE GROUND INSIDE OF GAZA DISTRIBUTING MEDICAL SUPPLIES, FOOD, AND WARMTH BUT YOUR HELP IS STILL NEEDED



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



البيت الأبيض ينشر وثيقة الضمانات الموقعة في شرم الشيخ

عنوان "قمة شرم الشيخ للسلام" لإنهاء الحرب في قطاع غزة، وتعزيز جهود إحلال السلام والاستقرار في منطقة الشرق الأوسط، وذلك برئاسة مشتركة للرئيسين المصري عبد الفتاح السيسي والأميركي دونالد ترامب، وبمشاركة أكثر من 31 من قادة الدول والمنظمات الإقليمية والدولية.

وأنت القمة في أعقاب اتفاق وقف إطلاق النار الذي تم التوصل إليه مؤخرا بين حركة حماس وإسرائيل، برعاية أميركية، وبمشاركة قطر ومصر وتركيا.

ومن الزعماء والقادة الذين شاركوا في القمة إلى جانب الرئيسين المصري والأميركي، كل من أمير قطر الشيخ تميم بن حمد آل ثاني، وملك الأردن عبد الله الثاني، والرئيس التركي رجب طيب أردوغان، والرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون، ورئيس الوزراء العراقي محمد شياع السوداني، ورئيسة الوزراء الإيطالية جورجيا ميلوني، ورئيس الوزراء البريطاني كير ستارمر.

وشملت بنود الاتفاق وقف الحرب بشكل دائم، وتبادل الأسرى، وإدخال المساعدات الإنسانية إلى غزة، إضافة إلى تشكيل إدارة فلسطينية انتقالية لإدارة شؤون القطاع.

ويُنتظر أن تسهم القمة في تثبيت التهدئة وإطلاق مرحلة جديدة من إعادة الإعمار، بما يمهّد لإحياء مسار السلام الشامل في المنطقة.

وأعلن ترامب توصل إسرائيل وحماس إلى اتفاق على المرحلة الأولى من خطته لوقف إطلاق النار وتبادل أسرى، إثر مفاوضات غير مباشرة بين الطرفين في شرم الشيخ، بمشاركة قطر وتركيا ومصر، وبإشراف أميركي.



كما أشارت الوثيقة للسعي إلى رؤية شاملة للسلام والأمن والازدهار المشترك في المنطقة، تقوم على مبادئ الاحترام المتبادل والمصير المشترك. وفي هذه الروح، ترحب بالتقدم المحرز في إقامة ترتيبات سلام شاملة ومستدامة في قطاع غزة.

وكذلك أكدت على التعهد بالعمل الجماعي لتنفيذ هذا الإرث واستدامته وبناء أسس مؤسسية تزدهر عليها الأجيال القادمة معاً في سلام.

قمة شرم الشيخ

وعُقدت في مدينة شرم الشيخ المصرية قمة تحت

وقع رؤساء وزعماء كل من الولايات المتحدة وقطر ومصر وتركيا في القمة التي انعقدت بصرم الشيخ المصرية على وثيقة شاملة بشأن الاتفاق بين حركة المقاومة الإسلامية (حماس) وإسرائيل.

وقد نشر البيت الأبيض فحوى وثيقة الضمانات التي وقعها الوسطاء في شرم الشيخ بشأن إشاعة السلام والازدهار في المنطقة بعد توقيع "اتفاق وقف الحرب في غزة". وفقاً لـ "الجزيرة نت".

ونصت الوثيقة على أن الدول الموقعة ترحب بالالتزام التاريخي الحقيقي والتنفيذ من قبل جميع الأطراف لاتفاق السلام الذي تم التوصل إليه برعاية الرئيس الأميركي دونالد ترامب، والذي وضع حداً لأكثر من عامين من المعاناة العميقة والخسائر، ويفتح فصلاً جديداً للمنطقة عنوانه الأمل والأمن والرؤية المشتركة للسلام والازدهار.

كما أكد الموقعون على دعم وتأييد جهود الرئيس ترامب لإنهاء الحرب في غزة وتحقيق سلام دائم في الشرق الأوسط. والعمل معاً على تنفيذ هذا الاتفاق بطريقة تضمن السلام والأمن والاستقرار والفرص لجميع شعوب المنطقة، بما في ذلك الفلسطينيين والإسرائيليين.

وأشارت الوثيقة إلى أن السلام الدائم هو ذلك الذي يتمكن فيه كل من الفلسطينيين والإسرائيليين من الازدهار مع ضمان حقوقهم الإنسانية الأساسية، وحماية أمنهم، وصون كرامتهم.

كما أكدت أن التقدم الحقيقي يتحقق من خلال التعاون والحوار المستمر، وأن تعزيز الروابط بين الدول والشعوب يخدم المصالح الدائمة للسلام والاستقرار الإقليمي والعالمي.

كما تعهد الموقعون بالعمل على حل النزاعات المستقبلية من خلال الحوار الدبلوماسي والمفاوضات، لا من خلال القوة أو الصراع المطول. وأشاروا إلى أن الشرق الأوسط لا يمكنه أن يتحمل دورة مستمرة من الحروب الطويلة، أو المفاوضات المتعثرة، أو التطبيق الجزئي والانتقائي للاتفاقيات.

وأشارت الوثيقة إلى الطموح لتحقيق التسامح والكرامة وتكافؤ الفرص لكل إنسان بغض النظر عن العرق أو الدين أو الانتماء الإثني، وكذلك العزم على القضاء على التطرف والتشدد بجميع أشكاله.



Full text of the agreement signed by Israel and Hamas to 'end the war' on Gaza

On Egypt hosted the Sharm El Sheikh Peace Summit, co-chaired by Egyptian President Abdel Fattah Al-Sisi and US President Donald Trump .

The summit saw participation from Heads of State and Government representing a wide array of nations, including: Jordan, Qatar, Kuwait, Bahrain, Turkey, Indonesia, Azerbaijan, France, Cyprus, Germany, the United Kingdom, Italy, Spain, Greece, Armenia, Hungary, Pakistan, Canada, Norway, Iraq, the UAE, Oman, Saudi Arabia, Japan, the Netherlands, and Paraguay, and India. Also in attendance were the Secretary-General of the United Nations, the Secretary-General of the Arab League, the President of the European Council, the President of FIFA, and a former Prime Minister of the United Kingdom. President Sisi and Trump signed the Sharm El Sheikh Peace Agreement, a comprehensive document designed to end the war in the Gaza Strip. Additionally, the leaders of Qatar and Turkey signed a separate document concerning the agreement between Israel and Hamas.

So, what are the terms of the agreement? According to egyptindependent.

- **Immediate end to hostilities:** An

immediate cessation of the war between Israeli occupation forces and Palestinian factions in the Gaza Strip.

- **Phased Israeli withdrawal:** Israeli forces will withdraw to an agreed-upon line in preparation for the prisoner exchange process.
- **Freezing military operations:** All military operations, including aerial and artillery bombardment, will be suspended, and front lines will remain frozen until the conditions for a full phased withdrawal are met.
- **Return of hostages:** All hostages, both living and deceased, shall be returned.
- **Palestinian prisoner release:** Israel will release 250 prisoners serving life sentences, in addition to 1,700 detainees from Gaza arrested after October 7, 2023, including all women and children detained in that context.
- **Exchange of remains:** For every deceased Israeli captive's body returned, Israel will return the remains of 15 Palestinians.
- **Immediate aid flow:** Aid will immediately enter Gaza in quantities no less than those stipulated in the January 19, 2025, humanitarian aid agreement. This includes rehabilitating infrastructure (water, electricity,

sewage), hospitals, and bakeries, and allowing the entry of necessary equipment to clear rubble and open roads.

- **Aid distribution mechanism:** Aid will be brought in and distributed through the United Nations and its agencies, the Red Crescent, and other neutral international institutions, without interference from either party.
- **Rafah crossing operation:** The opening of the Rafah crossing in both directions will be subject to the same mechanism applied under the January 19, 2025, agreement.
- **Economic reconstruction plan:** An economic plan for rebuilding Gaza will be launched via a committee of experts who have contributed to building modern, prosperous cities in the Middle East. This includes reviewing all serious investment proposals that can provide employment opportunities and hope for Gaza's future.
- **Special economic zone:** A special economic zone will be established with customs preferences and facilitated access, subject to negotiation with participating countries.
- **No forced displacement:** No one will be forced to leave Gaza; those who wish to leave will be free to return lat-

er, and residents will be encouraged to remain and participate in building a new Gaza.

- **International Stabilization Force:** The United States will work with Arab and international partners to form an "International Stabilization Force" to be deployed immediately in Gaza. This force will train and support selected Palestinian police forces in consultation with Egypt and Jordan, and will cooperate with Israel and Egypt to secure borders, prevent weapons smuggling, and facilitate the flow of aid.
- **No Israeli reoccupation/annexation:** Israel will neither occupy nor annex Gaza. As the International Stabilization Force establishes control, Israeli military forces will withdraw according to agreed-upon criteria and a timeline, though a perimeter security presence will remain until Gaza is guaranteed to be free of any renewed terrorist threat.
- **Joint religious dialogue:** A joint religious dialogue based on the values of tolerance and peaceful coexistence will be established to change mindsets and narratives between Palestinians and Israelis by highlighting the benefits of peace.



عامان من الحرب على غزة.. عندما تعجز الأرقام عن وصف المأساة الحقيقية

محمد كمال

عامان من الحرب الشرسة في غزة، خلفا الموت والدمار وفقدان الأهل والتزوح المتكرر بلا مأوى ولا أمان، فضلاً عن المعاناة من الجروح النفسية والجسدية التي قد تترك ندوباً على جيل بأكمله من الفلسطينيين، وبينما تحاول خطة سلام أمريكية رسم مستقبل القطاع، فإن الأهالي مشغولون بالبقاء على قيد الحياة، بحيث لا يستطيعون التفكير في قادم الأيام.

في الشهر الماضي، خلصت لجنة تابعة للأمم المتحدة إلى أن إسرائيل ارتكبت إبادة جماعية بحق الفلسطينيين في غزة. وتنفي إسرائيل هذا الاتهام، مؤكدة أنها تسعى إلى تدمير حماس وإعادة الرهائن الذين أسروا في الهجوم الذي قادتته الحركة وأسفر عن مقتل 1200 شخص.

اقتصاد مدمر

كانت غزة قبل الحرب فقيرة، وقد تفاقمّت هذه

الحالة بسبب الحصار الجزئي الإسرائيلي للهدف إلى إضعاف حماس. لكن الغزيين استثمروا أموالهم في مراكز التسوق والمطاعم والمصانع والمزارع، ما ساعد على إطعام السكان وتوظيفهم.

ولكن أدت الحرب إلى توقف كل النشاط الاقتصادي الرسمي تقريباً، ووصل معدل البطالة إلى 80% على الأقل، وفقاً للبنك الدولي.

لقد قوّض الصراع قدرة سكان غزة على إطعام أنفسهم، إذ تضررت أو دُمّرت أكثر من 70% من آبار الري والصوبات الزراعية وقوارب الصيد، وفقاً للأمم المتحدة. وحتى يوليو/تموز، لم يتبق سوى أقل من 2% من الأراضي الزراعية السليمة والمتاحة للمزارعين.

ومن المتوقع أن ترتفع نسبة سكان غزة الذين يعيشون فيما يسميه البنك الدولي «الفقر متعدد الأبعاد» - أي عدم القدرة على الوصول إلى الدخل والتعليم والخدمات مثل الكهرباء والمياه النظيفة - إلى 98%، من 64% قبل الحرب.

اضطرابات مهددة للحياة

يقول الخبراء إن سوء التغذية والصدمات النفسية يمكن أن تعوق النمو العقلي والجسدي، ما يعني أن التأثيرات الصحية للحرب قد تستمر لأجيال قادمة.

وأكدت تيس إنغرام، المتحدثة باسم اليونيسف في غزة: «هناك خطر دائم من المرض والموت يواجهه الأطفال يوميًا. وهذا يُؤدّد مستويات التوتر المضّر، ليس فقط ضاراً، بل قد يهدّد الحياة على المدى الطويل».

وأفادت منظمة الصحة العالمية أن أكثر من ربع جرحى غزة، البالغ عددهم 167 ألفاً، أصيبوا بإصابات غيّرت حياتهم. وفقد أكثر من 5 آلاف شخص أطرافهم.

المجتمعات المدمرة

تُقدّر الأمم المتحدة أن ما يقرب من أربعة من كل خمسة مبانٍ في غزة قد تضررت أو دُمّرت. وحتى ديسمبر / كانون الأول الماضي، أفادت الأمم المتحدة



ورغم أن الأرقام التي ترصد أعداد القتلى والدمار والإصابات والاضطرابات وسوء التغذية والتزوح الاقتصادي، يكاد لا يضاهيها شيء في العصر الحديث، فإنها تتقف عاجزة أمام المعاناة الحقيقية التي يعيشها أهالي غزة الأحياء، بعد أن فقدوا كل تفاصيل حياتهم السابقة، من منازل ومدارس ومتاجر ومقاه ومستشفيات، بينما تعاني كل أسرة تقريباً موت أحد أو بعض أفرادها، ما يعني أن حياتهم تبدلت إلى الأبد. وفقاً لصحيفة "الخليج".

قتيل من كل 34 غزياً

وعلى مدار العامين منذ هجوم حماس في 7 أكتوبر/تشرين الأول 2023، أطلقت إسرائيل العنان لقوة عسكرية هائلة وغاشمة في غزة، مُحدثّة دماراً قلماً يضاهيه دمار في الحروب الحديثة، فضلاً عن مقتل أكثر من 67 ألف فلسطيني، أي ما يُعادل واحداً من كل 34 غزياً، وفقاً لصحيفة نيويورك تايمز.

وعلى أرض الواقع، أجبر سكان غزة البالغ عددهم نحو مليوني شخص، على ترك منازلهم التي تعرضت للدمار، والعيش في جزء صغير من المنطقة، أحياناً في مخيمات وكثراً في العراء، يكافحون خطر الموت والجوع والمرض، وربما لم يبق لهم أي شيء ليعودوا إليه متى انتهت الحرب.



Gaza death toll tops 68,000; thousands still missing

Arab American Today & Agencies

Gaza's ruins were being scoured for the dead, over a week into the ceasefire. Newly recovered bodies brought the Palestinian toll above 68,000, according to Gaza's Health Ministry. Thousands of people are still missing, according to the Red Cross.

As part of the ceasefire agreement, Israel on returned the bodies of a further 15 Palestinians to Gaza. Gaza's Health Ministry said the International Committee of the Red Cross handed them over to Nasser Hospital, bringing the total Israel has returned to 135.

Israel on said that the remains of a 10th hostage that Hamas handed



over the day before were identified as Eliyahu Margalit.

The handover of 28 hostages' remains is among key points - along with aid deliveries into Gaza and

the devastated territory's future - in the ceasefire process meant to end two years of war.

Gaza death toll tops 68,000; thousands still missing

Hamas again accused Israel of continuing attacks and violating the ceasefire, asserting that 38 Palestinians had been killed since it began. There was no immediate response from Israel, which still maintains control of about half of Gaza.

On Friday, Gaza's Civil Defence, first responders operating under the Hamas-run Interior Ministry, said nine people were killed, including women and children, when their vehicle was hit by Israeli fire in Gaza City.



بوجود أكثر من 50 مليون طن من الأنقاض، وإذا ساهمت 100 شاحنة في إزالتها، فقد تستغرق أكثر من 20 عاماً. ومطالع العام الجاري قدر البنك الدولي الأضرار المادية في غزة بـ29.9 مليار دولار، أي ما يعادل 1.8 ضعف الناتج الاقتصادي السنوي لغزة والضفة الغربية.

«قتل الطفولة»

لقد قضى الصراع خلال عامين على الطفولة التقليدية تقريباً. فقد جرح الأطفال وقتلوا، وفقدوا أحياءهم، وعانوا حرماناً طويلاً الأمد. وفي إبريل/نيسان، أفاد الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، في الضفة الغربية، بأن أكثر من 39 ألف طفل فقدوا أحد الوالدين على الأقل في الحرب. ومن بين هؤلاء، فقد نحو 17 ألفاً كليهما.

يقول عمال الإغاثة إن العديد من الأطفال يعانون كوابيس متكررة أو قلق. وقد عانى بعضهم معاناة نفسية أو جسدية شديدة لدرجة أنهم توقفوا عن الكلام.

وانهار النظام التعليمي حتى بالنسبة للأطفال الذين بقيت أسرهم سليمة. ويفتقر أكثر من 700 ألف طفل إلى التعليم الرسمي، وتحتاج جميع المدارس تقريباً إلى إعادة التأهيل أو إعادة البناء، وفقاً لليونسيف. وأغلقت كافة الجامعات، ودمر العديد منها على يد القوات الإسرائيلية التي اتهمت حماس بالعمل داخلها.

التفكير في المستقبل

يقول حمزة سالم، وهو عامل سابق في محطة وقود فقد ساقه خلال القصف الإسرائيلي العنيف في بداية الصراع: «إن التفكير في الحياة بعد الحرب لا يأتي إلا بعد انتهاء الحرب». كما يكشف مأساة ابنته ذات الخمسة أعوام حيث فقدت ذراعها جراء قصف إسرائيلي أيضاً. ويواجه كلاهما صعوبة في الحصول على العلاج في ظل انهيار النظام الصحي في غزة. وقامت القوات الإسرائيلية مراراً بإخلاء المستشفيات ومداهمتها وقصفها، متهمه حماس باستخدامها للحماية.

مع استمرار الحرب، نفذت الأدوية، وأصبحت علاجات السرطان وغسيل الكلى نادرة. بعد أن منعت إسرائيل جميع المساعدات من دخول غزة، وفي أغسطس/آب، أعلنت مجموعة من الخبراء العالميين أن أكثر من نصف مليون شخص في غزة يعانون مجاعة «من صنع الإنسان»، شملت آثارها الجوع وسوء التغذية الحاد والوفاة.

دمار الذكريات

لكن حتى الأرقام لا تعكس كل ما فقد، فلو محوت معالم الحياة اليومية لشخص ما، مثل المتجر أو المقهى لتلاشى أثر هذه الحياة. ويقول نضال عيسى، وهو أب لثلاثة أطفال وكان يملك محلاً لتجهيزات الزفاف في مدينة غزة، إن حياته كانت تتمحور حول المبنى السكني الذي كان يتشاركه مع نحو 30 من أقاربه. وقد أصبح الآن أطلاً، وكذلك بستان البرتقال، ومحل جزارة الحي الذي كان يرتاده، وصالون الحلاقة الذي كان يصطحب ابنه إليه. مضيفاً أن مبنى عائلته كان مملوءاً بالذكريات.

قال إن العائلة كانت تجتمع هناك للاحتفال بالمناسبات المهمة. كان يستقبل المواليد الجدد بالحلويات. ويكرم العرسان بالطعام. ويعزى الأقارب الراحلون بالقهوة والتمر. وكان أطفاله يذهبون إلى المدارس القريبة، وكانت الأسرة تتلقى الرعاية الطبية في عيادة محلية، وكل ذلك تحت إدارة الأمم المتحدة.

لكنه يؤكد: «إذا انتهت الحرب وتغير النظام الحاكم، فسيفتح مشروعاً تجارياً ويبقى في بلده. والأهم أن يُغيروا النظام الذي جر غزة إلى الخراب والدمار».

ويقول محمد شفقة، وهو طفل يتيم يبلغ من العمر 8 سنوات ويعيش في مخيم مع شقيقه أحمد، البالغ من العمر 4 سنوات: «لا أستطيع أن أتذكر مدرستي بوضوح»، ورغم أنه يتلقى دروساً في فصل دراسي مؤقت، لكنه يواجه صعوبة في التعرف إلى الحروف.



عامان من الإبادة الإسرائيلية.. حياة 254 صحفياً ثمن الحقيقة في غزة

مريم أبو دقة، صحفية فلسطينية من مدينة خان يونس، سطرت مسيرتها بتضحيات استثنائية حين تبرعت بكليتها لإنقاذ والدها من ألم المرض، كما أبعدت طفلها الوحيد إلى خارج قطاع غزة ليكون في مأمن من الإبادة التي ترتكبها إسرائيل.

6 صحفيين بينهم الشريف وقريقر

في 10 أغسطس 2025، قتلت إسرائيل 6 صحفيين بينهم مراسلا قناة "الجزيرة" أنس الشريف ومحمد قريقر، بغارة استهدفت خيمة كانوا يقيمون فيها قرب "مستشفى الشفاء" غربي مدينة غزة.

كان اسم أنس الشريف حاضرا في نشرات الأخبار العالمية طوال عامين من الحرب،

أيضا 5 مطابع كبرى و22 مطبعة صغيرة، و5 مؤسسات نقابية ومهنية وحقوقية معنية بحرية الصحافة، كذلك دمر 53 منزلا لصحفيين، حيث قصفتها بطائراته الحربية. ويقدر المكتب الإعلامي الحكومي خسائر هذا القطاع في غزة بأكثر من 800 مليون دولار، ومع ذلك، لا تزال 143 مؤسسة إعلامية تواصل عملها هناك رغم القتل والتدمير. ووفق رصد للأناضول، كانت أبرز الاغتيالات الإسرائيلية للصحفيين في غزة كالاتي:

5 صحفيين بينهم مريم أبو دقة

في 25 أغسطس/ آب 2025، شنت إسرائيل غارات على مستشفى ناصر بمدينة خان يونس جنوبي القطاع، ما أدى إلى مقتل الصحفيين مريم أبو دقة، وحسام المصري، ومحمد سلامة، ومعاذ أبو طه، وأحمد أبو عزيز، أثناء تأديتهم عملهم.

ومنذ 7 أكتوبر/ تشرين الأول 2023 وحتى نهاية 2024، قتل الجيش الإسرائيلي 201 صحفي وصحفية، فيما قتل 51 آخرين منذ مطلع عام 2025.

كما أصيب 433 صحفيا وتعرض 48 آخرون للاعتقال، وشملت الهجمات الإسرائيلية استهداف البنية التحتية للقطاع الإعلامي بغزة.

وبحسب تصريحات لرئيس المكتب الإعلامي الحكومي بغزة إسماعيل الثوابته، استهدف الجيش الإسرائيلي 12 مؤسسة صحفية ورقية، و23 مؤسسة إعلامية رقمية، و11 إذاعة، و16 فضائية (بينها 4 محلية و12 مقراتها بالخارج).

وأضاف أن الجيش الإسرائيلي استهدف

على مدى عامين من حرب الإبادة التي ترتكبها تل أبيب في قطاع غزة، لم يسلم الصحفيون من الهجمات الإسرائيلية المتواصلة، التي استهدفتهم بشكل مباشر أثناء عملهم الميداني.

فبينما يسعى الصحفيون لنقل صورة الواقع الإنساني والكارثي في غزة إلى العالم، وجدوا أنفسهم هدفا للهجمات الإسرائيلية التي حولت حياتهم ورسالتهم المهنية إلى خطر يومي يهدد وجودهم.

وبحسب إحصائيات للمكتب الإعلامي الحكومي في غزة ونقابة الصحفيين الفلسطينيين، وعلى مدى عامين من الإبادة الجماعية، قتلت إسرائيل 254 صحفيا، بينهم نحو 27 صحفية. وفقا لوكالة "الأناضول".



بصفته مراسلاً ميدانياً وأحد الأصوات القليلة التي كسرت الحصار الإعلامي، موثقاً للعالم مشاهد المجاعة والمجازر الإسرائيلية في غزة. ولد الشريف في 3 ديسمبر/ كانون الأول 1996 في مخيم جباليا شمال القطاع، ونشأ وسط بيئة مشبعة بالصراع، حيث عاش طفولته بين أزقة المخيم المكتظ وظروف الأزمات والحروب المتكررة.

فيما ولد قريقرع عام 1992 في حي الشجاعية شرقي مدينة غزة، نال درجة البكالوريوس في الصحافة والإعلام من الجامعة الإسلامية بغزة عام 2014، وعمل في وسائل إعلام محلية عديدة، قبل عمله بقناة "الجزيرة" خلال الحرب على القطاع.

نشأ يتيمًا بعد فقدان والده في طفولته، وترعى مع والدته وارتبط بها ارتباطاً وثيقاً والتي قتلها الجيش الإسرائيلي أثناء اجتياحه "مستشفى الشفاء" في مارس/ آذار 2024، عندما اعتقل ابنها محمد آنذاك.

مقتل 4 صحفيين في يوم واحد

- في يونيو/ حزيران 2025 قتل الجيش الإسرائيلي 3 صحفيين فلسطينيين في استهداف إسرائيلي واحد وهم: سليمان حجاج، مراسل ومحرر بقناة "فلسطين اليوم"، وإسماعيل بدح، مصور في القناة ذاتها، وسهير الرفاعي، محرر بوكالة "شمس نيوز" الإخبارية.

وفي اليوم نفسه توفي يوسف النخالة، الصحفي بوكالة "الوطنية للإعلام" (محلية)، متأثراً بجروح أصيب بها في 31 مايو/ أيار 2025.

سائد أبو نبهان

في 10 يناير/ كانون الثاني 2025، قتل سائد أبو نبهان المتعاون مع الأناضول برصاص قناص إسرائيلي أثناء تأديته عمله الإنساني والصحفي في مخيم النصيرات وسط قطاع غزة.

حسن حمد

قتل المصور الصحفي حسن حمد في أكتوبر/ تشرين الأول 2024، جراء قصف إسرائيلي شمال قطاع غزة، بينما كان يعمل مع عدد من وسائل الإعلام بينها وكالة الأناضول.

وصل جثمانه إلى "مستشفى كمال عدوان" أشلاء لا تحمل سوى سترته الصحفية، وتعرّف عليه شقيقه محمد من خلال شعره.

حمزة الدحدوح ومصطفى ثريا

في يناير 2024، قتل الصحفي حمزة الدحدوح (مواليد 1996) الذي يعمل لقناة "الجزيرة"، وهو نجل مدير مكتب الجزيرة بغزة وأهل الدحدوح، إلى جانب زميله الصحفي مصطفى ثريا، وذلك بقصف إسرائيلي استهدف مركبة صحفيين غرب خان يونس.

حمزة حصل على بكالوريوس الصحافة والإعلام من جامعة الأزهر بغزة، وفقد والدته وأشقائه بقصف إسرائيلي استهدف منزلاً يؤول العائلة بمخيم النصيرات في أكتوبر 2023، قبل أن يُستهدف مجدداً خلال عمله الميداني.

سامر أبو دقة

قتل الصحفي والمصور سامر أبو دقة (مواليد 1978)، الذي يعمل في قناة "الجزيرة" في 15 ديسمبر/ كانون الأول 2023، جراء قصف إسرائيلي استهدفه في خان يونس، حيث ترك ينزف ست ساعات دون إسعاف بسبب الاستهدافات الإسرائيلية.

مباشر استهدف مركبته بمدينة غزة.

شغل جاد الله منصب رئيس مجلس الإدارة والمدير العام لمؤسسة "بيت الصحافة" (خاصة)، وساهم في تأسيس وكالة سوا الإخبارية (خاصة).

وينحدر أبو دقة من بلدة عيسان الكبيرة قرب خان يونس، وهو أب لثلاثة أبناء وبنت يقيمون في بلجيكا، فيما اختار هو البقاء في غزة لمواصلة عمله الميداني.

بلال جاد الله

قتل الصحفي بلال جاد الله (مواليد 1978) في نوفمبر/ تشرين الثاني 2023، إثر قصف

وخلال عمله، عقد اتفاقيات تعاون دولية وعربية لحماية الصحفيين، وأشرف على ورش

تدريبية، كما جعل من بيت الصحافة ملاذاً آمناً للإعلاميين خلال الحروب ووزع عليهم معدات السلامة المهنية.

الشقيقان منتصر ومروان الصواف

المصور المتعاون مع الأناضول منذ 2014، منتصر الصواف (مواليد 1990)، قتل هو وشقيقه الصحفي مروان، بقصف إسرائيلي استهدف جنوب غزة مطلع ديسمبر 2023.

قبل أسبوعين من مقتله، نجا منتصر من قصف صاروخي إسرائيلي على منزله أودى بحياة والديه وعدد من أشقائه، وأصيب حينها في عينه وأنفه لكنه واصل عمله الميداني رغم تدمير المستشفيات ونقص العلاج. منتصر متزوج وأب لطفلين، ودرس الصحافة والإعلام في "جامعة الأقصى".

أما شقيقه مروان المتزوج ولديه طفل، فدرس تخصص "تكنولوجيا المعلومات" بمدينة غزة وعمل في شركة "ألف ملتي ميديا" المتخصصة في الأفلام الوثائقية.

مدير المكتب الإعلامي الحكومي بقطاع غزة اعتبر، أن "استهداف الاحتلال للصحفيين والمؤسسات الإعلامية جريمة حرب مكتملة الأركان".

وأضاف: "قتل الصحفيين يهدف لإسكات الحقيقة وطمس معالم جرائم الإبادة الجماعية، وهي تهديد لخطوة الاحتلال الإجرامية للتغطية على المذابح الوحشية الماضية والقادمة التي نفّذها وينوي تنفيذها في قطاع غزة".

وطالب "الاتحاد الدولي للصحفيين، واتحاد الصحفيين العرب، وجميع الأجسام الصحفية والحقوقية الدولية في كل أنحاء العالم، لتأمين الحماية الكاملة للصحفيين الفلسطينيين والمؤسسات الإعلامية في غزة، وضمان محاسبة قادة الاحتلال على جرائمهم ضد حرية الصحافة والحق في الوصول إلى المعلومات".

ومنذ 7 أكتوبر 2023، ترتكب إسرائيل بدعم أمريكي إبادة جماعية في غزة، خلقت 67 ألفاً و160 قتيلًا، و169 ألفاً و679 جريحاً، معظمهم أطفال ونساء، ومجاعة أزهدت أرواح 460 فلسطينياً بينهم 154 طفلاً.





بعد عامين من العدوان.. المفقودون جرح غائر وصرخة إنسانية في غزة

وشدد أن المركز يعمل على التعاون مع المنظمات الحقوقية الدولية للضغط من أجل فتح تحقيقات عادلة في هذه الجرائم، منوهاً إلى أن المركز سعى إلى بناء شراكات مع منظمات دولية مثل الصليب الأحمر ومنظمات حقوق الإنسان لتسهيل الوصول إلى المعلومات ودعم الجهود المبذولة.

ويرى أن إلزام الاحتلال الإسرائيلي بالكشف عن مصير المخفيين قسراً في سجنه يعد التحدي الأكبر، خاصة في ظل عدم تعاون سلطات الاحتلال مع الجهود الدولية، مشيراً إلى ما وصفه بـ "المسؤولية الكبيرة" على الأطراف المخترطة الوسيطة في المفاوضات، والمجتمع الدولي، لوضع قضية المفقودين على طاولة المباحثات.

وأشار إلى أن المركز سيسعى لرفع البلاغات حول حالات الاختفاء القسري، وطرح هذه القضية على طاولة الاهتمام الدولي، بهدف الكشف عن مصير المفقودين ومحاسبة المسؤولين عن هذه الجرائم.

ووسط ركاب البيوت المهتمة المتراكم، وصمت الشوارع التي كانت تعج بالحياة، يظل مصير آلاف المفقودين في غزة جرحاً عميقاً مفتوحاً على كل الاحتمالات لذويهم، فلا أسماء في القوائم، ولا قبور يمكن زيارتها، بل صور وذكريات تتقدم، وتبقى القلوب تنادي دون صدى.

قضية المفقودين ليست رقماً عابراً أو مجرداً، بل نداء عاجل للبحث والتوثيق، والمحاسبة، فالمأساة لا تكتمل فقط حين يُقتل الإنسان، بل حين يُنسى.

ويرى "المجدلاوي" أن هذا الواقع استدعي ضرورة إنشاء مؤسسة متخصصة تعمل على توثيق هذه الحالات وتبليط الضوء على معاناة العائلات المكلومة. وبين أن "المركز الفلسطيني للمفقودين"، مبادرة وطنية تهدف إلى توثيق قضايا المفقودين الفلسطينيين والمخفيين قسراً؛ في محاولة جادة للكشف عن مصيرهم وحفظ حقوقهم وحقوق أسرهم؛ كما يقول "المجدلاوي".

ووفق "المجدلاوي" فإن المركز يعتمد على تقديم الدعم القانوني والنفسي والاجتماعي لعائلات المفقودين، بالإضافة إلى توثيق جرائم الاختفاء القسري والسعي لمحاسبة مرتكبيها على المستويين المحلي والدولي.

وأكد أن المركز يعمل على إنشاء قاعدة بيانات رقمية دقيقة تشمل معلومات مفصلة عن المفقودين، بما في ذلك أماكن وظروف اختفائهم، مع التركيز على جمع إفادات شهود العيان وأفراد العائلات لإعداد قصص إنسانية توثق معاناة الضحايا وذويهم.

ويعتقد أنه رغم أن الأولوية ستكون للمفقودين خلال الحرب على غزة، إلا أن نطاق عمل المركز يمكن أن يمتد ليشمل كل ما يتعلق بحالات المفقودين الفلسطينيين في الداخل والخارج، مما يجعله منصة وطنية ودولية لتوثيق هذه الجرائم.

وبين أن المركز يعتمد على فريق من الباحثين والقانونيين الذين يعملون على توثيق حالات الاختفاء القسري، بالإضافة إلى تقديم الدعم القانوني لعائلات المفقودين من خلال تحديد مسارات قانونية لمحاسبة الاحتلال الإسرائيلي.

المنصرم، أعلن جهاز الدفاع المدني في قطاع غزة، أن نحو 9500 شخص ما زالوا مفقودين، منذ اندلاع الحرب الإسرائيلية على القطاع قبل عامين. وقال الناطق باسم الجهاز محمود بصل، في بيان صحفي، إن الدفاع المدني تلقى بلاغات عن فقدان 9500 شخص منذ بدء الحرب في السابع من أكتوبر 2023، داعياً اللجنة الدولية للصليب الأحمر إلى التنسيق مع السلطات الإسرائيلية لمعرفة مصيرهم.

وتشير تقديرات أممية منشورة، إلى أن عدد المفقودين في غزة يتراوح بين 8 آلاف و11 ألف حالة غالبية من النساء والأطفال ولا تزال طبيعة مصيرهم مجهولة. وتتنوع حالات الفقدان بين من دُفِنوا تحت ركام منازلهم، ومن هُجروا أو استُخدموا دروعاً بشرية، أو اقتيدوا قسراً إلى الاعتقال دون أي معلومات عن مصيرهم، لتعيش عائلاتهم ممزقة بين الأمل واليأس.

المفقودون.. إفرزات الحرب

الباحث في المركز الفلسطيني للمفقودين والمخفيين قسراً غازي المجدلاوي، قال إن الحرب الإسرائيلية على غزة أفرزت ظاهرة المفقودين والمخفيين قسراً، حيث تزايدت أعدادهم بشكل كبير مع استمرار العدوان.

وقدر، في حديث خاص مع "المركز الفلسطيني للإعلام"، وجود 8 إلى 9 آلاف مفقود، يعتقد أنهم تحت الانقاض أو في مناطق التمرركز العسكري الإسرائيلي، داعياً إلى تدخل دولي بإشراف الأمم المتحدة والصليب والهلال الأحمر لتوفير المعدات الثقيلة وخبراء الطب الشرعي وتقنيات الحمض النووي، لتمكين الأهالي من دفن أبنائهم بكرامة وفق الأعراف والاتفاقيات الدولية.

مع وصول كل خبر عن انتشار شهود من المناطق القريبة أو المحاذية لما كان يعرف بـ "مراكز المساعدات الأمريكية" غرب مدينة رفح، تذهب أم أحمد لتنفي الاحتمال عن استشهاد طفلها الذي فقدته بينما كان متجهاً للحصول على طعام لعائلته الموحدة، فما أن ترى أنه الجثمان لا يعود له حت يتجدد أملها بأن يكون معتقلاً وعلى قيد الحياة.

انتظرت "أم أحمد الحلبي" عودة طفلها الصغير طويلاً وهو الذي خرج في صباح مثقل بالخوف والجوع، متجهاً نحو غرب رفح حيث "مصادر الموت"، على أمل أن يحصل على بعض المساعدات الغذائية، ولم تكن هي ولا ابنها يعلمون أن تلك الخطوات البسيطة نحو "رغيف الخبز" يمكن أن تكون آخر ما يعرف عنه من معلومات وأخبار وآثار.

تقول الأم المعذبة: "منذ ذلك اليوم لم أره، بحثنا في كل مكان، تواصلنا مع مؤسسات حقوق الإنسان الكثيرة، لكن لا أحد يعرف شيئاً عن أحمد، حدثنا البعض أنه أصيب، والبعض قالوا إن الدبابات داهمت المنطقة وجرفتها بالكامل".

منذ اختفائه، تحولت أيام العائلة إلى أوقات انتظار طويلة لا تنتهي، وليل ممتد لا يعرف الضوء، ورغم مرور الأيام، ما زالت والدة أحمد تتمسك بخيط الأمل الأخير، ترفع عينها إلى السماء وتقول: "ربي رجّع لي ابني... أو طمّني عليه، بس أعرف وبنه".

آلاف المفقودين

وفي أعقاب سريان وقف إطلاق النار بداية الأسبوع

High school exam results in Gaza: Joy sweeps through the rubble and pain

On amid the ruins of destroyed schools and the rubble of homes across the Gaza Strip, cries of joy and ululations echoed in celebration of the high school students who excelled in their final exams.

The results of the Tawjihi (General Secondary Certificate) were announced at noon on Monday, amid anticipation and fear. That moment felt like a declaration that life still resists, and education is still alive despite the blockade, bombardment, power cuts, and loss of internet access. According to PIC.

A challenge beyond words

Throughout the two years of genocide, students faced unimaginable hardships from displacement to hunger, from airstrikes to the constant fear for their loved ones. Yet they persevered and passed their exams with extraordinary determination and resilience.

Mohammed Al-Shafi'i, 18, one of the successful students from the Nuseirat refugee camp, said with a trembling voice, "I never imagined I'd be happy today. Every day I was afraid the exam would be interrupted by bombing or internet outages. Thank God I passed. This is the happiest moment of my life despite everything."

Amal Abu Sa'da, mother of two students, cried tears of joy as she said, "Today's success isn't just for my son it's for all of Gaza. Our joy today equals the destruction we've seen... I'm proud of them, proud that they didn't give up."

Saleh Al-Khatib, another student from Khan Yunis, expressed a mix of happiness and sorrow, "We succeeded, but I can't feel full joy... Many of my friends lost their homes or relatives. This happiness is mixed with tears."

Between destruction and hope

From destroyed homes and displacement tents, smiles and ululations rose once again. Moments of hope and joy breaking through the grip of pain and devastation.

Even among the rubble, students found ways to keep learning; some sat along shattered walls reviewing their lessons, while makeshift classrooms in tents became small spaces filled with hope.

The loudest sound in Gaza that day wasn't the sound of explosions it was the sound of ambition and determination, proving that education lives on, and Gaza's youth are steadfast in building their future no matter what.

Personal stories spoke of sheer willpower: one girl from Rafah said she studied by candlelight during power cuts, ignoring the destruction around her, to prove that the desire to succeed is stronger than all obstacles. The smiles on the faces of students and their families were more than fleeting happiness, they were a victory of spirit over pain, a sign that hope can bloom even in the harshest of times.

After the results: Hope amid ongoing challenges

The Ministry of Education announced plans to conduct a field assessment of schools, teachers, and educational facilities to design urgent interventions that would help restart education in a stronger and safer way.

Officials also emphasized that the results came just days after the ceasefire agreement took effect making this announcement deeply symbolic, not just as an academic milestone, but as a message to all the people of Gaza: "We remain. We study. We dream. And we reach (our goals)."



كم سنة يحتاج الغزيون للتخلص من ركام الحرب؟

أكثر من ألف ملعب كرة قدم لوضع الركام فيه.

ووفق تقرير للجزيرة، سيتطلب الأمر 15 عاما لإزالة أطنان الركام في حال قُدِّر لأهل غزة إيجاد معدات لتنظيفه، و100 شاحنة يوميا.

لكن الغزيين يواجهون حاليا صعوبة كبيرة في عمليات التجريف والحفر تحت الانقاض في ظل عدم وجود معدات متخصصة وآليات ومركبات ثقيلة لإزالة هذا الركام.

وتوصلت حركة المقاومة الإسلامية (حماس) وإسرائيل في التاسع من أكتوبر/تشرين الأول الجاري إلى اتفاق عبر الوسطاء لوقف إطلاق النار وتبادل الأسرى، استنادا لخطة طرحها الرئيس الأميركي دونالد ترامب، وفي اليوم التالي دخلت المرحلة الأولى من الاتفاق حيز التنفيذ.

وارتفعت حصيلة العدوان الإسرائيلي على غزة إلى 68 ألفا و116 شهيدا، بالإضافة إلى 170 ألفا و200 مصاب منذ السابع من أكتوبر/تشرين الأول 2023، فضلا عن آلاف المفقودين ودمار هائل في البنية التحتية.

خلفت حرب الإبادة الإسرائيلية على قطاع غزة أطنانا هائلة من الركام إثر قصف جوي ومدفعي وبحري مكثف على مدار عامين كاملين، وهذا يثير تساؤلات بشأن المدة اللازمة لإزالته وتكلفتها أيضا.

وبحسب خريطة تفاعلية عرضتها الجزيرة تظهر شدة الركام وحجمه ونطاقه في مختلف محافظات القطاع، إذ تتدرج من 500 طن وحتى 20 ألف طن للخلية الواحدة حسب برنامج الأمم المتحدة للبيئة.

وتشير التقديرات إلى أن الكلفة المطلوبة تتجاوز 860 مليون دولار لإزالة أكثر من 61 مليون طن من الركام في كامل القطاع وطرقاته.

شمال غزة: 12 مليون و933 ألفا و231 طنا.
مدينة غزة: 17 مليون و979 ألفا و707 أطنان.

دير البلح: مليونان و862 ألفا و702 طن.
خان يونس: 11 مليون و820 ألفا و252 طنا.
رفح: 9 ملايين و170 ألفا و92 طنا.

وبلغة الأرقام، فإن قطاع غزة يحتاج إلى ما يعادل





عامان من الإبادة.. إسرائيل تهلك الزرع بغزة وتبدد سلة غذائها

الإسرائيلية الأراضي وأخرجتها من الخدمة. وأوضح أن إسرائيل أخرجت بلدة بيت لاهيا ومدينة رفح، اللتين كانتا تعرفان بـ"سلة غزة الغذائية"، فعليا من دائرة الإنتاج، بعد أن دمرت الأراضي الزراعية واقتلعت الأشجار ما أدى إلى توقف العمل في الحقول، وفق قوله.

وأكد المزارع الفلسطيني أن إغلاق المعابر ومنع دخول المستلزمات الزراعية أدّى إلى انهيار المنظومة الإنتاجية بشكل كامل. وأشار إلى أن الإبادة الإسرائيلية دمرت أيضا "مخازن المعدات والمواد الزراعية، ما أدى لارتفاع أسعار ما تبقى منها في السوق بشكل كبير"، في حين تسبب انقطاع الوقود بتوقف مضخات المياه والري عن العمل.

وشدد أبو أسد على أن المساحات القليلة المزروعة لم تعد تفي بالحاجات الأساسية للفلسطينيين بعدما تقلصت إلى نسبة كبيرة جدا. وذكر أن غزة كانت تصدر نحو 30 - 40 شاحنة يوميا من الخضراوات كالطماطم والخيار والبطاطس والقرنبيط، إلا أن هذا المشهد توقف بالكامل بعد الإبادة الإسرائيلية والدمار. وبدعم أمريكي، ارتكبت إسرائيل منذ 8 أكتوبر 2023 ولستين إبادة جماعية بغزة، خلفت 67 ألفا و869 قتيلًا، و170 ألفا و105 مصابين، معظمهم أطفال ونساء، ومجاعة أزهقت أرواح 463 فلسطينيا بينهم 157 طفلا.

وأعلن الرئيس الأمريكي دونالد ترامب توصّل إسرائيل و"حماس" لاتفاق على المرحلة الأولى من خطته لوقف إطلاق النار وتبادل أسرى، إثر مفاوضات غير مباشرة بين الطرفين بمدينة شرم الشيخ، بمشاركة تركيا ومصر وقطر، وبإشراف أمريكي.

ويستند الاتفاق إلى خطة طرحها ترامب، تقوم على وقف الحرب، وانسحاب متدرج للجيش الإسرائيلي، وإطلاق متبادل للأسرى، ودخول فوري للمساعدات إلى القطاع، ونزع سلاح "حماس".

الوصول إلى أراضيهم خاصة في شمال القطاع ورفع، اللتين كانتا تشكّلان الحصة الأكبر من الإنتاج الزراعي، بسبب تواجد الجيش الإسرائيلي. وبذلك، تكون الزراعة تراجعت لتتركز فقط ضمن أماكن محدودة في مناطق مدينة خان يونس الغربية (جنوب) ودير البلح، وسط ارتفاع غير مسبوق في الأسعار.

وأشار إلى أن هـ الظروف تسببت بارتفاع غير مسبوق بأسعار الخضار، فعلى سبيل المثال ارتفع سعر كيلو الطماطم من 3 شواكل قبل الإبادة، إلى 100 شيكل (الدولار الأمريكي 3.85 شواكل).

"نكبة زراعية"

من جانبه، وصف المزارع رائد أبو أسد في حديثه للأناضول، ما حدث للقطاع الزراعي بأنه "نكبة لم يشهدها المزارعون من قبل"، حيث دمرت الإبادة

أسعار الوقود حول الأراضي المزروعة إلى مساحات هامشية لا تتجاوز 1 بالمئة مما كانت عليه قبل الحرب.

وأوضح أن تكلفة الزراعة أصبحت باهظة، ما أدى إلى فشل معظم المحاصيل، حتى داخل الدفيئات التي تضررت بالكامل، الأمر الذي أجبر المزارعين على إزالة الأغشية البلاستيكية التي تضررت بفعل القصف الإسرائيلي وزراعة محاصيل بسيطة كالبقندونس التي لا تحتاج أغشية، دون تحقيق إنتاج مجد.

شل زراعي وارتفاع أسعار

في السياق، أكد بركة أن فتح معابر القطاع والسماح بإدخال كافة المستلزمات الزراعية خاصة البذور وما يتعلق بالري باتا "ضرورة ملحة"، لمحاولة إعادة الحياة للقطاع الزراعي بحدها الأدنى. وذكر أن كثيرا من المزارعين لم يعودوا قادرين على

لم يسلم القطاع الزراعي في غزة من الدمار والشلل التام الذي لحق بمختلف القطاعات المدنية خلال عامين من الإبادة الإسرائيلية، إذ تحولت مساحات واسعة من الأراضي الخصبة التي كانت تمثل سلة الغذاء الرئيسية للفلسطينيين، إلى أراض قاحلة ليس فيها إلا آثار القصف وآلاف الحفر التي خلفتها أطنان المتفجرات.

ويواجه قطاع غزة الذي عرف على مدى عقود بمزارعه الممتدة من بلدة بيت لاهيا شمالا حتى مدينة رفح جنوبا، واحدة من أكبر النكسات الزراعية في تاريخه، وسط غياب شبه تام للمدخلات الحيوية كالوقود والبذور والأسمدة ومواد الري والحماية الزراعية. وفقا لوكالة "الأناضول".

وبحسب بيانات المكتب الإعلامي الحكومي بغزة، دمر الجيش الإسرائيلي أكثر من 94 بالمئة من الأراضي الزراعية في القطاع من أصل 178 ألف دونم، لتتراجع بذلك القدرة الإنتاجية من 405 آلاف طن سنويا إلى نحو 28 ألف طن.

خسائر القطاع الزراعي

ووفق تقرير إحصائي نشره المكتب الحكومي بغزة في 6 أكتوبر/ تشرين الأول 2025، فإن القطاع الزراعي تكبد خسائر بلغت نحو 2.8 مليار دولار جراء عامين من الإبادة الإسرائيلية.

وأوضح المكتب الحكومي، أن عامين من الإبادة أدّى إلى تقلص مساحة الأراضي المزروعة بالخضراوات من أكثر من 93 ألف دونم إلى 4 آلاف فقط. كما دمر الجيش الإسرائيلي على مدى عامي الإبادة 233 و233 بئرا زراعية وأخرجها من الخدمة، وما يزيد على 85 بالمئة من الدفيئات الزراعية، حسب المصدر ذاته.

"دمار شبه كامل"

المزارع محمد بركة، من مدينة دير البلح (وسط)، قال إن القطاع الزراعي في غزة تعرض لـ"دمار شبه كامل بسبب الحرب". وأضاف، أن غياب "المدخلات الأساسية وارتفاع



Unexploded bombs pose 'enormous' risks in Gaza, NGO warns

Unexploded ordnance in Gaza poses "enormous" risks for displaced people returning home during a US-led ceasefire, the NGO Handicap International warned, calling for the entry of equipment needed for demining.

"The risks are enormous - an estimated 70,000 tons of explosives have been dropped on Gaza" since the start of the war, said Anne-Claire Yaeesh, the organisation's director for the Palestinian territories. Handicap International specialises in mine clearance and assistance to victims of anti-personnel mines. Unexploded ordnance, ranging from undetonated bombs or grenades to simple bullets, has become a common sight in the Gaza Strip during the two years of the war, sparked by Hamas's unprecedented attack on Israel on October 7, 2023. "The layers of rubble and levels of accumulation are extremely high," Yaeesh said.

She warned that the risks are aggravated by the "extremely complex" nature of the environment, due to the limited space in densely populated urban areas. In January, the UN's Mine Action Service (UNMAS) estimated that "5 to 10 percent" of the munitions fired on Gaza had not exploded. Since then, fighting has continued, with the Israeli army notably launching a large-scale operation in mid-September in Gaza City. A ceasefire, the third since the start of the war, came into effect on Friday in the Gaza Strip. Contacted by AFP, UNMAS said that due to restrictions imposed over the past two years, its teams had "not been able to conduct large-scale survey operations in Gaza", and the agency therefore does not have "a comprehensive picture of the (explosive ordnance) threat in the Strip."

Explosive hazards on roads
Nicholas Orr, a former UK military deminer who worked in Gaza for Handicap International, told AFP in March that he was unable to obtain permission to conduct bomb disposal in Gaza, as Israeli aerial surveillance could have mistaken him for a militant attempting to repurpose unexploded ordnance into weapons. UNMAS nonetheless stressed that since the ceasefire came into effect on October 10 requests for technical expertise "have surged", and the agency has been called upon for "a range of humanitarian missions including to areas that were previously inaccessible". In the coming days, "a large part of the efforts will focus on ensuring the safety of debris management operations" and clearing rubble, particularly along the roads used by the thousands of displaced people returning home.

While the UN Office for the Coordination of Humanitarian Affairs said on that humanitarian workers would "assess key roads for explosive hazards", UNMAS stated that it has "a limited number of armoured vehicles on the ground which means that we can only conduct a certain number of explosive hazard assessments each day". The United Nations agency also said it had not yet obtained authorisation from Israeli authorities to bring in the necessary equipment for the destruction of unexploded ordnance. At UNMAS said it had three armoured vehicles "at the border waiting to enter Gaza, which will allow safer and larger-scale operations".



في خطابه بمرور عامين على عملية طوفان الأقصى زعيم جماعة الحوثيين: سراقب التزام إسرائيل باتفاق وقف إطلاق النار في غزة

ورصد كامل بدقة وعناية تجاه مرحلة التنفيذ للاتفاق.. ما نتمناه هو إيقاف الإبادة الجماعية ضد الشعب الفلسطيني والإنسان".

وأكمل الحوثي: "يبقى الوعي بأن ما حصل هي جولة، وأن الأعداء مستمرين في مخططاتهم ومؤامراتهم وأطماعهم ولها مسارات متعددة.. المسألة ليست فقط في هذه الجولة من الإبادة الجماعية بل كل فلسطين والاستمرار الأمريكي والإسرائيلي في استهداف الأمة".

وتابع: "العدو الإسرائيلي عقب كل جولة كان يعد لعدوان جديد، ولهذا نحن معنيون دائما حتى في حال تحقق وقف إطلاق النار إلى الإعداد للجولات الآتية حتما في إطار التوجه العدواني لأعداء هذه الأمة.. نحن مستعدون بشر الأعداء وفسادهم وإظلالهم وطغيانهم، بحربهم الناعمة الشيطانية وبحربهم الصلبة، ومستعدون بحربهم الاقتصادية والدعائية وبكل أشكال الحرب".

وأوضح الحوثي قائلا: "الصراع مع الأعداء مستمر والصراع في نطاقه العام مستمر على أشد المستويات وطموحهم تدمير الأمة واستعبادها وطمس هويتها.. في مقابل محاولات الأعداء لفرض القبول بمعادلة الاستباحة الكاملة يجب أن تكون معادلتنا التحرر منهم ودفع شرهم وطردهم من المنطقة".

وأكد أنه "يجب علينا أن نكون في أعلى مستويات الحذر والجهوزية وأن نستمر في زخمنا الهائل في الالتفاف حول الشعب الفلسطيني". وحذر زعيم "انصار الله": "سننظر فيما يتعلق بالاتفاق فإن تحققت النتيجة فيها ونعمت وهو الذي نتمناه أم نواصل مسارنا في الدعم والإسناد"، مضيفاً: "نحن نحرص دائما أن يكون مسارنا في الدعم والإسناد في تصاعد وبما هو أقوى".

وأضاف الحوثي: "نحن في مرحلة مهمة وعظيمة والمساندة فيها للشعب الفلسطيني حتى في الضغط لتنفيذ الاتفاق مسألة في غاية الأهمية.. أدعو شعبنا للخروج العظيم يوم الغد مباركة للشعب الفلسطيني ومجاهديه وتتويجا لعامين من الاحتشاد الجهادي بشكل لا مثيل له". كما قال عبد الملك الحوثي: "سنرصد ونرقب الأحداث وسيكون لنا تعليق ومواقف تجاه أي مستجد فيها يتطلب ذلك.. نحن على رصد مستمر خلال هذه الأيام، ومواكبة مستمرة، وتنسيق تام مع إخواننا الفلسطينيين وعلى مستوى المحور وأحرار العالم".

في خطابه بالذكرى الثانية لعملية طوفان الأقصى، ركز عبد الملك الحوثي زعيم حركة أنصار الله الحوثيين في اليمن على تطورات حرب إسرائيل على قطاع غزة واتفاق إنهاء الحرب في القطاع ومساندة أنصار الله الحوثيين للفلسطينيين خلال عامي الحرب.

واكد أنهم سيرصدون ويرقبون الأحداث في غزة على خلفية اتفاق وقف النار، مؤكداً أنه سيكون لهم تعليق ومواقف تجاه أي مستجد فيها يتطلب ذلك.

وقال عبد الملك الحوثي: "إحصائية عملياتنا الإنسانية بلغت 1835 ما بين صواريخ باليستية ومجنحة وفرط صوتية وطائرات مسيرة، وزوارق حربية.. إحصائية عملياتنا كبيرة في مقابل ظروف شعبنا وإمكاناته الاقتصادية وظروف 10 سنوات من الحرب والحصار".

وفقا لـ "RT". وأضاف الحوثي: "شعبنا ثبت على موقفه ثباتاً عظيماً، لم يتزحزح، لم ينهزم، لم يتراجع، لم يفتر، لم يكل، ولم يمل، واستمر بزخم عظيم وهائل وحيوية عالية.. شعبنا يدرك جيداً أن المعركة هي معركة كل الأمة، وأن الخطر يستهدف الجميع، وأن المخطط الصهيوني يهدف إلى استبعاد كل الشعوب".

واستطرد: "شعبنا يدرك أن معادلة الاستباحة للدم والعرض والمال والمقدسات والدين والهوية، هي معادلة شيطانية خطيرة القبول بها يعني التفریط بالكرامة الإنسانية، والعزة الإيمانية وبالحرية والاستقلال.. شعبنا لم يقبل بمعادلة الاستباحة، ثبت وصمد وقدم التضحيات، ونما في وعيه وطور القدرات العسكرية.. موقف شعبنا وصل إلى مستوى تصنيع الصواريخ الفرط صوتية الانشطارية وغير الانشطارية وتصنيع الطائرات المسيرة بأنواع ناجحة جدا، وأصدائها في كل العالم". وأردف: "شعبنا وصل في القوة البحرية إلى مستوى اعتراف الأمريكي بأنه خاض مواجهة لم يحصل مثله منذ الحرب العالمية الثانية.. صدق موقفنا وتأثيراته واضحة عالمياً، وكل هذا ثمره ثقة شعبنا بالله، وتحركه في إطار واجبه الديني والإنساني والأخلاقي".

ورأى عبد الملك الحوثي أن "الاتفاق بشأن غزة يثبت فشل العدو الإسرائيلي وفشل داعمه الأمريكي في تحقيق الأهداف التي أرادوا أن يحسموها في هذه الجولة"، مشدداً على أن "فشل العدو أجبره على أن يوقع الاتفاق، وما حصل جولة من الصراع المستمر مع العدو الإسرائيلي، وأن الدور الأمريكي الهدام في إطار التوجه الصهيوني مستمر".

وأردف زعيم الحوثيين: "سنبقى في حالة انتباه وجاهزية تامة

فؤاد مسعد

تصدت الوحدة اليمنية جميع القضايا الوطنية منذ بدأت طلائع الأحرار في الشمال والجنوب تخوض نضالها الوطني ضد الحكم الإمامي في الشمال والاحتلال البريطاني في الجنوب، وارتبطت الوحدة لدى القوى السياسية، بالوعي الوطني الذي استند على وحدة الهوية اليمنية وأهميتها في العمل الثوري الذي اتخذ أشكالاً عديدة من مقاومة الظلم والاستبداد.

ثوار سبتمبر وأكتوبر.. نضال مشترك ليمن واحد



وظلت القوى اليمنية ترفض واقع التجزئة والتشطير الذي فرضه الاستعمار البريطاني ليضمن سيطرته على الجزء المحتل في الجنوب، ووافق عليه نظام الإمامة عجزاً وضعفاً وحرصاً على السلطة، حتى لو كانت منقوصة. وكان الموقف من وحدة اليمن معيار وطنية ونزاهة وانتماء كل قوة سياسية تظهر على الساحة شمالاً وجنوباً، وتلاشت وازمحت كل القوى والتنظيمات التي لم تتبنَّ الوحدة أو وقفت ضدها. وقد حاول الاستعمار جاهداً ترسيخ التجزئة بكل ما أوتي من قوة وإمكانات، وتماهت معه بعض القوى الطامعة في الحصول على سلطات رمزية وامتيازات مادية، بيد أن صعود قوى الثورة وحركات التحرر الوطني محلياً وعربياً بأفكارها القومية الوجدية ونزعته الوطنية الثورية ضد الاستعمار الأجنبي وسياسته التي تقوم على قاعدة (فرق تسد)، ومع انطلاق الثورة اليمنية شمالاً عام 1962 وجنوباً 1963، كانت الوحدة حاضرة بقوة لدى غالبية القوى والمكونات.

وشكلت قضية الوحدة اليمنية الأساس الفكري واللبنة الأولى في بناء الوعي الوطني للقوى والمكونات السياسية التي ناضلت من أجل الحفاظ على الهوية اليمنية والوحدة الوطنية في مواجهة الاستبداد الإمامي والاستعمار الأجنبي، حتى تكمل النضال بانطلاق ثورة السادس والعشرين من سبتمبر 1962، وثورة الرابع عشر من أكتوبر 1963 التي أفضت إلى تحقيق الاستقلال الوطني في الثلاثين من نوفمبر 1967.

ولقد أدرك الأحرار المعارضون لحكم الإمامة في شمال اليمن وحدة النضال انطلاقاً من وحدة الهدف والمصير، فاتخذوا من مدينة عدن منطلقاً لنشاطهم الثوري الساعي لتقويض الإمامة وحكمها المتخلف، كما أدرك الثوار في جنوب اليمن أهمية الوحدة الوطنية في مواجهة مشاريع التشطير والتجزئة فساندوا حركة النضال التي واجهت الإمامة، ثم كانوا خير سند وداعم لثورة السادس والعشرين من سبتمبر التي مهدت الطريق فيما بعد للثورة ضد الاستعمار الأجنبي. ففي كل مراحل النضال حضرت مدينة عدن، وكانت بما فيها من حركة ونشاط ومراكز ثقافية ومنتديات وملقبات أدبية وفكرية وإبداعية، تشكل عامل جذب للمتقنين اليمنيين من كل أرجاء الوطن. قصدها الأحرار والثوار الذين قرروا مواجهة الحكم الإمامي المستبد، وفيها استقر كثير من الشباب المستنير، حيث كانوا يجدون فيها ما يصوب إليه من نشاط ثقافي ولقاءات تضم مختلف فئات الشعب وأغلبهم من المتطلعين للخلاص من الظلم والاستبداد والعزلة التي فرضتها الإمامة على شمال اليمن، في عهد الإمام يحيى وابنه الإمام أحمد. انتقل الثوار محمد محمود الزبيري وأحمد محمد نعمان وغيرهما من طلائع الأحرار القادمين من شمال اليمن، وأسسوا حزب الأحرار اليمنيين، وبعدها توسعت حركة الأحرار اليمنيين في عدن، والتفت حولها أبناء الشعب من مختلف المحافظات، يجمعهم الأمل بغد جديد لا وجود فيه لظلم الإمامة وحكمها العنصري المستبد، أعدوا مشروع الميثاق الوطني وخططوا لثورة العام 1948، التي أجهزت على حكم الإمام يحيى حميد الدين، وكانت تحقق الانتصار لولا أن الظروف والملايسات الداخلية والخارجية حالت دون ذلك، لكنها أسست واقعاً جديداً بعدما كشفت ضعف الإمامة وعجزها عن مواجهة الشعب وإرادته في التحرر من الظلم والتخلف والكهنوت.

وبقيت عدن حاضرة في المعادلة الوطنية، فيها يتجمع الأحرار والثوار، وتتشكل الأحزاب والحركات الثورية الوطنية التي وضعت في طليعة أهدافها القضاء على حكم الإمامة وتحرير الوطن من الوجود الأجنبي، ومن ثم التأسيس للدولة اليمنية الحديثة.

جماهير عدن تهنئ لسبتمبر: شعب واحد.. يمن واحد

حددت السلطات الاستعمارية في عدن يومي 23 و24 من سبتمبر 1962، لاتخاذ المجلس التشريعي والموافقة على وثيقة لندن التي كتبها مسؤولون بريطانيون، وتحسم لها الاتباع خصوصاً من كان لديه مصلحة مرتبطة بالاستعمار البريطاني.

في المقابل وجه حزب الشعب الاشتراكي نداء يدعو الجماهير للمشاركة في فعالية احتجاجية تحول دون انعقاد المجلس التشريعي، وعلى الفور تفاعلت الجماهير مع إعلان حزب الشعب، وبدأ الاستعداد من أجل المشاركة في اليوم المحدد.

في تلك الفترة كان حزب الشعب - بقيادة عبدالله الأصنع، يعتبر الحزب السياسي الأكثر شعبية لأنه نسج علاقات قوية مع الجماهير بحكم أنه الجناح السياسي للمؤتمر العمالي الذي كان الأكثر حضوراً

في ساحة الاحتجاجات المتصاعدة، مع أنه لم يكن قد مضى على تأسيس الحزب سوى شهرين. في صبيحة الثالث والعشرين من سبتمبر خرجت الجماهير من مختلف أحياء عدن ومناطقها للتعبير عن سخطهم، وبهدف إفشال كل مخططات الاستعمار وفي مقدمتها موافقة المجلس التشريعي على وثيقة لندن التي لا تهدف إلى شيء قدر سعيها لتكرس الاحتلال كأمر واقع.

زادت أعداد المشاركين في فعالية الزحف المقدس على المجلس التشريعي رغم القمع الذي جوبهوا به من قبل السلطات الأمنية البريطانية، وسقط برصاص الانجليز 3 من المحتجين، كما أصيب العشرات جراء الاعتداءات التي مارسها الاحتلال وشمل ذلك إطلاق الرصاص على المتظاهرين واستخدام قنابل الغاز.

كان ذلك اليوم يوماً مشهوداً في تاريخ الثورة اليمنية، فقد ارتفعت أصوات الأحرار عالية مدوية، وباتت مسيرة الشعب تغطي مختلف الشوارع والمناطق القريبة من المجلس التشريعي الذي كان أعضاؤه يناقشون وثيقة لندن المتعلقة بوضع عدن والمناطق الجنوبية في المرحلة المقبلة، وبالفعل تم إقرار هذه الوثيقة التي تربط عدن بالسلطات البريطانية، وتعزلها عن محيطها الوطني إدارياً وسكانياً.

ما كادت انتفاضة الزحف المقدس وتطويق المجلس التشريعي تضع أوزارها حتى توجهت أنظار الجماهير في صبيحة اليوم السادس والعشرين صوب صنعاء، حيث أعلن الضباط الأحرار قيام ثورة سبتمبر وإنهاء الحكم الإمامي وإقامة النظام الجمهوري.

أعلنت مواكب الزحف في شوارع عدن دعمها وتأييدها لثورة سبتمبر، وكان في طليعة المؤيدين قادة فعالية الزحف المقدس، وهم قيادات حزب الشعب الاشتراكي صاحب المبادرة والدعوة للفعالية التي أرقت سلطات الاحتلال وأعوانها، وكانت هذه السلطات قد اعتقلت عدداً من قيادات حزب الشعب ثم أفرجت عنهم في 28 سبتمبر، بعد يومين من قيام ثورة سبتمبر الخالدة. وبدورها أعلنت القيادة - أمام آلاف المتظاهرين - دعم ثورة سبتمبر والاستعداد للدفاع عنها، وكانت الجماهير تهنئ: يمن واحد، شعب واحد، تأكيداً لوحدة الحقيقة والنضال والمصير اليمني، وهي الحقيقة التي حاول الاستعمار والإمامة القفز عليها، حتى صدمتهم ثورة السادس والعشرين من سبتمبر، وقد أدرك الأحرار في جنوب اليمن أن ثورة صنعاء ستكون مقدمة وداعمة وسنداً قوياً لهم في الكفاح ضد الاستعمار، كما أن ثوار سبتمبر وضعوا نصب أعينهم حقيقة الوضع في جنوب اليمن، وضرورة قيام الثورة ضد الوجود الأجنبي الجاثم على جزء من الوطن الغالي.

وما إن بدأت الأخطار تحاصر ثورة سبتمبر من قبل فلول الإمامة وداعميهم حتى هب أبناء الجنوب من مختلف المناطق للدفاع عن ثورة سبتمبر، تلبية لنداء الواجب الوطني والإنساني، في دعم ثورة ستكون هي الداعم الأول لثورة الجنوب القادمة، وجاءت الأحداث لتؤكد تلك الحقيقة الخالدة، حقيقة اليمن الذي تشابهت أوجاعه ومأساه، فتوحدت أدوات نضاله وثورته، كما توحدت إرادة الأحرار في شطري اليمن.

المصدر - عن 26 سبتمبرنت





الإسناد الشعبي في ثورة 14 أكتوبر مواقف وطنية خالدة

رموز خالدون

لم يكن الاستقلال ثمرة جهد فرد واحد، بل نتاج نضال جماعي شارك فيه آلاف الرجال والنساء الذين سَطَرُوا أسماءهم بمداد من نور، من راجح لبوزة الذي فجر الشرارة الأولى، إلى قحطان الشعبي أول رئيس لجمهورية اليمن الجنوبية، وسالم ربيع علي، وعبد الفتاح إسماعيل، وعلي عتري، ومهيبو الشرعبي، والمناضلة دعة وغيرهم من الأبطال الذين خلدوا أسماءهم في سفر المجد الوطني، هؤلاء الأحرار لم يصنعوا التاريخ فحسب، بل أسسوا لروح يمنية واحدة ستبقى متوارثة عبر الأجيال.

رسالة الثورة للأجيال

واليوم وبعد مرور أكثر من ستين عامًا على اندلاع ثورة 14 أكتوبر، لا تزال رسالتها خالدة في ضمير الشعب اليمني، أن الحرية لا تستجدي، وأن الأوطان لا تُباع، وأن الدم اليمني لا يقبل الانقسام، فالأجيال الجديدة، وهي تحنفي اليوم بذكرى ثورة 14 أكتوبر المجيدة، تستلهم من أبطالها معاني التضحية والفداء والوحدة الوطنية، وتدرك أن معركة الكرامة والسيادة ما زالت مستمرة، وإن تغيرت أشكالها وأدواتها. إن ثورة 14 أكتوبر لم تكن مجرد انتفاضة ضد الاستعمار، بل كانت إعلانًا لميلاد وعي وطني شامل، ورفض قاطع لكل أشكال الاستبداد الداخلي أو الخارجي، ومن جذوتها الأولى حتى اليوم، ظل اليمنيون يؤمنون أن النضال لا ينتهي، وأن صوت الحرية لا يمكن إسكاته.

عهد الأصرار بتجدد

في هذه الذكرى الخالدة، يقف اليمنيون إجلالاً لأولئك الذين صنعوا المجد، ويجددون العهد بالسير على دربهم، مؤمنين أن الوطن الذي تحرر بدمائهم لن يستعيد مرة أخرى، وأن راية أكتوبر ستبقى خفاقة ما دام في اليمنيين قلبٌ ينبض بالعزة والكرامة، فالأرض التي روتها دماء الأحرار ستظل عصية على الانكسار، والهوية اليمنية التي توحدت في خندق الثورة ستبقى صلبة أمام كل محاولات التمزق. وهكذا تظل ثورة الـ14 من أكتوبر نبراسًا خالداً في ذاكرة التاريخ اليمني، ودليلاً على أن الشعوب العظيمة لا تموت، بل تتجدد في كل جيل يحمل راية الحرية ويدافع عن السيادة والكرامة. المصدر- سبتمبر نت

تلك المظاهرات لم تكن استثناءً، فقد سبقتها إضرابات عامة شلت المؤسسات البريطانية، وتُظلمت مسيرات ضخمة في حضرموت وسيئون تدينًا بالاستعمار ودعمًا للثوار، ما عكس وعي الجماهير وإيمانها العميق بعدالة القضية.

إسناد بالدم والمال

الإيمان بوحادية الثورة لم يكن شعارًا خطابيًا، بل تجسّد دعمًا فعليًا بالدم والمال، ففي أكتوبر 1966م، قدّم المغتربون اليمنيون في المملكة المتحدة دعمًا ماليًا بلغ 820 ريالًا ماريًا تريزا، مساهمة في تمويل الكفاح المسلح ضد المستعمر. وفي الشمال، انطلقت الحملات الشعبية لجمع



التبرعات من المواطنين والمشايخ والمسؤولين، فتدفقت القوافل المحملة بالحبوب والمؤن والسلاح نحو مناطق القتال في الضالع وقعدة وردفان. كان كل ذلك تعبيرًا عن عمق الوحدة الوطنية التي جمعت اليمنيين على اختلاف مناطقهم، وأثبتت أن اليمن الكبير جسد واحد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى.

من المقاومة إلى الاستقلال

تواصلت المعارك البطولية في كل المدن والجبال والسواحل حتى جاء اليوم الموعود، 30 نوفمبر 1967م، حين أجبر آخر جندي بريطاني على مغادرة عدن، معلنًا نهاية حقبة الاستعمار وبزوغ فجر الاستقلال الوطني، غير أن النضال لم يتوقف عند حدود الجلاء، بل بدأ فصل جديد من مسيرة البناء والتحديث، حيث انطلقت قوافل الرجال لإعادة بناء الوطن على أسس من العدالة والحرية والسيادة.

حتى تحقيق الاستقلال الكامل. لقد شكل عام 1963م علامة فارقة في التاريخ اليمني الحديث، إذ احتضنت دار السعادة بصنعاء مؤتمر "القوى الوطنية اليمنية"، بحضور أكثر من ألف شخصية سياسية واجتماعية وعسكرية من مختلف الاتجاهات، وتوصل المؤتمر إلى قرار تاريخي بتوحيد الجهود الوطنية في إطار كيان جامع أطلق عليه اسم "جبهة تحرير الجنوب اليمني المحتل"، والتي تحولت فيما بعد إلى "الجبهة القومية لتحرير الجنوب"، واتخذت من الكفاح المسلح وسيلة وحيدة لطرد المستعمر البريطاني. منذ ذلك الحين، أصبحت الجبهة صوت الشعب



اليمني في الجنوب، وحاضنته الثورية، وامتدادًا طبيعيًا للثورة الأم في الشمال.

الجماهير.. رافد الثورة

لم تكن ثورة 14 أكتوبر ملكًا للثوار في الميدان فحسب، بل كانت ثورة شعب بأكمله، ففي عدن، خرج العمال والطلاب والنساء والتجار إلى الشوارع، وتحولت الأحياء الشعبية إلى حصون للثوار ومخابئ. لقد كانت البيوت مفتوحة لكل فدائي مطارد، والدكاكين مأوى للسلاح والذخيرة، والمحال التجارية ممرات سرية للثوار يتنقلون عبرها تحت أنظار العدو البريطاني. وفي 15 فبراير 1967م، خرجت عدن في مظاهرة عارمة تحمل جنازة رمزية للشهيد مهيبو علي غالب (عبود)، أحد أبطال المقاومة، فارتجت المدينة تحت وقع الهتافات المدوية المطالبة بالحرية والاستقلال.

تقرير- توفيق الحاج

لم تكن ثورة الرابع عشر من أكتوبر 1963م حدثًا عابراً في مسار التاريخ اليمني، ولا انفجاراً عاطفياً لجيل أنهكته معاناة الاحتلال، بل كانت ثمرة وعي وطني تراكمي طويل، ومساراً نضالياً متصلًا جسّد وحدة اليمنيين شمالاً وجنوباً في مواجهة الاستعمار البريطاني. لقد ولدت الثورة من رحم المعاناة، وجاءت حصاد سنواتٍ من التضحيات والمقاومة، شارك فيها اليمنيون على اختلاف انتماءاتهم السياسية والفكرية والاجتماعية، ليثبتوا أن الحرية لا تُمنح بل تُنتزع، وأن الكرامة لا تُشتري بل تُصان بدماء الأحرار.

واحدة الثورة والهدف

منذ انطلاقها، أكدت ثورة 14 أكتوبر عمق التزامات بين أبناء الوطن، وأعدت التأكيد على واحدة الثورة اليمنية 26 سبتمبر في الشمال و14 أكتوبر في الجنوب، فثورة سبتمبر 1962م ضد نظام الإمامة الكهنوتي كانت الشرارة التي أيقظت جذوة الحرية في الجنوب، ومهدت الطريق أمام تفجير الثورة المسلحة ضد الاستعمار البريطاني. لقد أدرك الثوار أن معركة التحرر لا يمكن أن تكتمل إلا بتوحيد الجهود شمالاً وجنوباً، فامتزجت الدماء، وتوحدت البنادق، وتكاملت الأدوار بين الأحرار في صنعاء وتعز وإب والحديدة، وبين رفاقهم في عدن وردفان وأبين ولحج وحضرموت، وهكذا، تحولت الثورة إلى ملحمة يمنية خالدة عنوانها "الوحدة في النضال والمصير".

ردفان.. والطلقة الأولى

من جبال ردفان الشامخة انطلقت أولى طلقات الثورة، عندما صرخ الأحرار بقيادة الشهيد راجح لبوزة في وجه أعتى قوة استعمارية عرفها التاريخ الحديث، كانت تلك الشرارة الأولى إيذاناً بانتهاء أسطورة "الإمبراطورية التي لا تغيب عنها الشمس". ردفان لم تكن مجرد منطقة، بل كانت رمزاً لكل اليمن، صوتها كان صوت صنعاء وتعز وعدن جميعاً، ودمائها امتزجت بدماء الثوار في الشمال الذين قدّموا العون والسلاح والتدريب لإخوانهم في الجنوب، ففي معسكرات تعز تم إعداد وتدريب المئات من أبناء الجنوب على فنون القتال والعمل الفدائي، وهناك وضعت اللبنة الأولى للجبهة القومية التي قادت لاحقاً النضال ضد المستعمر

من مكتب أمين خزانة مقاطعة وين - أريك سابري From the Office of Wayne County Treasurer - Eric R. Sabree



للمساعدة
أمام محكمة
الوصايا والإرث

PROBATE ASSISTANCE

إذا كنت تواجه مشكلة الرهن العقاري وتحتاج إلى المساعدة للبدء بقضية أمام محكمة الوصايا والإرث بمقاطعة وين لأن العقار مسجل باسم أحد أفراد الأسرة المتوفين، فيمكنك التواصل مع أحد شركائنا المجتمعيين من أجل الحصول على المساعدة المرجوة، وهم:

If you are facing foreclosure and need assistance in starting a Wayne County Probate Court Case because a property is in the name of a deceased family member, please contact one of the following community partners for assistance:

Michigan Legal Services: 313-774-1527 | 313-725-4890

United Community Housing Coalition: 313-405-7726

Legal Aid & Defender: 313-967-5800

يمكنك الاتصال بمحكمة الوصايا في مقاطعة وين
313.224.5706 : على الرقم

Contact the Wayne County Probate Court by calling:

313.224.5706

نحن هنا للمساعدة

We are here to help!



www.Treasurer.WayneCounty.com
313-224-5990



مكتب أمين خزانة مقاطعة واين إريك صبري أمين خزانة مقاطعة واين



خطط سداد ضريبة الأملاك سوف تكون متاحة الآن!

ملحق للمالك الساكن في عقاره
والمتعثر في الدفع (DOOE)

هذا البرنامج غير متاح للجميع .
إذا كنت تمتلك العقار وتعيش فيه ، وتعاني من ضائقة مالية ،
فقد تكون مؤهلاً لهذا البرنامج .
مطلوب إثبات الملكية للعقار ، وأن تكون ساكن فيه .

اتفاقية الدفع عند الإقامة (PAYSPA)

فقط لأولئك الذين تقدموا لأول مرة للحصول على الإعفاء الضريبي
بسبب الفقر من بلدياتهم المحلية . وحصلوا على الموافقة (PTE)
بمجرد إخطار مكتب المقيم المحلي الخاص بك واعتبارك مؤهلاً ،
سيرسل لك مكتبنا رسالة إشعار بالمبلغ المخفض المستحق .
سيكون لديك خيار دفع مبلغ مقطوع (خصم إضافي 10٪)
أو التسجيل في إتفاقية خطط الدفع عند الإقامة . PAYSPA

اتفاقية الدفع المشروط
لخفض الفائدة (IRSPA)

تعمل خطة الدفع هذه على خفض معدل
الفائدة من 18 ٪ إلى 6 ٪ لدافعي الضرائب المؤهلين .
يجب عليك أن تمتلك منزلًا وتعيش فيه ، وأن يكون
لديك إعفاء ضريبي مصدق عليه بالإقامة
أوبطاقة هوية تثبت الإقامة . (PRE)

اتفاقية الدفع المشروط
المتاحة للجميع ، (SPA)

تسمح هذه الخطة لدافع الضرائب بدفع الضرائب وفقًا
لجدول الدفع . هذه الخطة سوف تجنبك حجز الرهن شريطة
أن يتم تقديم المدفوعات وفقًا للجدول الزمني المتفق عليه .

العديد من هذه الخطط
ستكون متاحة عبر الإنترنت على موقع :

treasurer.waynecounty.com!

الحوثيون يبدون استعدادهم للدخول في صفقة شاملة لتبادل جميع الأسرى

أبدت حركة "أنصار الله" (الحوثيون) في اليمن، استعدادها لإبرام في صفقة شاملة لتبادل جميع الأسرى مع الحكومة المعترف بها دوليًا، في خطوة جديدة قد تحرك الملف الإنساني الأكثر تعقيدًا في الحرب اليمنية المستمرة منذ سنوات.

وقال رئيس اللجنة الوطنية لشؤون الأسرى التابعة للحوثيين، عبد القادر المرتضى، في منشور على منصة "إكس": "بمناسبة خروج الأسرى الفلسطينيين اليوم نبارك لكل أبناء فلسطين هذا الإنجاز العظيم"، متهمًا السعودية والحكومة اليمنية بعرقلة ملف الأسرى، ومعبرا عن أمله في أن "نشهد انفراجة شاملة لهذا الملف الذي طال مدة الجمود فيه"، قبل أن يؤكد استعداد حركته "لصفقة شاملة للإفراج عن جميع الأسرى"، وفقًا لـ "عربي 21".

وسبق للمرتضى أن أكد في كانون الثاني/يناير الماضي، عقب لقائه المبعوث الأممي إلى اليمن، هانس غروندبرغ، "الاستعداد الكامل لتنفيذ ما تم التوافق عليه برعاية الأمم المتحدة، والمشاركة في جولات جديدة تُفضي إلى صفقة تشمل جميع الأسرى وفق قاعدة الكل مقابل الكل".

ورحب الوسيط المحلي في ملف الأسرى، عبد الواحد المصعبي، بالمبادرة الجديدة، ملاً أن تتحول إلى خطوات عملية تخفف معاناة مئات الأسرى اليمنية.

وقال في تعليق على تدوينة المرتضى: "نحن وزملاؤنا الوسطاء المحليون نعمل منذ سنوات في هذا الملف الإنساني، ونحن على أتم الاستعداد لمواصلة الجهود وتعزيز التقارب بين الأطراف، خصوصاً في المفاوضات الأخيرة التي واجهت بعض العقبات الشائكة".

تعثّر المفاوضات الأممية

شهدت العاصمة العُمانية مسقط جولة تاسعة من مفاوضات ملف الأسرى بين 30 حزيران/يونيو و6 تموز/يوليو 2024، لكنها انتهت دون اتفاق. كما تعثرت جهود الأمم المتحدة لعقد جولة عاشرًا لأكثر من عام، وسط تبادل الاتهامات بين الجانبين. وكانت عُمان قد استضافت الجولة الثامنة في حزيران/يونيو 2023، إلا أنها انتهت أيضًا دون نتائج. ومنذ توقيع اتفاق ستوكهولم عام 2018، لم تنفذ بنوده المتعلقة بالإفراج الشامل عن جميع الأسرى والمعتقلين والمفقودين، رغم توقيع آلية تنفيذية تنص على تبادل الكشوفات النهائية خلال عشرة أيام من التوقيع. وبحسب القوائم التي تبادلها الطرفان في ستوكهولم، بلغ إجمالي عدد الأسرى أكثر من 15 ألفًا، منهم 7587 من الحوثيين و8576 من الحكومة، وكان الاتفاق يقضي بتنفيذ عملية التبادل خلال 48 يومًا في مدينتي صنعاء وسيئون، لكن التنفيذ لم يتم.

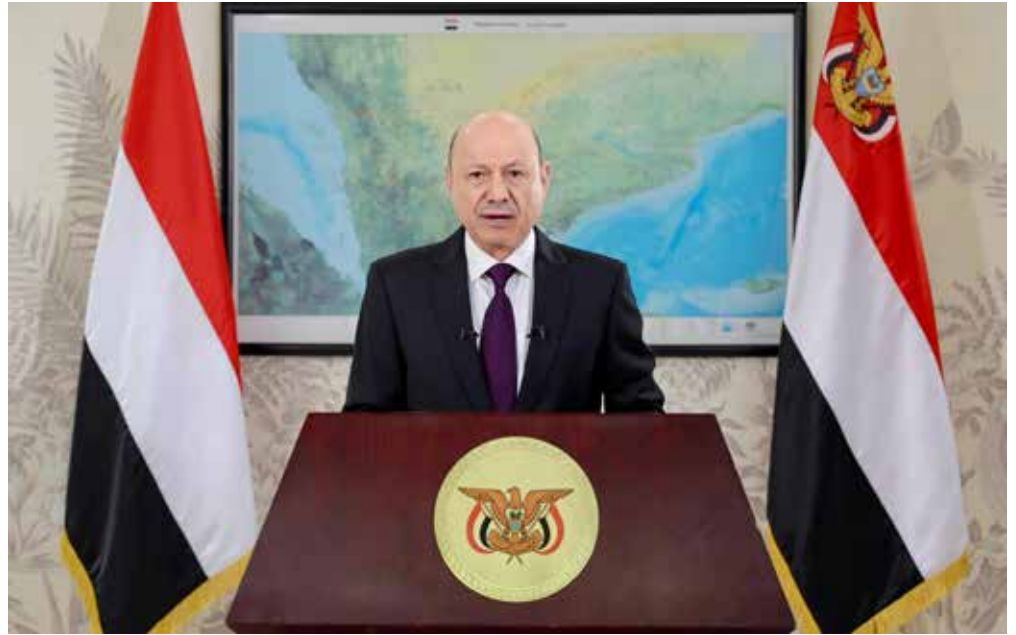
صفقات جزئية

ونظرا لتعثّر الاتفاق الشامل، اتجهت المفاوضات إلى الحلول الجزئية. ففي تشرين الأول/أكتوبر 2020، تم تبادل 1056 أسيرًا ومعتقلًا في أكبر صفقة منذ اندلاع الحرب، تلتها صفقة أخرى في نيسان/أبريل 2023، أفرج خلالها عن 887 أسيرًا، بينهم 181 من الحكومة، و16 سعوديًا، و3 سودانيين، مقابل إطلاق 706 من الحوثيين.

ورغم اعتبارها خطوة إيجابية، إلا أن مراقبين رأوا فيها تراجعًا عن اتفاقات سابقة، منها اتفاق عُمان الذي نص على تبادل أكثر من ألفي أسير. وبعد هذه الصفقة، أعلن المرتضى عن صفقة جديدة تشمل 700 أسير من كل طرف، لكن تنفيذها لم يتم، واستمر الجمود في الملف. وأعلنت جماعة الحوثي لاحقًا إطلاق سراح عدد من الأسرى بمبادرات من طرف واحد، في حين نجحت وساطات محلية وقبيلية في إتمام بعض صفقات التبادل المحدودة.

ملف سياسي وإنساني معقد

ويؤكد مراقبون أن تعثر تنفيذ اتفاق الأسرى يعود إلى استغلال الملف سياسيًا كورقة ضغط متبادلة، إضافة إلى عقبات فنية تتعلق بغياب كشوف دقيقة وهويات محددة للمحتجزين. ويرى آخرون أن الأمم المتحدة لجأت إلى الحلول الجزئية بعد فشل الجولات السابقة في تحقيق اختراق حقيقي. ويفتح ملف الأسرى والمعتقلين تحديًا لجدية الأطراف اليمنية في الذهاب نحو السلام وإنهاء معاناة آلاف الأسرى التي تنتظر أبناءها منذ سنوات، إذ إن جميع الأطراف يمنية، والأسرى يمنيون، مما يجعل الحل مسؤولية وطنية وإنسانية في المقام الأول.



في كلمة بمناسبة الذكرى الـ 62 لثورة الـ 14 من أكتوبر الرئيس العليمي يؤكد الالتزام بالشراكة الوطنية ومواصلة برنامج الإصلاحات الشاملة

والبدء بصرف مرتبات الموظفين في القطاعين المدني والعسكري، وجدولة المتأخرة منها، ليشمل ذلك بإذن الله تعالى مستحققات البعثات الدبلوماسية، والطلاب الدارسين في الخارج.

وعبّر رئيس مجلس القيادة الرئاسي اليمني باسمه وأعضاء المجلس عن بالغ تقديره للأشقاء في المملكة العربية السعودية ودولة الإمارات العربية المتحدة على مواقفهما الأخوية الصادقة إلى جانب الشعب اليمني، ودعمهما السخي في مختلف المجالات، فضلًا عن جهودهما المشهودة في تعزيز فرص السلام في اليمن، والمنطقة.

كما هنأ فخامة الرئيس الرئيس الشعب الفلسطيني الشقيق باتفاق وقف إطلاق النار في غزة، مثنياً الجهود التي بذلتها المملكة العربية السعودية وجمهورية مصر العربية ودولة قطر، إلى جانب الأشقاء العرب والشركاء الدوليين وفي المقدمة الرئيس دونالد ترمب، للتوصل إلى هذا الإنجاز التاريخي على طريق السلام العادل، وإقامة الدولة الفلسطينية المستقلة على كامل ترابها الوطني، وعاصمتها القدس الشرقية.

وأكد فخامته ثقته المطلقة بالقوات المسلحة والأمن، وكافة التشكيلات العسكرية في مواصلة مهامها الوطنية المقدسة، وبقدرة شباب ونساء اليمن على حمل مشعل التغيير وبناء اليمن الذي يستحقه جميع أبنائه.

أكد الرئيس الدكتور رشاد محمد العليمي، رئيس مجلس القيادة الرئاسي اليمني، التزام المجلس والحكومة بمبدأ الشراكة الوطنية كخيار ثابت لتحقيق أهداف وتطلعات الشعب اليمني، وفي المقدمة استعادة مؤسسات الدولة، وإنهاء انقلاب المليشيات الحوثية الإرهابية المدعومة من النظام الإيراني، وإرساء أسس العدل والمواطنة المتساوية، وفقًا لـ (سبأ) الشرعية.

وقال العليمي، في كلمة بمناسبة الذكرى الـ 62 لثورة الرابع عشر من أكتوبر، إن إرث أكتوبر العظيم سيظل شريانًا متدفقًا في وعي الأجيال اليمنية، يجسد روح الكفاح من أجل الحرية والاستقلال، ويؤكد مكانة عدن كعاصمة للدولة ومقل للثوبير، ومقاومة الاستبداد.

وأضاف: إن ثورة الرابع عشر من أكتوبر لم تكن مجرد حدث عابر في التاريخ، بل ولادة جديدة لشعبنا الابي، وصيحة عز في وجه القهر، وتنويع ملهم لتجارب الكفاح المخلص ضد الاستبداد، والاستعمار في شمال الوطن وجنوبه.

وشدّد فخامته على مركزية القضية الجنوبية في أي حل سياسي شامل، مؤكدًا أن العدالة والمواطنة المتساوية، والشفافية والوضوح هي الطريق الأمثل لتعزيز فرص الصمود، وصون سيادة الدولة، واستقرارها، وتحقيق تطلعات الشعب اليمني في الأمن والسلام والتنمية.

ونوه الرئيس بتجربة الجنوب الفريدة بعد الاستقلال، في بناء الدولة المدنية الحديثة، من خلال منظومة قانونية واجتماعية متقدمة، وما مثلته من خطوات رائدة في تمكين المرأة، فضلًا عن إطلاق أول منبر تلفزيوني وأول ناد رياضي كصوت للمعرفة، والمشاركة الشبابية الخلاقة.

واكد فخامته المضي مع الحكومة والبنك المركزي في برنامج الإصلاحات الشاملة التي قادت الى تحسن ملحوظ في سعر العملة الوطنية، والسلع الأساسية،



UN chief condemns Houthi detentions of organization's staff in Yemen

UN Secretary-General Antonio Guterres strongly condemns the continued arbitrary detentions of UN personnel and its partners, as well as the ongoing unlawful seizure of UN premises and assets in areas under Houthi control, a UN spokesperson said on.

The condemnation came after the Houthi de facto authorities in Yemen detained nine additional UN personnel recently. According to Xinhua.

With the latest detentions, the total number of arbitrarily detained UN staff in Yemen since 2021 has risen to 53, Stephane Dujarric, spokesperson for the UN chief, said in a statement.

Noting that these actions hinder the United Nations' ability to operate in Yemen and to deliver critical assistance, the statement said the secretary-general remains deeply concerned about the safety and security of UN personnel in Yemen.

Guterres reiterated his urgent call for the immediate and unconditional release of all personnel from the United Nations, non-governmental organizations, civil society organizations and diplomatic missions, the statement said. "They must be respected and protected in accordance with applicable international law."

The UN chief also reiterated that UN personnel must be allowed to independently perform their functions without hindrance, the statement said, adding that the premises and assets of the United Nations are inviolable and must be protected at all times, consistent with the UN Charter and the Convention on the Privileges and Immunities of the United Nations.

"The United Nations will continue to work tirelessly, and through all available channels, to secure the safe and immediate release of all arbitrarily detained personnel, as well as the return of UN agency offices and other assets," the statement noted.

"The secretary-general remains steadfast in the UN commitment to support the people of Yemen and their aspirations for a just and lasting peace," it said.



وأكد شتايدر وجود تنسيق وثيق مع السعودية بشأن الملف اليمني، مضيفاً أن "المملكة دولة محورية ورائدة في العالمين العربي والإسلامي، وما تقوله بشأن اليمن مهم جداً بالنسبة لألمانيا"، مشيراً إلى أن برلين والرياض تتشارك المصالح والتحليلات في قضايا المنطقة، وأن "التوصل إلى حل للأزمة اليمنية غير ممكن من دون السعودية". وقال السفير إن العلاقات اليمنية - الألمانية "تاريخية وعميقة"، موضحاً أن برلين قدّمت منذ عام 2015 دعماً إنسانياً وتنموياً بمليارات الدولارات، و"ستواصل تقديم المساعدات الإنسانية لتفادي تفاقم الأزمة الغذائية". وفي ما يتعلق بإيران، قال شتايدر إن اليمن يمثل "الاختبار الحقيقي لإثبات حسن نية طهران واستعدادها للمساهمة في استقرار المنطقة"، مضيفاً أن على إيران أن "تتصرف بطريقة لا تشكل تهديداً لجيرانها أو للمجتمع الدولي". وأوضح أن برلين "قلقة من أن الحوثيين يشكلون تهديداً لأمن الملاحة والتجارة العالمية بدعم من أطراف إقليمية"، مضيفاً أن بلاده "تتوقع من طهران أن تكون جزءاً من الحل لا من المشكلة". وتابع السفير الألماني قائلاً إن بلاده مهتمة أيضاً بـ"ضمان أمن الملاحة في البحر الأحمر وباب المندب والحد من الهجرة غير النظامية عبر اليمن"، مؤكداً في الوقت نفسه أن الأولوية تظل "لسلامة ورفاه الشعب اليمني". واختتم بالقول إن ألمانيا "تتعامل مع الأزمات في المنطقة بمنظور شامل، إذ إن ما يحدث في اليمن يؤثر على ما يجري في غزة والعكس صحيح"، معتبراً أن "التراكم بين أزمات المنطقة بات أوثق من أي وقت مضى".

قال السفير الألماني لدى اليمن توماس شنايدر، إن بلاده قلقة بشدة من الهجمات الحوثية التي تستهدف الملاحة المدنية في البحر الأحمر واحتجاز موظفي الأمم المتحدة، داعياً الجماعة إلى مراجعة مواقفها وتحديد ما إذا كانت تريد أن تكون شريكاً في تحقيق السلام أو الاستمرار في طريق الصراع والانقسام. وأضاف شنايدر، في مقابلة مع صحيفة الشرق الأوسط، أن برلين تنظر إلى الأزمة اليمنية من منظور شامل يراعي خصوصية المنطقة، ويركّز على دعم جهود إحلال السلام ومساعدة اليمنيين على تجاوز التحديات السياسية والاقتصادية والإنسانية التي خلفها عقد من الحرب. وقال السفير، الذي تولّى مهامه في أغسطس/آب الماضي، إن "اليمن بحاجة إلى حكومة قوية وموحدة، كما أن المجتمع الدولي يحتاج إلى شريك يمني فاعل يمكن الاعتماد عليه"، مشدداً على ضرورة أن تناقش الأطراف اليمنية خلافاتها الداخلية وتتوصل إلى تسويات تسمح لها بالتحرك بشكل مشترك وفعال.

وأوضح شنايدر أن "كل حكومة تزداد قوة كلما كانت أكثر وحدة، وهذا مبدأ ينطبق على كل الحكومات في العالم"، داعياً إلى توحيد المواقف والرؤى بين المكونات اليمنية بما يصبّ في مصلحة الشعب اليمني ويسهل التعاون مع المجتمع الدولي. وأشار الدبلوماسي الألماني إلى أن بلاده تدعم بشكل كامل جهود مبعوث الأمم المتحدة الخاص إلى اليمن هانس غرونديبرغ، واصفاً عمله بأنه "ممتاز رغم صعوبة البيئة السياسية"، ودعا جميع الأطراف إلى التعامل بإيجابية مع مقترحاته لتحقيق تقدم فعلي في مسار السلام.

المبعوث الأممي يشدد على ضرورة اغتنام "اتفاق غزة" لإحياء عملية السلام في اليمن

"اغتنام هذه الفرصة من خلال اتباع نهج منسق، وتهيئة الظروف التي تدعم خفض التصعيد بشكل مستدام في اليمن، وتدفع العجلة قدماً نحو عملية سياسية جامعة". وأوضح البيان أن المبعوث الأممي ناقش في اجتماعاته، قضية استمرار جماعة الحوثيين في الاحتجاز "التعسفي" لموظفي الأمم المتحدة والدبلوماسيين والعاملين في المنظمات غير الحكومية، والتي قال إنها "أفعال تعرقل العمليات الإنسانية وتقوّض جهود السلام في البلاد". وجدد غرونديبرغ دعوته لجماعة الحوثيين للإفراج الفوري وغير المشروط عن جميع الموظفين المحتجزين، وضمان سلامة وأمن كافة العاملين في المجال الإنساني.



الزخم نحو السلام في اليمن". وأكد غرونديبرغ على ضرورة

شدد المبعوث الأممي الخاص إلى اليمن هانس غرونديبرغ، على ضرورة اغتنام الاتفاق الأخير لوقف إطلاق النار في غزة، من أجل إحياء عملية السلام المتعثرة في اليمن.

ووفق بيان صحفي لمكتب المبعوث الأممي، فقد اختتم غرونديبرغ زيارة للرياض، أجرى خلالها لقاءات مع سفير السعودية والأمارات لدى اليمن محمد آل جابر، ومحمد الزعابي، وسفراء الدول الخمس دائمة العضوية في مجلس الأمن، وأعضاء آخرين من المجتمع الدبلوماسي الدولي. وأضاف البيان أن المبعوث الأممي أشار إلى أن وقف إطلاق النار الذي تم التوصل إليه مؤخراً في غزة يمثل "فرصة سانحة لتعزيز الاستقرار الإقليمي، وتجديد

مدبولي: مصر لن تفرط في حقوقها في مياه النيل وصبرنا مع إثيوبيا ليس ضعفاً

أكد مصطفى مدبولي، رئيس مجلس الوزراء المصري، أن الدولة تواصل اتخاذ مبادرات سنوية لرفع الحد الأدنى للأجور، مشيراً إلى أن أكثر من 80% من القوى العاملة في مصر تعمل في القطاع الخاص، الذي يتمتع بحرية تحديد الرواتب دون قيود، وفقاً لمنظومته الخاصة.

وأوضح، خلال مؤتمر صحفي عقده رئيس الوزراء عقب اجتماع مجلس الوزراء في العاصمة الإدارية، أن الحكومة تعمل على استقرار الأسعار وزيادة الأجور لتقليص الفجوة الاقتصادية خلال الفترة المقبلة، وفق وكالة سبوتنيك الروسية.

وأشار إلى إشادة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب بانخفاض معدلات الجريمة في مصر، واصفاً هذه الإشادة بأنها دعاية إيجابية كبيرة وشهادة مهمة من رئيس أكبر دولة في العالم، ما يعزز جهود وزارة السياحة لمضاعفة أعداد السائحين.

وفيما يتعلق بملف مياه النيل، طمأن مدبولي المواطنين، قائلاً: "نؤكد للمواطن المصري أننا نعمل على ملف السد الإثيوبي بحكمة وصبر، وليس معنى صبرنا وتفاوضنا مع أشقائنا في إثيوبيا أنه نابع من ضعف، بل على العكس تماماً".

وأضاف أن مصر تدرك التحديات جيداً، مؤكداً أن ملء السد لم يؤثر على مصر، وأن الهدف هو التوصل لاتفاق مع السودان وإثيوبيا لإدارة السد، باعتبار نهر النيل مورداً مشتركاً بين الدول الثلاث. وشدد على أن "مصر لن تفرط في حقوقها التاريخية في مياه النيل ولا في أي قطرة مياه تصل إليها".

وكان وزير الخارجية المصري، بدر عبد العاطي، قد أكد، في وقت سابق رفض بلاده للإجراءات الإثيوبية الأحادية بشأن قضية المياه. وقال عبد العاطي، خلال مؤتمر صحفي مع نظيره الهولندي في القاهرة، إن "إجراءات إثيوبيا الأحادية غير المسؤولة أدت لفرق أراضي في السودان".

وأصدرت وزارة الموارد المائية والري المصرية، بياناً بشأن فيضان نهر النيل للعام الحالي 2025، مشيرة إلى "الإدارة الأحادية لسد النهضة الإثيوبي المخالفة للقانون الدولي، تمثل تهديداً مباشراً لحياة وأمن شعوب دول المصب".

وأوضح البيان أن "فيضان النيل الأزرق لهذا العام أعلى من المتوسط بنحو 25%، وأن إثيوبيا خالفت القواعد الفنية بتخزين كميات كبيرة من المياه قبل التصريف، ما أدى إلى زيادة مفاجئة في تصريف المياه خلال سبتمبر/أيلول 2025، مسببة غمر مساحات من الأراضي الزراعية والقرى السودانية".

كما شرح وزير الموارد المائية والري المصري، الدكتور هاني سويلم، تداعيات فيضان نهر النيل، الذي بدأ منذ أيام عدة، بزيادة كبيرة في كميات المياه المتدفقة.

وأوضح سويلم في شرحه أمام مجلس الوزراء، أن ذلك أثر بصورة سلبية على الأشقاء في السودان، مشيراً إلى أن "أحد أسباب هذه الزيادة في المياه يرجع إلى التصرفات الإثيوبية الأحادية التي حذرت منها مصر مراراً وتكراراً".



حركة "جيل زد 212" تعلن تعليق الاحتجاجات مؤقتاً في المغرب

وناشدت الحركة الملك محمد السادس مباشرة إجراء إصلاحات.

ودعا الملك محمد السادس في خطاب الجمعة إلى تسريع وتيرة برامج التنمية لتشغيل الشباب والنهوض بقطاعي الصحة والتعليم، من دون الإشارة مباشرة إلى الاحتجاجات الشبابية.

وقال العاهل المغربي في خطابه السنوي بمناسبة افتتاح أعمال البرلمان بالرباط "ننتظر وتيرة أسرع وأثر أقوى للجيل الجديد من برامج التنمية الترابية التي وجهنا الحكومة لإعدادها".

وأشار خصوصاً إلى القضايا "ذات الأسبقية التي حددناها وعلى رأسها تشجيع المبادرات المحلية والأنشطة الاقتصادية وتوفير فرص الشغل للشباب"، إضافة إلى "النهوض بقطاعي التعليم والصحة". وشدد في خطابه على إعطاء "عناية خاصة للمناطق الأكثر هشاشة".

وكانت حركة "جيل زد 212" أعلنت أنها لن تنظم احتجاجات الجمعة "احتراماً وتقديراً لجلالة الملك"، بدون أن يعني ذلك "تراجعا عن مطالبها".

أعلنت حركة "جيل زد 212" الشبابية المغربية، يوم 11 أكتوبر، تعليق احتجاجاتها مؤقتاً بعد أسبوعين من التظاهرات المطالبة بإصلاحات في قطاعي الصحة والتعليم.

وقالت الحركة في بيان إن توقف الاحتجاجات "خطوة استراتيجية تهدف إلى تعزيز التنظيم والتنسيق وضمان أن تكون المرحلة المقبلة أكثر فعالية وتأثيراً، بعيداً عن أي ارتجال أو استغلال خارجي". بحسب "أ ف ب". وأكدت "جيل زد 212" أن مطالبها ثابتة "وعلى رأسها محاسبة الفاسدين وتحميل الحكومة مسؤولية الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية المتدهورة".

وقالت إنها ستعلن عن دعوة جديدة للتظاهر في وقت لاحق، مضيفة أن الاحتجاج القادم "سيكون موجهاً ضد الحكومة وكل الفاسدين الذين يعرفون تحقيق مطالب الشعب المغربي في الكرامة والعدالة والمحاسبة". انطلقت الحركة على موقع ديسكورد للنقاش حول مشاكل الصحة والتعليم منتصف أيلول/سبتمبر، إثر وفاة ثماني نساء حوامل بمستشفى عمومي في أكادير (جنوب). وتراوحت أعداد المشاركين في تظاهراتها بين العشرات والمئات في عدة مدن.

فلسطين: لا بديل عن حل الدولتين لضمان استقرار المنطقة

جددت وزيرة الخارجية الفلسطينية فارسيين أغابكيان شاهين، تأكيد أهمية حل الدولتين وأنه لا بديل عنه لضمان الاستقرار والأمن في المنطقة.

جاء ذلك في كلمة خلال جلسة خاصة بشأن فلسطين في إطار أعمال النسخة الـ 11 من منتدى "حوارات المتوسط" المنعقد في مدينة نابولي الإيطالية، بحسب بيان صدر عن مكتب شاهين. بحسب "الأناضول".

وفي كلمتها، أكدت شاهين ضرورة الحفاظ على وحدة الأراضي الفلسطينية، وقالت إنه "لا بديل عن خيار حل الدولتين لضمان الاستقرار والأمن في المنطقة".

ولفتت إلى أن السلطة الوطنية الفلسطينية هي "الأقدر على إدارة قطاع غزة، تماشياً مع توجه القيادة الفلسطينية نحو توحيد الجهود تحت دولة واحدة، ودستور واحد، وقانون واحد، وسلاح واحد".

يأتي هذا وسط استمرار تنفيذ المرحلة الأولى من خطة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب لوقف الحرب في قطاع غزة والتي تشمل تبادلًا للأسرى ووقف النار بين حركة حماس

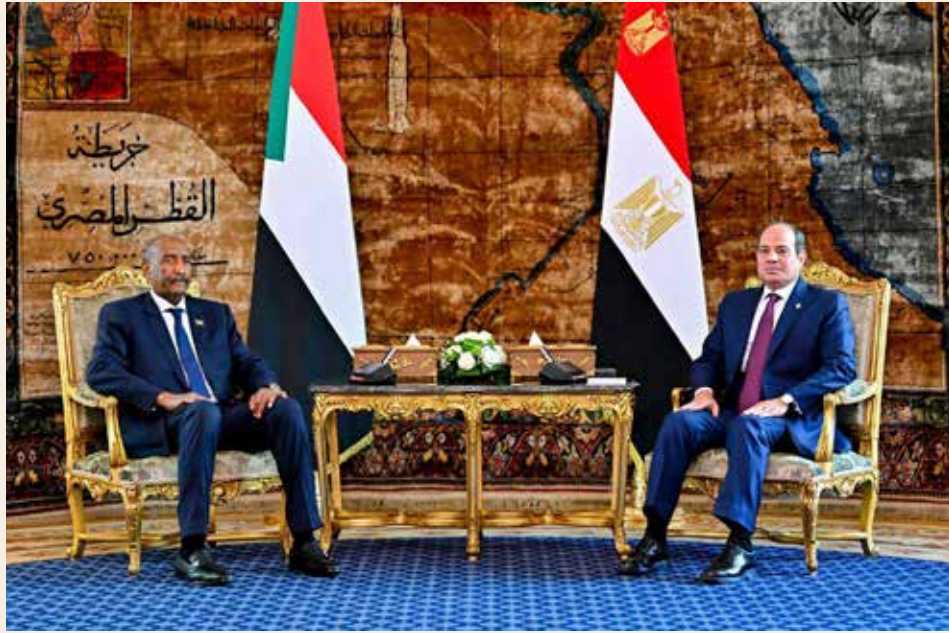
وإسرائيل. وأشارت الوزيرة شاهين إلى "جهود جارية لتحقيق الإصلاح الداخلي الفلسطيني".

وأكدت أن "الأولوية اليوم تكمن في إنهاء الاحتلال الإسرائيلي عن كامل الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1967، تمهيداً لتجسيد الدولة الفلسطينية المستقلة وعاصمتها القدس الشرقية".

وفي 9 أكتوبر/تشرين الأول، أعلن ترامب توصل إسرائيل وحماس إلى اتفاق على المرحلة الأولى من خطته لوقف إطلاق النار وتبادل أسرى، إثر مفاوضات غير مباشرة بين الطرفين بمدينة شرم الشيخ، بمشاركة تركيا ومصر وقطر، وبإشراف أمريكي.

وبعد يوم دخل الاتفاق حيز التنفيذ، لتتوقف بذلك إبادة جماعية ارتكبتها إسرائيل بدعم أمريكي في حق الفلسطينيين، استمرت سنتين، وخلفت 67 ألفاً و967 قتيلًا و170 ألفاً و179 جريحاً، معظمهم أطفال ونساء، ودمرت نحو 90 بالمائة من البنى التحتية المدنية.





Sisi and Burhan Reaffirm Commitment to Quad Mechanism for Ending Sudan Conflict

Egypt's President Abdel Fattah el-Sisi and the head of Sudan's Transitional Sovereignty Council, Abdel Burhan, on renewed their support for the "Quad Mechanism," comprising Saudi Arabia, Egypt, United States, and United Arab Emirates, describing it as a key framework for achieving a ceasefire and reaching a political settlement to the conflict in Sudan. According to Asharq Al Awsat.

Meeting in Cairo, the two leaders underscored the "unity of stance" between Egypt and Sudan and stressed their shared interests regarding the Grand Ethiopian Renaissance Dam. They agreed to step up consultations and joint coordination to protect their respective water rights. Last month, the Quad held a ministerial meeting in Washington, where participants stressed the need to intensify efforts to end the armed conflict in Sudan, protect civilians, safeguard infrastructure, ensure humanitarian access, and maintain stability in the Red Sea region. Cairo and Khartoum voiced hopes that the next Quad meeting, set to take place in Washington later would deliver tangible progress toward ending the war.

The talks between el-Sisi and al-Burhan addressed developments in Sudan, as well as international and regional mediation efforts. El-Sisi reiterated Egypt's firm support for Sudan's unity, sovereignty, and territorial integrity, rejecting any attempts to undermine its stability or create parallel authorities.

Egypt has previously rejected the "parallel government" announced by Rapid Support Forces, which Cairo considers a militia. In March, the Egyptian Foreign Ministry expressed its opposition to any moves that threaten Sudan's unity or sovereignty.

The Quad members have repeatedly pledged their commitment to restoring peace in Sudan, alleviating the suffering of its people, and working with African, Arab, and international partners to achieve these goals.

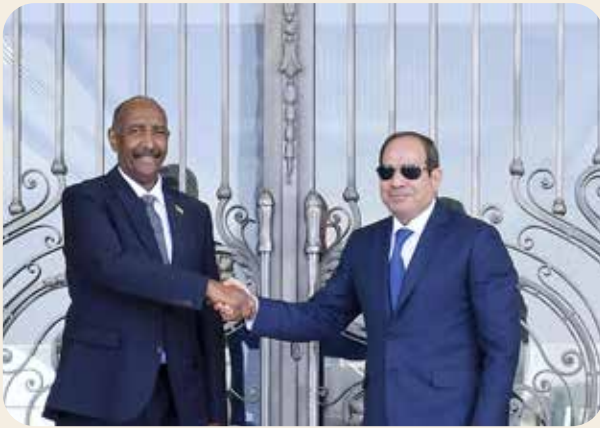
Both leaders expressed their expectation that the upcoming Washington meeting in October would help

pave the way for a ceasefire and lasting stability. On the bilateral front, they reaffirmed their rejection of any unilateral measures on the Blue Nile in violation of international law and emphasized their aligned positions on the Ethiop-

ian dam, agreeing to deepen coordination to defend their water interests.

Ethiopia inaugurated the dam on September 9, amid strong objections from Egypt and Sudan, which are demanding a legally binding agreement on its operation.

El-Sisi has criticized what he called "reckless management" of the dam, saying irregular water releases have harmed downstream countries. He called for stronger international and African efforts to reach a binding legal deal on filling and operating the dam.



بكفالة 11 مليون دولار.. القضاء اللبناني يطلق سراح هانيبال القذافي

بعد نحو عشر سنوات على احتجازه في لبنان، قرر القضاء اللبناني الإفراج عن هنيييل القذافي، نجل العقيد الليبي الراحل معمر القذافي. وأفادت "الوكالة الوطنية للإعلام" الرسمية اللبنانية بأن المحقق العدلي في قضية خطف وإخفاء الإمام موسى الصدر، القاضي زاهر حمادة، وافق على إخلاء سبيل هنيييل القذافي مقابل كفالة قيمتها 11 مليون دولار ومنعه من السفر.

وجاء القرار بعد جلسة استنواب استمرت نحو ساعتين. ومنذ أن أُلقي القبض على هنيييل القذافي في لبنان في ديسمبر/كانون الأول 2015، صار اسمه من بين أبرز الأسماء التي تتصدر العناوين المشتركة بين بيروت وطرابلس. وفقاً لـ "العربي الجديد".

وخلال نحو عقد من الزمن، ظلت قصة هنيييل القذافي ترسم خيوطاً متشابكة بين السياسة والقضاء، محملة بظل إرث والده الثقيل، وتحديداً بقضية لا تزال تثير الجدل منذ أكثر من أربعة عقود، هي قضية اختفاء الإمام اللبناني موسى الصدر ورفيقه، الشيخ محمد يعقوب والصحابي عباس بدر الدين، في ليبيا عام 1978، التي باتت تشكل عقدة تاريخية في العلاقات اللبنانية الليبية.

تاريخ هنيييل القذافي

ولد هنيييل في طرابلس عام 1975، في مرحلة صعود والده إلى قمة السلطة، ونشأ داخل أسرة كانت تمسك بمفاصل الدولة الليبية، وتلقى تعليمه في الأكاديمية البحرية بالعاصمة. قبل أن يوفد إلى الخارج. وفي مطلع الألفية الجديدة، بدأ اسمه يبرز إلى جانب شقيقه الأكبر سيف الإسلام باعتباره أحد أبرز أبناء القذافي نفوذاً داخل النظام، إذ تولى قيادة إحدى الكتائب الأمنية التابعة لوالده، وترقى سريعاً حتى بلغ رتبة فريق عشية اندلاع ثورة فبراير 2011، التي شارك في قمعها ضمن صفوف القوات الموالية للنظام.

وبعد سقوط حكم والده ومقتله، غادر ليبيا مع أفراد من العائلة متنقلاً بين الجزائر وسلطنة عمان وسورية، حيث منح صفة لاجئ سياسي لدى نظام بشار الأسد. وفي ديسمبر 2015، قرر هنيييل كسر عزلته في دمشق والعبور إلى لبنان، لتبدأ مرحلة جديدة من حياته، إذ أوقفته السلطات اللبنانية على خلفية التحقيق في قضية اختفاء الإمام موسى الصدر ورفيقه، التي تُعتبر من أكثر الملفات حساسية في العلاقة اللبنانية مع ليبيا، إذ يُتهم العقيد الراحل معمر القذافي بإخفاء الصدر خلال زيارة رسمية كان يؤديها الأخير إلى ليبيا سنة 1978، ما أدى إلى قطيعة سياسية طويلة بين البلدين، وفتح سجلاً واسعاً حول مصيره ومكان دفنه. وبقي الملف منذ ذلك الحين مفتوحاً أمام القضاء اللبناني، وتوارثته أجيال من المحققين العدليين من دون الوصول إلى نتيجة حاسمة.

وإثر اعتقال هنيييل، وجّه القضاء اللبناني إليه تهمة "كتم معلومات" عن مصير الصدر ورفيقه. ورغم أنه لم يكن قد تجاوز العامين من عمره عند وقوع الحادثة، إلا أنه بقي في عهدة فرع المعلومات التابع لقوى الأمن الداخلي، متنقلاً بين جلسات التحقيق من دون صدور حكم نهائي بحقه.

وطوال السنوات الأولى من اعتقاله، لم تبد الحكومات الليبية المتعاقبة اهتماماً كبيراً بقضيته، رغم مناشدات متكررة من قبيلة القذافي، لكن مع دخوله في إضراب مفتوح عن الطعام احتجاجاً على اعتقاله، وما رافق ذلك من تدهور صحي استدعى نقله إلى المستشفى أكثر من مرة، تصاعد الاهتمام الإعلامي والدبلوماسي بالقضية. وأصدرت وزيرة العدل في حكومة الوحدة الوطنية الليبية، حليمة البوسفي، تصريحات عدة دعت فيها إلى الإفراج عنه، معتبرة أن القضية يجب أن تحل في إطار قانوني متكافئ بين البلدين.

متابعة ليبية للملف

وفي يونيو/حزيران 2023، أعلن المجلس الرئاسي تشكيل لجنة خاصة لمتابعة وضع هنيييل القذافي برئاسة البوسفي، فيما أكد رئيس الحكومة عبد الحميد الدبيبة في تصريحات صحافية أنه بحث الملف هاتفياً مع رئيس الوزراء اللبناني (حينها) نجيب ميقاتي، وأن اللجنة ستتوجه إلى بيروت لمتابعة الإجراءات. وفي السادس من أكتوبر/تشرين الأول، أصدرت وزارة العدل بياناً حوّلت فيه السلطات اللبنانية المسؤولية عن سلامته، مشيرة إلى مذكرة رسمية أرسلت منذ إبريل/نيسان الماضي تتضمن عرضاً قانونياً لإنهاء القضية. كما تابعت منظمات حقوقية عدة، بينها "هيومن رايتس ووتش"، قضيته، ودعت إلى الإفراج عنه باعتباره استمرار احتجازه يخالف المعايير الدولية للمحاكمة العادلة.

وفي يناير/كانون الثاني 2024، وجهت المنظمة بياناً جديداً إلى السلطات اللبنانية لتجديد مطالبتها بإطلاق سراحه، ثم عادت في أغسطس/آب الماضي، بعد زيارة ميدانية أجراها أحد باحثيها إلى مكان احتجازه لتؤكد موقفها السابق.



Turkish-born man who burned Koran in London wins appeal

A Turkish-born man who burned a Qur'an in London won an appeal on against his conviction, in a ruling hailed by free-speech campaigners.

Hamit Coskun, 51, was found guilty in June of a religiously aggravated public order offense and was issued with a fine, according to A F P.

He had set the religious book alight outside the Turkish consulate in London in February while shouting slogans against Islam. His case was taken up by the National Secular Society (NSS) and the Free Speech Union (FSU), who argued that Coskun was essentially being prosecuted for blasphemy.

Ruling in Coskun's favor, judge Joel Bennathan told Southwark Crown Court on Friday that: "There is no offense of blasphemy in our law."

"Burning a Qur'an may be an act that many Muslims find desperately upsetting and offensive," according to the judge.

He said that the criminal law does not seek to "avoid people being upset, even grievously upset."

"The right to freedom of expression, if it is a right worth having, must include the right to express views that offend, shock or disturb," he added. Blasphemy laws were abolished in England and Wales in 2008.

In a statement, Coskun, who is half-Kurdish and half-Armenian, said he came to England "having been persecuted in Türkiye, to be able to speak freely about the dangers of radical Islam."

"I am reassured that, despite many troubling developments, I will now be free to educate the British public about my beliefs," he added.

The FSU said the successful appeal sent a message that "anti-religious protests, however offensive to true believers, must be tolerated."

Coskun has also received the support of the opposition Conservative party's justice spokesperson Robert Jenrick.



ماكرون أول رئيس فرنسي خارج قائمة أعلى 50 سياسيا شعبية في بلاده منذ 20 عاما

سياسيتان ليكورونا، الذي قضى أقصر ولاية في تاريخ رئاسة الوزراء الفرنسية منذ العام 1958، ما جعل البلاد تشهد منذ إعادة انتخاب إيمانويل ماكرون عام 2022 تعاقب خمسة رؤساء حكومات.

أعلنت مجلة "باري ماتش" الفرنسية، أن الرئيس إيمانويل ماكرون أول رئيس فرنسي خارج قائمة أعلى 50 سياسيا شعبية في بلاده منذ 20 عاما.

ولا تلوح في الأفق مؤشرات على وجود عناصر يمكن أن تتيج لفرنسا الخروج من أزمتها، بل إن الوضع السياسي العام يزداد تدهورا، والانتقادات تنصب بشكل رئيسي على الرئيس إيمانويل ماكرون من المعارضة، وأيضا من الأحزاب التي المفترض أن تكون داعمة له.

ويرى كثيرون من المحللين والسياسيين في فرنسا أن الخروج من النفق المظلم الراهن لا يمكن أن يتم من غير العودة إلى صناديق الاقتراع، وهذا المسار متاح من خلال الدعوة إلى انتخابات إما تشريعية مبكرة وإما رئاسية مبكرة.



وكتبت المجلة: "من بين ألف مواطن فرنسي بالغ شاركوا في استطلاع رأي من مؤسسة IFOP-Fiducial، قيم 78% أداء ماكرون كرئيس بشكل سلبي". وفقا لـ "روسيا اليوم".

وصرح فريدريك دابي، المدير العام لـ IFOP، للصحيفة: "هذا رقم قياسي، هناك استياء شعبي، لكن الناس ببساطة لم يعودوا يفهمون شيئا مما يجري".

وأشار إلى أن ماكرون جاء في المركز 51، خلف رئيس الوزراء فرانسوا بابرو، الذي استقال في سبتمبر.

وتعيش باريس أزمة سياسية غير مسبقة بعد استقالة

تركيا.. العثور على مطلوب فر من السجن قبل 11 عاما في مخبأ سري

إحدى الأرائك.

وعند فتح المخبأ، عثرت القوات على الرجل مختبئا في مساحة ضيقة مجهزة بإضاءة ووسائل تهوية وأغراض معيشية بسيطة، مما سمح له بالبقاء داخلها لفترات طويلة دون أن يلاحظه أحد من الجيران أو الزائرين، إذ ألقى القبض عليه، ونُقل مباشرة إلى مركز الشرطة لاستكمال الإجراءات القانونية بحقه، قبل تسليمه إلى السجن لقضاء العقوبة المؤبدة التي كان قد صدرت بحقه قبل أكثر من عقد.

ووفق بيان رسمي، فإن التحقيقات أظهرت أن المتهم أمضى فترات من هروبه في المناطق الجبلية الوعرة، متنقلا بين بيوت أمانة وأقارب بعيدين، قبل أن يستقر مؤخرا في منزل بمدينة فان، حيث أعد المخبأ بمساعدة أحد معارفه.

وختمت السلطات بيانها بالتشديد على أن العملية نُفذت من أنجح المداهمات الأمنية خلال السنوات الأخيرة، نظرا لتعقيدها وطول فترة الاختفاء، مشيرة إلى أن الرجل أُعيد إلى السجن بعد استكمال الفحوصات والإجراءات النظامية.

ألقت السلطات التركية القبض على رجل فاز من العدالة منذ أكثر من 11 عاما في عملية أمنية بمدينة فان شرقي البلاد، بعدما عُثر عليه مختبئا داخل مخبأ سري مُعد بعناية داخل منزله، مزود بوسائل معيشة سمحت له بالاختباء طوال هذه المدة دون أن يثير الشبهات.

وذكرت مصادر أمنية أن العملية نُفذت بعد تتبع طويل الأمد لتحركات المتهم، الصادر بحقه حكم بالسجن المؤبد بتهمة القتل العمد بحق شخص يُدعى تكين أورهان. بحسب "الجزيرة نت".

وخلال المداهمة، استخدمت الفرق الأمنية أجهزة تصوير حرارية وكاميرات قادرة على كشف الفراغات تحت الأرض، مما قادها إلى اكتشاف حجرة سرية أنشئت خصيصا خلف جدار غرفة المعيشة وتحت



المخابرات البريطانية تحذر السياسيين من تجسس روسي وصيني

أصدر جهاز المخابرات الداخلية البريطاني (إم.أي 5) تحذيرا علنيا نادرا لأعضاء البرلمان، من احتمال تعرضهم لمحاولات تجسس واستهداف من قبل عملاء روس وصينيين وإيرانيين، في مسمى -بحسب الجهاز- لـ "تقويض الديمقراطية البريطانية".

وجاء التحذير بعد أيام من إسقاط محاكمة رجلين بريطانيين متهمين بالتجسس لصالح الصين، بسبب عدم تقديم الحكومة أدلة كافية تثبت أن يكن تشكل تهديدا للأمن القومي. بحسب "الجزيرة نت". وأوضح مدير الجهاز كين مكالوم أن بعض الدول الأجنبية تسعى إلى سرقة معلومات حساسة أو التأثير على العملية السياسية في البلاد عبر وسائل مثل الابتزاز، أو الهجمات الإلكترونية، أو بناء علاقات طويلة الأمد مع سياسيين، أو تقديم تبرعات مالية خفية.

وقال مكالوم، في بيان، "عندما تسرق الدول الأجنبية معلومات حيوية من بريطانيا أو تتلاعب بعملياتنا الديمقراطية، فإنها لا تضر بأمنا فقط، بل تقوض سيادتنا ذاتها".

وحث السياسيين على توخي الحذر من التفاعلات الاجتماعية المشبوهة، مثل الدعوات المتكررة للقاءات خاصة أو الإطراء الزائد في العلن، مؤكدا أن حماية الديمقراطية "مسؤولية جماعية".

وفي التصريحات المصاحبة للنصيحة الموجهة لأعضاء البرلمان، قال مكالوم "كل شخص يقرأ هذا التوجيه يهتم بشدة بالدور الذي يؤديه في ديمقراطية بريطانيا. اتخذوا إجراءات اليوم لحمايتهم، وحماية أنفسهم".

وفي يناير/كانون الثاني 2022، أرسل جهاز المخابرات الداخلية إشعارا تحذيريا بشأن المحامية كريستين لي، قائلا إنها "مقروطة في أنشطة تدخل سياسي" في بريطانيا نيابة عن الحزب الشيوعي الحاكم في الصين.

وعمم رئيس مجلس العموم التحذير على المشرعين وقال إن جهاز "إم.أي 5" (MI5) وجد أن كريستين لي "سهلت التبرعات المالية للبرلمانيين العاملين والناخبين في البرلمان نيابة عن مواطنين أجانب مقيمين في هونغ كونغ والصين". وفي وقت لاحق، رفعت "لي" دعوى قضائية على جهاز المخابرات الداخلية في محاولة لتبرئة سمعتها، لكنها خسرت القضية.

ويأتي هذا التحذير وسط تصاعد التوتر بين لندن وبكين، رغم محاولات رئيس الوزراء البريطاني كير ستارمر تهدئة التصعيد مع الصين منذ توليه منصبه. من جانبها، نفت السفارة الصينية في لندن الاتهامات، ووصفتها بأنها "افتراءات لا أساس لها"، مؤكدة أن بلادها "لا تتدخل في الشؤون الداخلية للدول الأخرى".



وفاة مؤثر صيني شهير بعد سقوط مروحيته خلال بث مباشر

اللافت أن فيجي كان قد واجه سابقا عدة مشاكل فنية في طائرته، وأسفرت عن حادثي تحطم قبل المساء الأخيرة. والعالم الماضي، كان تانغ فيجي تعرض لحادثين متتاليين، حيث هوت طائرته من ارتفاع لا يتجاوز 30 قدما نتيجة عطل في مقياس الوقود. ورغم ذلك، واصل فيجي بثوته المباشرة مؤكدا لجمهوره أنه لا يحتاج إلى رخصة لقيادة الطائرات الخفيفة، مشيرا إلى أنه لم يخضع سوى لـ 6 ساعات من التدريب. وكان يتباهى بقدرة مروحيته على التحليق حتى ارتفاع ألفي قدم وبسرعة تزيد على 60 ميلا في الساعة.

غير أن خبراء الطيران شددوا على أن الحصول على رخصة أمر إلزامي حتى للطائرات المنخفضة الارتفاع، فضلا عن ضرورة تسجيلها رسميا لدى سلطات الطيران المدني قبل الإقلاع. وتأتي هذه الحوادث في وقت شهد فيه العالم سلسلة كوارث جوية مأساوية. ففي أستراليا، لقي الطيار بول سميت (54 عاما) مصرعه بعد دقائق من إتمامه قفزة بالمظلات لـ 8 أشخاص هبطوا بسلام. وكان سميت يقود طائرته عائدا إلى مطار موريوا في نيو ساوث ويلز عندما تحطمت الطائرة في منطقة غابات، على بعد 1.2 ميل فقط من وجهته.

وفي حادث مأساوي آخر بالبرازيل، لقي 4 أشخاص مصرعهم بينهم المهندس المعماري الصيني كونغجيان يو، والمخرجان الوثائقيان لويس فرناندو فيريس دا كونهيا فيراز وروبينز كريستيم الابن، إلى جانب الطيار مارسيلو بيريرا دي باروس، حين ارتطمت طائرة خفيفة من طراز سيسنا 175 (بُنيت عام 1958 ومسجلة تحت الرقم بي-تي-بي-إيه إن) بالأرض في أثناء مناورة هبوط ليلية في أراضي بانتانال الرطبة، لتنفجر عند الاصطدام وتحول أجساد الركاب إلى رماد.

وأفادت إدارة الإطفاء بأن رجالها هرعوا باستخدام جرار وشاحنة مياه، لكن النيران كانت قد التهمت الطائرة بالكامل قبل وصولهم.

تحوّلت مغامرة جوية على الهواء مباشرة إلى مأساة مروعة في الصين، بعدما لقي المؤثر في مجال الطيران تانغ فيجي (55 عاما) مصرعه أمام أنظار أكثر من ألف متابع، إثر سقوط طائرته الخفيفة واشتعالها في مشهد صادم بُث لحظة بلحظة عبر منصة "دووين" (النسخة الصينية من تيك توك).

وحدثت الواقعة في مقاطعة جيانغ باقلم سينتشوان جنوب غربي الصين، حيث كان تانغ يحلق بمروحيته الثنائية المرواح في بث مباشر اعتاد مشاركته مع جمهوره، قبل أن يفقد السيطرة عليها بشكل مفاجئ.

وأظهرت مقاطع الفيديو التي انتشرت على منصات التواصل الاجتماعي لحظة سقوط الطائرة بسرعة كبيرة نحو الأرض وانفجارها كرة من اللهب فور ارتطامها، وسط حالة من الذهول والهلع بين المشاهدين الذين انهالت تعليقاتهم بالدعوات للتدخل والنجدة.

قبل الحادث المأساوي بساعات، كشف المؤثر الصيني تانغ فيجي لمتابعيه أنه اشترى طائرته الخفيفة بنحو 49 ألف دولار، موضحا أن وزنها يتجاوز 250 رطلا ومجهزة بمقعد واحد فقط، وفق ما أوردته وكالة أنباء الصين الرسمية تشاينا نيوز سيرفيس.

وكان فيجي قد صرّح -في مقاطع فيديو سابقة- بأن الطائرة قادرة على التحليق حتى ارتفاع ألفي قدم وبسرعة تفوق 60 ميلا في الساعة. وأوضح لجمهوره أنه لم يخضع سوى لـ 6 ساعات من التدريب قبل أن يقرر الطيران، مؤكدا أنه لا يحتاج إلى رخصة لقيادة هذا النوع من الطائرات الخفيفة.

وأعلنت السلطات المحلية وفاته في موقع الحادث بعد أن تحولت الطائرة إلى كرة نارية، في حين هربت فرق الإطفاء لإخماد الحريق ونقل الجثمان. وفتحت الجهات المختصة تحقيقا رسميا لتحديد ملابسات الحادث، سواء كانت ناجمة عن خلل ميكانيكي أو خطأ بشري.

عدد المقيمين الأجانب في اليابان يتخطى 3.95 ملايين لأول مرة

وذلك وفق ما نقلته وكالة أنباء كيودو اليابانية.

وسجلت تأشيرات العمال المهرة المحددة التي تم إدخالها في عام 2019 زيادة بنسبة 18.2%، أو حوالي 51,000 شخص.

وتشير هذه الزيادة إلى تزايد اعتماد اليابان على العمال الأجانب في القطاعات المختلفة، في وقت يشهد فيه الاقتصاد الياباني تحديات جراء تراجع عدد السكان المحليين ونقص الأيدي العاملة في العديد من الصناعات الحيوية.

أظهرت بيانات حكومية يابانية صدرت مؤخرا، أن عدد المقيمين الأجانب الشرعيين في اليابان تجاوز 3.95 مليون شخص، وهو رقم قياسي جديد، مع قبول البلاد لعدد أكبر من العمال الأجانب في ظل النقص الشديد في القوى العاملة.

ووفقا لوكالة خدمات الهجرة، بلغ عدد الأجانب المقيمين في اليابان 3,956,619 شخصا في نهاية يونيو، بزيادة قدرها 5.0%، أي ما يعادل 187,000 شخص، مقارنة بنهاية عام 2024 -





كيف نحقق الخشوع في الصلاة؟ عالم أزهري يوضح

قال الدكتور يسري جبر، من علماء الأزهر الشريف، إن كثيراً من الناس يشتكون من عدم الخشوع في الصلاة، موضحاً أن الخشوع لا يأتي فجأة، وإنما هو ثمرة لتطهير القلب والعمل بما أمر الله به في أوائل سورة المؤمنون، حيث قال تعالى: "قد أفلح المؤمنون الذين هم في صلاتهم خاشعون"، ثم ذكر سبحانه الأسباب التي تعين على الخشوع.

الإعراض عن اللغو

وأوضح جبر أن أول أسباب الخشوع في الصلاة هي الإعراض عن اللغو، أي ترك الكلام فيما لا طائل منه وتقليل الانشغال بالناس والهواتف والحديث الفارغ، لأن الانشغال الزائد يشوش القلب ويضعف حضور الذهن في الصلاة. وفقاً لـ "بوابة فيتو".

تقليل الاتصالات وغلق الهاتف

وأضاف أن على المصلي أن يقلل اتصالاته ومعارفه التي تسرق وقته، وأن يغلق هاتفه أثناء الصلاة حتى يصفو قلبه.

أداء الزكاة وحق الفقراء

وأشار إلى أن ثاني الأسباب هو أداء الزكاة وحق الفقراء، لأن أكل الحرام أو منع الزكاة يجعل المال مختلطاً بحقوق الآخرين، فيؤثر على نقاء القلب وصفائه، مؤكداً أن "القلب المشغول بالحرام لا يخشع".

كما شدد العالم الأزهري على أهمية غض البصر وحفظ الفرج، موضحاً أن من يطلق بصره في المحرمات يصعب عليه أن يخشع، لأن الخيالات والانشغالات تملأ ذهنه أثناء الصلاة.

وبين الدكتور يسري جبر أن من شروط الخشوع أيضاً الوفاء بالأمانة والعهد، لأن كثرة النزاعات والقضايا والمشكلات مع الناس تشغل العقل والقلب، قائلاً: "تخيل من له قضايا كثيرة مع الناس، كيف يكون قلبه حاضراً وهو يقول الله أكبر؟".

وأكد على أن الخشوع يحتاج إلى رياضة نفسية ومجاهدة، داعياً إلى تهئية المكان والجو المناسب للصلاة، كأن يصلي الإنسان في غرفة هادئة، ويخفف الإضاءة، ويغلق الهاتف، ويبتعد عن كل ما يشغله.



القصاص: عدل يحفظ التوازن في المجتمع المسلم

يُعد القصاص من أهم الأحكام الشرعية في الإسلام التي شرعها الله لحفظ الحقوق، وتحقيق العدل، ومنع الجريمة، وردع الظالم. وهو حكم يتعلق بالجرائم التي تمس النفس أو الجسد، كالقتل أو الجرح، ويقوم على مبدأ "العين بالعين"، لكن ضمن ضوابط صارمة تحفظ للإنسان كرامته وتمنع التعدي أو الغلو في الانتقام.

مفهوم القصاص

القصاص في اللغة هو القود والقتل بالقتل، والجرح بالجرح، وهو بنفس المعنى في الشرع فهو معاقبة الجاني بمثل ما فعل، إن قتل يُقتل، وإن جرح يُجرح. قال تعالى: {وَلَكُمْ فِي الْقِصَاصِ حَيَاةٌ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ يَتَّقُونَ} (البقرة: 179). هذه الآية الكريمة توضح أن القصاص ليس فقط للردع، بل للحفاظ على الحياة ذاتها، فحين يعلم المجرم أن العقوبة ستكون مماثلة لفعله، سيفكر ألف مرة قبل أن يقدم على الجريمة.



قال الشيخ محمد الأمين الشنقيطي: (ومن هدي القرآن للتي هي أقوم: القصاص، فإن الإنسان إذا غضب وهم بأن يقتل إنساناً آخر فتذكر أنه إن قتله قتل به، خاف العقوبة فتزك القتل، فحيي ذلك الذي يريد قتله، وحيي هو لأنه لم يقتل فيقتل قصاصاً، فقتل القاتل يحيا به ما لا يعلمه إلا الله كثرة كما ذكرنا، قال الله تعالى: {وَلَكُمْ فِي الْقِصَاصِ حَيَاةٌ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ يَتَّقُونَ} (البقرة: 179)، ولا شك أن هذا من أعدل الطرق وأقومها، ولذلك يشاهد في أقطار الدنيا قديماً وحديثاً قلة وقوع القتل في البلاد التي تحكم بكتاب الله، لأن القصاص ردع عن جريمة القتل، كما ذكره الله في الآية المذكورة آنفاً.

وما يزعجه أعداء الإسلام من أن القصاص غير مطابق للحكمة، لأن فيه إقتال عدد المجتمع يقتل إنسان ثاب بعد أن مات الأول، وأنه ينبغي أن يعاقب بغير القتل فيحبس، وقد يولد له في الحبس فيزيد القتل فيحبس، كله كلام ساقط، عار من الحكمة، لأن الحبس لا يردع الناس عن القتل، فإذا لم تكن العقوبة رادعة فإن السفهاء يكثر منهم القتل فيتضاعف نقص المجتمع بكثرته القتل.

ومن الآيات التي تدل على مشروعية القصاص وفضله ما يلي:

{ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِصَاصُ فِي الْقَتْلِ الْحَرُّ بِالْحَرِّ وَالْعَبْدُ بِالْعَبْدِ وَالْأَنْثَى بِالْأَنْثَى فَمَنْ عُفِيَ لَهُ مِنْ أَخِيهِ شَيْءٌ فَاتَّبَاعْ بِالْمَعْرُوفِ وَأَدَاءً إِلَيْهِ بِإِحْسَانٍ ذَلِكَ تَخْفِيفٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَرَحْمَةٌ فَمَنِ اعْتَدَى بَعْدَ ذَلِكَ فَلَهُ عَذَابٌ أَلِيمٌ } (178)

وقوله تعالى: {الشَّهْرُ الْحَرَامُ بِالشَّهْرِ الْحَرَامِ وَالْحُرُمَاتُ قِصَاصٌ فَمَنِ اعْتَدَى عَلَيْكُمْ فَاعْتَدُوا عَلَيْهِ بِمِثْلِ مَا اعْتَدَى عَلَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ مَعَ الْمُتَّقِينَ } (194) { (البقرة).

وقوله تعالى: { إِنَّا أَنْزَلْنَا التَّوْرَةَ فِيهَا هُدًى وَنُورٌ يَحْكُمُ بِهَا النَّبِيُّونَ الَّذِينَ أَسْلَمُوا لِلَّذِينَ هَادُوا وَالرَّابِّيُونَ وَالْأَخْيَارُ بِمَا اسْتُخْفِظُوا مِنْ كِتَابِ اللَّهِ وَكَانُوا عَلَيْهِ شُهَدَاءَ فَلَا تَخْشَوُا النَّاسَ وَاخْشَوْا اللَّهَ وَلَا تَشْرَوْا بِآيَاتِي ثَمَنًا قَلِيلًا وَمَنْ لَمْ يَحْكَمْ بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْكَافِرُونَ (44) وَكَتَبْنَا عَلَيْهِمْ فِيهَا أَنَّ النَّفْسَ بِالنَّفْسِ وَالْعَيْنَ بِالْعَيْنِ وَالْأَنْفَ بِالْأَنْفِ وَالْأَذْنَ بِالْأَذَنِ وَاللِّسْنَ بِاللِّسَنِ وَالْجُرُوحَ قِصَاصٌ فَمَنْ تَصَدَّقَ بِهِ فَهُوَ كَفَّارَةٌ لَهُ وَمَنْ لَمْ يَحْكَمْ بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ (45) } (المائدة).

وقد طبق النبي صلى الله عليه وسلم القصاص على نفسه قبل أي أحد، قال أسيد بن حضير- رضي الله عنه-: بينما هو يحدث القوم- وكان فيه مزاح- ببنا يضحكهم فطعنه النبي صلى الله عليه وسلم في خصرته بعود، فقال: أصبرني (يطلب القصاص). فقال النبي صلى الله عليه

أقصه منه.. وقال له عمرو بن العاص- رضي الله عنه-: لو أن رجلاً أدب بعض رعيته أتقصه منه؟ قال: إي والذي نفسي بيده أقصه، وقد رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم أقص من نفسه. وقال: لو تمالأ أهل صنعاء على قتل رجل لقتلته به.

وهذه أقوال منه رضي الله عنه تدل على مدى حرصه على حماية النفس البشرية، وتحقيق العدل مهما كانت هوية القتلة أو عدهم. وقال علي بن أبي طالب رضي الله عنه: القصاص حياة لمن عقلها، وردع لمن جهلها. في إشارة إلى أن القصاص ليس مجرد عقوبة، بل نظام إصلاحي يحفظ الأرواح.

قال الشافعي رحمه الله: القصاص عدل الله بين عباده، به يحيا العدل، ويسلم الناس. وهو يؤكد هنا أن القصاص مظهر من مظاهر عدل الله في الأرض، به تُسان الحقوق.

من فوائد القصاص للفرد

1. تحقيق العدل الشخصي: يمنح القصاص الشعور بالإنصاف لأهل المجني عليه، مما يخفف من ألم الفقد والظلم.
2. ردع المعتدين: يعلم الفرد أن حياته أو سلامته الجسدية لها قيمة، وأن أي اعتداء عليه لن يمر دون حساب.
3. حفظ الكرامة الإنسانية: القصاص لا يسمح بمرور الجريمة دون عقوبة، ما يعزز كرامة الإنسان ويحفظ قيمته.

من فوائد القصاص للمجتمع

1. الأمن المجتمعي: تطبيق القصاص يجعل المجتمع أكثر أمناً، لأن الرادع موجود بقوة القانون والشرع. وقد كانت العرب تقول: القتل أنفى للقتل.
2. منع انتشار الجريمة: المجتمعات التي تطبق القصاص بإنصاف وعدل تنقل فيها جرائم القتل والاعتداء. قال أبو العالية- رحمه الله تعالى:- جعل الله القصاص حياة. فكمن رجل يريد أن يقتل فتمنعه مخافة أن يقتل.
3. حفظ النظام والحقوق: القصاص يحقق التوازن بين العقوبة والذنب، مما يرسخ فكرة أن لا أحد فوق القانون.

القصاص ليس انتقاماً

من المهم الإشارة إلى أن القصاص في الإسلام ليس انتقاماً أعمى، بل هو حكم قضائي يصدر بعد تحقيق دقيق، وتثبت فيه الجريمة بأدلة قاطعة، وتُعطي فيه الفرصة لأهل القتل للغلو أو أخذ الدية بدلاً من القصاص، مما يُظهر الجانب الإنساني والرحيم في الشريعة الإسلامية. المصدر- إسلام ويب

من أقوال السلف في القصاص:

قال عمر بن الخطاب- رضي الله عنه- في خطبة له: إني لم أبعث عملياً ليضربوا بأشاركم ولا ليأخذوا أموالكم، فمن فعل به ذلك فليرفعه إليّ،

The 7 Habits of Highly Successful Muslim Youth: An Islamic Guide

Are you a young Muslim navigating the pressures of modern life? From parents and teachers to social media, everyone has an opinion on the "habits" you need for success. But what does true success look like from an Islamic perspective?

The foundation of success in this world (dunya) and the Hereafter (a'khirah) is a strong relationship with Allah (SWT). This guide explores seven powerful habits derived directly from the Qur'an and the teachings of Prophet Muhammad (ﷺ). By adopting these prophetic habits, you can build a life of purpose, integrity, and achievement.

1. Be Truthful (Al-Ṣidq)

Being truthful, especially after a mistake, can be difficult. We fear the consequences. Yet, we often forget that Allah (SWT) is All-Knowing. The relief that comes from telling the truth far outweighs the temporary discomfort of facing a mistake.

2. Be Trustworthy (Al-Amānah)

Are you a person others can rely on? Trustworthiness, or amānah, is a fundamental Islamic character trait. Success in life, from friendships to future careers, is built on being seen as reliable and dependable. When you are entrusted with a secret, a possession, or a responsibility, fulfilling that trust is a reflection of your faith. The Prophet Muhammad (ﷺ) was known as Al-Amīn (the Trustworthy) even before his prophethood. This quality is so vital that Allah (SWT) uses it to describe the very foundation of faith:

[Let there be no compulsion in religion: Truth stands out clear from error: whoever rejects evil and believes in Allah hath grasped the most trustworthy hand-hold, that never breaks. And Allah Heareth and Knoweth all things.] (Al-Baqarah 2:256)

3. Have Self-Restraint and God-Consciousness (Taqwā)

One of the greatest challenges for youth is mastering one's desires. Developing self-restraint is key to avoiding what is harmful and being moderate in what is permissible. This quality, known as taqwā (God-consciousness), is the ultimate shield.

Taqwā is the awareness that Allah (SWT) is always watching, which motivates you to restrain yourself from displeasing Him.

4. Be Thorough (Itqān)

Do you rush through your homework or prayers just to get them done? Or do you strive for excellence in your work? Being thorough and aiming for perfection (itqān) is a prophetic quality.

Our religion itself was perfected by Allah (SWT), and our Prophet (ﷺ) was sent to perfect good character. This spirit of excellence should apply to all that we do—our studies, our chores, and especially our worship. Being thorough in your prayer (ṭahā), for example, helps build patience and concentration. As the Prophet (ﷺ) said: I was sent to perfect good character.

5. Be Focused (Khushū')

In our age of digital distraction, the ability to focus is a superpower. Do you find your mind wandering during prayer or in class? Developing deep concentration is essential for both spiritual and worldly success. The Qur'an praises believers who have khushū' (humble focus and concentration) in their prayers:

...those who humble themselves in their prayers.

— Qur'an, Al-Mu'minu'n 23:2

This humility comes from being fully present and aware that you are standing before your Lord. Practice developing this focus in your prayers, and you will find it easier to concentrate on your studies, sports, and other important tasks.

Source- islamonline



ثلاث عبادات تفتح أبواب الجنة وتمحو الخطايا .. تعرف عليها

الرِّبَاطُ " ليصف هذه الأعمال بأنها "رباط"، أي تشبه الجهاد في سبيل الله، من حيث الثواب وربط النفس بالطاعة.

**ولهذا الحديث النبوي الشريف فوائد عظيمة
اجلها العلماء في ست فوائد هي:**

الفائدة الأولى: حرص
النبى صلى الله عليه وسلم على تعليم أصحابه عليهم السلام ما ينفعهم في أمر دينهم، ويربطهم بالآخرة.

الفائدة الثانية: فضل
إسباغ الوضوء؛ خاصة إذا كان فيه مشقة؛ كأيام الشتاء، والبرد الشديد، والمراد بالإسباغ هو إتمام الوضوء.

الفائدة الثالثة: فضيلة
حضور صلاة الجماعة في المسجد، وكثرة الخطا إلى المسجد

الفائدة الرابعة: انتظار
الصلاة في المسجد من الصلاة التي أداها إلى الصلاة التالية لها، وهنا المنتظر قد ترك كل شيء، وانقطع لله تعالى، فكيف إذا شغل نفسه في تلك المدة بالذكر وقراءة القرآن، والبعد عن المشتغلات



جاءت تلك الوصفة النبوية في حديث شريف يعد من جوامع الكلم فعن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال: **أَلَا أَدُلُّكُمْ عَلَى مَا يَمْحُو اللَّهُ بِهِ الْخَطَايَا، وَيَرْفَعُ بِهِ الدَّرَجَاتِ؟ قَالُوا: بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ. قَالَ: إِسْبَاغُ الْوُضُوءِ عَلَى الْمَكَارِهِ، وَكَثْرَةُ الْخَطَى إِلَى الْمَسَاجِدِ، وَانْتِظَارُ الصَّلَاةِ بَعْدَ الصَّلَاةِ، فَذَلِكُمُ الرِّبَاطُ، فَذَلِكُمْ** الرِّبَاطُ رواه مسلم. وفقا لـ "الجمهورية أون لاين".

يرشدنا النبي ﷺ في هذا الحديث العظيم إلى ثلاث أعمال عظيمة تكفر الخطايا وترفع بها الدرجات:

إسباغ الوضوء على المكاره:

أي إتمامه بإتقان حتى مع وجود مشقة كالبرد أو التعب، مما يدل على صدق النية وقوة الإيمان.

كثرة الخطا إلى المساجد:

أي التردد المستمر للصلاة فيها، سواء بالبعد المكاني أو التكرار، وهو عمل يكتب فيه الأجر على كل خطوة.

انتظار الصلاة بعد الصلاة:

أي ربط القلب بالطاعة، والجلوس في المسجد أو الانشغال بذكر الله حتى يحين وقت الصلاة التالية، وهذا من أعظم صور الرباط في سبيل الله.

وختم رسول الله ﷺ الحديث بقوله **"فَذَلِكُمُ الرِّبَاطُ، فَذَلِكُمْ**

السعودية تستضيف المؤتمر العالمي للسياسات الثقافية "موندياكولت 2029"

أعلنت منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة «يونسكو» استضافة السعودية لمؤتمرها العالمي للسياسات الثقافية والتنمية المستدامة «موندياكولت» في عام 2029، جاء ذلك خلال أعمال دورته الحالية، التي أقيمت بمدينة برشلونة الإسبانية بين 29 سبتمبر (أيلول) و1 أكتوبر (تشرين الأول) 2025.

وأعرب الأمير بدر بن عبد الله بن فرحان، وزير الثقافة السعودي، عن ترحيب بلاده باختيارها لاستضافة المؤتمر، مؤكداً عمق الشراكة مع «يونسكو» الساعية إلى مواصلة الجهود المبذولة للتنمية الثقافية. وفقاً لـ «الشرق الأوسط».

وشهدت أعمال المؤتمر إطلاق مشروع «المتحف الافتراضي للقطع المسروقة»؛ أول منصة رقمية من نوعها عالمياً، بدعم من المملكة عبر الصندوق السعودي في «يونسكو»، وذلك خلال فعالية خاصة على هامش مؤتمر «موندياكولت 2025».

وعد الأمير بدر بن عبد الله بن فرحان، إطلاق متحف «يونسكو» الافتراضي للممتلكات الثقافية المسروقة «علامة فارقة في مسيرة التعاون الدولي لحماية التراث الإنساني المشترك»، مؤكداً أنه «ليس مشروعاً ثقافياً فحسب، بل التزام بالعدالة الثقافية، وحفظ ذاكرة الشعوب».

وأكد وزير الثقافة حرص السعودية البالغ، بتوجيهات من قيادتها، على أن تكون في طليعة الدول الداعمة لهذه الجهود، وذلك انطلاقاً من إيمانها بأن صون التراث واجب حضاري، ومسؤولية إنسانية.

وأضاف الأمير بدر بن عبد الله بن فرحان: «المملكة دعت إلى تعزيز التعاون الدولي لمواجهة ظاهرة الاتجار غير المشروع بالممتلكات الثقافية، وضمان عودة الحقوق لأصحابها الأصليين حفاظاً على تاريخ الأمم، وصوناً للقيم المشتركة».

ويأتي تدشين المشروع ضمن جهود توحيد المساعي الدولية لمكافحة الاتجار غير المشروع بالتراث الثقافي، وتعزيزاً للشراكات العالمية، ودعمًا للعمل المشترك من أجل حفظ هذا التراث للأجيال القادمة.

ويُمثل علامة فارقة في مسيرة التعاون الدولي لحماية التراث الثقافي، حيث يهدف إلى رفع مستوى الوعي بالاتجار غير المشروع بالممتلكات الثقافية، وأثره السلبي على المجتمعات، مع التركيز على إعادة القطع المسروقة لموطنها الأصلي.

ويضم «المتحف الافتراضي للقطع المسروقة» في مرحلته الأولى أكثر من 240 عملاً أثرياً، وأحفوريات باتت متاحة للجمهور بتقنيات متقدمة ثلاثية الأبعاد، بما يتيح تجربة معرفية غير مسبوقة.

ويعد مؤتمر «موندياكولت» تجمعاً دولياً يهدف إلى تعزيز الحوار حول الثقافة ودعم السياسات الثقافية؛ إذ عُقد لأول مرة في مكسيكو عام 1982، وأسهمت السعودية في إعادة إحيائه عبر دعم المكسيك لاستضافته عام 2022، وترؤس الرياض للمشاورات الإقليمية للمنطقة العربية خلال تلك الدورة.

وتأتي استضافة السعودية للمؤتمر امتداداً لجهودها على كل الصعد الوطنية، والإقليمية، والعالمية في ترسيخ دور الثقافة التنموي، وتحقيق عوائد عدة في تحفيز الابتكار والإبداع الثقافي، والمساهمة في صنع السياسات الثقافية المستقبلية.



الروائي اليمني حميد الرقيمي يفوز بجائزة "كتارا" عن روايته "عمى الذاكرة"

وأصدر روايتين هما "حنين مبعثر" و"الظل المنسي"، لتكون رواية "عمى الذاكرة" ثالث أعماله الأدبية التي نالت ثقة الجائزة البالغة قيمتها 30 ألف دولار.

خارج التوقع

ومع ما يعتدل في بلاده من أحداث سياسية ملتهبة، يقر بأن ظروف اليمن "محزنة للكتابة وواقعة فرصة غزيرة للعمل الروائي"، ولهذا جاء الإصدار مرتبطاً "باليمن وواقعه الصعب والتحديات التي شهدتها، مع التركيز كثيرًا على الإنسان والمجتمع وما يدفعه الناس وهم بعيدون عن وسائل الإعلام وهي متخفية من الحمل السياسي".

بخصوص توقعات الفوز قال الرقيمي إنه جاء "مصادفة، وفوز الرواية التي استغرق إنجازها ثلاثة أعوام هو تقدير للعمل والأدب اليمني". وأضاف "كنت هذا الإصدار في أوقات صعبة من الألم وذروة اليأس، لكنني اليوم هنا، في المكان الذي لم أتخيله يوماً في الدوحة، المدينة التي حلمت أن أكون فيها معلقاً رياضياً في طفولتي ومذيعاً تلفزيونياً خلال أيام دراستي الجامعية، لكنني اليوم هنا على السجاد الأحمر، فائزاً ومكرماً وبطلاً".

يشار إلى أن "كتارا" اختيرت من قبل المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم "الألكسو" عام 2023، لتصبح مدينة للرواية العربية بناءً على طلب من المؤسسة العامة للحي الثقافي بقطر، وتعد جوائزها واحدة من أهم الجوائز الأدبية في الوطن العربي.

مثل فوز الروائي الشاب حميد الرقيمي بجائزة كتارا للرواية العربية فرصة لإعادة التعريف بالمبدعين اليمنيين الذين غيبتهم أعوام الصراع الدامية وما شهدته فترة الـ11 عاماً الماضية من غياب للأعمال الأدبية البارزة كتعبير جلي لمآلات واقع البلد الصعب.

أعلنت المؤسسة العامة للحي الثقافي في قطر "كتارا"، فوز الرقيمي بجائزتها للرواية العربية في دورتها الـ11 عن روايته "عمى الذاكرة" ضمن فئة الروايات المنشورة، خلال حفل أقيم في العاصمة الدوحة، كشفت فيه عن أسماء الفائزين في الفئات المختلفة للجائزة، والتي ضمت 53 عملاً أدبياً موزعاً على ست فئات هي الروايات المنشورة، وغير المنشورة، وروايات الفتيان، والروايات التاريخية، والرواية القطرية، والدراسات النقدية.

مرافعة عن اليمني

عن فحوى الرواية يقول الكاتب الرقيمي إنه أراد أن يشكل العمل "مرافعة إنسانية في وجه الظلم كوننا نعيش تغريبية منسية وحالاً من الشتات، من دون أن يلتفت لليمني أحد، فكان لا بد أن أكتب عن هؤلاء المنسيين والمعذبين".

ونقلت صحيفة "انديبننت عربية" عن الرقيمي قوله: "أن فكرة الرواية "تقوم على الهوية والبحث عن الذات وصراع الإنسان مع واقعه، وتحفل بثيمات كثيرة منها الحرب والهجرة وتفاصيل حاولت أن تجسد رحلة كثير من شباب هذا الجيل، في ظل الواقع الذي يعيشونه".

ويعد حميد الرقيمي واحداً من الأدباء الشباب في بلاده، سبق



German Woman Returns Greek Relic Stolen Over 50 Years Ago

A German woman who stole the top of an ancient column in Olympia over half a century ago has returned it to Greece, the Greek culture ministry said.

The capital of the column, made of limestone and measuring 24 cm (nine inches) high and 33.5 cm wide, was taken from the Leonidaion, a 4th-century BC guest-house. According to AFP. It is the third artifact returned by the University of Muenster in recent years. The handover took place.

"Motivated by the recent return of important antiquities from the University of Muenster to their countries of origin, she decided to hand it over to the university, with whose valuable contribution it returned to Greece and Ancient Olympia," the ministry said, hailing the "sensitivity and courage" of the woman.

In 2019, the University of Muenster returned a twin-handled wine cup belonging to a champion from the first modern Olympic Games in Athens in 1896.

Then in 2024, it returned a Roman-era marble male head which came from a cemetery in Thessaloniki.

"This act proves that culture and history know no borders but require cooperation, responsibility, and mutual respect," Giorgios Didaskalou, a senior culture ministry official said.

Torben Schreiber, curator of the University of Muenster's archaeological museum, added that: "It is never too late to do the right thing, the moral and the just."

Athens has been trying for years to broker deals for the repatriation of antiquities without resorting to legal action.

Its chief goal remains the return of the Parthenon Marbles, held by the British Museum since the 19th century.



سيد أدب الرعب في هذا العصر: المجري الفائز بنوبل الآداب لازلو كراسناهوركاوي... كاتب السوداوية والكآبة

يُوصف الروائي المجري لازلو كراسناهوركاوي الذي نال في سن الحادية والسبعين جائزة نوبل للآداب، بأنه "كاتب ذو أسلوب أسري"، وهو يتميز بكتابات المتطلبة ونتاجه المطبوع بالكآبة وبأجواء رؤيا نهاية العالم.

وقال مترجم أعماله إلى الإنكليزية الشاعر جورج سيرتش لوكالة فرانس برس عام 2016 "إنه يجذبك حتى يتردد صدق العالم الذي يستحضره وينعكس على داخلك، حتى يصبح رؤيتك الخاصة للنظام والفوضى". وفقا لـ "أ ف ب".

واقْتُبِسَ من "ساتان تانغو" عام 1994 فيلم روائي طويل للمخرج المجري بيلا تار يحمل العنوان نفسه، وتتجاوز مدته سبع ساعات.

كذلك اقتبس تار في فيلمه "فيركميستر هارمونيز" Werckmeister Harmonies عام 2000 رواية كراسناهوركاوي "كآبة المقاومة" الصادرة عام 1989، والتي تدور أحداثها أيضاً في منطقة موحشة خلال الحقبة الشيوعية.

ويُشَبَّه كراسناهوركاوي بالكاتبين الإيرلندي سامويل بيكيت والروسي فيودور دوستويفسكي، فيما رأت فيه الناقدة الأميركية سوزان سونتاغ "معلماً مجرياً معاصراً في مجال أجواء نهاية العالم، يلهم المقارنات مع (الكاتب الروسي نيكولاي) غوغول و(الكاتب الأميركي) هيرمان ميلفيل".

واعتبر الناقد في مجلة "نيويوركر" جيمس وود روايته "حرب وحرب" الصادرة عام 1999 بأنها "واحدة من التجارب الأكثر إقلاقاً التي عرفتتها كقارئ".

- كافكا وكيوتو -

وكتب وود "شعرتُ بأنني اقتربتُ من سكني شخص آخر بقدر ما يستطيعه الأدب".

في العام 2015، فاز كراسناهوركاوي بجائزة مان بوكر العالمية البريطانية عن مجمل نتاجه.

وأشار كراسناهوركاوي الذي كان أول مجري ينال هذه الجائزة، إلى أن من بين مصادر إلهامه الكاتب المجري بين مصادر إلهامه الرئيسية فرانتس كافكا والمغني جيمي هندريكس ومدينة كيوتو اليابانية.

وقال يومها "أمل في أن أجد، بفضل هذه الجائزة، قراءً جددًا في العالم الناطق بالإنكليزية". وأضاف رداً على سؤال عن صور أجواء نهاية العالم في أعماله "ربما أنا مؤلف يكتب روايات لقراء يحتاجون إلى جمال الجحيم".

وُلِدَ لازلو كراسناهوركاوي في 5 كانون الثاني/يناير 1954 في غيولا بجنوب شرق المجر، وتستقطب كتبه قراء خصوصاً في ألمانيا حيث عاش على مدى سنوات، وفي المجر حيث يُعتبر من أعظم كتاب البلاد الذي لا يزالون على قيد الحياة.

وبات كراسناهوركاوي ثاني مجري ينال جائزة نوبل للآداب بعد إمري كيرتش الذي فاز بها عام 2002 وتوفي في آذار/مارس 2016.

وقال الكاتب نفسه عن أسلوبه الصعب والمتطلب بأنه يعكس "التمنع في الواقع إلى حد الجنون"، كما وُصف بـ"الهوسي" بسبب ميله إلى كتابة جمل طويلة وفقرات قلما تنتهي.

واكتسب المؤلف شهرة واسعة في بلده المجر بفضل روايته الأولى "تانغو الشيطان" Satantango عام 1985 التي تناول فيها موضوعي السوداوية والعصرية والكآبة، ولا تزال أشهر أعماله.

- الجمال المؤلم -

وتتمحور الرواية على الحياة في قرية متداعية في المجر خلال الحقبة الشيوعية، وتتوزع القصة على 12 فصلاً يتكون كل منها من فقرة واحدة، وصفها سيرتش بأنها "تدقق حمم بركانية سردي بطيء".

وقال المؤلف في مقابلة إن الكتاب موجه لمن "يريدون شيئاً آخر غير الترفيه... ويفضلون الجمال المؤلم".

رمزية الحياة والموت في أدب تشيخوف



تتجلى فلسفة تشيخوف الرمزية في بساطة أفكاره، وتمازجه القصصية، وشموله لكل الأفراد في المجتمع من عليّة القوم حتى قاع المجتمع، كما تتجلى في الموضوعية الصارمة التي قد تبدو نوعاً من البرود تجاه مصائر الأبطال.

وأدبه يُعَيِّنُ طريقاً لمعرفة الإنسان والمجتمع والعالم والحياة، وطريقة لقراءة تاريخ المجتمع الإنساني، بكل طبقاته وتناقضاته وصراعاته ومخاوفه وهواجسه. وأدبه ليس خاتمة مأساوية للحياة، وإنما هو جزء من التجربة الوجودية، التي تُعَكِّسُ هُشاشة الإنسان، وقوّة حياته، وتُدفعه إلى العيش بعمق مع استغلال كل لحظة، وبناء وعي معرفي بأهمية الحياة وختمية الموت.

والجدير بالذكر أن تشيخوف يوصفه طبيباً كان يواحه الموت يوميّاً، حيث اعتاد التعامل مع المرضى الذين يعيشون على هامش المجتمع، وهذا الاحتكاك المباشر جعله يرى الموت حقيقة واقعية، وفرصة للتأمل ومراجعة الذات، وتذكيراً دائماً بضرورة العيش بصدق. وهكذا، صار الموت في أدبه تجربة وجودية يومية. ولم يحاول تحويل الموت إلى مأساة، أو كارثة، أو حدث درامي عاطفي مفقود، أو جزء من معركة زوجية، أو جزء من صراع داخلي وجودي. بل كان الموت جزءاً من التدفق الطبيعي للحياة. واعتبر تشيخوف الطبيعة رمزية أساسية لفهم الموت، وفي قصصه، ترتبط الطبيعة بالتقلبات النفسية والتحوّلات الداخلية للشخصيات، وتنضج الحياة بوصفها ولادة للحلم والأمل، ويتضح الموت بوصفه تكريساً للعدم والفناء.

كاتب من الأردن

أو المُبالغات، مع قدرة على طرح أسئلة فلسفية عميقة، والمزج بين الحس الكوميدي والأحاسيس الموحجة والساخرة، خاصة في تناول الأحداث اليومية والطبقات الاجتماعية، والحرص على التأمل في المصير البشري، حيث تتناول تساؤلات حول قدر الإنسان، والعدالة، وقيمة العمل، من خلال قصص تسلط الضوء على تفاصيل الحياة العادية.

تتناول أعمال تشيخوف مواضيع عالمية كالحب، والموت، والبحث عن جدوى الحياة وحقيقة الوجود، وتقدم فهماً عميقاً للحالة الإنسانية، وتعيدات العلاقات بين الناس.

وفي قصصه القصيرة، يتخذ الحب أشكالاً متعددة، فيظهر الحب العاطفي الشهوواني الذي يستحوذ على كل شيء، كما يظهر الحب بمغناه العائلي الاجتماعي، ويصور تشيخوف بشكل متكرر التوترات والصراعات التي تنشأ في العلاقات الرومانسية، مُشدداً في كثير من الأحيان على المشاعر المعقدة التي قد تنشأ عندما يكون الشخصان على صلة وثيقة.

تعمق تشيخوف في مواضيع الوجود الإنساني، والبحث عن معنى للحياة. واستكشف - من خلال شخصيات قصصه - تعقيدات الحالة الإنسانية، وكفاح الإنسان لإيجاد مكانه في العالم، وشعوره بالملل والقلق أثناء البحث عن معنى أعمق في الحياة، والانشغال بالأسئلة الوجودية عن المعنى والغاية. ويتكرر موضوع الموت في قصصه باعتباره محفزاً لصراع الشخصيات الوجودي. ومن خلال الموت تظهر هُشاشة الحياة، وحتمية الفناء. وتختلف نظرة الشخصيات إلى الموت، فالبعض يعتبره تحزراً من معاناة الحياة وفراغها، والبعض الآخر يعتبره تذكيراً بقيمة الحياة وضرورة عيشها.

إبراهيم أبو عواد *

يُعتبر الكاتب الروسي أنطون تشيخوف (1860 - 1904) أعظم كاتب قصة قصيرة في التاريخ. كتب المئات من القصص القصيرة التي اعتُبر الكثير منها إبداعات فنية كلاسيكية، كما أن مسرحياته كان لها تأثير عظيم على دراما القرن العشرين، وتعلم منها الكثير من كتاب المسرحيات المعاصرين.

قام بابتكارات إبداعية أثرت بدورها على تطوير القصة القصيرة الحديثة، وتتمثل أصالتها بالاستخدام المبكر لتقنية تيار الشعور الإنساني الداخلي، وتوظيف التفاصيل الدقيقة الظاهرة، وتجميع الأحداث الخارجية في القصة، لإبراز النفس الداخلية للشخصيات.

تتجلى الرمزية في أدبه وقصصه من خلال استخدام عناصر حسية لتمثيل مفاهيم مجردة، والتركيز على تعقيد الطبيعة البشرية، وتناقضات المجتمع الإنساني. وتشيخوف يستخدم الرموز للتعبير عن الهُشاشة الوجودية، والفراغ الداخلي للشخصيات في إطار واقعي، وإظهار جوهر المشاعر الإنسانية والأفكار العميقة، واستكشاف مواضيع التغيير والتضال من أجل التأكيد مع المشهد الاجتماعي الجديد.

حول تشيخوف صور الطبيعة إلى رموز تعكس مشاعر الشخصيات وتجاربها، وتنقل حالتها العاطفية. وغالباً ما يُظهر التناقض بين جمال الطبيعة وقسوة المجتمع الإنساني. كما أنه حول السخرية إلى رمزية أدبية لنقد الأعراف والتقاليد المجتمعية.

إن أدب تشيخوف قائم على فكرة البحث عن معنى في عالم قاس وحشين وغرب مبال، مما يعكس ضعف الإنسان وصياغته في متاهة الحياة. واعتمد في أعماله على صدق الوصف، والإيجاز والموضوعية، وتصوير الأشخاص والأشياء بدقة، وتجنب الأحكام المباشرة

أمثال روملوس وريموس باتوا كثيرين في روما!

حسن داوود

بندتا، لا تطبق ساكني العمارة التي تعمل حارساً لها.. إنهم مثيرون للمشاكل كما تقول. المصعد يستحوذ على جل اهتمامها، بل على اهتمامها كله غالباً، وهي تنصدى للزائرين من خارج العمارة، داعية إياهم إلى الصعود مشياً على السلم، هذا إذا لم تمنعهم من الدخول أصلاً. لإغاضتها بال أحدهم في المصعد، وحدثت جريمة تركت جثة القتيلة مدمة فيه. تكررهم الحارسة العجوز، أكثرهم مهاجرون قدموا إلى إيطاليا من بلدان العالم الفقير. وهم قليلو الإمام باللغة الإيطالية، بل هي تمقت إمام أحدهم، أميدي (وهو أحمد في الأصل)، لأنه يجيدها أكثر من أهل روما الأصليين. كما أنها تزدرى البلدان التي هاجروا منها، رغم أنها لا تعرفها، فتعبد نسب كل منهم إلى بلد ليست بلده كأن تنسب الإيراني إلى ألبانيا والفييتنامي إلى كوبا، بل إن مقفها يتعدى أحياناً المهاجرين ليصل إلى إيطالي المناطق الأخرى من ذاك البلد. وهذا ملف يضاف إلى ملفات التنازع بين المواطنين الأصليين والمهاجرين في روما.

الرواية لا تتبعد عن موضوعها هذا ساعية إلى إثارة كل ما قد يؤدي إلى استنهاض الخلاف فيه، وهذا يطال أكثر مناطق الجنوب الإيطالي، على قدر ما يطال المهاجرين، الملاحقين أصلاً ومن دون حاجة إلى أسباب تدعو إلى ذلك.

الاختلاف بين جنوب إيطاليا وشمالها لا يقل حدة وضراوة عن ذاك الذي نشهد فصوله في بلدان كثيرة يبنها بلداننا بالطبع، فحسب أهل الجنوب الذين هاجروا إلى الشمال، عقب الحرب العالمية الثانية، مساهمين بنهضة بلدهم، هم غير مرحب بهم من أهل الشمال. كان إيطاليا لم تتوحد بعد. أحد أبطال الرواية يذكر، معتمداً على مقال قرأه في صحيفة، كيف أنه جرى توحيد ذاك البلد قبل أن يتوحد من سيصيريون مواطنيه. من ذلك مثلاً افتقارهم للجوامع المشتركة بينهم، ما يجعل من كأس العالم لكرة القدم مناسبة ليسعروا بانهم إيطاليون جميعهم «يضعون الأعلام الإيطالية على النوافذ، وفي الشرفات وأمام مداخل المجلات التجارية، يا للعجب! كرة القدم تصنع الهوية! لا فائدة من الدين الواحد واللغة الواحدة والتاريخ المشترك».

وفي كراهية مثل هذه يصير الالتزام بما تنتظره حارسة العمارة، شيئاً مطعوناً في دافعه، فإذا يمتنع أميدي (أحمد) الذي يحبه الجميع عن استعمال المصعد والأوتوبيس والمترو وتعلقه



بالمشي، جعل أحدهم يشك في انتمائه إلى تيار سياسي يفوق النازية والفاشية والستالينية، ألا وهو تيار الخضر. كما إنه لا يتحرج من تسمية دعاة حماية البيئة بالبرابرة الجدد، لأنهم يسعون إلى إيقاف عجلة التقدم والتكنولوجيا وإعادة البشر إلى العصر الحجري.

وفي ما يتعلق بحياة المهاجرين قليلة هي اللقاءات والحوارات التي تجري بينهم، لكن الرواية أتاحت لكل منهم الكلام بمداخلة يقولها، متبوعة بعواء يعبر به عن شوقه أو ضيقه أو يأسه أو رأيه بما يجري حوله. ولم تصور الرواية وقائع حياة مشتركة بين اثنين من شخصياتها، رغم سعيه لمساعدتهم وحمائيتهم، لكنها مكنت كلا منهم من أن يقول قوله كاملاً في الآخر، وإن بنبرة المراقب المتحزى عنه، أو بنبرة الشاكي مما يلقاه في حياته بعيداً عن مسقط رأسه. فهي هو أميدي يشكو مما صارت عليه حاله بعد هجرته وفقدانه الإقامة بين أهله، متذكراً، في معرض كلامه عن لعنة الذاكرة، كيف كان يعيش صوم رمضان بتفاصيل

سحوره وإفطاراته وأطاييب الطعام بمختلف أشكاله وألوانه. أميدي، لكونه يعرف إيطاليا بما يتعدى معرفة أهلها بها، يلقي ثناء على ذلك من المهاجرين وتشككاً واتهاماً بالجاسوسية من سواهم. كما أنه متهم من البعض بجريمة المصعد ومبرأ من البعض الآخر، من دون أدلة في حوزة هؤلاء أو في حوزة أولئك. ذاك حتمي طالما أن للعملة وجهين ينبغي أخذ كل منهما في الاعتبار. عالم الرواية، رغم تطرقه إلى كل ما يتصل بأكثر القضايا المعاصرة، سواء تعلقت بالمهاجرين، أو تجاوزتهم، عالم خال من الاحتقان والنوازع العنيفة، هذا ما يميز الرواية الخارجية من البلاغة الجاهزة في تعاملها مع إحدى قضايا العالم الساخنة. ربما يرجع ذلك إلى نبرة السخرية الخفيفة الوطأة أثناء كل شيء، من نوع المقت الذي ترمي به بندتا، حارسة العمارة، أولئك المهاجرين، وقد شملت تلك السخرية، القضية الأكثر سخونة وحدوثية في الرواية مثل جريمة المصعد، أو يعود ذلك ربما إلى إيتار المهاجرين السلامة في تصرفهم وفي سرائرهم على السواء. هي رواية رائدة في وجهتها ولغتها وبنائها، ومعاصرتها أيضاً. «كيف ترضع من الذئبة دون أن تعضك» للجزائري عمارة لخص، صدرت طبعها الرابعة عن دار المتوسط، وكانت طبعها الأولى قد صدرت عن الدار نفسها في 2003.

كاتب لبناني



شفرة Gaza code غزة

عبدالناصر مجلي *

صورة لأكبر جدارية في غزة (مواق
التواصل)
جديرة أنت بالشهادة
التي تُخلدك، وبالحياة
وبالنصر المنشود، يا غزة،
وببكاء اليتامي
وزغردات الصبايا
في مواكب الشهداء
التي لا تتوقف.
بالجذب، وبالماء،
بالفرح، وسائر الأحزان،
بالجراح كلها، وبجوامع الفرح
والمسرات،
بالدم المراق في كل نواحيك،
وهمهمة الصغار الخائفين
في أزقة الخراب والدمار.
جديرة بالرماد، والسوسن، والرياحان،
بالشهداء إذ يتسابقون للذود عنك،
وبجثث أعدائك العميان، مُهملة في
الأرجاء،
منسية، لا يسأل عنها أحد.
يا سيدة مدن الفداء الضخم،
ونشيد الزحف الكبير
باتجاه الأمتار الأخيرة
من ملحمة الصمود العظيم.
جديرة بالتين والزيتون، وبمحارق
كلاب البغي في ساحاتك العالية،
برائحة المسك، وحرقة الفحم والبارود.
جديرة بكل هذا، لأنك أنت غزة،
العصية على الكسر، والتكسير،
والانكسار،
شفرة الخلود،

وأول الحكاية، وخاتمة البكاء.
طينك من تراب، وذهب، ودم
وجدائك نخل مزهرة بالبشارات،
ووجهك أغنية ماء، وحنين فصول.
ولهذا سمّوك غزة:
الجمرة والوردة،
قطرة المطر الغاضبة،
وقمّح المساعب العُمي.
جديرة أنت بأئين الناي، ونشيج الوتر،
بقصائد الحب، ورباعيات الرثاء،
لأنه ليس مثلك إلا أنت،
جغرافية أحزان معتقة، ونواحي قرنفل.
يمر في دروبك الشهداء،
موشحون بمقاتلهم البيض،
تدوي في صدورهم
تهاليل، وتسابيح، وأدعية.
لا شيء يشبهك في مآتمك الواسع،
وحزنك العميق.
لا شيء يشبه حروفك،
أو صلواتك،
أو طلاس منعتك العصية على
الانكسار.
أنت سيدة الخوف والرجاء،
أول الشهقة، ومنصف العزاء،
لا مثيل لك إلا أنت،
يا أغنية الأحزان الطويلة
في ليل القتل، وصمت النواحي.
من أين يدخلك الغزاة؟
ومن دلهم إلى قلبك العاشق؟
كيف سكت حراس الزوايا
عن مقاتلك الألف ألف،
وهم يرون ضباع الإرهاب العبري
تنهش لحملك، وعرضك،
وتحرق سवालِك الغسانية،

ولم تضج في قلوبهم نخوة،
أو تُرعد في صدورهم غصة،
أو صرخة سيف غاضبة؟
من دل الغريب على قلبك؟
ومن توارى خجلاً عن نصرتك؟
ومن عميت عيناه
عن رؤية مقاتلك الشاهقة؟
ومن أصيب بالصمم
عن سماع بكائك الموجه، الرثاء؟!
نحن لم نخذلك،
نحن فقراء الأزقة، ومصاطب الأنقياء،
نحن فرسان المواجه، والعترات،
والخيبات،
نحن أنبياء البشارات الخضراء، ورسل
الحقائق الموجهة،
نحن يتامى موائد اللثام، وعشاق
القصاص الغاضبة.
لم ننكر أصلك، وفصلك، ودمنا منك،
لم نخط خطوة واحدة إلى الوراء،
ولم نعثر، أو نجبن عن نصرتك على
الأشهاد،
لأنه شرف نلناه من قاني دمك المسفوح،
ومقاتلك اللا تعد أو تُحصى.
نحن، أو كلنا، في كل شوارع العالم.
يا غزة،
كل شيء دونك سراب.
يا غزة،
يا قصيدتنا التي ننشدها الآن.
يا غزة،
يا وجع العالم المكلل بالخوف
والأحزان.
يا غزة،
كل عشق دون هواك كاذب،
كل دمة ليست لك نفاق،
كل صرخة ليس فيها اسمك سراب.

جئت الصحف، إلا صحائفك
التي لا تزال مخضلة بدماء صغارك.
ولم يبق من البلاد بعدك إلا البلاد،
ولم تبق من الجغرافيات شاهقة
في الخرائط، إلا خارطتك المضيئة
بقاني الدم، وابتسامات الشهداء،
ترفرف في سمواتك البيض.
يا غزة،
يا حشرة الموت الخائفة،
ويا كل ما في الحياة من حياة.
قومي من تحت الردم،
قومي من موتك الأعمى،
اشرقي شموساً وأقماراً
في سموات القراصنة العُمي.
انتفضي، وانفضي عنك
ركام الموت والخراب،
فأنت غزة العزة،
وأنت أمنا التي حاصرتها
ضباع الرهبوت، ولم تجفل أو تنهار.
وأنت شرفنا العربي الذي لا يُخدش،
وزيتنا النبوي الذي لا تنطفئ دُبالاته،
وقنديل دربنا الطويل
إلى شاطئ العنقوان، وعناوين
اليسالات.
وأنت ما لم يقدر الرواة على وصفه،
وما لم يستطع الطغاة كسرك، ولن،
وما عجزت عنه رماح الغدر،
وصواعق الفتك والإفتك.
يا غزة،
يا غزة،
يا غزة!!

*قاص وروائي وشاعر يميني أمريكي



400-year-old Rubens painting uncovered in Paris mansion

A long-lost, dramatic painting of Jesus Christ's crucifixion by 17th century Flemish master painter Peter Paul Rubens was found in a mansion in Paris, and will be auctioned this fall.

Christ on the cross (1613) was discovered by French auctioneer Jean-Pierre Osenat last September, while preparing to selling the private residence in the city's 6th district, according to AFP, which first reported the news.

Osenat said the large Baroque painting measuring 42 by 29 inches was "a true profession of faith and a favourite subject for Rubens, a protestant who converted to Catholicism".

"It was painted by Rubens at the height of his talent," Osenat told AFP, noting the artwork was in "very good condition".

"It is an extremely rare and incredible discovery," he added.

Osenat said that Christ on the cross was authenticated by German curator and art historian Nils Buttner, who has been Chairman of the Centrum Rubenianum in Antwerp, Belgium since 2021. The artwork's provenance was also certified through X-ray imaging, pigment analysis, and other methods.

The painting will also be included in the next Addenda and Corrigenda of Rubens's catalogue raisonné, reported Artnet News.

Unlike many of the others works by Rubens produced for the Catholic Church, Christ on the cross was likely made for a private collector. Before the owners of the Parisian mansion where the work was discovered, AFP reported the painting "is thought to have belonged to the 19th-century French academic painter William-Adolphe Bouguereau". The painting is set to be auctioned off by Osenat's namesake auction house in Fontainebleau, France during a sale on November 30.



بعد 77 عاما.. كشف سر اللون "المسموم" في لوحة جاكسون بولوك الشهيرة

ولا يقتصر هذا الكشف على كونه مجرد فضول فني، بل يقدم "سياقا حاسما للحفاظ على عمله" وفهمه. وتعد معرفة التركيب الكيميائي الدقيق للألوان المستخدمة أمرا بالغ الأهمية لعلماء الترميم للحفاظ على اللوحات الأصلية ومنع تلفها مع مرور الوقت.

وتعرض لوحة "الرقم 1 أ، 1948" في متحف الفن الحديث (MoMA) في نيويورك، ويبلغ عرضها نحو 2.7 متر (9 أقدام). وهي مثال بارز على أسلوب بولوك المسمى "الرسم الحركي" (Action Painting)، الذي يركز على فعل الرسم الجسدي نفسه أكثر من الموضوع.

وصنع بولوك هذه اللوحة بطريقة غريبة ومباشرة. فقد كان يثقب علب الطلاء أو يستخدم عصا ليرش ويقطر ألوان الزيت والطلاء المينائي

بكل حرية وعفوية.

ولم يكن يضع القماش

على حامل تقليدي، بل

كان يبسطه على أرضية

مرسمه الكبير، الذي

كان عبارة عن حظيرة

قديمة (سقيفة) حولها

إلى استوديو في منطقة

لونغ آيلاند.

ولإضافة لمسة شخصية

أخيرة، غمس يده في

الطلاء وضغطها على

اللوحة بالقرب من

الزاوية اليمنى العليا

للوحة، وكأنه يوقع على

تحفته بتوقيع لا يمكن

تقليده.

وعلى عكس المظهر الفوضوي الظاهر، رفض بولوك تفسير

أعماله على أنها عشوائية، قائلا: "الفنان الحديث يعمل

بالفضاء والزمن، ويعبر عن مشاعره بدلا من أن يصور".

وخلال فترة إنشاء هذه اللوحة (1948)، توقف بولوك

عن إعطاء لوحاته عناوين موحية وبدأ في ترقيمها فقط.

وعلقت زوجته، الفنانة لي كراسنر، قائلا: "الأرقام محايدة.

إنها تجعل الناس ينظرون إلى اللوحة على حقيقتها -

كلوحة خالصة".

جدير بالذكر أن أزرق المنغنيز، ما يزال حتي يومنا هذا،

لونا صعب المحاكاة بشكل صحيح بمزج الألوان المتاحة

حاليا، ما يضيف طبقة أخرى من التفرد لتحفة بولوك

الخالدة.

كشف فريق علمي دولي النقاب عن لغز دام لعقود يتعلق بإحدى أشهر لوحات الفنان الأمريكي جاكسون بولوك، مؤسس مدرسة "التعبيرية التجريدية".

فبعد 77 عاما من إنشائها، تم التأكد لأول مرة من أن اللون الأزرق النابض بالحياة في لوحة "الرقم 1 أ، 1948"

(Number 1A, 1948) هو صبغة "أزرق المنغنيز" (Manganese Blue)، وهي صبغة اصطناعية تم إيقاف

إنتاجها في التسعينيات بسبب سميتها العالية والمخاوف البيئية. وفقا لروسيا اليوم نقلاً عن صحيفة "ديلي ميل".

وقام فريق بحثي مكون من علماء من متحف الفن الحديث (MoMA) في نيويورك، وجامعة ستانفورد، وجامعة مدينة

نيويورك، بأخذ عينات مجهريّة من الطلاء الأزرق في اللوحة. وباستخدام

تقنية متطورة تعتمد على تشتيت الضوء

بواسطة الليزر وقياس اهتزازات الجزيئات، تمكن العلماء من

الحصول على "بصمة" كيميائية فريدة للون. وأكدت النتائج،

التي نُشرت في مجلة Proceedings of the National Academy

of Sciences، أن التركيب الكيميائي

يتطابق تماما مع صبغة أزرق المنغنيز.

تاريخ صبغة "منقرضة"

كانت صبغة أزرق المنغنيز تستخدم منذ الثلاثينيات وحتى التسعينيات من القرن العشرين. وبخلاف

الاستخدام الفني، استخدمت هذه الصبغة أيضا في تلوين أسمنت حمامات السباحة، إلا أنه تم حظرها ومنع

إنتاجها في نهاية المطاف من قبل المجتمع الفني بسبب المخاوف من سميتها، حيث يمكن أن يسبب استنشاقها

أو ابتلاعها اضطرابات في الجهاز العصبي، وفقا لموسوعة الحفظ ومواد الفنون على الإنترنت (CAMEO).

ومن المثير للاهتمام أن بولوك الذي كان يعاني من إدمان الكحول معظم حياته، كان على الأرجح غير مدرك

للمخاطر الصحية الكامنة في هذه المادة في وقت إنشاء اللوحة.



American Oscar-winning actress Diane Keaton dies aged 79

Keaton died in California and her loved ones have asked for privacy, a family spokesperson told People magazine. Keaton, who appeared in more than 60 films, stood out in Hollywood with a personal style that favoured androgynous looks: suits, turtleneck sweaters and her trademark hats. According to Al Jazeera Net English.

The actress shot to fame in the 1970s with her role as Kay Adams, the girlfriend and eventual wife of Al Pacino's Michael Corleone in The Godfather trilogy as well as her collaborations with director Woody Allen.

Keaton frequently worked with Allen, portraying the titular character in Annie Hall, the charming girlfriend of Allen's comic Alvy Singer.

"It was an idealised version of me, let's put it that way," Keaton said about the film in an interview with the United States TV network CBS News in 2004.

The film also garnered Oscars for best picture, best director and best original screenplay, cementing Keaton's place as one of the industry's top actresses and an offbeat style icon as well.

She made a total of eight films with Allen, including 1979's Manhattan.

Her star-making performances in the 1970s were not a flash in the pan as she would continue to charm new generations for decades, thanks in part to a longstanding collaboration with filmmaker Nancy Meyers, with whom she made four films.

A BAFTA and Golden Globe winner, Keaton scored Oscar nominations three other times for best actress for Reds, Marvin's Room and Something's Gotta Give.

Her many beloved films included The First Wives Club, Father of the Bride, The Family Stone and the Book Club movies.

Born Diane Hall in Los Angeles on January 5, 1946, Keaton was romantically involved with Allen, Pacino and Warren Beatty (her Reds costar), but she never married.

"I think I was really afraid of men and also very attracted to extremely talented people that were dazzling," she told Elle magazine in 2015. "I don't think that makes for a good marriage with a person like me, someone who just didn't adjust well."

Keaton is survived by her two children, Dexter and Duke, whom she adopted in her 50s.



سوبرمان 2025: إسرائيل الشريرة في مخيلة هوليوود

مريم الحبيب

هذا الصيف، قدم المخرج جيمس غن نسخةً مختلفة من "سوبرمان" أشعلت سجلاً سياسياً عابراً للثقافات. منذ طرح الفيلم عالمياً في 11 تموز/يوليو 2025، وهو يحقق أرقاماً كبيرة (نحو 220 مليون دولار في الافتتاح) ويحتل واجهات النقاش العام، ليس فقط بوصفه افتتاحية عصر جديد لـ DC، بل لأنه يقدم حكاية حرب تروى بسهولة بوصفها مرآةً لصورة إسرائيل في الوعي الأمريكي المعاصر.

الحبكة ظاهرياً بسيطة: "بورافيا" دولة حليفة للولايات المتحدة، متفوقة عسكرياً، تغزو جارتها الأفقر "جارهانبور". يتدخل سوبرمان لوقف المجزرة، بينما يتكشف أن ليكس لوثر هو مهندس الحرب، يمول ويحرض لتوريط العالم والبطل في صراع يخدم مصالحه. توصيف الفيلم لبلد أوروبي شرقي قوي يبطش بجار منهك، سكانه غالبية غير بيضاء وكثير منهم مُسلمون، يضغط على أزرار سياسية معاصرة حتى من دون تسمية مباشرة. وفقاً لـ "العربي الجديد".

غن ينفي أن قصده كان الشرق الأوسط. قبل العرض العام، قال لصحيفة "ذا تايمز" البريطانية: "حين كتبت الفيلم لم تكن الحرب في الشرق الأوسط دائرة... حاولت إبعاده عن ذلك، إنه ببساطة غزو تشبه دولة أقوى يحكمها مستبد على بلد أضعف". وهو ما أكدته تقارير هوليوودية أشارت إلى أن السيناريو كُتب قبل تصعيد الحرب على غزة. لكن النفي لم يوقف التأويل الجماهيري الذي وجد في "بورافيا/جارهانبور" استعارةً ملحةً لإسرائيل/فلسطين.

هنا تبرز قراءة موقع "موندوويس" التي ترى في الفيلم "تنبيهاً لصورة إسرائيل بوصفها كياناً معتدياً في المخيال الأمريكي". يذكر ميتشل بليتنيك في مقاله بشعار "الحقيقة والعدالة والطريقة الأميركية" كسقف أخلاقي شكل سوبرمان قديماً، ويشير إلى أن قوة الشخصية تكمن في بدايتها الأخلاقية: حماية الضعفاء. ومن هذا المدخل يقرأ بوضوح "بورافيا"

بوصفها استعارة لإسرائيل، وجارهانبور معادلاً بصرياً وعاطفياً لفلسطين، مع ديكتاتور بلامح تجمع كاريكاتورياً بين نتنياهو وبن غوريون، وعلاقة وثيقة بالمجتمع الصناعي العسكري الأمريكي. الأهم في مقال بليتنيك ليس إثبات النيات، بل التقاط التحول الثقافي: كان من المستحيل قبل وقت قصير أن تسمح هوليوود بفيلم صيفي يصور إسرائيل (ولو بالتورية) معتدية مجمرة، أما اليوم فتري "وورنر براذرز" (المنتجة) في ذلك رهاناً مقبولاً بعد إنفاق إنتاجي وتسويقي ضخم

يعكس ثقافتها بجمهور تغيّرت ذائقته السياسية. ردات الفعل عززت هذا الانزياح. رصدت الصحافة الأميركية انفجار سجل بين مُعلقين وسياسيين: حسن بيكر وصف الفيلم بأنه "ساعتان وعشر دقائق من فضح إسرائيل"، بينما اعتبر بن شابيرو أن الربط "لا يطابق الوقائع" وأن لا أجندة سياسية للفيلم. على الضفة المقابلة، احتفى ناشطون بأن "الشرير" صار واضحاً في أفلام هوليوود. وبصرف النظر عن التقييمات، فإن مجرد انتقال النقاش من الهامش إلى التيار العام هو حدث ثقافي في حد ذاته.

وعلى مستوى الصحافة العربية والناطقة بالإنكليزية، وثّق موقع "ذا نيو أراب" تلقي الجمهور للفيلم بوصفه "أكثر الأفلام الهوليوودية وضوحاً ضد إسرائيل حتى الآن"، إذ أشير إلى تماثل أسلحة "بورافيا" مع ترسانة إسرائيلية ثقيلة، ولقطات تُذكر بمسيرات العودة في غزة، فضلاً عن غضب الحكومة الأميركية داخل الفيلم من تدخل سوبرمان "من دون تفويض"، في إحالة إلى دعم واشنطن لحلفائها رغم التكاليف الإنسانية. هل نحن إذاً أمام تحول في تصوير إسرائيل داخل هوليوود؟ تميل الإجابة إلى "نعم"، ليس لأن غزّز نقل الصراع مباشرة إلى الشاشة، بل لأن شيفرة الفيلم الأخلاقية تقرأ اليوم على نحو مختلف. منذ فيلم Exodus عام 1960، رُتبت سرديات تمجد قيام إسرائيل وتُجمل القوة بوصفها دفاعاً مشروعاً. "سوبرمان" لا يقدم درساً تاريخياً، لكنه يمسّ مشاعر الجمهور إزاء القوة غير المنضبطة والتحالف مع الاستبداد، ويُعيد تعريف الإنسانية التي طالما تغنى بها البطل. يرى بليتنيك أن الأمر يتجاوز النقد السياسي إلى ترسيخ صورة جديدة: إسرائيل بوصفها قوة محتلة، والفلسطينيون ضحايا بلا حماية؛ وحين يُطبع هذا الإدراك في مُنتج جماهيري ضخم، يصبح جزءاً من الذائقة لا من الهامش الأكاديمي أو النضالي فحسب.

التوقيت ساعد أيضاً: افتتاح قوي عزز ثقة الاستوديو، وسجل رقمي غذى فضول جمهور شاب يرى العالم بأدوات مختلفة، فيما يواصل غن القول إن التشابه "مصادفة"، وإن الفكرة أعم من الشرق الأوسط. لكن، حتى لو لم يقصد الصانع مرآةً مباشرة، فالمعنى الاجتماعي يتجاوز النيات إلى التأويل السائد. هنا تتقدم الثقافة على السياسة: صورة إسرائيل تتبدل في المخيال الأمريكي، و"سوبرمان"، على خفّته، يساهم في هذا التبدل.

الخلاصة إذاً أن "سوبرمان 2025" يُثبت أن الفضاء الترفيهي صار ساحة مركزية لإعادة تعريف الصواب الأخلاقي في قضايا الحرب والاحتلال. قد يصغر غن على أن "كل ذلك خيالي"، إلا أن المنفّرج يرى "بورافيا" ويستحضر إسرائيل من تلقائه. وبينما تتغير موازين التعاطف لدى أجيال أصغر، يصبح من الطبيعي أن تجد هوليوود نفسها تُنتج أفلاماً لا تخشى كسر "تابو" قديم.



Prisoners of Hate: The Cognitive Foundations of Violence

In his recently published book, *Prisoners of Hate: The Cognitive Foundations of Anger, Aggression, and Interpersonal and Group Violence*, translated by Louay Khazal Jabr from Soutour Publishing House, Aaron Beck, a pioneer in behavioral therapy in psychiatry, deconstructs the themes highlighted in the title as the result of mental structures, both within individuals and groups.

The issue of violence, as presented in the book, begins and is shaped by a set of moral justifications provided by belonging to a group, which allows its members to practice collective violence under the pretext of defending truth and goodness. These justifications are fundamentally built upon a system of cognitive distortions that divide the world into "us" and "them," and through a mechanism of overgeneralization, which depicts reality as simpler than it is and excludes violence from the realm of accountability.

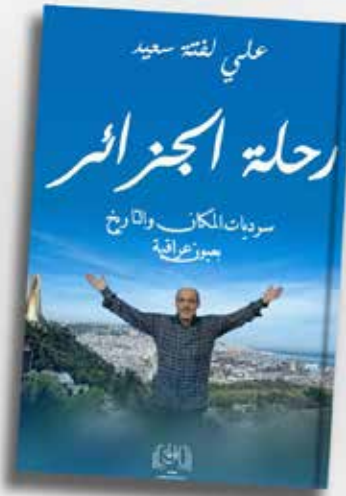
Beck uses the term "primitive thinking" to describe the mental state in which emotion overwhelms responsible assessment of a situation. As the gray shades fade, a rigid image of self and other takes its place: "We" are good and oppressed, and "they" are pure evil. This simplification is not limited to therapy rooms; it appears, with equal intensity, in public squares and crowds. The book also

explores the shift of these mental mechanisms from the individual to the collective level, when they find political and media framing, and when the social base is told that grand goals justify violent means. With the adoption of a narrative that views the group as a historical victim, the willingness to adopt extreme solutions increases, reaching the point of mass murder of another homogeneous, undifferentiated crowd. For Beck, seeing violence as the result of modifiable mental structures, he criticizes counter-violence policies. Laws emphasize deterrence and punishment, but do not target the thought patterns that produce hatred. Furthermore, attributing violence to an "evil nature" is a convenient diagnosis, but it absolves society of the obligation to reform the cognitive and cultural structures that legitimize cruelty.

In this context, Beck proposes that some of the tools of cognitive behavioral therapy be transferred from the clinic to the public sphere, by monitoring public language, particularly the excessive use of the terms "enemy," "betrayal," and the use of binary logic. He also calls for monitoring these indicators in curricula, discourse, and digital platforms. Thus, the core premise of "Prisoners of Hate" is: if violence begins with an image in the mind, then its deconstruction begins with the mind as well, by challenging the narratives that give violence its reasons for persistence by imbuing it with moral characteristics.



كتاب يزاوج بين الرحلة والذاكرة «رحلة الجزائر» لعلي لفتة سعيد



من جهته، قال الشاعر الجزائري الصادق سلامية: «إني لم أكن أدري أن هذه الرحلة وهذا اللقاء الذي لم يدم طويلاً سينال الخلود عبر كتاب قد تقرؤه الأجيال في العراق وفي بلدان عربية أخرى، وتعرف من خلاله شيئاً عن الجزائر، وعن شهدائها، وثورتها، وما عانت من إرهاب على يد الأبناء والأعداء على السواء. وقال المؤلف في مقدمته: إن هذا الكتاب ربما لا يندرج ضمن الاصطلاحات النقدية، فهو مشاهدات اعتمدت في تركيبها على ذكر الأماكن الحالية والتاريخية، بناءً على ما يذكره ضيفنا، وما تذكره المواقع الإلكترونية أيضاً. لذا هو كتاب مشاهدات بعين عراقية لأماكن جزائرية، ليكون هو بطل الرحلة التي أرى من خلالها مشاهداتي عن المكان والإنسان. وأضاف: إن هذا الكتاب لا يُرمَج على أساس رحلة الأيام، بل على أساس رحلة الذاكرة بطريقة النص الأدبي، الذي لا يحتاج إلى خيال ناطق، كما في السرديات الأدبية، بل إلى حقيقة وصدق في نقلها.

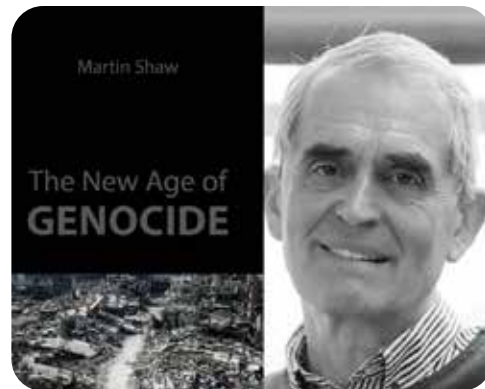
لذا، لم يُبوب على أساس الانطلاق في الرحلة، بل على أساس ماهية الاكتشاف في هذه الحلقة أو تلك، أكثر منها في هذا اليوم أو ذاك. بمعنى أن ما نشرته في صحيفة «الحقيقة»، مثلاً، سأُنشر أغلبه كما هو، وإن كانت فيه معلومات

في مؤلفه الجديد «رحلة الجزائر» سرديات المكان بعين عراقية»، يخوض الكاتب العراقي على لفتة سعيد تجربة أدب الرحلات، بعد مسيرة إبداعية أثري فيها المكتبة العربية بكتب في الرواية والنقد والقصة والشعر والمسرح. الكتاب، الصادر عن دار إيلياء للنشر والتوزيع، يوثق مشاهداته وانطباعاته خلال زيارته إلى العاصمة الجزائرية، حيث شارك في معرض الكتاب الدولي العام الماضي، مقدماً سرداً أدبياً يزاوج بين توثيق المكان واستدعاء الذاكرة. يقول الناقد الجزائري محمد حمام الذي كتب المقدمة له: أظهر الكاتب علي لفتة سعيد في كتابه قدرة على الوصف وترك بصمات لتحليل الأنثروبولوجيا، للراغبين في التعرف إثنوغرافياً على الثقافة الجزائرية. وأضاف أن الكتاب كان عبارة عن وصف إثنوغرافي لكل الأماكن التي زارها الأديب، معبراً في أوصافه عن نقاء وصفاء التراث الجزائري، وعارضا مجمل قضايا التشابه بين المجتمعين العراقي والجزائري في بعض العادات والأوصاف التي يؤكد أنها متفقون جزائريون. وأشار إلى أن الروائي وافي في وصف رحلته بأدق التفاصيل التي تثير المشهد التقريبي لديه. وقد خلط بين الروائية والإعلام، وكأنه أوجد مساراً جديداً لوصف أدب الرحلة، بمعنى أن هناك شيئاً جديداً أشبهه بابن خلدون.

الإبادة في غزة بوصفها مدخلاً للسياسة العالمية.. كتاب للبريطاني مارتن شو

الطويل وتحليل ديناميكيات الحرب والإبادة في أوكرانيا. أما الجزء الثاني والثالث، فيتعمقان في الإبادة الجماعية الإسرائيلية بغزة، مع دراسة مفصلة للحرب وبنيتها الاجتماعية والسياسية، والدفاع عن فكرة أن ما يجري هو إبادة جماعية. وينتهي الكتاب بصياغة أطروحات واضحة حول الفكر والعمل المتعلق بالإبادة الجماعية بعد أحداث غزة، داعياً القارئ إلى مواجهة المعنى العميق لهذه

الجرائم في عصرنا. تشير المقرة الخاصة للأمم المتحدة المعنية بحقوق الإنسان في الأراضي الفلسطينية المحتلة فرانك شيسكا ألبانيز، إلى أن الكتاب يقدم إطاراً فكرياً وفلسفياً لفهم الإبادة الجماعية، ويعمق وعينا الجماعي بمهية هذه الجرائم، ويدعو الجميع لمواجهة آثارها وفهم أبعادها الإنسانية والسياسية على حد سواء. مارتن شو هو عالم اجتماع تاريخي متخصص في الحرب والإبادة الجماعية والسياسة العالمية والحركات الاجتماعية، يشغل حالياً منصب أستاذ فخري للعلاقات الدولية والسياسة في جامعة ساكس البريطانية، وأستاذ باحث في معهد برشلونة للدراسات الدولية. من مؤلفاته: «الحرب والإبادة الجماعية» (2003)، و«الإبادة الجماعية والعلاقات الدولية» (2013)، و«ما هي الإبادة الجماعية؟» (2015).



في كتابه "العصر الجديد للإبادة الجماعية: التحديات الفكرية والسياسية بعد غزة"، الصادر حديثاً عن Agenda Publishing، يقدم الباحث البريطاني مارتن شو قراءة معمقة للحرب الإسرائيلية على غزة، ويعيد طرح سؤال الإبادة الجماعية بوصفها ظاهرة مركزية في فهم السياسة العالمية المعاصرة. يركز شو على كيفية تأثير الدمار الذي حلّ بغزة في إعادة هذا المفهوم إلى واجهة النقاش الدولي، سواء من حيث تعريفه القانوني والاجتماعي، أو من حيث جدواه لفهم المصراعات بين من يدافع عن الاعتراف بالإبادة الجماعية ومن ينكرها. ويذهب شو إلى ما هو أبعد من مجرد وصف الأحداث؛ إذ يؤكد أن الغرب، في هذه المرحلة، لم يكتفِ بعدم منع الجرائم، بل قد يشارك أحياناً بشكل مباشر أو غير مباشر في عمليات الإبادة الجماعية. كما يضع الكتاب إبادة غزة في سياق تاريخي أطول يشمل فلسطين والعالم، ويتناول موضوعات مثل الإبادات الجماعية المنسية، والتواطؤ الدولي، وخصوصاً الدور البريطاني التاريخي، بالإضافة إلى تحليل محاولة روسيا القضاء على أوكرانيا منذ إعلان حربها عليها عام 2022. ينقسم الكتاب إلى ثلاثة أجزاء رئيسية: الجزء الأول يركز على الإبادة الجماعية في القرن الحادي والعشرين، مستعرضاً تاريخها

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 -
الحجامة - حب الشباب

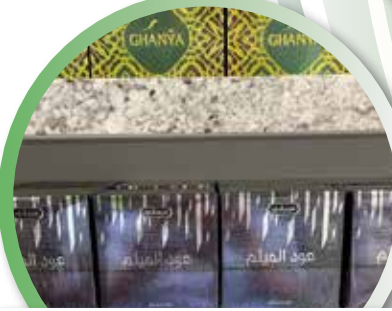
**PSORIASIS - ECZEMA
RASH - CUPPING**



متخصصون بالحجامة



يوجد لدينا حليب الأبل



يوجد لدينا جميع
أنواع البخور



Sajaherbs.com

10820 W. Warren, Dearborn, MI 48126

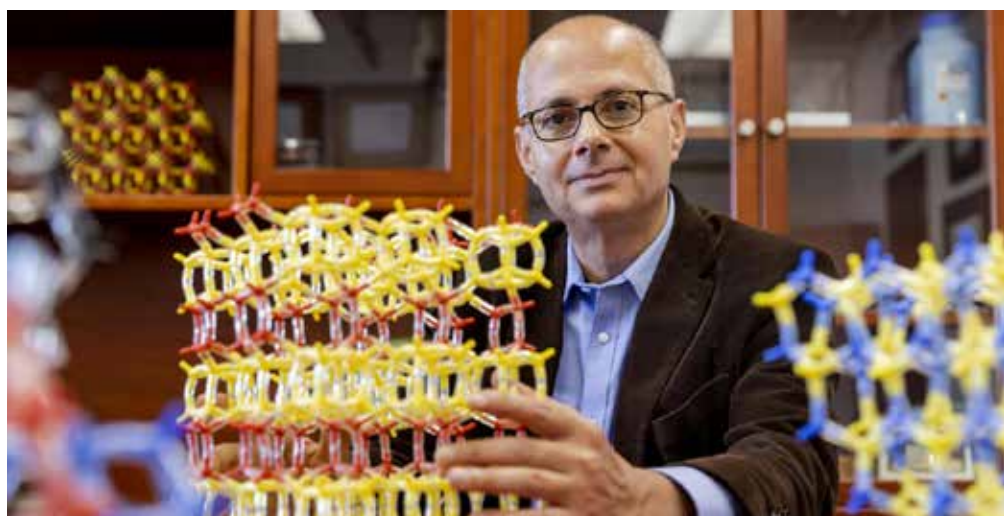
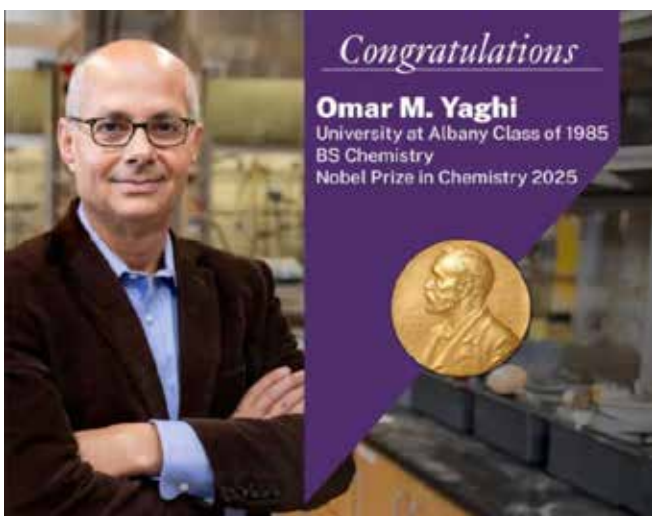
25411 W. Warren ave, Dearborn heights, MI 48127

35830 Dequindre Rd, Sterling Heights, MI 48310

313.769.6411

313.914.7440

586.693.5377



الأردني السعودي الأمريكي عمر ياغي.. ثاني عربي يفوز بجائزة نوبل للكيمياء

جائزة الأكاديمية التركية للعلوم في العلوم الأساسية والهندسية عام 2016.
جائزة "سبايرز" التذكارية من الجمعية الملكية للكيمياء عام 2017.
وسام الملك الأردني عبد الله الثاني للتميز من الدرجة الأولى عام 2017.
جائزة الجمعية اليابانية لتنسيق الكيمياء الدولية عام 2017.
جائزة "ألبرت آينشتاين" العالمية للعلوم من المجلس الثقافي العالمي عام 2017.
جائزة غريغوري أمينوف من الأكاديمية الملكية السويدية للعلوم عام 2019.
الميدالية الذهبية من الجمعية الكيميائية الألمانية عام 2020.
وسام "فيلهلم إكسنت" التسموي عام 2023.
جائزة "إرنست سولفاي" البلجيكية للعلوم من أجل المستقبل عام 2024.
جائزة نوايغ العرب عن فئة العلوم الطبيعية عام 2024.
عضويات أكاديمية
عمر ياغي عضو منتخب في عدد من الأكاديميات العلمية، أبرزها:
الأكاديمية الوطنية الألمانية للعلوم "ليوبولدنا".
الأكاديمية الأمريكية للفنون والعلوم.
أكاديمية العالم الإسلامي للعلوم.
الأكاديمية الأوروبية للعلوم.
علاوة على ذلك، فهو عضو فخري منتخب في كل من:
الأكاديمية الهندية للعلوم.
الأكاديمية التركية للعلوم.
الأكاديمية الوطنية الأردنية للعلوم والهندسة.
أكاديمية العلماء العرب في الكويت.

جائزة إسرائيلية

في عام 2018 أثار ياغي غضب الفلسطينيين بعد قبوله جائزة "ولف فاوندیشن" في الكيمياء، التي تمنحها إسرائيل منذ عام 1978 لـ "العلماء والفنانين الذين قدموا إنجازات في مصلحة البشرية والعلاقات الودية بين الناس"، وتبلغ قيمتها 100 ألف دولار. وتعليقا على ذلك، قال ياغي "إنه يشعر بالتقدير والفخر لمنحه الجائزة، ولدعمه وفهمه للطبيعة التحولية للعلوم الأساسية وتأثيرها اللامحدود على التقدم البشري، وبالأخص على حرية الروح الإنسانية".
وفي مايو/أيار من العام نفسه، زار ياغي الكنيست (البرلمان الإسرائيلي)، لحضور احتفالية أقيمت على شرفه بحضور الرئيس الإسرائيلي آنذاك رؤوفين ريفلين.
وأدانت الحركة العالمية لمقاطعة إسرائيل (بي دي أس) قبول ياغي هذه الجائزة، "بسبب جرائم إسرائيل بحق الشعب الفلسطيني"، مضيفة أن قبوله لها "تواطؤ في ضرب الجهود الفلسطينية والدولية الهادفة إلى عزل الاحتلال الإسرائيلي".
الجزيرة نت

المناخي ومعالجتها.
كما بنى جهازا نموذجيا يوضح كيف يمكن للأطر العضوية المعدنية امتصاص ثاني أكسيد الكربون من الهواء وغازات المداخن.
في مايو/أيار 2025 رفاه مجلس أمناء جامعة كاليفورنيا إلى رتبة أستاذ جامعي، وهو أعلى وسام شرف في الجامعة مخصص للعلماء الحاصلين على أعلى تمييز دولي، فضلا عن توليه منصب أستاذية "جيمس ونيلتي تريبتز" في الكيمياء.
نبح ياغي في مجال الكيمياء الشبكية وطور أساليب للعمل فيها منذ عام 1995، ونشر العديد من الأبحاث العلمية المتعلقة بها.
والكيمياء الشبكية فرع من علم الكيمياء يركز على تصميم وتركيب هياكل بلورية عالية الترتيب من خلال ربط كتل البناء الجزيئية بروابط قوية.

كما صمم إطارا فلزيا عضويا مستقرا للغاية، وأظهر أنه بالإمكان تعديله هندسيا بإضافة جزيئات جديدة أو استبدال أخرى، ليكتسب خصائص جديدة حسب الغرض المطلوب.
الجوائز والأوسمة إلى جانب جائزة نوبل للكيمياء، التي تقاسمها مع سوسومو كيتاغاوا وريتشارد روبسون، تقديرا لإسهامهم الثوري في ابتكار شكل جديد من

العمارة الجزيئية يعرف باسم "الأطر الفلزية العضوية"، حصد ياغي عشرات الجوائز والنياشين العالمية نظير جهوده العلمية، ومن أبرزها: جائزة كيمياء الحالة الصلبة من الجمعية الكيميائية الأمريكية وشركة إكسون عام 1998. ميدالية "ساكوني" للجمعية الكيميائية الإيطالية عام 2004.
جائزة برنامج الهيدروجين التابع لوزارة الطاقة الأمريكية عام 2007.
وسام جمعية أبحاث المواد للعمل في النظرية والتصميم والتوليف وتطبيقات الأطر المعدنية العضوية عام 2007.
جائزة الجمعية الكيميائية الأمريكية لكيمياء المواد عام 2009.
جائزة المثوبة للجمعية الملكية للكيمياء عام 2010.
جائزة الصين للنانو عام 2013.
جائزة الملك فيصل العالمية في الكيمياء عام 2015.

الذي شهد انتقاله إلى التدريس.
بدأ ياغي مسيرته المهنية أستاذا مساعدا في جامعة ولاية أريزونا، وفي الفترة بين 1999 و2006 عمل في جامعة ميشيغان وشغل فيها كرسي "روبرت دبليو باري" للكيمياء.
وفي الفترة بين 2006 و2012، أصبح أستاذا في علم الكيمياء بجامعة كاليفورنيا بمدينة لوس أنجلوس، وهي من أكبر الجامعات العلمية بالولايات المتحدة، فضلا عن شغله كرسي "إيرفينغ وجين ستون" لعلوم الفيزياء، والذي يشغله أعضاء هيئة التدريس المتميزون في مختلف التخصصات في جامعة كاليفورنيا.
وترأس مركز المواد الشبكية في المعاهد الوطنية للكيمياء في تسوكوبا باليابان من 2009 إلى 2016. انتقل عام 2012 للعمل في جامعة كاليفورنيا

بيركلي، وتولى فيها منصب مدير المعمل الجزيئي في المختبر الوطني للعلوم، وهو مركز أبحاث أسس عام 1931 وترعاها وزارة الطاقة الأمريكية.

كما أنه المدير المؤسس لمعهد بيركلي العالمي للعلوم العالمية، ومعهد كافلي للطاقة وعلوم النانو، والتحالف البحثي لولاية كاليفورنيا التابع لشركة "باسف".

وفي عام 2018 عرض المنتدى الاقتصادي العالمي في سويسرا عمله في استخلاص المياه من الهواء الصحراوي باستخدام الأطر المعدنية العضوية، على أنه أحد أفضل 10 تقنيات ناشئة.
وفي 2020 أسس ياغي شركة "أتوكو"، التي تركز على تسويق تقدمه في تقنيات مجالي الأطر المعدنية العضوية والأطر التساهمية العضوية، اللذين يسهمان في توليد هواء وطاقة ومياه أنظف.
وفي العام التالي أسهم في تأسيس شركة لتطبيق اكتشافاته في الكيمياء الشبكية لمعالجة التحديات في تخزين الهيدروجين.
وفي 2022 عينته جامعة كاليفورنيا مديرا لمعهد "باكار للمواد الرقمية من أجل الكوكب"، وهو معهد يهدف إلى استخدام الذكاء الاصطناعي لتطوير نسخ سهلة النشر وفعالة من حيث التكلفة، من الأطر العضوية المعدنية والأطر العضوية التساهمية للمساعدة في الحد من آثار التغير

عمر ياغي عالم كيمياء أردني من أصل فلسطيني حاصل على الجنسية السعودية والأمريكية، ولد عام 1965 في العاصمة الأردنية عمان، وحصل على شهادة الدكتوراه في الكيمياء من جامعة إلينوي الأمريكية، وعمل في أرقى جامعات الولايات المتحدة الأمريكية. يعد من رواد الكيمياء الشبكية، وفاز بجوائز مختلفة أبرزها جائزة نوبل للكيمياء عام 2025.
عمر ياغي هو ثاني عربي يحصل على جائزة نوبل في الكيمياء بعد العالم المصري أحمد زويل، الذي حصل عليها عام 1999 لأبحاثه في مجال "الفيمتو ثانية".

المولد والنشأة

رأى عمر مؤسس ياغي النور يوم 9 فبراير/شباط 1965 في العاصمة الأردنية عمان لعائلة فلسطينية لاجئة تعود أصولها لقرية المسمية في قضاء غزة، والتي هجرت العصابات الصهيونية أهلها إثر حرب النكبة عام 1948.
وجاء ترتيبه السادس من بين 10 أبناء، ويقول عن هذه المرحلة "نشأت في مناخ عمان الصحراوي بالأردن، وأدرك تماما قيمة الماء، ففي صغري كنت مسؤولا عن ملء خزانات المياه في منزلي، مع الالتزام بلوائح المياه المعمول بها في منطقتنا".
وفي مطلع ثمانينيات القرن الـ20 هاجر إلى الولايات المتحدة بتشجيع من والده.
وفي نوفمبر/تشرين الثاني 2021 منحه المملكة العربية السعودية جنسيتها نظرا لكفاءته في مجال الكيمياء.

التحصيل العلمي

تلقى ياغي تعليمه الابتدائي والإعدادي في مدارس العاصمة الأردنية عمان، ثم انتقل إلى الولايات المتحدة لمواصلة دراسته، والتحق بكلية "هودسون فالي المجتمعية"، ثم جامعة "ألباني" في ولاية نيويورك، التي حصل منها على درجة البكالوريوس عام 1985.
وحصل على الماجستير في الكيمياء ثم الدكتوراه من جامعة إلينوي عام 1990. وفي يونيو/حزيران 2025، حصل على الدكتوراه الفخرية في العلوم من جامعة برينستون في أميركا.
وعن ذلك يقول ياغي "كنت مغرما بالكيمياء، وفور انتقالني إلى جامعة ألباني، انخرطت في البحث العلمي فعملت على 3 مشاريع مختلفة في الفيزياء العضوية والفيزياء الحيوية ومشروع نظري في الكيمياء". ويضيف أنه لم يستمتع قط بالمحاضرات لأنه كان مولعا بمختبر الكيمياء الذي كان بالنسبة له ملاذا آمنا.

التجربة العملية

فور حصوله على الدكتوراه عين زميلا في أبحاث ما بعد الدكتوراه في مؤسسة العلوم الوطنية بجامعة هارفارد واستمر فيها حتى عام 1992، وهو العام

ماذا بعد ملتقى شرم الشيخ؟

الأميركي اللامحدود واللامشروط.

في المقابل، حتماً هناك مشكلة في الجانب الفلسطيني. إنها مشكلة حقيقية تشمل الشلل السياسي، والعجز الإرادي، والقصور التنظيمي، وتراجع الصداقة على المستوى الشعبي....

هنا نحن أمام حالة معقدة. إذ يستحيل على أي قائد خوض رهانات تاريخية صعبة من دون صدقية شعبية تسمح للمواطن بأن يعتمد عليه ويأتمنه على ما تبقى له ولأهله من مستقبل. وما عشناه فلسطينياً منذ تولي الرئيس محمود عباس الدفة... زوال تدريجي للهالة التاريخية التي كانت تسمح لقيادة مناضلة دفعت طويلاً ضريبة الدم بتقديم التنازلات وممارسة التكتيك!

صحيح أن محمود عباس كان رفيق نضال لياس عرفات، إلا أنه كان أيضاً - بوجود عرفات - براغماتي «تسويات الحل الأدنى»، والرجل المستعد للذهاب بعيداً في الوثوق بمن يصعب على الإنسان الفلسطيني الوثوق به.

ومن ثم، لئن قال قائل «ولكن إلى أين أوصلتنا نضالية عرفات؟»... يمكن الرد بسؤال معاكس عن النتائج التي حققتها «البراغماتية» اللاحقة... فهل نجحت حيث فشل عرفات؟

القصد، هنا طبعاً، ليس تسجيل النقاط، بل الخروج بحالة سياسية فلسطينية... قابلة للصدوم أولاً، وقادرة على التحرك ثانياً.

أيضاً، هناك حالة تفرض نفسها، تتعلق هذه المرة بالواقع الانقسام للقيادة الفلسطينية والدور الخارجي في تغذيته وديمومته. فمن ناحية، تولد اقتناع عند قطاع فلسطيني غير صغير بأن الدور الأميركي «حقيقية واقعة» لا بد من التعامل معها - وهذا كلام منطقي - مع أن ثمة تيارات فقدت منذ



إياد أبو شقرا

واضح أن تقييم ما تحقق في قمة شرم الشيخ انضم إلى المسائل الخلافية العديدة التي نتوقها، ونعتاد عليها، سواء في منطقتنا الشرق أوسطية أو في علاقاتنا مع البيئة الإقليمية والمجتمع الدولي، وفق حساباته الخاصة، مع تذكر حقيقة أنه لم تكن هناك رؤية واحدة لتشخيص الداء... وبالتالي، لوصف الدواء.

حتى على الجانب الإسرائيلي، نحن أمام «إسرائيليات» متعددة، متفاوتة التطرف والجموح، يمثل إحداها بنيامين نتنياهو بـ«لا مبدئيته» وانتهازيته وتحاليه وهروبه الدائم من كل ما يمت إلى حل سياسي حقيقي للنزاع.

ومن ثم، تبدأ التعقيدات بطريقة التعامل مع هذا الشخص وما يمثله داخلياً، من ناحية، ومن ناحية أخرى، التعامل مع تشابكاته المصلحية الخارجية التي نأهاها على امتداد فترة طويلة، مستقوياً بانتهيار البديل الإسرائيلي المعتدل، واستمرار الدعم

قيّمها...

لقد آن الأوان لأن نذكر أن إسرائيل لم تعد قط مجرد قاعدة عسكرية متقدمة أو «حاملة طائرات» جائمة عند سواحلنا!

إنها اليوم «الناخب» الأكبر والأعظم نفوذاً في الحياة السياسية الأميركية، وصانع الثقافة الجماهيرية، والمتحكم بما سيصبح قريباً جداً أعزافاً ومفاهيم... وتاريخاً لا يجادل فيه.

تركيا أيضاً، عملت على إيقاظ ديناميكيات دينية وقومية ومذهبية، أعادتها بقوة إلى «عالم» شرق المتوسط. وعزّزت في الوقت نفسه مكانتها الصاعدة في «عمقها» التاريخي بوسط آسيا... حيث تتقاطع المصالح الكبرى لكل من تركيا وإيران وروسيا والصين والهند مع خطوط التجارة العالمية وصفقات التكنولوجيا والسلاح.

تركيا، التي كانت ذات يوم «رجل أوروبا المريض»، ما عادت مكرّرة بأوروبا «شائخة»... تسرق قوميّاتها شرائح عنصرية وفاشية في وضوح النهار...

أما إيران، «الغائب الحاضر» عن شرم الشيخ، فتظل الرقم الصعب سواء في حضورها أم في غيابها، واللاعب المؤثر والمفيد... معادياً كما أن حليفاً، ولذا، أزعج أنه يخطئ كثيراً من يحلم بـ«انتهاء» دور إيران في «سيناريو» الشرق الأوسط...

إنها اللاعب الذكي - المغرور أحياناً - الذي يعيد المرة تلو المرة ابتكار دوره الواهن، واستنهاض حاجة الآخرين إليه، لكون الجميع بحاجة إما لأن يكون معهم، وإما مع خصومهم... يبقى، أخيراً، الكلام عن أميركا... «أميركا دونالد ترمب»، التي تصحو الآن على واقع كثرة من الأميركيين بوغوتوا به، لنا معها يوم آخر... نقلا عن الشرق الأوسط

زمن بعيد أي أمل بموقف أميركي، بل قل غربي بالمطلق، غير متطابق مع المصالح الإسرائيلية.

في المقابل، بدا لقطاع كبير آخر أنه من العيب الإصرار على «تجربة المجرّب». ومن ثم، لا بأس من المغامرة، بالرهان على قوى تدعي «الرفض» و«الصدوم» و«التصدي» و«المقاومة»... وتبدي جهوزيتها للمضي قدماً بالدعم العسكري واللوجستي، ولو أدى ذلك: أولاً إلى انقسام الساحة الفلسطينية، وثانياً إلى رهن المصير بحسابات تلك القوى على مستوى التحالفات الدولية الكبرى.

وبالفعل، فإن ما شاهدناه من معاناة وكوارث إنسانية بعد «طوفان الأقصى»، جاء نتيجة طبيعية للثقة المفرطة وغير المستحقة عند الجانبين بمواقف الخارج!

ونصل إلى الجانب العربي....

هنا أيضاً، علينا الإقرار بأنه - رغم سلامة النيات في معظم الأحيان - لا وجود حقاً لاستراتيجية عربية واحدة موحدة، لا إزاء المستقبل الفلسطيني، ولا إزاء العلاقات العربية - العربية، ولا إزاء المعادلة الإقليمية الشديدة الاختلال... والمتملة بالضعف العربي في وجه «المثلث» الإقليمي غير العربي المكون من إسرائيل وتركيا وإيران...

هنا، تكراراً، أقنعنا أنفسنا - نحن العرب - بوهم تمنّينا به «حلفاء» يُركن إليهم، بينما تشكل الزوايا الثلاث لـ«المثلث» الإقليمي أهمية مركزية في الاستراتيجيات العالمية الكبرى. فأين نحن، مثلاً، من إسرائيل التي «شبت عن الطوق» الأميركي لتغدو شريكاً تكنولوجياً وسيبرانياً في عالم المستقبليات؟ لقد صارت اللاعب «الداخلي» الأقوى في تحديد هوية أميركا ومسارها، وكذلك تعريف هويات حلفائها وأعدائها، وتحديد مَنّ لها ومنظومات

Lebanon, Yemen and Iran after Gaza



Abdulrahman Al-Rashed

The war in Gaza has ended, but the same can't be said about the others. Three fronts remain open. In Lebanon, a fragile truce holds, while sporadic exchanges of fire continue with Yemen's Houthis. Meanwhile, Iran remains the major front, having been on alert since last June following the twelve-day war.

All eyes are on Netanyahu. Will the latest developments after the Sharm el-Sheikh conference sweep him out of office? It is more likely that he will try to complete the missions he pledged to carry out, which

may reignite clashes on all three fronts. The October 2023 attacks happened under his watch, and he bears responsibility for them. He likely believes that achieving full victories will place him above accountability. However, if his rivals succeed in toppling him, the region's situation will hang in suspense as Israel awaits a new leader and a new policy. Still, Netanyahu might instead choose de-escalation and end two years of turmoil.

The likelihood of Netanyahu remaining in power is stronger, given his well-known political skills within a complex parliamentary system where he can craft coalitions that extend his rule. He has governed the Jewish state for more than 17 years - longer than Ben-Gurion - and still enjoys enough popularity after the wars he led, which brought Israel its biggest victories since the 1967 war.

Anxiety looms in Lebanon, as expressed by President Joseph Aoun, who warned that Israel might turn its attention to his country once it finishes with Gaza, describing this as "political profiteering." Israel will certainly have surplus strength after withdrawing most of its troops from Gaza. And since Hezbollah is maneuvering to evade implementing what it agreed to with Israel - handing over its weapons to the Leba-

nese Army, under which the ceasefire was established - the Israeli northern front remains open.

The US president will not be able to restrain Netanyahu this time, as both the Americans and the French were witnesses and guarantors of the agreement. The ball is now in the court of the Lebanese president, who is avoiding confrontation with Hezbollah to preserve the civil peace and stability achieved since the beginning of the year. According to Israel, it will not withdraw from southern Lebanon or stop its attacks unless Hezbollah hands over its weapons or perhaps new arrangements will be made to provide the necessary guarantees.

The confrontation with Yemen's Houthis now depends on the behavior of the Iranian-backed group and what it does after Hamas accepted to end the war. Israel has the military capability to weaken the Houthis and prepare Yemeni forces on the ground to complete the mission of overthrowing the Ansar Allah regime in Sanaa. The renewed enthusiasm among these forces shows their readiness for the next phase. The most difficult and dangerous front - with the widest regional repercussions - is Iran. President Trump was the one who stopped the fighting that lasted under two weeks. He had entered the war and ordered

attacks on Iran's nuclear facilities; it was his first war, after which he announced a ceasefire. Netanyahu was dissatisfied at the time, failing to secure a green light to continue his planned military operations. The US president skillfully used that position against Tehran, warning it that he would unleash Netanyahu upon it if it resumed uranium enrichment or military activities. That is why Iran's armed forces are now on high alert, and Netanyahu will not lack cunning or pretexts to resume his war if he wishes. Should a clash break out between the two regional powers, Iran and Israel, it would be devastating. The region's countries surrounding the conflict are watching anxiously and remain on alert.

Politicians in Lebanon and Iran must realize that the dangers have not ended - and will not end - with the Gaza ceasefire agreement. That bloody war concluded with a bilateral deal, while the situation on the other fronts remains unresolved. The significant international presence that supports negotiations, exerts pressure, and provides aid in Gaza gives the other three threatened parties an opportunity to arrange their situations and agreements. They must not settle for temporary truces, for a truce is nothing more than a ticking time bomb.



US, UK ties strained after collapse of China espionage case

The Times has revealed on growing tensions between London and Washington after the White House warned that Britain's decision to abandon the prosecution of two alleged Chinese spies could jeopardize the transatlantic intelligence partnership.

US President Donald Trump is said to have expressed concern about the UK's dependability following the collapse of the case against Chris Cash, 30, a former parliamentary researcher, and Christopher Berry, 33, an academic. Charges were dropped last month after the government failed to present evidence that China posed a national security threat, a key element required for the espionage charges to stand. According to Mayadeen English.

A senior official from the Trump administration said, "The United States has been warning allies about the Chinese threat to our combined national security since President Trump first came into office in 2017. The US government exercises extreme caution in sharing information with foreign governments subject to adversarial coercion and influence. We are especially careful in jurisdictions where our adversaries can act with impunity."

Pressure is also mounting in Washington, where senior Republicans have urged the UK to resume the prosecution. John Moolenaar, chairman of the US House of Representatives' China committee, stated, "As a target of [Chinese Communist Party] espionage, it is my hope that the UK government will not allow this case to falter and will take the steps necessary to ensure a clear message is sent and proper justice is served."

Allegations of political interference

The controversy has intensified amid reports that Prime Minister Keir Starmer's government may have bowed to Chinese pressure, according to The Sunday Times. A cabinet minister reportedly told colleagues that the case was dropped "to appease China, otherwise there would be no further investment." Allegations have since surfaced that Jonathan Powell, the prime minister's national security advisor, played a pivotal role in the decision, with some claiming he sought to avoid damaging trade relations with Beijing.



واشنطن ترفض اقتراح إيداع سلاح «حزب الله» لدى «طرف عراقي ضامن»



مدخلاً لحل مسألة السلاح الذي يواجهه الحزب صعوبة في استيعاب واقعه الجديد». مع ذلك، قالت المصادر اللبنانية، إن «الوسطاء الذين ينقلون الرسائل لا يشعرون بالارتياح من الدخول في تسويات تنتمي لمرحلة حرب الإسناد ووحدة الساحات»، لكنها أشارت إلى أن «هذا الاستعصاء فتح نافذة لحل أزمة السلاح عبر طرف ثالث ضامن».

«وحدة السلاح» لحماية

دعت إيران، وفق مصادر عراقية، حلفاءها في المنطقة إلى اعتماد مبدأ «وحدة السلاح» من أجل حمايته بكل السبل المتاحة والممكنة. وقال مصدر عراقي، لـ«الشرق الأوسط»، إن «مقترحاً تمت مناقشته بين شخصيات لبنانية وعراقية في بغداد، تضمن تسليم سلاح «حزب الله» إلى طرف شيعي ضامن يمكنه التفاوض مع الأميركيين»، مشيرة إلى أن ما تعنيه «الوديعة» هو ما تبقى من «صواريخ ومسيرات».

وقال المصدر العراقي: «التصرف بالسلاح الاستراتيجي، أو ما تبقى منه، بحاجة إلى فتوى، لكن الضغط الأميركي الهائل يفوق القدرة الحالية للجماعات الموالية في بغداد وبيروت». بحسب المصادر، فإن مقترح «الوديعة» يخفف «أعباء سياسية كبيرة على الدولة اللبنانية، كما يعفي الجيش اللبناني من احتمالات الاحتكاك غير المحسوب مع بنية الحزب العسكرية». كما أن «نقل الوديعة إلى مكان آخر يضمن مخرجاً مناسباً مع جمهور الحزب، ولأطراف الدولية فرصة بعدم عودتها إلى لبنان».

وقال الشيخ، إن «طريقة تسليم السلاح بالنسبة لـ(حزب الله) مسألة مهمة بسبب مخاوف داخلية من نشوء حركات تمرد تنتج ميليشيات أكثر تطرفاً».

وبيروت على بغداد، غير أن مصادر عراقية تزعم أن «مداولات بين أطراف فصائلية لديها نفوذ في الحكومة طورت الفرضية أخيراً إلى دمج (الوديعة) مع مقترح يصير عليه الأميركيون بهيكله فصائل الحشد الشعبي وترقيع أسلحتها في المؤسسات الحكومية». ولم يؤكد مسؤول عراقي، تحدثت معه «الشرق الأوسط»، المعلومات الواردة بشأن نقل السلاح كـ«وديعة»، لكنه أشار إلى أنه في الأسابيع التي شهدت وصول شخصيات لبنانية إلى بغداد للقاء قادة فصائل عراقية، أوصلت واشنطن رسالة حازمة عبر قنوات دبلوماسية أفادت بأن «الإدارة الأميركية مصرّة على نزع سلاح جميع الكيانات الموازية للدول التي كانت تنخرط في المحور الإيراني، بما في ذلك الجماعات العراقية». وقال المسؤول العراقي: «كلما مر الوقت تزداد حدة اللهجة الأميركية مع الجماعات المتحالفة (...) هم يريدون أشياء ملموسة بشأن نزع السلاح قبل أي شيء آخر».

قالت مصادر لبنانية وعراقية إن وسطاء درسوا نقل أسلحة استراتيجية بحوزة «حزب الله» اللبناني كـ«وديعة» عند طرف «ضامن» في العراق، غير أن واشنطن قطعت الطريق على المقترح «بشكل قاطع».

وفي إحدى مراحل مناقشة المقترح ظهرت في بغداد احتمالية أن يدمج مقترح الوسطاء الذين قدموا أنفسهم لواشنطن كـ«مستقلين» عن «حزب الله» لكنهم يملكون «قنوات تواصل» مع مشروع هيكله فصائل شيعية عراقية ضمن القوات الأمنية النظامية، وفيما لم تمنح واشنطن أي طرف مفاوض جواباً على الأفكار التي يطرحها الوسطاء، أبلغت بغداد بـ«ضرورة أن تسلم الفصائل العراقية سلاحها، بمعزل عن الآخرين الذين ينتظر منهم فعل الشيء نفسه».

معضلات لوجيستية

ويواجه «حزب الله» معضلات لوجيستية تمنعه من استخدام سلاحه، فضلاً عن تحوله إلى «خردة في حال استمرار خزنه لفترة طويلة»، إلى جانب تحدٍّ سياسي - عقائدي مرتبط بعدم حصوله على «رخصة نهائية من إيران تسمح له بالتصرف في السلاح»، وفق مصادر قاطعتها «الشرق الأوسط» مع معلومات مستقلة حصلت عليها مطلع أكتوبر (تشرين الأول) 2025. وقال مصدر لبناني مطلع، لـ«الشرق الأوسط»، إن «مقترحاً كان قد تم تداوله مع أطراف معنية وينص على الاحتفاظ بما يكفي من السلاح للدفاع عن النفس، تم رفضه بشكل قاطع، مما عقد المشهد تماماً على (حزب الله)». ونقلت المصادر عن مسؤولين أميركيين أن «واشنطن ترفض أي تسوية تنتمي للماضي»، لكنها تشجع على «انتقال (الكوادر) من دون سلاح وأجندة إقليمية إلى الحياة السياسية، لا سيما الصواريخ والمسيرات»، وقد يشمل التشجيع، بحسب هؤلاء، «خوافز عبر الدولة اللبنانية».

وبانت مشكلة السلاح «ليست في تسليمه، بل في طريقة التسليم لأسباب سياسية واعتبارية يرى (حزب الله) أنه بحاجة إليها في هذا الوقت»، وفق المصادر.

مع ذلك، يرى «حزب الله» أنه «يعيش زمن الانتصارات العظيمة»، وفقاً لأمينه العام نعيم قاسم، الذي أعلن أيضاً في ذكرى اغتيال الأمين السابق حسن نصر الله، أن «الحزب لن يتخلى عن السلاح».

وقال شخص يلقب نفسه بـ«الشيخ»، التقته «الشرق الأوسط» في مكان ما جنوب بيروت، إن «(حزب الله) يختار خيارات محدودة للغاية، سوى أن حالة الإنكار التي يعيشها تضيق عليه الحلول العملية والمقبولة من لبنان الرسمي والمجتمع الدولي». كما أنه يخشى من «كونه مجرداً من السلاح ومعرضاً إلى تصفية حسابات قديمة من أطراف متعددة».

لكن «الشيخ»، الذي طلب التحفظ على هويته لأسباب أمنية، أوضح أن «أي تسوية ممكنة تضمن أقل الخسائر قد تكون



فرنسا وبريطانيا وألمانيا تؤكد عزمها على "إحياء" المفاوضات النووية مع إيران

أبدت فرنسا وألمانيا وبريطانيا "عزمها على إحياء المفاوضات مع إيران" حول برنامجها النووي.

وقالت الدول الثلاث في بيان مشترك: "نحن عازمون على إحياء المفاوضات مع إيران والولايات المتحدة؛ بهدف التوصل إلى اتفاق شامل ودائم ويمكن التحقق منه، يضمن عدم امتلاك إيران أبداً للسلاح النووي". وفقاً لـ "أ ف ب".

وأضافت: "نرى أن تفعيل آلية إعادة العقوبات كان أمراً مبرراً" معتبرة أن "البرنامج النووي الإيراني يشكل تهديداً خطيراً للسلام والأمن العالميين".

وأعادت الأمم المتحدة فرض عقوباتها على إيران في 28 أيلول، بعد 10 أعوام من رفعها؛ إثر إخفاق المفاوضات مع الدول الغربية، وهي تبدأ بحظر على الأسلحة وصولاً إلى إجراءات اقتصادية.

وسبق أن أعلنت فرنسا وبريطانيا وألمانيا أنها ستواصل السعي إلى "حل دبلوماسي" للأزمة، لكن طهران أكدت بداية الأسبوع أنها ليست في وارد استئناف المباحثات "في الوقت الراهن".

وتشتبه دول غربية في سعي إيران إلى حيازة سلاح نووي، الأمر الذي تنفيه طهران مؤكدة حقها في الطاقة النووية لأغراض سلمية.

وفي العام 2015 وبعد مفاوضات استمرت أعواماً، توصلت فرنسا وبريطانيا وألمانيا والولايات المتحدة وروسيا والصين إلى اتفاق مع طهران ينص على تأطير أنشطتها النووية مقابل رفع العقوبات عنها.

وقررت الولايات المتحدة في 2018، خلال ولاية دونالد ترامب الأولى، الانسحاب من الاتفاق وأعدت فرض عقوباتها الخاصة على طهران. ورداً على ذلك، تخلت إيران تدريجياً عن تنفيذ بعض التزاماتها الواردة في الاتفاق، وفي مقدمتها تخصيب اليورانيوم، مما دفع الترويكا الأوروبية إلى تفعيل آلية إعادة فرض العقوبات.



"قضية الـ16" أمام التمييز ومحامون أردنيون يطعنون بأحكام أمن الدولة

بعد ساعات من صدور أحكام محكمة أمن الدولة الأردنية في واحدة من أبرز القضايا الأمنية المعروفة إعلامياً بـ "قضية المحكومين الستة عشر"، أعلن عدد من محامي الدفاع شروعهم في الطعن بالأحكام الصادرة أمام محكمة التمييز، أعلى جهة قضائية في البلاد.

وأكد المحامون أن بعض الأحكام القضائية جاءت قاسية، في حين رأى بعضهم أن القضية تحمل "أبعاداً سياسية"، تتجاوز الإطار الجنائي البحت. بحسب "الجزيرة نت". ويرى حقوقيون أن الجدل الذي أثارته هذه القضية، ومن ثم الأحكام الصادرة من محكمة أمن الدولة، أعاد إلى الواجهة النقاش حول حدود العمل التضامني مع القضية الفلسطينية، ومعايير تعريف "العمل الإرهابي"، لا سيما في ظل التزامها مع الحرب في غزة وتصاعد التعاطف الشعبي مع المقاومة الفلسطينية، وهو ما جعل هذه الملفات تقع -وفق توصيفهم- في مساحة رمادية تجمع بين العمل السياسي والبعد الأمني. وفي الوقت الذي يؤكد فيه محامو الدفاع أن باب العدالة ما يزال مفتوحاً عبر اللجوء إلى

محكمة التمييز، تتجه الأنظار إلى ما ستنقره المحكمة خلال الأسابيع المقبلة، وهو ما أشارت إليه الحقوقي ليلي عطا محامية عدد من المعتقلين في القضية بالقول إن "الأحكام التي صدرت من محكمة أمن الدولة" لم تكن عادلة.

وأضافت في حديثها للجزيرة نت، أن محكمة أمن الدولة كانت "تمسكة بموقفها

بإصدار الأحكام في يوم واحد رغم المطالبات بالنظر في القضايا بشكل مستقل".

محكمة التمييز

وأعربت عطا عن أملها في أن "تتولى محكمة التمييز، بصفتها المدنية، النظر بموضوعية أكبر في القضايا"، مشيرة إلى أن محكمة أمن الدولة "محكمة عسكرية، في حين أن التمييز جهة قانونية مدنية يُنتظر منها قراءة الأدلة بنزاهة وتوازن". وبينت عطا أن المرافعات كانت قد أُنجزت منذ أكثر من شهرين ونصف، ومع ذلك اختارت محكمة أمن الدولة الفصل في الملفات الأربعة في جلسة واحدة، مما جعلها تبدو كـ "حزمة أحكام

موحدة لا تراعي خصوصية كل قضية". وفي ما يتعلق بقضية "الدورات والتجنيد"، التي صدرت فيها أحكام بالسجن 3 سنوات و4 أشهر، قالت عطا إن موكلها لم يرتكبوا أي جرم، موضحة أن القضية دارت حول دورة تدريبية قانونية اعتُبرت "أمنية محظورة"، رغم أن محتواها كان متعلقاً بموضوعات في الجرائم الإلكترونية.

وأضافت أن "النيابة لم تقدم أي دليل قانوني يثبت وجود قصد جرمي، وكان من الواجب إعلان عدم المسؤولية كما حدث في

قضية طائرات الدرونز".

كما قارنت الحقوقي عطا بين الحكم في قضية "الدورات التدريبية" الذي أدان المتهمين، وحكم "الدرونز" الذي انتهى بعدم المسؤولية، معتبرة أن المنطق القانوني ذاته كان يجب أن يطبق على الحالتين.

من جانبه، قال المحامي بسام فريحات -وكيل الدفاع عن عدد من المتهمين في "قضية دعم المقاومة"-، إن الأحكام "مخالفة للقانون ولم تراعى وقائع الدعوى"، مؤكداً في حديثه للجزيرة نت أنه تقدم رسمياً بتمييز الأحكام أمام محكمة التمييز "أملاً في إعلان عدم مسؤولية موكله".

وأوضح فريحات أن "موكله لم تكن له أي نية للقيام بأعمال داخل الأردن"، وأن الهدف من نشاطه -كما ورد في إفادات الدفاع والنيابة- كان "نقل السلاح إلى فلسطين دعماً للمقاومة"، واصفاً الدافع بأنه "باعث شريف لا يُجزم في القوانين ولا في الأعراف الدولية".

وأشار إلى أن "محكمة التمييز ستنتظر إلى القضية بصفتها محكمة موضوع وقانون، وهو ما يتيح فرصة حقيقية لتصويب ما جرى من أخطاء في توصيف الأفعال".

قضية سياسية

أما المحامي عبد القادر الخطيب، وكيل عدد من المتهمين، فقال إن "الأحكام جاءت تدريجية لكنها سياسية بامتياز"، موضحاً في حديثه للجزيرة نت أن محاضرات المحاكمات وقرارات الأحكام "مرتبطة بحركة حماس"، وأن القضايا "لا تمس أمن الوطن، بل

تتعلق بمواقف موجهة ضد العدو الصهيوني".

وأضاف الخطيب أن الدفاع "بصد تمييز القرارات كافة أمام محكمة التمييز"، معتبراً أنه "لا توجد مبررات قانونية للحكم، ولا مسؤولية جنائية على المتهمين، إذ لا توجد تهمة فعلية"، مشيراً إلى أن "الشرائع الدولية تُشرعن مقاومة الاحتلال". وكانت محكمة أمن الدولة قد أصدرت أحكاماً متفاوتة بين القضايا الأربع، تراوحت بين البراءة والأشغال المؤقتة حتى 15 عاماً في 4 قضايا أمنية منفصلة شملت "تصنيع الصواريخ"، و"الطائرات المسيّرة"، و"التجنيد"، و"التدريب على أعمال غير مشروعة".

وحكمت المحكمة على المتهمين عبد الله هشام ومعاذ غانم بالأشغال المؤقتة 15 سنة في قضية تصنيع الصواريخ، وعلى محسن غانم بالأشغال المؤقتة 7 سنوات و6 أشهر. كما حكمت على مروان الحوامده وأنس أبو عواد بالسجن 3 سنوات و4 أشهر في قضية التجنيد، وعلى 4 آخرين بنفس المدة في قضية التدريب، في حين أعلنت المحكمة عدم مسؤولية المتهمين الأربعة في قضية "الدرونز" لانتفاء القصد الخاص في نصوص الجريمة.





ترامب: سنفرض رسوماً إضافية 100% على الصين

نقطة خلاف رئيسية وانخفضت بورصة نيويورك للأوراق المالية بشكل حاد في ظل هذا الارتفاع المفاجئ في التوترات بين القوتين الاقتصاديتين في العالم، واللذين انخرطتا في مفاوضات تجارية شائكة، وفق فرانس برس.

يذكر أن المعادن الأرضية النادرة شكلت نقطة خلاف رئيسية في المفاوضات التجارية الأخيرة بين الصين والولايات المتحدة، مع اتهام واشنطن بكين بالتباطؤ في إصدار تراخيص التصدير.

فيما تُعد الصين أكبر مُنتج عالمي للمعادن الحيوية المستخدمة في صناعة المغناطيسات الضرورية لصناعات السيارات والإلكترونيات والدفاع.

كذلك أضاف أنه "كان من المقرر أن ألتقي (الرئيس الصيني شي جينبينغ) بعد أسبوعين في قمة منتدى التعاون الاقتصادي لدول آسيا والمحيط الهادئ (أبيك) في كوريا الجنوبية، لكن يبدو أنه لم يعد هناك أي مبرر لذلك.

وأردف ترامب أنه "سيضطر إلى شن هجوم مالي مضاد" على القيود الصينية.

كما أشار إلى أن أحد الخيارات المطروحة هو فرض زيادة "هائلة" في الرسوم الجمركية على السلع الصينية الواردة إلى الولايات المتحدة.

كذلك مضى بالقول: "يجري النظر بجدية في العديد من التدابير الانتقامية الأخرى"، موضحاً أنه "من غير الممكن أن يُسمح للصين باحتجاز العالم، لكن يبدو أن هذه كانت خطتهم منذ مدة".

100% على الصين، بالإضافة إلى أي رسوم جمركية تدفعها حالياً". وفقاً لـ "العربية نت".

"أصبحت عدائية للغاية" يأتي ذلك بعد أن اعتبر الرئيس الأمريكي، أن الصين "أصبحت عدائية للغاية"، مهدداً إياها بفرض زيادة "هائلة" في الرسوم الجمركية، عقب قرار بكين حول المعادن النادرة.

كما علق على "تروث سوشال" قائلاً: "لقد كانت مفاجأة حقيقية".

لقاء الرئيس الصيني

أعلن الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، أنه سيفرض رسوماً جمركية إضافية بنسبة 100% على الصين، وضوابط على تصدير البرمجيات الاستراتيجية إليها، اعتباراً من الأول من نوفمبر، وذلك بعد أن فرضت بكين قيوداً "صارمة للغاية" على تصدير المعادن النادرة.

وقال ترامب في منشور على منصة "تروث سوشال" إنه "بناءً على هذا الموقف غير المسبوق، ستفرض الولايات المتحدة الأمريكية رسوماً جمركية بنسبة



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 Need Treatment For Days Or Even Weeks After A Collision
Many People With Disc Herniation Find Relief With Conservative Care

FREE CHIROPRACTIC CONSULTATION

ARE YOU SUFFERING FROM
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

Egypt's inflation eases to 10.3% in September as price pressures cool

Egypt's inflation slowed for a fourth consecutive month in September, easing to 10.3 percent year on year as consumer price pressures continued to moderate, official data showed.

The Central Agency for Public Mobilization and Statistics said the Consumer Price Index rose 1.5 percent month on month to 260.9 points, driven mainly by higher housing and utility costs. According to Arab News.

Egypt's inflation peaked at around 33.2 percent in September 2023 but has steadily eased since the government secured an \$8 billion loan program from the International Monetary Fund in March 2024, which helped stabilize the currency and support policy reforms.

In its latest release, CAPMAS stated: "Housing, water, electricity, gas and fuel section recorded an increase of 3.4 percent due to an increase in prices of the actual rental group of houses by 1.3 percent, calculated rent group of houses by 7.1 percent, and group of maintenance and repair of houses by 1.4 percent."

The report added that expenses for water and miscellaneous services related to housing increased by 0.2 percent, while electricity, gas, and fuel prices rose by 0.3 percent.

Another key driver in September was the food and beverages sector, which increased by 1.9 percent. This section

saw a 12.2 percent rise in vegetable prices, a 3.5 percent increase in fruits, and a 0.3 percent rise in meat and poultry expenses.

The alcoholic beverages and tobacco segment witnessed a monthly rise of 0.8 percent, while the health care sector saw an increase of 0.4 percent.

Within healthcare, outpatient service costs climbed 0.8 percent in September compared to the previous month, while hospital expenses rose 1 percent over the same period.

On an annual basis, alcoholic beverages and tobacco prices surged 25.3 percent, followed by housing, water, electricity, and fuel, which went up 18.2 percent.

The food and beverages category recorded a 0.3 percent increase year on year, while clothing and footwear costs advanced 14.4 percent during the same period.

In February, global credit rating agency Moody's affirmed Egypt's Caa1 long-term foreign and local currency rating with a positive outlook.

It stated that the positive outlook reflected the government's measures to control inflation and interest rates.

Earlier Egypt's Central Bank slashed interest rates by 100 basis points, marking the fourth reduction this year, citing subdued inflation-

ary pressures amid economic growth of about 5 percent in the second quarter.





صندوق النقد: اتفاق السلام في غزة يتيح فرصة لانتعاش اقتصادي دائم

قالت نائبة كبير الاقتصاديين في صندوق النقد الدولي بيتيا كويفا-بروكس إن "اتفاق السلام" بين إسرائيل وحركة المقاومة الإسلامية الفلسطينية (حماس) -الذي أنهى حرباً في غزة على مدى عامين- يتيح فرصة لانتعاش اقتصادي دائم بالمنطقة.

وأضافت كويفا-بروكس أن الصندوق على استعداد للتعاون مع المجتمع الدولي من أجل إنعاش غزة والاقتصادات الإقليمية التي تأثرت بشدة بالصراع، بما في ذلك مصر والأردن. وفقاً لـ "الجزيرة نت".

وفي السياق، قدّر برنامج الأمم المتحدة الإنمائي حجم الانقراض الواجب إزالتها في غزة بقرابة 55 مليون طن.

وقال ممثل البرنامج الخاص في فلسطين جاكو سيلبرز في مؤتمر صحفي إن تقديرات التقييم السريع المؤقت للأضرار والاحتياجات الذي أجرته الأمم المتحدة والاتحاد الأوروبي والبنك الدولي بشكل مشترك تشير إلى حاجة لنحو 70 مليار دولار من أجل إعادة إعمار غزة.

وأضاف "هذا يعني أن هناك حاجة إلى نحو 20 مليار دولار في السنوات الثلاث المقبلة".

يشار إلى أن صندوق النقد الدولي أشار إلى انكماش الاقتصاد الفلسطيني في الضفة الغربية وقطاع غزة 26.6% في 2024، ولم يقدم توقعات للعامين الجاري والمقبل.

توقعت اقتصاد مصر وفي سياق متصل، أفادت كويفا-بروكس بأن الصندوق رفع بالفعل توقعاته الخاصة بمصر إلى نمو حقيقي في الناتج المحلي الإجمالي 4.3% في 2025 و4.5% في 2026، بفضل انتعاش قطاعي السياحة والصناعات التحويلية غير النفطية.

وعوّض هذان القطاعان الانخفاض في إيرادات قناة السويس التي تضررت من الصراع، لكنها المسؤولة توقعت أن تتعافى أنشطة القناة والتعدين في 2026.



السعودية تتوقع عجزاً بنحو 3.3 بالمئة في ميزانية 2026

أعلنت وزارة المالية السعودية، البيان التمهيدي للميزانية العامة للدولة للعام المالي 2026، متوقعة تسجيل نسبة نمو 4.6 بالمئة من الناتج المحلي الإجمالي، مع تواصل السياسات المالية التوسعية.

وتوقع البيان أن يصل إجمالي النفقات في موازنة 2026 إلى نحو 1.313 مليار ريال (350.13 مليار دولار)، بينما يُتوقع أن تبلغ الإيرادات حوالي 1.147 مليار ريال (305.87 مليار دولار). بحسب وكالة "الأناضول".

كما أشار البيان إلى أنه رغم العجز المتوقع البالغ 3.3 بالمئة من الناتج المحلي الإجمالي، فإن الحكومة ستواصل تعزيز النمو الاقتصادي عبر تنفيذ مشاريع استراتيجية تنموية.

وتتوقع وزارة المالية أن يسجل الناتج المحلي الإجمالي الحقيقي نمواً بنسبة 4.6 بالمئة في 2026، بدعم من النمو في الأنشطة غير النفطية.

ومن المتوقع أن تشهد الإيرادات زيادة على المدى المتوسط، حيث يُتوقع أن تصل إلى 1.294 مليار ريال (344.03 مليار دولار) في 2028.

وأشار البيان إلى أن السعودية ستستمر في تعزيز مرونة المالية العامة عبر تمويل المشاريع الكبرى، سواء عبر السندات أو التمويل البديل مثل وكالات ائتمان الصادرات.

من جهته، أكد وزير المالية محمد بن عبدالله الجدعان، أن الحكومة ستواصل التزامها بتسيخ

الاستدامة المالية مع الحفاظ على أولويات الإنفاق التنموي والاجتماعي، مع تعزيز الإصلاحات الهيكلية لضمان الاستدامة الاقتصادية والمالية.

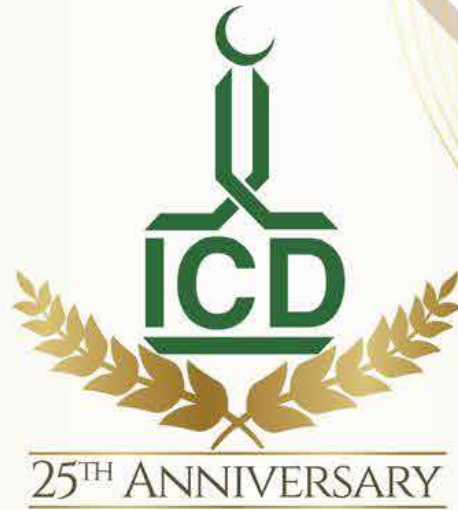
وأشار إلى أن نسبة الدين العام للمملكة تظل عند مستويات منخفضة مقارنة بالاقتصادات الأخرى، مما يعزز قدرة المملكة على الاستجابة للتحديات العالمية.

وتتوقع الوزارة أن يستمر نمو الأنشطة غير النفطية في دعم الاقتصاد، مع تقليص البطالة إلى مستوى قياسي بلغ 6.8 بالمئة في الربع الثاني من 2025، ما يعكس تحسن ظروف سوق العمل.

وأضاف الجدعان أن المملكة ستواصل رصد المخاطر الاقتصادية العالمية، مثل التوترات الجيوسياسية، واتخاذ إجراءات استباقية لتعزيز كفاءة التخطيط المالي والتعامل مع التحديات الاقتصادية المحتملة.

وفي 2024، نما الاقتصاد السعودي بنسبة 1.3 بالمئة مقارنة بالعام السابق، وذلك مدعوماً بارتفاع الناتج المحلي للأنشطة غير النفطية بنسبة 4.3 بالمئة، لتتجاوز قيمة الناتج المحلي الإجمالي بالأسعار الجارية 4 تريليونات ريال (1.09 تريليون دولار).





Save The Date

THE ISLAMIC CENTER OF DETROIT'S

25TH
Anniversary
GALA
DEC | 5 | 2025

The Fairlane Club

5000 FAIRLANE WOODS DR. DEARBORN, MI 48126

Mark your calendars - Details to follow!

🌐 icdonline.org ☎ 3135844143 ✉ secretary@icdonline.org

📷 [icdcenter](#) 📱 ICD - Islamic Center of Detroit

المركز الإسلامي لمدينة ديترويت Islamic Center of Detroit



Who We Are

The Islamic Center of Detroit (ICD) exists to serve the most vulnerable people within Metropolitan Detroit through the Muslim faith, Islamic principles, and a fundamental belief in assisting others. Officially opened to the public in January 2000, the ICD offers programming not only to its Muslim constituency, but also the underserved surrounding the Brooks, Fiskhorn, Warrendale, and Cody Rouge neighborhoods, and surrounding communities.

من نحن

المركز الإسلامي في ديترويت (ICD) موجود لخدمة الأشخاص الأكثر ضعفا داخل متروبوليتان ديترويت من خلال العقيدة الإسلامية والمبادئ الإسلامية والإيمان الأساسي بمساعدة الآخرين. تم افتتاح ICD رسميا للجمهور في يناير 2000، ويقدم برامج ليس فقط لدائرته الإسلامية، ولكن أيضا للمحتاجين في مقاطعة وين والمجتمعات المحيطة.

Services

-  Food Program
-  Child And Adult Care
-  Mental health services
-  Banquet Hall
-  youth programmes
-  Community services
-  Educational programs



خدماتنا

-  برنامج أغذية
-  رعاية الأطفال والكبار
-  خدمات الصحة النفسية
-  قاعة المناسبات
-  برامج شبابية
-  خدمات مجتمعية
-  برامج تعليمية

تقرير: إسرائيل تجند طلابا يهودا من العالم في جيشها ومستوطناتها

كشف تقرير فلسطيني، عن محاولات إسرائيلية لتجنيد طلاب يهود من الخارج، للانخراط في الجيش والمجموعات الاستيطانية.

وبين التقرير الذي أصدره المكتب الوطني للدفاع عن الأرض ومقاومة الاستيطان التابع لمنظمة التحرير الفلسطينية، أن "الوقائع على الأرض تظهر وجود برامج تريبية مسمومة لتجنيد طلبة يهود حول العالم للعمل مع فتيان التلال في المستوطنات". وفقا لوكالة "الناضول".

وفي 7 أكتوبر/ تشرين الأول 2024، أعلنت الولايات المتحدة فرض عقوبات على جماعة إسرائيلية متطرفة تدعى "شبان التلال"، لعمليها على إقامة بؤر استيطانية غير شرعية في مختلف أنحاء الضفة الغربية المحتلة.

وذكر التقرير أن "الحرب الإسرائيلية على غزة فتحت الباب أمام تجنيد واسع للشباب اليهود في أوروبا والولايات المتحدة للانخراط بصنوف جيش الاحتلال".

وأشار إلى أن بعضهم "انضم إلى منظمات يهودية متطرفة تنشط في المستوطنات والبؤر الاستيطانية والمزارع الرعوية، حيث يستخدم المستوطنون تلك المزارع لتوسيع نفوذهم ومهاجمة الفلسطينيين تحت حماية الجيش".

ووفق التقرير، يتم ذلك "عبر برامج تعليمية تسهم في دمجهم بما يسمى منظومة قيم دولة الاحتلال، وفي مقدمتها الجيش وأجهزة المليشيا العاملة في المستوطنات".

وأوضح التقرير الفلسطيني أن أحد هذه البرامج يسمى "مخيخا"، وهو مخصص للطلبة اليهود في الخارج ممن أنهوا المرحلة الثانوية. ويُعرض على المشاركين الالتحاق بدورة تمتد بين 9 أشهر وسنة، تُقام غالبا في مستوطنات الضفة الغربية، وتشمل إعدادا أيديولوجيا وتدريبيا شبه عسكري، قبل إرسالهم إلى مستوطنات الضفة والقدس، بحسب التقرير. وبين أن حركة "بني عكيفا" تُعد أبرز تلك الأطر، وهي أكبر حركة شبابية صهيونية دينية تعمل في أكثر من 40 دولة، وتوجه برامجها للطلبة اليهود في الخارج.

وفي أغسطس/ آب الماضي، قالت إذاعة الجيش الإسرائيلي إنه "في أعقاب النقص الحاد في الجنود، يدرس الجيش الإسرائيلي التواصل مع المجتمعات اليهودية في الشتات، لتشجيع تجنيد الشباب اليهود من الخارج في صفوفه".

وأضافت أن "النقص في الجنود الذي يقدر بنحو 12 ألفا، وعدم التحاق الحريديم (اليهود المتدينين) يدفع الجيش إلى محاولة استنفاد كل الخيارات الأخرى لإعادة ملء صفوفه".

ويشكل الحريديم نحو 13 بالمئة من سكان إسرائيل البالغ عددهم 10 ملايين نسمة، ويرفضون الخدمة العسكرية، بدعوى تكريس حياتهم لدراسة التوراة، ويقولون إن الاندماج في المجتمع العلماني يهدد هويتهم الدينية.

ووفق معطيات هيئة مقاومة الجدار والاستيطان الفلسطينية (حكومية)، نفذ المستوطنون 7 آلاف و154 اعتداء ضد الفلسطينيين وممتلكاتهم بالضفة الغربية خلال عامين، تسببت في مقتل 33 مواطنا وتهجير 33 تجمعاً بدوياً فلسطينياً.

وبموازاة حرب الإبادة بقطاع غزة، قتل الجيش الإسرائيلي ومستوطنون بالضفة، بما فيها القدس الشرقية، ما لا يقل عن 1051 فلسطينياً، وأصابوا نحو 10 آلاف و300، إضافة لاعتقال أكثر من 20 ألفاً بينهم 400 طفل، بحسب معطيات فلسطينية رسمية.

وبدعم أمريكي ارتكبت إسرائيل منذ 8 أكتوبر/ تشرين الأول 2023 ولمدة عامين إبادة جماعية بغزة، خلفت 67 ألفاً و682 قتيلاً، و170 ألفاً و33 جريحاً، معظمهم أطفال ونساء، ومجاعة أزهقت أرواح 463 فلسطينياً بينهم 157 طفلاً.



هل تتجه الجزائر لفتح الحدود مع المغرب بعد تصريح تبون؟

عثمان لحياني

أكد الرئيس الجزائري عبد المجيد تبون تلقيه التماسات ممن وصفهم "بأشقاء" بخصوص الأزمة بين الجزائر والمغرب تضمنت الطلب من الجزائر لفتح الحدود بين البلدين، بما يساعد في حل النزاع في الصحراء. ويأتي هذا التصريح بعيد تلقي كل من تبون وملك المغرب محمد السادس، رسالتين في وقت واحد من ولي العهد السعودي الأمير محمد بن سلمان، رجحت بعض التقديرات أن تكون ذات صلة بوساطة لحلحلة الخلافات بين الرباط والجزائر. وفقاً لـ "العربي الجديد".

وقال تبون في خطاب ألقاه أمام قادة الجيش، "هناك بعض الأشقاء على حسن نية، يطلبون منا فتح الحدود مع المغرب، لحل قضية الصحراء الغربية، الحدود لم تغلق بسبب قضية الصحراء الغربية، ولكنها أغلقت لأسباب أخرى، 63 سنة من الاستقلال، حدودنا مغلقة لمدة أكثر من 45 سنة"، وأضاف: "إذا كنت تريد فتح الحدود، يجب أن نتحدث مع بعض بمعقولة، لا يجب أن نلتقي لي، ولا أن الفق لك أكاذيب"، في إشارة إلى دوافع الجزائر إلى قرارها إغلاق الحدود منذ ديسمبر/ كانون الأول 1994، حيث اتهمت الرباط الاستخبارات الجزائرية بالوقوف وراء تفجير فندق أطلس أسني في مراكش.

وأضاف: "بالنسبة لقضية الصحراء الغربية، هي قضية تتعلق بتصفية الاستعمار، كآخر مستعمرة في أفريقيا، وهي بين يدي الأمم المتحدة، وهناك دول عظمى تسعى لحل القضية ونأمل أن نُحل، نحن موقفنا واضح، لا يهددنا أي طرف مهما كان، ولا يهمنا من ينتقد مواقفنا، يجب أن يأخذ الصحراويون حقوقهم"، ثم مضى قائلاً: "نحن لسنا صحراويين أكثر من الصحراويين، أي حل يقبله الصحراويون نقبل به، لكن ما دمنا في جوار الصحراويين، فإننا لن نسمح لأي طرف بأن يفرض عليهم أي حل لا يقبلون به، المعادلة بسيطة على هذا النحو".

ومنذ استقلال الجزائر عام 1962، أي في غضون 63 عاماً، لم تبقى الحدود البرية بين الجزائر والمغرب مفتوحة سوى لمدة 18 عاماً، على فترتين، بين 1962 ولغاية 1975، حيث أغلقت الحدود البرية بين البلدين لفترة طويلة، حتى عام 1989، حيث تم الاتفاق على فتحها بعد وساطة سعودية قادها العاهل السعودي الملك فهد بن

عبد العزيز، وبقيت مفتوحة لفترة ثانية حتى ديسمبر/ كانون الأول 1994، أي منذ 31 عاماً، عندما قررت الجزائر إغلاق الحدود، بعد قرار المغرب فرض التأشيرة على الجزائريين في أعقاب حادثة أطلس أسني، قبل أن تتأزم العلاقات بشكل أكبر اعتباراً من أغسطس/ آب 2021، عندما قررت الجزائر قطع علاقاتها الدبلوماسية مع الرباط، ومنع عبور الطيران المغربي الأجواء الجزائرية، وفرض التأشيرة على الرعايا المغاربة.

وعزا وقتها بيان للرئاسة الجزائرية، سبب إغلاق المجال الجوي أمام الطائرات المغربية، إلى "استمرار الاستفزازات والممارسات العدائية من الجانب المغربي". وذكر البيان أن اجتماع مجلس الأمن القومي خصص "لدراسة التطورات على الحدود مع المملكة المغربية"، من دون أن يقدم أي تفاصيل بخصوص الدوافع وراء القرار الجديد وملابساته السياسية.

وبيعني هذا القرار أن الطائرات المغربية سيكون عليها اتخاذ مسارات خارج الأجواء الجزائرية في رحلاتها المتوجهة إلى مناطق في أفريقيا والشرق الأوسط وآسيا. وفي الشهر نفسه، قطعت الجزائر علاقاتها الدبلوماسية مع المغرب، إثر إعلان السفير المغربي في نيويورك وقتها عمر هلال، خلال اجتماع دول عدم الانحياز، دعم الرباط لحركة "الملك" الانفصالية في منطقة القبائل شرقي الجزائر، رداً على موقف مماثل للجزائر بخصوص دعمها لجهة "البوليساريو" الانفصالية في الصحراء. وتقرر إبقاء عمل القنصليات في البلدين لتجنب تأثير القرار على حياة المواطنين المقيمين في كلا البلدين.

إضافة إلى الاعتبارات الاقتصادية وتضرر المناطق الحدودية للبلدين من إغلاق الحدود، سبب ذلك أيضاً ضرراً يخص حركة التنقل بين البلدين، خاصة بالنسبة للعائلات التي تجمعها قرابات عائلية. وكثيراً ما يلتقي مغاربة وجزائريون عند نقطة حدودية تعرف باسم كاف لجراف، حيث لا يفصل هناك بين طريقين في الجانبين سوى واد صغير.

وتجدر الإشارة إلى أن المعبر البري بين البلدين والشهير باسم "زوج بغال"، يفتح بين الحين والآخر، في حالات خاصة تتعلق بتسليم أو تسلم مهاجرين غير نظاميين من البلدين، أو جثامين لرعايا من البلدين وفي حالات إنسانية، على غرار السماح بعبور قوافل إغاثية متوجهة إلى قطاع غزة.





تقرير: الجيش السوداني استخدم غاز الكلور مرتين عام 2024

كذلك تحققت "فرانس 24" من تقارير عن إلقاء برميل ثان من طائفة في 13 أيلول/سبتمبر 2024 على مصفاة الجيلي.

وأُسفرت الحرب في السودان منذ نيسان/أبريل 2023، عن مقتل عشرات الآلاف وتهجير الملايين، وتسببت بجوع ونزوح، وصفتها الأمم المتحدة بأنها "الأزمة الإنسانية الأسوأ في العالم".

كذلك شهدت هذه الحرب فظائع كثيرة بحق المدنيين السودانيين، إذ اتهم طرفا النزاع بارتكاب جرائم حرب، من بينها القصف العشوائي واستهداف المدنيين.

وأفادت الشهر المنصرم بأن تحقيقاً داخلياً لم يُظهر وجود "أي دليل" على تلوث كيميائي في ولاية الخرطوم.

واستخدمت "فرانس 24" بيانات مفتوحة المصدر، ولقطات متداولة على وسائل التواصل الاجتماعي، وآراء خمسة خبراء لتأكيد استخدام غاز الكلور. وتحققت من مقاطع فيديو تُظهر برميل كلور صناعي ألقي على ما يبدو من طائرة في 5 أيلول/سبتمبر 2024 على قاعدة قري العسكرية قرب الجيلي، ما أدى إلى تصاعد سحابة صفراء من غاز الكلور.

وأفاد التقرير بأن منشأة البرميل شركة هندية صدرته إلى بورتسودان في آب/أغسطس 2024. وأوضحت الشركة للمحطة الفرنسية أن كان من المفترض أن يُستخدم حصراً "لمعالجة مياه الشفة".

الجيش ألقى برميلين من الكلور في أيلول/سبتمبر 2024 في محيط مصفاة الجيلي النفطية شمال الخرطوم.

وكانت قوات الدعم السريع تسيطر وقتها على المنطقة وعلى أكبر منشأة نفطية في السودان.

ورأت منظمة "هيومن رايتس ووتش" إن "استخدام مادة كيميائية صناعية (...) كسلاح يُشكل سابقة مقلقة".

ودأبت الحكومة السودانية على نفي الاتهامات الأميركية، مؤكدة أن "لا أساس لها" وواصفة إياها بأنها "ابتزاز سياسي".

أفاد تقرير إعلامي نُشر مؤخراً، بأن الجيش السوداني الذي يخوض حرباً ضد قوات الدعم السريع منذ نيسان/أبريل 2023، استخدم غاز الكلور في هجوميين شمال العاصمة الخرطوم عام 2024.

وفرضت الولايات المتحدة في حزيران/يونيو الفائت عقوبات على الحكومة السودانية المدعومة من الجيش بسبب استخدام الجيش السوداني أسلحة كيميائية العام الماضي في الحرب الأهلية الدامية التي تشهدها البلاد. لكن واشنطن لم توضح متى وأين استخدمت تلك الأسلحة. وفقاً لـ "أ ف ب".

وأظهر تحقيق أجرته محطة "فرانس 24" أن

Germany to order more than 600 short-range air defense systems: Report

Germany plans to order more than 600 "Skyranger 30" air defense systems from Rheinmetall in a deal worth billions of euros, local media reported, according to Anadolu.

Deliveries are scheduled for completion by 2030, with the total procurement value exceeding €9 billion (\$10.4 billion), according to German Defense Ministry sources cited by the daily.



The procurement decision comes amid growing concerns over unauthorized drone activity and follows the government's pledge to modernize the Bundeswehr's air defense capabilities.

According to industry sources, Skyrangers effectively defend against drones and low-flying objects. The system's radar can detect larger military drones up to ten kilometers away and microdrones weighing up to 250 grams at distances of six kilometers.



Syria's Sharaa requested Assad's extradition in Putin meeting: foreign ministry

Sirian interim president Ahmed al-Sharaa requested that Russia extradite former president Bashar al-Assad, who has been living in exile in the country following his ouster in December last year, according to the foreign ministry.

In an interview with Syrian state television on Ashhad Salibi, the Deputy Director of the Russia and Eastern Europe Department at the Syrian Ministry of Foreign Affairs, said that Moscow is "understanding" of Damascus' desire to achieve "transitional justice" with regards to the matter. According to The New Arab.

Assad is wanted for war crimes and crimes against humanity carried out during the bloody civil war in Syria, which killed over half a million people, led to the displacement of millions more and devastated the country's infrastructure and economy. He was ousted following a lightning offensive led by Sharaa and opposition rebels in December 2024, ending decades of Baathist rule in Syria.

Assad has had international arrest warrants issued for him over the years, particularly from France.

In September, the Syrian Network for Human Rights, a prominent rights monitor, also called for Assad's extradition – as well as a formal apology from Moscow for their support of the regime and their role in the war.

In the interview, Salibi added that new political leadership in Syria is "adopting transparency" in dealing with Russia, while ensuring that the Syrian people "are kept informed of all developments," in a likely reference to Syrians' association of Russia with their allyship with the regime, and the sensitive nature of Sharaa's visit. Salbi also revealed that discussions between the two sides included establishing new legal mechanisms for cooperation on wanted persons and pending cases, while he emphasised continued coordination with Moscow in the Security Council and the United Nations.

The foreign ministry official added that Syria is seeking to "reformulate its foreign policy in line with its national interests" and is working to consolidate its relations with all countries and the international community, following years of diplomatic isolation. Sharaa met with Russian President Vladimir Putin in what was described as Damascus seeking "redefined ties" in the aftermath of the ouster of the Assad regime - which Moscow supported militarily.

Prior to the meeting, Syrian government officials said Sharaa intended to discuss economic issues related to investment, the status of Russian bases in Syria, and the issue of rearming the new Syrian military.

During his first visit at the Kremlin, Sharaa had pledged to Putin that Damascus would "honour" all past deals struck between his country and Moscow, which includes the two Russian military bases located in Hmeimim and Tartous.

In turn, Putin said Moscow "was ready to do all it could" to act on what he called "many interesting and useful beginnings" that had already been discussed between the two sides when it came to renewing relations.



من جديد.. تنتياهو وغالانت في مرمى "الجناية الدولية"

تعلن دولة في "مقبولية الدعوى"، وهو ما لم تفعله إسرائيل، إذ اقتصر اعتراضها على مسألة الاختصاص. يذكر أن المحكمة الجنائية الدولية اعترفت في 5 فبراير 2021 بفلسطين كدولة طرف في نظام روما الأساسي، ما منحها اختصاصاً قضائياً يشمل الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1967، بما في ذلك غزة والضفة الغربية.

وفي 3 مارس 2021، أعلن مكتب المدعي العام للمحكمة عن بدء تحقيق رسمي في الوضع الفلسطيني، وفي 23 سبتمبر 2024، قدمت إسرائيل اعتراضها على اختصاص المحكمة، بموجب المادة (19/2) من النظام الأساسي. وبعد شهرين، في 21 نوفمبر 2024، أصدرت الدائرة التمهيدية الأولى مذكرتي اعتقال بحق تنتياهو وغالانت بتهمة "ارتكاب جرائم حرب وجرائم ضد الإنسانية".

الاعتقال، موضحة أن "إصدار المذكرات تم في مسار مستقل ولا يرتبط قانونياً بموضوع الاختصاص". وترجع أوساط قانونية إسرائيلية أن "اتفاق وقف إطلاق النار وتبادل الأسرى في غزة قد يوقف ملاحقات المحكمة بحق تنتياهو وغالانت".

ونقلت صحيفة "يديعوت أحرونوت" العبرية عن مصادر إسرائيلية قولها إن الاتفاق "لا يؤثر رسمياً على مجريات القضية، لأن المذكرات تتعلق بجرائم ارتكبت بين 8 أكتوبر 2023 و20 مايو 2024".

وكانت المحكمة الجنائية رفضت في يوليو 2025 طلباً رسمياً من إسرائيل لإلغاء مذكرتي الاعتقال وتعليق التحقيق بحق تنتياهو وغالانت، قدم في 9 مايو من العام ذاته.

وأشارت المحكمة في قرارها آنذاك إلى أن تعليق التحقيق وفق المادة (19/7) من نظام روما الأساسي لا يطبق إلا عندما

رفضت المحكمة الجنائية الدولية، للمرة الثانية استئنافاً تقدمت به إسرائيل ضد مذكرتي الاعتقال الصادرين بحق رئيس الوزراء بنيامين نتنياهو ووزير الدفاع السابق يوآف غالانت.

ويشأن مبررات رفضها للاستئناف، أوضحت المحكمة، في قرار من 10 صفحات أن إسرائيل تكرر حججها السابقة، في إشارة إلى استئنافها الأول المرفوض في يوليو 2025، والذي دفعت فيه أيضاً بعدم اختصاص المحكمة. وفقاً لـ "روسيا اليوم".

ونقلت صحيفة "يديعوت أحرونوت" العبرية عن مصادر مطلعة أن إسرائيل جددت في استئنافها الثاني القول إن المحكمة "غير مختصة بالنظر في الجرائم المرتكبة على الأراضي الفلسطينية".

وأكدت المحكمة في قرارها أنها "غير ملزمة بمناقشة مسألة الاختصاص التي أثارها إسرائيل قبل تنفيذ مذكرات

قطر تؤكد تزايد أهمية إنشاء منطقة خالية من الأسلحة النووية في الشرق الأوسط

يعقد النزاعات ويزيد الأزمات الإقليمية. كما شدد على أن التوصل إلى تفاهات دولية وإقليمية في الشرق الأوسط وتعزيز حسن الجوار يعد أولوية لحماية المدنيين والبنية التحتية الحيوية.

وجددت قطر في بيانها دعمها لعقد الدورة السادسة لمؤتمر الأمم المتحدة حول إنشاء منطقة خالية من الأسلحة النووية وأسلحة الدمار الشامل في الشرق الأوسط في نوفمبر/تشرين الثاني المقبل، وأكدت أهمية مؤتمر الأطراف لمعاهدة عدم انتشار الأسلحة النووية لعام 2026، داعية إلى تنفيذ الالتزامات الدولية وضممان تطوير برامج الطاقة النووية السلمية بمسؤولية وبإشراف الوكالة الدولية للطاقة الذرية لضمان أعلى معايير



أكدت قطر أن إنشاء منطقة خالية من الأسلحة النووية في الشرق الأوسط، أصبح اليوم أكثر إلحاحاً، بحسب سيوتنيك.

جاء ذلك في بيان ألقاه وفد عضو دولة قطر، خالد إبراهيم المنصوري، أمام اللجنة الأولى للأمم المتحدة خلال دورتها الـ80، في البند المتعلق بالأسلحة النووية.

وأشار المنصوري إلى أن "انتشار هذه الأسلحة يزيد من مخاطر الحوادث والهجمات ويهدد السلم والأمن الإقليمي والدولي"، وفقاً لبيان من وزارة الخارجية القطرية.

وأوضح أن الجهود الدولية لنزع الأسلحة النووية ومنع انتشارها تشكل حجر الزاوية لمجتمعات آمنة، وأن امتلاك هذه الأسلحة

السلامة والأمن.



الحرس الثوري الإيراني يؤكد ضرورة توطين "الجزر" المتنازع عليها مع الإمارات

ويمكن استخراجها من باطنها".

وكان البيان الختامي للاجتماع الوزاري المشترك السادس للحوار الاستراتيجي بين مجلس التعاون لدول الخليج العربية وروسيا الاتحادية، في 11 يوليو/تموز الماضي، أشار إلى دعمهما للجهود السلمية، بما فيها مبادرة دولة الإمارات العربية المتحدة ومساعدتها للتوصل إلى حل سلمي لقضية الجزر الثلاث، طنب الكبرى وطنب الصغرى وأبو موسى، وذلك من خلال المفاوضات الثنائية أو محكمة العدل الدولية، وفقا لقواعد القانون الدولي وميثاق الأمم المتحدة، لحل هذه القضية وفقا للشرعية الدولية.

هذه الصناعة، يجب أن نتجه نحو العمل التنفيذي، فالجميع يعرف أهمية ومزايا هذا القطاع".
واقترح العميد راستي أن يعقد واضعو الوثيقة إحدى جلساتهم في جزيرة أبو موسى، مشددا على أهمية توطين "الجزر الإيرانية" في الخليج، وقال: "لتنفيذ هذا الأمر يجب تقديم حوافز للسكان المحليين في هذه الجزر. فالدول المجاورة، للحفاظ على التواجد السكاني في جزرها ومدنها الساحلية، تستقدم سكانا من دول أخرى مثل بنغلادش والفلبين وتمنحهم امتيازات خاصة".
وأوضح العميد راستي أن جزيرة هرمز غنية جدا من الناحية الجغرافية والمعدنية، قائلا: "كل نوع من المعادن التي يمكن تصورها موجود في هذه الجزيرة،

ووفقا للإحصاءات والدراسات الحالية، فإن أقل من 2% من اقتصادنا يعتمد على البحر".
وأشار القائد العسكري إلى إمكانات هذه الصناعة وتجارب دول الخليج وتركيا في هذا المجال، منوها بأنه "في المجالات البحرية والصناعية المختلفة مثل تربية الأحياء المائية، بدأنا نحن وتركيا هذه الصناعة في تسعينيات القرن الماضي، لكن عندما زرت تركيا في أواخر العقد التاسع، كانت قد تجاوزت إنتاج 500 ألف طن، بينما نحن لم نتجاوز 5 آلاف طن، رغم أن ظروفنا المناخية أفضل لتربية الكائنات البحرية".
وأكد أن الاهتمام بالمرات البحرية يعد من القضايا المهمة في هذا المجال، قائلا: "لكي نستفيد فعليا من

شدد نائب قائد القوة البحرية للحرس الثوري الإيراني، العميد أحمد راستي، على أهمية توطين "الجزر" المتنازع عليها مع الإمارات في الخليج، وأفادت وكالة "تسنيم" الدولية للأنباء، بأن تصريحات العميد راستي جاءت خلال ندوة إعداد مسودة الوثيقة الشاملة للتنمية البحرية الوطنية، التي تُعقد في جامعة أمير كبير الصناعية. وأشار راستي إلى أنه "لتحقيق هذا الهدف يجب التوجه نحو منح حوافز تشجيعية للسكان المقيمين في هذه الجزر". بحسب ما نشرته وكالة "سبوتنيك".
وقال راستي إن "وثيقة التنمية البحرية واقتصاد البحر يمكن أن تكون محركا مهما لتطوير البلاد،

الأمم المتحدة تمدد حظر الأسلحة على هايتي



شك.
لطالما عانت هايتي، أفقر دولة في نصف الكرة الأرضية الغربي، من عصابات إجرامية عنيفة ترتكب جرائم قتل واغتصاب ونهب واختطاف في ظل عدم استقرار سياسي مزمن.

تدهور الوضع بشكل حاد منذ مطلع العام 2024، عندما أجبر هجوم عصابات منسق رئيس الوزراء آنذاك أرييل هنري على التنحي.

كذلك، فرضت الأمم المتحدة حظر سفر وتجميد أصول على ديمتري إيرار الذي كان مسؤولا عن أمن الرئيس جوفينيل مويز وقت اغتياله عام 2021، وعلى زعيم عصابة أرجنتيني هو كيمبيس سانون.

وأعلنت الولايات المتحدة أنها ستفرض عقوبات أيضا على إيرار وسانون.

وينضم هذان إلى تسعة أفراد ومجموعتين من بينهما تحالف العصابات "فيف أنسانم" وزعيمه جيمي "باربيكيو" شيريزير على قائمة العقوبات.

مدد مجلس الأمن الدولي بالإجماع قرار حظر الأسلحة والمعدات العسكرية المفروض على هايتي لعام آخر، وأضاف شخصين إلى قائمة العقوبات.

وُضع نظام العقوبات في العام 2022 سعيا لوقف العنف المتصاعد مع اجتياح العصابات للبلاد، لكن الوضع تدهور منذ ذلك الحين. وفقا لـ "أ ف ب".

في الأساس فُرض الحظر على أسلحة محددة، وتم تشديده لاحقا ليشمل جميع عمليات نقل الأسلحة إلى هايتي مع استثناءات تشمل تلك الموجهة لقوات إنفاذ القانون المحلية والقوات الدولية المنتشرة لمساعدتها.

وحذر مجلس الأمن من أن العنف المستمر الذي تمارسه العصابات "يساهم في تقويض سيادة القانون واحترام حقوق الإنسان وقد يعيق تقديم المساعدة الإنسانية وقد تكون له عواقب إنسانية واجتماعية واقتصادية سلبية واسعة النطاق".

لكن فاعلية العقوبات حتى الآن لا تزال موضع



The Times: Reconstructing Gaza will take 10 years and cost \$50 billion.

From the rubble of his destroyed home, Hamza al-Shami looked out at a scene of complete devastation. As soon as the ceasefire in Gaza began last Friday, the 29-year-old computer technician rushed to his neighborhood in Khan Yunis from the tent he had been sheltering in on the western side of the city.

"I went straight to see my house, but I found nothing but rubble," al-Shami told The Times. "The house had several floors and a workshop where my brothers and I worked, but it was completely destroyed. Everything was gone. Even the streets and landmarks I knew were unrecognizable." Although Al-Shami and his friends are relieved by the ceasefire, they realize they face a long and arduous road to rebuilding their shattered city.

The scale of destruction is unprecedented since World War II. According to the latest United Nations data based on satellite imagery taken between September 22 and 23, approximately 83% of buildings in Gaza City have been damaged, including approximately 17,734 completely destroyed.

In Khan Yunis, to the south, the situation is similar. Entire neighborhoods, like Al-Shami's, have been razed to the ground after the Israeli occupation army intensified its attacks in recent weeks. Across the Strip, the number of destroyed buildings has increased by a third compared to the previous month.



لوموند: انحياز ترامب الفاضح لإسرائيل يترك مساحة ضيقة جداً للفلسطينيين

وهما مطوران عقاريان أحدهما صهره، استغرقا وقتاً أطول في التفاوض مع الطرف الذي يُفترض أن خطتهم تستبعد بعد نزع سلاحه- أي حركة "حماس"، المسؤولة عن هجوم السابع من أكتوبر- أكثر مما استغرقوا في التحدث مع السلطة الفلسطينية. ومع ذلك، فإن إصلاح هذه السلطة يُعد أحد الشروط التي "قد" تسمح بتحقيق تطورات الفلسطينيين نحو الاستقلال، وفق البند 19 من خارطة الطريق. لا شك أن الفلسطينيين يتحملون نصيباً من المسؤولية عن مأسيتهم. لكن أداء السلطة الفلسطينية في الضفة الغربية، التي تنهشها المستوطنات الإسرائيلية، كان ذريعة لتدخل غربي، خصوصاً من الولايات المتحدة وأوروبا، يجعل من الصعب على هؤلاء أن يتقمصوا دور الواعظين.

انقلاب دموي

فالغرب نفسه كان قد رفض نتائج الانتخابات التشريعية النموذجية التي أجراها الفلسطينيون في شهر يناير 2006، لأنها أفرزت فوراً نزهاً لحركة "حماس"، يُشير جيل باري، ثم دفع هؤلاء الرعاة الغربيون محمود عباس نحو المواجهة مع الحركة الإسلامية، وانتهت التجربة بانقلاب دموي لـ "حماس" في غزة، وبإقصاء حركة "فتح"، وبانقسام ما يزال ينزف حتى اليوم. ولم ينجح أي حراك تحرري في العالم وهو منقسم على هذا النحو، يقول الكاتب.

كما أن الفلسطينيين لا ينسون تجربة العقد الماضي: فالإصلاح الذي قاده رئيس الوزراء الأسبق سلام فياض، وهو موظف دولي سابق، حقق نتائج لاقت إشادة واسعة. فقد اعتبر صندوق النقد الدولي، في عام 2011، أن السلطة الفلسطينية "أصبحت قادرة على تنفيذ السياسات الاقتصادية الرشيدة المتوقعة من دولة فلسطينية مستقبلية تعمل بكفاءة". لكن هذه النجاحات لم تُترجم إلى مكاسب دبلوماسية، في وقت كان بنينام تننياهو ما يزال متمسكاً بمقعد رئاسة الوزراء في إسرائيل، بسبب غياب أي ضغط حقيقي على الدولة العبرية، يقول جيل باري. وقد خلصت لجنة التنسيق، التي تضم أبرز المانحين، إلى أن الفلسطينيين "تجاوزوا عتبة الدولة الوظيفية في القطاعات الأساسية"، لكن ذلك ضاع سدىً، لغياب أي إرادة سياسية لدعمهم.

ولا ينسى الفلسطينيون كذلك مهزلة الانتخابات العامة، التي كان من المفترض عقدها في شهر يناير عام 2021. فقد أرجأها محمود عباس إلى أجل غير مسمى، في شهر أبريل، خشية أن تؤدي التمردات الداخلية داخل حركة "فتح" إلى إنهاء حكمه، أو أن تمنح "حماس" فرصة جديدة.

ولم تجد إدارة جو بايدن، التي ترفع شعار الدفاع عن الديمقراطية، ما يُقال في هذا الشأن. أما الأوروبيون فاكثفوا بتغيير دبلوماسي عن "خيبة الأمل".

لقد أنشئت السلطة الفلسطينية أصلاً لمواكبة عملية السلام التي انطلقت في أوسلو عام 1993، ولا يمكن أن يكون لها أي شرعية أو معنى بعد الآن في غياب تلك العملية، مهما كثرت الإصلاحات، يقول جيل باري.

قال كاتب الافتتاحيات في صحيفة "لوموند" الفرنسية، جيل باري، في عمود رأي، إن الانحياز الفاضح للرئيس الأمريكي والدبلوماسي الأمريكية تجاه إسرائيل يترك مساحة ضيقة جداً للفلسطينيين.

وأضاف الكاتب أنه في القمة التي عُقدت في شرم الشيخ، في 13 أكتوبر، والمخصصة لتمجيده، واجه دونالد ترامب واقعاً من وقائع الشرق الأوسط لم يكن على اتصال مباشر به منذ زيارته إلى بيت لحم، في مايو 2017، في بداية ولايته الأولى. غير أن هذا الواقع كان محسباً في شخصية واحدة فريدة: رئيس سلطة فلسطينية شبه ميتة، محمود عباس، البالغ من العمر نحو تسعين عاماً، والذي حُرِم من تأشيرة دخول إلى الولايات المتحدة قبل شهر بمناسبة انعقاد الجمعية العامة السنوية للأمم المتحدة في نيويورك. رجل من الماضي، وسيبقى فيه، بعدما أصبح رمزاً لياس شعبي.

لذلك يتابع جيل باري- فإن بضع الكلمات التي تبادلها الاثنان خلال جلسة التصوير المخصصة لتخليد انتصار الرئيس الأمريكي، المتوج بتحرير الإسرائيليين المحتجزين في غزة، وإطلاق سراح الأسرى الفلسطينيين، ووقف القصف على القطاع، لن تكون كافية لتعويض الوقت الضائع، ولا لإعادة التوازن إلى الانحياز الفاضح المؤيد لإسرائيل في الدبلوماسية الأمريكية. بكل إدارتها المتعاقبة، والذي ازداد تفاقماً مع النسخة الغربية التي يمثلها دونالد ترامب، حيث تتداخل الروابط العائلية والهوس العقاري والمصالح الجيوسياسية في تجاهل تام للمعايير، كما شهد على ذلك الخطاب المذهل الذي ألقاه في وقت سابق يوم 13 أكتوبر أمام الكنيست الإسرائيلي. واعتبر جيل باري أن هذه العلاقة المفرطة لا تترك سوى مساحة ضئيلة جداً للفلسطينيين. ولعل هذا ما يفسر لماذا كان دونالد ترامب، حتى وقت قريب، يتصور من دون خجل قطاع غزة خالياً من سكانه، وهو الهدف الذي يسعى إليه أقصى اليمين الصهيوني المتطرف في إسرائيل. وقد بُرِّر هذا التطهير العرقي بمشاريع عقارية ضخمة وبراقة من النوع الذي تتقنه مدن الخليج، وفق نموذج سنغافوري معقم واستبدادي.

ومضى الكاتب قائلاً إن الخطة التي تهدف إلى إنهاء الحرب في غزة تم إعدادها دون استشارة أي مسؤول فلسطيني، كما حدث في شهر يناير عام 2020، عندما قدّم الرئيس الأمريكي خطته الأولى للسلام، التي سقطت سريعاً في طي النسيان. أما المقترح الأخير، الذي يشير بدوره إلى تلك النماذج الخليجية السابقة، فقد استنسخ بعض ملامحها مع الاحتفاظ، في النهاية، بـ "الفلسطيني" كعنصر شكلي فقط- لا كشخص يتمتع بحقوقه، وأولها حقه في تقرير المصير، بل كشكل من "الإنسان الاقتصادي" المحرك فقط برغبته في تحسين مستوى المعيشة.

لكن العقود الماضية أثبتت- وما زالت تثبت- أن الرفاه الاقتصادي لا يمكن أن يتحقق دون الاعتراف أولاً بالحقوق السياسية. خلال الأيام الأخيرة، برزت مفارقة لافتة: مبعوثا دونالد ترامب،

غارديان: هل يمكن مقارنة الحرب على غزة باجتياح لبنان عام 82؟

في مقال تحليلي نشرته صحيفة غارديان البريطانية، قارن مراسلها للشؤون الأمنية الدولية جيسون بيرك بين الحرب الإسرائيلية على قطاع غزة عام 2025، والاجتياح الإسرائيلي للبنان عام 1982، لافتاً إلى أن التفاصيل وإن اختلفت، إلا أن الأنماط تتكرر بوضوح مذهل.

وأوضح أن المشهد الحالي في غزة ليس سوى تكرار لحلقات مأساوية سبقتها ببيروت عام 1982، مضيفاً أنه في كل مرة يتدخل فيها رئيس أميركي لوقف المجازر الإسرائيلية، يُعاد إنتاج الصراع بأشكال أكثر عنفاً، وتولد حركات أشد تطرفاً، بينما تنزوي الآمال في سلام عادل ودائم.

ويشير الكاتب إلى أن العالم شهد في الحالتين حرباً منقولة مباشرة إلى الشاشات، ففي بيروت ساعدت الأقمار الصناعية الجديدة على بث مشاهد الغارات، بينما أتاحت وسائل التواصل الحديثة من غزة نقل المأساة لحظة بلحظة. وكذلك، كررت إسرائيل الخطاب ذاته بالتشكيك في أعداد الضحايا، واتهام الخصم باستخدام المدنيين دروعاً بشرية، وتحمله مسؤولية الكارثة. ورغم اختلاف السياقات فإن أوجه الشبه مذهلة، كما يعتقد الكاتب، إذ جاءت حرب غزة عقب هجوم حركة المقاومة الإسلامية (حماس) عام 2023، بينما كانت عمليات منظمة التحرير الفلسطينية محدودة في عام 1982. ويستعيد بيرك ما جرى بعد وقف إطلاق النار في 1982، حين تفككت منظمة التحرير الفلسطينية، واغتيل الرئيس المنتخب للتو بشير الجميل "حليف إسرائيل المفضل" في لبنان، لتتبع مجازر صبرا وشاتيلا بمشاركة إسرائيلية "غير مباشرة"، على حد تعبير الكاتب.

فكان أن تحولت المقاومة الفلسطينية ضد الاحتلال بعد ذلك إلى "هجمات انتحارية" نفذها "متشددون" لبنانيون، ومن رحم تلك الفوضى وُلد حزب الله، الذي ظل مصدر تهديد لإسرائيل حتى اليوم، بحسب زعم الكاتب. تسأل الكاتب جيسون بيرك: "إذا كان التاريخ يعيد نفسه بهذه الدقة، فهل يمكن أن يكون أي سلام مجرد إرهابية لجولة أخرى من سفك الدماء؟". ويربط جيسون بيرك بين تلك الحقبة وبرز الحركات الإسلامية التي يصفها بالمتشددة في المنطقة بعد انهيار القوى اليسارية والقومية التي كانت تتبنى مشاريع تغيير علمانية.

وكان من نتائج العنف الإسرائيلي والحروب الأهلية أن دُمّرت البنى السياسية المعتدلة، فخلا، ثم، المشهد أمام التيارات الدينية الراديكالية التي وجدت في الإيمان وسيلة للتعبيّة والانتقام، بحسب مقال الغارديان. ويرى بيرك أن ما يجري اليوم في غزة قد يؤدي إلى النتيجة ذاتها، إذ إن سحق القوى المدنية والمعتدلة يفتح المجال أمام صعود جماعات أكثر تطرفاً، بحسب تعبيره.

ويذكر بأن الغرب في الثمانينيات تخطى عن البحث في "جذور العنف"، مكتفياً بتصوير من يعتبرهم "إرهابيين" كمجانبين أو أدوات بيد الآخرين، متجاهلاً العوامل الاجتماعية والسياسية التي تدفعهم إلى حمل السلاح، وهو خطأ ما زال يتكرر.

والنتيجة -كما يحذر الكاتب- قد تكون جولة جديدة من الهدوء المؤقت يعقبها انفجار أعنف، ما لم تتعلم الأطراف دروس الماضي حقاً. وتساءل الكاتب جيسون بيرك: "إذا كان التاريخ يعيد نفسه بهذه الدقة، فهل يمكن أن يكون أي سلام مجرد إرهابية لجولة أخرى من سفك الدماء؟".



واشنطن بوست: فجر ترامب "الجديد" قد يكون سرايا

ترامب لم تُعدّ العدة للتعامل مع الفجوة العميقة بين مواقفه وحلفائها في إسرائيل من جهة، وبين الموقف العربي والدولي الذي يصر على حل الدولتين من جهة أخرى. وأوضح الكاتب أن خطة ترامب تضمنت إشارات غامضة إلى "مسار موثوق لضمان إقامة الدولة الفلسطينية"، وهو مطلب عربي ودولي واضح، لكن رئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتانياهو وحلفاءه اليمينيون رفضوه تماماً، مما يعمق الانقسام السياسي. ويزيد الأمر تعقيداً، بحسب المقال، أن ترامب يقلل من شأن تطلعات الفلسطينيين ويعامل إعادة إعمار غزة كأنها "صفة عقارية كبرى"، متجاهلاً البعد السياسي والإنساني الذي يتطلبه أي سلام حقيقي في المنطقة. وفي هذا الصدد، أشار الكاتب إلى أن السفيرين الأمريكيين في إسرائيل الحالي مايك هاكاوي والسابق ديفيد فريدمان ظهرا في فعالية إسرائيلية بنهاية الأسبوع الماضي، حيث عزا معا نسخة معدلة من أغنية شهيرة سخرت كلماتها من جهود فرنسا والأمم المتحدة للدفع نحو حل الدولتين، واحتفت بدعم ترامب للمطالبات الإسرائيلية بالاستيلاء على كامل الأرض الفلسطينية.

حل مؤقت

وعبرت كارين دي يونغ -نائبة رئيس التحرير في واشنطن بوست- عن قلقها من أن اهتمام ترامب بغزة يقتصر على سعيه لنيل جائزة نوبل للسلام العام القادم، محذرة من أن تراجع اهتمامه سيقوّض جهود متابعة القضية والتجهيز لليوم التالي في غزة، وفق المقال.

ونقل الكاتب تعليق باربرا ليف -مساعدة وزير الخارجية الأميركي لشؤون الشرق الأوسط في إدارة الرئيس السابق جو بايدن- في مقابلة مع شبكة "سي إن إن" بأن إدارة ترامب "بالغت وربما عن قصد في تسويق فكرة التطبيع بين إسرائيل والعرب"، في حين "قللت من أهمية المسار السياسي لإقامة الدولة الفلسطينية".

وخلص ثارور في مقاله إلى أن الاحتفال المبكر بالهدنة قد يقوّض تحقيق سلام مستدام، وأن التحديات الجوهرية المتعلقة بالقضية الفلسطينية والسياسة الإسرائيلية ما زالت قائمة.



أكد مقال نشرته صحيفة واشنطن بوست الأمريكية أن "الفجر الجديد" الذي أعلنه الرئيس الأميركي دونالد ترامب بالشرق الأوسط قد يكون "وهماً"، بسبب التناقض بين خطاباته الدبلوماسية عن النصر والتحديات الجوهرية على الأرض، خاصة في ما يتعلق بإقامة دولة فلسطينية.

وقال كاتب العمود بالصحيفة إيشان ثارور إن احتفال ترامب سابق لأوانه، ويفتقر إلى الوعي بمدى تعقيد المسألة وانعكاساتها على المنطقة والدول العربية.

وحذر من التفاؤل المفرط حول الاتفاق، فمجرد توقف القتال وتأمين تبادل الأسرى لا يعني تحقيق سلام شامل أو مستدام، وهناك "قضايا شائكة" يجب حلها أولاً.

عقبات

وأشار المقال إلى أن هناك علامات على هشاشة الاتفاق، مثل إطلاق الجيش الإسرائيلي النار على الفلسطينيين وعرقلته دخول شاحنات المساعدات. كما أن حركة المقاومة الإسلامية (حماس) ما زالت بالقطاع، وهو ما يخالف رغبات الحكومة الإسرائيلية ومطالبها.

ورجح محللون -وفق المقال- أن يلجأ رئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتانياهو إلى استمرار الصراع كوسيلة لحماية سلطته، خاصة مع قرب انتخابات 2026 واستمرار محاكمات الفساد ضده وتراجع شعبيته.

وقد يعود نتانياهو إلى الصراع بحجة "تصحيح" مسار الحرب أو الرد على أي "استفزازات" من حماس، وفق ما نقله المقال عن نيمرود غورين، رئيس مركز ميتفيم، وهو مركز أبحاث إسرائيلي متخصص في السياسة الخارجية الإسرائيلية.

وأضاف المقال أن إصرار ترامب على نزع سلاح حماس يعد تحدياً كبيراً، فمسؤولو الحركة يخشون أن تكون الهدنة مجرد استراحة قبل استئناف القتال، بينما ترفض الإدارة الأميركية تقديم ضمانات مكتوبة للوسطاء -تركيا ومصر وقطر- بعدم استئناف إسرائيل الحرب.

القضية الأهم

ويرى الكاتب -استناداً إلى آراء عدد من المحللين- أن العقبة الكبرى أمام بزوغ ما يسميه ترامب "الفجر الجديد" في الشرق الأوسط هي غياب أي مسار جاد لإقامة دولة فلسطينية، وهو العنصر الذي يعتبره الخبراء مفتاح السلام الدائم في المنطقة. وأكد برايان كاتوليس، الزميل الأول في معهد الشرق الأوسط، أن إدارة

الحكم بالسجن لمشجع إسباني بتهمة الإساءة العنصرية لإيناكي ويليامز



أصدرت محكمة في برشلونة، حكماً بالسجن لسنة على مشجع إسباني بتهمة الإساءة العنصرية لمهاجم أتلتيك بلباو إيناكي ويليامز، خلال مباراة في ملعب كورنيا-إل برات، التابع لإسبانيول في 2020.

وبحسب صحيفة "ماركا" الإسبانية: "قبل أحد مشجعي فريق إسبانيول حكماً بالسجن لمدة عام ومنعه من حضور مباريات كرة القدم لمدة عامين، الأربعة بسبب صيحات الاستهجان والإشارات العنصرية ضد لاعب نادي أتلتيك بلباو إيناكي ويليامز، خلال مباراة في الدوري الإسباني على ملعب كورنيا-إل برات، في يناير/كانون الثاني 2020". وفقاً لـ "الأناضول".

وتابعت الصحيفة: "وافق المتهم، أمام الدائرة السادسة من محكمة برشلونة على الحكم عليه بالسجن لمدة عام وغرامة قدرها 1086 يورو بتهمة ارتكاب جريمة ضد الحقوق الأساسية والنزاهة الأخلاقية، بعد التوصل إلى اتفاق مع النيابة العامة، التي طلبت في البداية الحكم بالسجن لمدة عامين، وكذلك مع رابطة الدوري الإسباني، التي تتصرف كمدع عام في القضية".

وأضافت: "يمكن لمشجع نادي إسبانيول، وهو أول مشجع كرة قدم توجه إليه النيابة العامة اتهامات بجرائم كراهية لإهانات عنصرية في ملعب رياضي، أن يتجنب السجن إذا قضت محكمة برشلونة بذلك".



ويشمل الحكم، الذي صدر بحكم قضائي بموجب المادة السادسة وأصبح نهائياً، منعاً لمدة أربع سنوات من العمل في المجالات التعليمية أو الرياضية، ومنعاً لسنتين من الاقتراب من أي ملعب كرة قدم. ووقعت الحادثة العنصرية في 25 يناير 2020،

وفي الموسم الماضي، توقفت مباراة أتلتيك بلباو في الدوري الإسباني في فبراير/شباط الماضي على ملعب إسبانيول، مؤقتاً بعد أن أبلغ ويليامز، المولود في بلباو لأبوين من غانا التقيا في مخيم للاجئين، عن إساءة عنصرية مزعومة تجاه زميله المغربي مروان سنادي.

وجذبت العنصرية في الملاعب الإسبانية مزيداً من الاهتمام منذ أن اتهم البرازيلي فينيسيوس جونيور مهاجم ريال مدريد رابطة الدوري الإسباني والسلطات هناك بالعنصرية في 2023 بعد تعرضه لإهانات خلال مباراة في ملعب ميسيتايا في بلنسية.

وبموجب القانون الإسباني، عادة ما يتم تعليق أحكام السجن التي تقل مدتها عن عامين في الجرائم التي لا تنطوي على عنف بالنسبة لمرتكبيها لأول مرة ما يعني أنه من غير المرجح أن يقضي المتهم عقوبة السجن ما لم يرتكب مخالفات أخرى.

VOTE YES ON PROP 1

Proposal Section

Wards

Proposal 1: Proposed Charter Amendments to Provide for a Wards System of Government for the Legislative Body

Charter amendments to provide for a 9-member City Council with 7 members elected from districts and 2 members elected at large; to establish an 8-member City Redistricting Commission to draw Council districts after each census which are of equal population, compact, contiguous, and allow for communities of interest; to provide for election by the Council of a Council President and President Pro Tem; to provide for the filling of vacancies among Council members; and require City Charter Commissioners be elected from Council districts.

Shall Sections 6.1, 6.4-6.20, 7.3, and 12.3 of the Dearborn City Charter be amended, as explained above?

Yes ☒ **No** ☐

TAKE THE PLEDGE TO VOTE YES TODAY!



DEARBORN WANTS WARDS

صوّت بـ "نعم" لمقترح (1) في 4 نوفمبر 2025

قسم القوانين المقترحة

دوائر الانتخابية

الاقتراح رقم 1: تعديلات مقترحة على قوانين المدينة إنشاء نظام الدوائر الانتخابية في الهيئة التشريعية

تتضمن التعديلات المقترحة تشكيل مجلس بلدية المدينة مكون من 9 أعضاء، يُنتخب 7 منهم من مناطق محددة، و 2 يُنتخبان على مستوى المدينة بأكملها؛ إنشاء هيئة مكونة من 8 أعضاء لإعادة تقسيم مناطق المدينة، تتولى رسم حدود مناطق البلدية بعد كل تعداد سكاني، بحيث تكون هذه المناطق متساوية في عدد السكان، وممتدة، ومتجاورة، وتراعي مصالح المجتمعات المحلية؛ انتخاب رئيس المجلس ونائب الرئيس من قبل أعضاء المجلس البلدي؛ تنظيم آلية شغل المقاعد الشاغرة في المجلس البلدي؛ واشترط أن يتم انتخاب مفوضي ميثاق المدينة من مناطق البلدية.

هل توافق على تعديل المواد 6.1، 6.4 إلى 6.20، 7.3، و 12.3 من ميثاق مدينة ديربورن (Dearborn) كما هو موضح أعلاه؟

نعم ☒ **لا** ☐

خذ العهد بالتصويت بـ "نعم" اليوم!



DEARBORN WANTS WARDS



نحن هنا **لنستمع إليكم**. Here to **Talk**.
نحن هنا **لنساعدكم**. Here to **Help**.

الشبكة الصحية التكاملية في مقاطعة وين ويدترويت



نخدم قرابة 120 ألف شخص ، في المجالات التالية

DWIHN Helps Nearly 120,000 People

- Behavioral Health
- Children's Services
- Developmental Disabilities
- Intellectual Disabilities
- Substance Use

- الصحة السلوكية
- خدمات الأطفال
- خدمات ذوي الاحتياجات الخاصة
- خدمات أصحاب الاضطرابات
- التعليمية
- الإدمان على المواد المخدرة

www.dwihn.org



@DetroitWayneIHN

Do You Need Help? Contact Us. 24-Hour HelpLine 800-241-4949



UN :13.7 Million People Face Severe Hunger Due to Global Aid Cuts

The World Food Program (WFP) warned on that global food assistance is at a "breaking point," with record hunger levels and severe funding cuts forcing the UN agency to scale back operations in multiple crisis-hit countries.

"We really are in some countries at a breaking point right now, at a time of record hunger levels," said Ross Smith, director of emergency preparedness and response, at a virtual briefing about the WFP's report, "A Lifeline at Risk: Food Assistance at a Breaking Point." According to Anatolia.

He said declining funding and limited resources are "putting people at a breaking point, especially those that are the most vulnerable, that rely on our humanitarian assistance, especially in fragile and vulnerable contexts."

Smith reported that an estimated 319 million people are acutely food insecure, with 44 million at emergency levels of hunger.

"We are in an unprecedented time in WFP's history of two concurrent famines," Smith said, noting the number of people facing famine-like conditions has doubled in the last two years to 1.4 million in Gaza, Sudan, South Sudan, Mali and Yemen.

Smith warned that the agency expects a 40% reduction in assistance levels this year due to the funding crisis, which is expected to worsen in 2026.

"We have fewer resources than ever before, and this mitigates our ability to meet the rising hunger across the world," he said.

In Afghanistan, where over 10 million people face acute food insecurity, Smith said the WFP can currently reach "less than 10% of those people," and expects funding breaks "as early as November this year." He cited "record levels of hunger" in the Democratic Republic of the Congo, where more than 27 million people are food insecure, but only 2.3 million are receiving aid. In Somalia, WFP support has been "downsized considerably," reaching "just 350,000 people" next month, less than a quarter of last year's target.

Jean Martin Bauer, WFP's director of food security and nutrition analysis, said the report highlights a "disconnect between very high needs for food response and lower availability of funding," and warned that "13.7 million people will fall into emergency levels of hunger as a result of funding cuts."



بوتين يُبلغ ترامب: تزويد أوكرانيا بصواريخ "توماهوك" قد يضر بالعلاقات

السلام الفوري في أوكرانيا.

وتابع: "الرئيس الأمريكي ذكر خلال المكالمات أن تحقيق السلام في أوكرانيا هو من أصعب الجهود ضمن مبادرات السلام التي شارك فيها. كما تطرق إلى نجاحه في حل ثمانية ملفات إقليمية، مؤكداً أن إنهاء النزاع في أوكرانيا سيفتح أفقاً واسعة للتعاون الاقتصادي بين روسيا والولايات المتحدة. وكان هذا من أبرز النقاط التي دافع عنها ترامب في حديثه."

وأشار أوشاكوف، إلى أن مسألة احتمال تزويد أوكرانيا بصواريخ "توماهوك" المجنحة نوقشت أيضاً.

وأضاف: "أكد بوتين، أن هذه الصواريخ لن تغير الوضع الميداني، لكنها ستضر ضرراً بالغاً بعلاقات روسيا والولايات المتحدة، وبمسار التسوية السلمية للأزمة الأوكرانية."

وبين أوشاكوف، أن الرئيس بوتين، أعرب عن تقديره للمساعي الشخصية للسيدة ميلانيا ترامب (عقيلة الرئيس الأمريكي)، في جهود لم شمل الأطفال الروس والأوكرانيين مع عائلاتهم.

وتابع قائلاً: "ناقش الرئيسان احتمال عقد لقاء جديد بينهما، وهو أمر مهم فعلاً. وقد تم الاتفاق على أن يبدأ ممثلو البلدين فوراً التحضيرات لعقد قمة محتملة في (العاصمة المجرية) بودابست." وقال أوشاكوف، إن "الزعيمين أشارا إلى وجود تعاطف متبادل بين الشعبين الروسي والأمريكي، وخاصة خلال الحرب العالمية الثانية (1939-1945)، وفي هذا السياق فإن الوضع الحالي في العلاقات الثنائية متناقض."

واختتم المستشار السياسي للكرملين بالقول إن بوتين وترامب اتفقا على مواصلة الاتصالات بينهما.

قال مستشار السياسة الخارجية بالكرملين يوري أوشاكوف، إن الرئيس الروسي فلاديمير بوتين، أبلغ نظيره الأمريكي دونالد ترامب، أن تزويد أوكرانيا بصواريخ "توماهوك" المجنحة من شأنه أن يضر بالعلاقات الثنائية بين البلدين.

وأوضح أوشاكوف، في تصريحات للصحفيين، حول الاتصال الهاتفية الذي جرى بينهما، أن الزعيمين أجريا ثامن مكالمة هاتفية بينهما، استمرت نحو ساعتين ونصف، واصفاً إياها بأنها كانت "شاملة وصريحة وبناءة". وفقاً لوكالة "الأناسول".

وأشار إلى أن الزعيمين بحثا الوضع في غزة، قائلاً: "استهل، بوتين المكالمة بتهنئة ترامب على نجاح المبادرات الرامية إلى تحسين الوضع في قطاع غزة. وقد قوبلت جهود الرئيس الأمريكي في الحفاظ على السلام بتقدير كبير في الشرق الأوسط وأمريكا والعديد من دول العالم.

وأكد بوتين، على موقف روسيا المبدئي الداعي إلى تسوية شاملة لقضية الشرق الأوسط، في إطار القانون الدولي، بما يضمن سلاماً مستداماً لجميع شعوب المنطقة، وفق ذات المصدر.

وأشار أوشاكوف، إلى أن الزعيمين تناولا الأزمة الأوكرانية، قائلاً: "قدم بوتين تقييماً مفصلاً للوضع في أوكرانيا، وشدد على أن روسيا تؤيد الحل السياسي والدبلوماسي للأزمة".

وأضاف أن بوتين لفت إلى أن القوات الروسية تمتلك المبادرة الاستراتيجية على طول خط الجبهة، وفي ظل هذه الظروف، تلجأ سلطات كييف إلى أعمال إرهابية وتشن هجمات على المدنيين والمنشآت الحيوية للطاقة، الأمر الذي يضطر روسيا إلى الرد. وأوضح أوشاكوف، أن ترامب، شدد مراراً على أهمية إحلال

الفلبين والصين تتبادلان الاتهامات بشأن حادث اصطدام في بحر الصين الجنوبي

اتهم خفر السواحل الفلبيني سفينة صينية بالاصطدام "عمدا" بسفينة راسية بالقرب من جزيرة متنازع عليها في بحر الصين الجنوبي، فيما حملت الصين الفلبين مسؤولية الحادث.

وتشهد هذه المياه التي تطالب بكين بالسيادة عليها متجاهلة حكما أصدرته محكمة دولية ضدها، حوادث متكررة بين الصين والفلبين. وفقا لـ "أ ف ب". وقالت مانيليا في بيان ان سفينة تابعة لخفر السواحل الصيني بادرت بإطلاق "مدفع مياه" على السفينة "بي آر بي داتو باغبوايا"، التابعة لمكتب مصاديد الأسماك، وهي وكالة تابعة لوزارة الزراعة.

وأضاف البيان "بعد ثلاث دقائق فقط (...) اصطدمت السفينة نفسها عمدا بمؤخرة السفينة "بي آر بي داتو باغبوايا"، وتسببت في "أضرار طفيفة بالهيكل"، مشيرا الى عدم وقوع إصابات.

وأوضح خفر السواحل الفلبيني أن الحادث وقع بالقرب من جزيرة تيتو وهي جزء من أرخبيل سبراتلي، منددا بـ "المضايقات العدوانية والتهديدات المباشرة" من السفن الصينية.

وأضاف أن ثلاث سفن تابعة لمكتب الثروة السمكية كانت توزع مساعدات على الصيادين في المنطقة.

من جانبه، حمل خفر السواحل الصيني الفلبين "المسؤولية الكاملة" عن الحادث.

وقال المتحدث باسم خفر السواحل الصيني ليو دي جون إن الحادث وقع قرب جزيرة ساندي كاي، عندما "تجاهلت سفينة حكومية فيلبينية مرات عدة تحذيرات الجانب الصيني، وشكلت خطرا باقترابها من سفينة خفر السواحل الصينية رقم 21559".

وأضاف "تقع المسؤولية الكاملة على عاتق الجانب الفلبيني".

وأظهرت صور ومقاطع فيديو نشرها خفر السواحل الفلبيني سفينة تابعة لخفر السواحل الصيني تطلق مدفع المياه باتجاه سفينة فيلبينية.

- "سلوك عدائي" -

وأكد خفر السواحل الفلبيني أنه "على الرغم من أساليب التهريب والسلوك العدواني هذا والإجراءات العدوانية هذه (...)، لن نخضع للتهريب أو الطرد" من هذه المياه.

في أيلول/سبتمبر، أصيب بحار عندما حطم مدفع مائي استخدمه خفر السواحل الصيني نافذة على جسر سفينة تابعة لمكتب مصاديد الأسماك الفلبيني بالقرب من منطقة متنازع عليها في بحر الصين الجنوبي، بحسب مانيليا.

وفي الشهر نفسه، احتجّت الفلبين على خطة صينية لإنشاء "محمية طبيعية" على شعاب سكاربورو المرجانية المتنازع عليها.

تقع شعاب سكاربورو المرجانية على بعد 240 كيلومترا إلى الغرب من جزيرة لوزون الرئيسية في الفلبين وعلى بعد حوالي 900 كيلومتر من جزيرة هاينان الصينية.

في آب/أغسطس، اصطدمت سفينة تابعة للبحرية الصينية بسفينة لخفر السواحل الصيني أثناء مطاردة قارب دورية فيلبيني قرب سكاربورو.

وفي أيار/مايو، انتقدت الفلبين ما وصفته بمناورة "عالية الخطورة" قامت بها سفينة صينية في المنطقة نفسها. وردّت الصين باتهام مانيليا بإرسال سفينة "للتعدي" على مياهها الإقليمية.

ويودع النزاع بين البلدين منذ أن سيطرت الصين على هذه المنطقة الغنية بالأسماك في عام 2012، بعد مواجهة طويلة.

يمر أكثر من 60% من التجارة البحرية العالمية عبر الممر المائي المتنازع عليه.



إيران ترفض التفاوض حول الصواريخ وعالم نووي يكشف عن وضع "فوردو"

في محافظة قم، الواقعة بين أصفهان وطهران على بعد 160 كم عن العاصمة الإيرانية.

وكشف العالم الإيراني أنه "بعد الحرب التي استمرت 12 يوما نُقل بي إلى مكان لم أكن أعرفه، ولم تكن أسرتي تعلم بمكاني لأسابيع. ومع ذلك كنت أحاول أن أذهب إلى الجامعة ولو ساعة واحدة". وقال آقا أميري: "لدينا القدرة والإمكانية لصنع القنبلة النووية، لكن ليست لدينا النية لذلك. وإن تقرر يوما أن نصنعها، فسنتمكن من صنعها بأفضل شكل ممكن".

وأضاف مؤكداً أن "فكرة صنع القنبلة النووية وُجدت لدى جميع علمائنا، لكن فتوى القائد الأعلى للثورة (علي خامنئي) منعت ذلك. وكل جهدنا كان أن نثبت للشعب أن الطاقة الذرية ليست فقط قنبلة، بل هي أيضاً دواء إشعاعي ومفاعل وطاقة واستكشاف الآبار وغير ذلك".

وسبق أن أكد وزير الخارجية الإيراني، عباس عراقجي، أن المنشآت النووية الإيرانية التي تعرّضت لهجمات "أصبحت بأضرار جادة"، فيما شدد الرئيس الأميركي دونالد ترامب أن هذه الهجمات قد دُمّرت البرنامج النووي الإيراني، متوعداً بضربه مجدداً إن استأنفت طهران العمل النووي.

الأمد يضعه الإسرائيليون للمنطقة والعالم".

تصريحات لافقة لعالم نووي من ناحية أخرى، قال العالم النووي الإيراني محمود رضا آقا أميري، في برنامج تلفزيوني، إن "العدو يدعي أنه دُمّر منشأة فوردو، لكن إذا ذهبنا هناك سترون أن الواقع لا يتطابق مع هذا الادعاء".

وأوضح أنه "ربما أصابوا بوابة فوردو، لكن المنشأة نفسها لا يمكن أن تتضرر بشكل كبير". وحول إمكانية إعادة بناء المنشآت النووية الإيرانية التي تضررت في الهجمات الأميركية والإسرائيلية خلال حرب يونيو/حزيران الماضي، قال آقا أميري: "عندما تكون قد أنشأت شيئاً من قبل، فإن بناءه مرة ثانية لا يبدو كونه عملاً مستنسخاً".

وأشار إلى أن "لا أحد يعلم إن كانت أجهزة الطرد المركزي تحفظ هناك فعلاً أم لا؛ فربما لم تكن الأجيال الجديدة من أجهزة الطرد المركزي المتقدمة تعمل هناك أصلاً".

وتعتبر منشأة فوردو، التي تعرّضت لهجمات أميركية خلال حرب يونيو/حزيران، الموقع النووي الأكثر تحصيئاً بين المنشآت النووية الإيرانية. وقد أنشأتها السلطات النووية على عمق 90 متراً داخل جبال منطقة فوردو

قال رئيس المجلس الاستراتيجي للعلاقات الخارجية في إيران، كمال خرازي، في مقابلة مع التلفزيون الإيراني، إن المفاوضات الأخيرة في نيويورك على هامش اجتماعات الجمعية العامة للأمم المتحدة "أثبتت أن منطق إيران قوي، وأن الولايات المتحدة وأوروبا تسعيان إلى تحقيق أهدافهما بالقوة".

وأضاف أن الولايات المتحدة وأوروبا "لا تبحثان عن تفاوض منطقي في الملف النووي، بل تريدان فرض قيود إضافية على إيران تتجاوز القضية النووية نفسها".

وأكد في هذا السياق أن "موضوعي الصواريخ والمقاومة ليسا من القضايا التي يمكن لإيران أن تدخل في مفاوضات بشأنها". بحسب "العربي الجديد".

وشدد خرازي على أن بلاده "لن تخضع لمثل هذه المفاوضات"، مشيراً إلى أنه "لا خيار أمامنا سوى أن نعرض منطلقنا للرأي العام ونظهر استعدادنا لمفاوضات قائمة على مبادئ واضحة".

وفي الوقت نفسه أكد رئيس المجلس الاستراتيجي للعلاقات الخارجية الإيراني أنه "يجب أن نكون مستعدين لمقاومة مشروع إسرائيل الكبرى"، موضحاً أن ذلك يعكس "برنامجاً طويلاً

China opposes external interference in Venezuela's domestic affairs under any pretext

China said on that it opposes "external interference" in Venezuela's domestic affairs after US President Donald Trump said it carried out a strike on a narcotics vessel.

"China opposes the threat of use of force in international relations and opposes external interference in Venezuela's domestic affairs under any pretext," Foreign Ministry spokesman Lin Jian told a news conference in Beijing. According to Anatolia.

"China supports the effort of combating cross-border crimes through stronger international cooperation, opposes the US unilateral and excessive enforcement operations against other countries and vessels, and, of course, calls on the US to engage in normal law enforcement and judicial cooperation through bilateral and multilateral legal frameworks," he added. The comments from Beijing came in response to Trump's remarks on Tuesday, in which he claimed



that the US carried out another strike on "a narco-trafficking vessel" off the coast of Venezuela, killing six alleged narcotics traffickers. It was the fifth strike that the US carried out in recent weeks, targeting vessels allegedly carrying illegal drugs.





First wolf-dog hybrid confirmed in Greece

The Callisto group -- which is currently involved in efforts to trap a rogue wolf in Halkidiki, northern Greece -- said the hybrid was found near the northern city of Thessaloniki.

"This is the first genetic (case) to be confirmed in Greece," Callisto biologist Aimilia Ioakimeidou told a conference in Athens. According to AFP.

The animal is 45 percent wolf and 55 percent canine according to DNA testing, she said.

It was discovered during tests on 50 wolf samples from the Greek mainland, Ioakimeidou said.

While wolf-dog hybrids had previously been reported in Europe, Central Asia and the United States, that categorisation largely stemmed from just the appearance of the animals.

Later genetic testing has shown such hybrids are rarer than first thought.

The wolf population in Greece has been growing steadily in past years as a result of a 1983 hunting ban under the Berne Convention. According to a recent six-year study recently concluded by Callisto, it stands at 2,075 individuals, including at least three packs of a minimum of 31 wolves in the Mount Parnitha range near Athens.

The Thessaloniki-based organisation aims to study, protect and manage the populations and habitats of large carnivores such as bears and wolves and other endangered species.

It is currently mounting an operation to locate a young wolf that injured a five-year-old girl from Serbia in the coastal resort of Neos Marmaras on September 12.

While domesticated dogs came from a close relative to the grey wolf some 40,000 to 15,000 years ago, the story of their origin has shifted in recent times.

A longstanding popular theory had held that wolves became tame by hanging around human settlements for food scraps.

But that has been challenged, and another theory holds that perhaps human hunter-gatherers took wolf pups to rear and they developed into the dogs we have today.



صدمة علمية.. ميكروبات تحت الجليد عمرها 40 ألف عام تهدد البشر

خطر أوبئة ما قبل التاريخ ورغم أن الميكروبات التي جرى إحيائها لا يُعتقد أنها قادرة على إصابة البشر حالياً، إلا أن العلماء حذروا من أن ذوبان الجليد الدائم قد يحفز أنواعاً أخرى من الفيروسات القديمة بعضها قد يكون مميتاً.

ففي عام 2022، تمكن باحثون من إحياء فيروس "باندورا" (Pandoravirus) الذي ظل مجمداً في جليد سيبيريا لمدة 48,500 عام.

ورغم أنه غير خطير على الإنسان، إلا أن العلماء حذروا من أن ذوبان الجليد بفعل الاحتباس الحراري قد يفتح "صندوق باندورا" الحقيقي.

من جانبها قالت الدكتورة بريغيتا إيفينغارد، خبيرة الأمراض المعدية من السويد إن "العالم" قد يشهد أوبئة قادمة من القطب الشمالي بسبب بكتيريا مقاومة للمضادات الحيوية... نعرف أن الجمرية الخبيثة وجذري البشر احتمالان حقيقيان، وما عدا ذلك فهو صندوق أسرار لا نعلم ما يحتويه." يشار إلى أن الدراسة نُشرت في مجلة Journal of Geophysical Research: Biogeosciences.

"ليست ميته بأي حال"، مشيراً إلى أن الميكروبات بدأت بعد استيقاظها في إطلاق غازات دفيئة مثل ثاني أكسيد الكربون (CO2)، ما يجعلها عاملاً إضافياً في تسارع الاحتباس الحراري.

من الأسكا إلى تحذير عالمي وجرت الدراسة في نفق أبحاث الجليد الدائم قرب مدينة فيربانكس في الأسكا، وهو ممر أنشئ في الستينيات ولقبه العلماء بـ"المقبرة الجليدية".

ومن جدران هذا النفق، استخرج الباحثون عينات تعود إلى آلاف السنين، ثم أضافوا إليها الماء وحفظوها عند درجات حرارة تتراوح بين 3 و12 درجة مئوية لمحاكاة صيف الأسكا المستقبلي في ظل تغير المناخ.

في البداية، استيقظت الميكروبات ببطء، بمعدل خلوية واحدة من كل 100 ألف يومياً، لكن بعد ستة أشهر فقط، تحولت إلى مجتمعات حيوية نشطة وبدأت تكون أغشية حيوية لزجة يصعب التخلص منها.

إلى ذلك حذر الباحثون من أن استمرار ذوبان الجليد في القطب الشمالي قد يؤدي إلى انبعاثات هائلة من غازي ثاني أكسيد الكربون والميثان، الأمر الذي يعزز دورة الاحتباس الحراري ويسرع ذوبان الجليد أكثر فأكثر.

في قلب القطب الشمالي، حيث الصمت يخيم على الجليد منذ آلاف السنين، يحدث ما قد يهدد حياة البشر بوباء جديد وفق ما حذر علماء مؤخراً.

وبين طبقات الأرض المتجمدة في الأسكا، نجح علماء أميركيون في إحياء كائنات مجهرية كانت نائمة منذ أكثر من 40 ألف عام، في اكتشاف آثار الرعب أكثر من الدهشة، بعدما حذر الخبراء من أنها قد تطلق شرارة الوباء القادم.

وفقاً لـ"العربية نت"، فقد تمكن فريق من جامعة كولورادو بولدر من إعادة إحياء ميكروبات مجمدة داخل الجليد الدائم (Permafrost)، وهي تربة متصلبة من الصخور والجليد تغطي نحو ربع أراضي النصف الشمالي من الكرة الأرضية.

وأوضح العلماء أن تلك الكائنات لم تمت تماماً، بل كانت عالقة في حالة سبات عميق، وما إن أذيبت طبقات الجليد في بيئة مخبرية مسيطر عليها، حتى بدأت بعد أشهر قليلة ستعيد نشاطها وتشكل مستعمرات حيّة جديدة، وفق تقرير نشرته "ديلي ميل". بدوره قال مؤلف الدراسة، الدكتور تريستان كارو، إن هذه العينات

ضوء الألماس الفوضوي يتحول لأداة "كمومية" خارقة.. فما القصة؟

نجح العلماء في تحويل أحد عيوب "مراكز النيتروجين-الفراغ"، وهي من السمات الأساسية في الألماس الصناعي، إلى ميزة مهمة تفتح آفاقاً جديدة أمام توظيفه في الحواسيب الكمية، وهي جيل جديد من الحواسيب يعتمد على مبادئ ميكانيكا الكم، التي تستخدم "البتات الكمية" القادرة على تمثيل عدة حالات في آن واحد، مما يمنحها قدرة هائلة على حل مسائل معقدة بسرعة تفوق الحواسيب التقليدية. وفقاً لـ "الجزيرة نت".

وخلال تصنيع الألماس الصناعي، يتم الحرص على تضمينه ما يعرف بـ "مراكز النيتروجين-الفراغ"، وهي خاصية لا تقدر بثمن لأنها تساعد على التحكم في "اللف المغزلي للإلكترونات"، وهو أساس بناء الحواسيب الكمية، لكن لهذه الخاصية جانباً سلبياً، إذ تصدر ضوءاً "فوضوياً" وغير منتظم، ظل يعتبر عيباً كبيراً في هذه المادة.

وتقلب فريق بحثي من قسم الفيزياء بجامعة مدينة نيويورك على هذه المشكلة، بالتوصل لألية مكنهم من "ترتيب" هذا الضوء وتنظيمه، ليتحول إلى مصدر قوة، بدلا من كونه مشكلة، وهو ما قد يدفع بعجلة الحوسبة الكمية خطوة إلى الأمام، وتم الإعلان عن تفاصيل هذا الإنجاز في دورية "نيتشر نانوتكنولوجي".

ما هو الألماس الصناعي؟

ولفهم ما فعله الباحثون، نذهب بعيداً إلى مفهوم الألماس الصناعي، والذي يصنع في المختبر أو المصانع باستخدام تقنيات متطورة، ويتكون من ذرات الكربون مثل الألماس الطبيعي تماماً، غير أن الميزة الأساسية أنه يمكن التحكم في خواصه أثناء التصنيع، بما في ذلك إدخال ما يعرف بـ "مراكز النيتروجين-الفراغ".



وفي بناء الألماس المكون من شبكة الكربون، تكون هذه المراكز عبارة عن ذرة نيتروجين تحل محل ذرة كربون، مع وجود فراغ ذري بجوارها، مما يخلق "بقعة مضية" يمكن التحكم فيها بالضوء والمجالات المغناطيسية، فإذا تخيلنا شبكة مربعات متساوية (شبكة الكربون في الألماس)، وتم قطع انتظامها بوضع مربع مختلف اللون (النيتروجين) بجانبه مربع فارغ، ففي هذه الحالة نحصل على قطعة مضية مميزة.

وتجعل هذه الإضافة الألماس الصناعي مثالياً لتطوير الحوسبة الكمية وأجهزة الاستشعار فائقة الدقة، حيث يُستخدم اللف المغزلي للإلكترونات داخل "مراكز النيتروجين-الفراغ" كوحدة معلومات كمية قادرة على حل مسائل معقدة أسرع من الحواسيب التقليدية.

واللف المغزلي للإلكترون، هو خاصية تمكن الإلكترون من الدوران لكن هذا الدوران يكون له اتجاه، إما أعلى أو أسفل، وعندما يتغير الاتجاه، يمكن أن تولد تأثيرات ضوئية أو مغناطيسية صغيرة يمكن رصدها، ويكون ذلك مفيداً في الحوسبة الكمية وأجهزة الاستشعار فائقة الدقة.

نقطة سلبية وسط الإيجابيات

ورغم الوظيفة الإيجابية لـ "مراكز النيتروجين-الفراغ" في تصميم الألماس، كان هناك عيب كبير، وهو أن الضوء الذي تصدره فوضوياً وغير منتظم، لذلك وبالرغم من استخدامها بالفعل للتحكم في اللف المغزلي للإلكترونات، لتطوير "كيبوت" في الحوسبة الكمية، كان عيب الضوء الفوضوي وغير المنتظم يحد من كفاءة التحكم والدقة.

لذلك كان هناك طموح في استخدام طرق مبتكرة لتحويل هذا الضوء الفوضوي إلى مصدر موجه ومنظم يمكنه دعم تطبيقات أكثر تقدماً في الحوسبة الكمية وأجهزة الاستشعار فائقة الدقة، وهو ما نجح فيه باحثو جامعة نيويورك أستاذ الفيزياء الدكتور كارلوس ميريليس.

واستطاع ميريليس ورفاقه الاستفادة من الضوء الفوضوي الذي تصدره مراكز النيتروجين-الفراغ، عبر استخدام أداة دقيقة جداً تتحكم في موقع تلك المراكز داخل الألماس، وبدعم من هياكل ضوئية مصممة خصيصاً، نجحوا في توجيه الضوء وجعله منظماً وقابلًا للتحكم فيه، ويتيح هذا التعديل تحويل الضوء الفوضوي إلى أداة قوية لتحسين وحدات المعلومات الكمية (كيبوت) في الحوسبة الكمية، وإنتاج إشارات دقيقة جداً لأجهزة الاستشعار فائقة الدقة. ولتقريب ما فعله الباحثون، تخيل مصباحاً صغيراً يصدر ضوءاً متناثراً، وما تم إنجازه، هو وضع المصباح داخل أنبوب توجيه دقيق ليصبح الضوء موجهاً بدقة نحو هدف محدد، جاهز للاستخدام العلمي.

ويوضح ميريليس، في بيان أصدرته جامعة مدينة نيويورك، أن "هذا الإنجاز يفتح آفاقاً واسعة في الحوسبة والاتصالات الكمية، حيث يسمح بتحكم أفضل في (كيبوت) وتحقيق اتصالات ضوئية مستقرة، كما يساعد على رسم صور دقيقة للموجات الضوئية، كما سيكون له مستقبل واعد في الطب والبيولوجيا، من خلال المساعدة في اكتشاف الجزيئات الحيوية المهمة بالعمليات الحيوية بدقة غير مسبوقة".



علماء يبتكرون نظاماً يعتمد على الذكاء الاصطناعي لنقل نوعية في تقنيات الإنذار المبكر ضد الحرائق

تُعد الحرائق من أخطر الكوارث التي تهدد الأرواح والممتلكات حول العالم، إذ تتسبب سنوياً في آلاف الوفيات وخسائر بمليارات الدولارات. ورغم انتشار أجهزة إنذار الدخان، فإن مستشعراتها تفشل غالباً في التنبيه المبكر بسبب الأعطال أو حاجتها إلى تراكم كميات كبيرة من الدخان.

نظام استشعار مبتكر

في السياق، طوّر باحثون من «كلية تاندون للهندسة» بجامعة نيويورك الأمريكية نظاماً مبتكراً يعتمد على الذكاء الاصطناعي، قادر على رصد الحرائق خلال 0.016 ثانية باستخدام كاميرات المراقبة العادية، ما يفتح الباب أمام نقل نوعية في تقنيات الإنذار المبكر. وفقاً لـ "الشرق الأوسط".

ويتميز النظام بسرعة فائقة تمنح شاغلي المباني دقائق إضافية للإخلاء وتُمكن فرق الطوارئ من التدخل المبكر. وعلى عكس أجهزة الإنذار التقليدية،

يكشف الحريق منذ

لحظاته الأولى عبر الفيديو

فقط، وفق ما نُشر بعدد 15

سبتمبر (أيلول) 2025 من

دورية IEEE Internet of

Things Journal.

ولتقليل الإنذارات

الكاذبة، دمج الفريق

عدة خوارزميات ذكاء

اصطناعي مع قاعدة بيانات

واسعة لأنواع مختلفة من

الحرائق، مثل حرائق المواد

القابلة للاحتراق، والحرائق

الكهربائية، والحرائق

الناتجة عن الطهي، وحقق

دقة بلغت 80.6 في المائة

ارتفعت إلى 92.6 في المائة بعد

إضافة التحليل الزمني لتغير أسنة اللهب.

ويعمل النظام عبر الحوسبة السحابية وإنترنت الأشياء دون

الحاجة إلى معدات جديدة، إذ يمكن تشغيله على أنظمة

المراقبة القائمة.

يقول الدكتور بربادو بانيندري، الأستاذ المشارك في كلية تاندون للهندسة بجامعة نيويورك، إن أجهزة إنذار الدخان التقليدية تحتاج إلى صيانة دورية ولا تعمل إلا عند وصول تركيز معين من الدخان، ما قد يؤدي إلى فشلها في كشف الحرائق البعيدة أو بطيئة الانتشار.

ويوضح أن أنظمة الذكاء الاصطناعي ترصد العلامات البصرية المبكرة مثل اللهب أو أعمدة الدخان الأولى خلال ثوانٍ، وهو وقت حاسم يمنح فرصة أكبر للإخلاء والتدخل السريع. وتغطي الكاميرا الواحدة مساحة أوسع من جهاز إنذار دخان واحد، ما يقلل النقاط العمياء ويساعد على تحديد موقع الحريق بدقة، الأمر الذي يسهل عمل فرق الإطفاء ويقلل المخاطر على الأرواح والممتلكات.

وأشار إلى أن الكشف المبكر يتيح إرسال إنذارات تلقائية للسكان وخدمات الطوارئ، وإيقاف المرافق الخطرة كالغاز والكهرباء بسرعة، مما يقلل احتمالية الإصابات أو انهيار المباني.

تقنيات متنوعة

مع تصاعد مخاطر الحرائق حول العالم، برزت مجموعة من التقنيات الحديثة المعتمدة على الذكاء الاصطناعي لتسريع الكشف والاستجابة، من بينها نظام «Forest Protector» الذي طوره باحثون في جامعة «كوين ماري» بلندن، ويجمع بين أجهزة استشعار موزعة وتقنيات الرؤية الحاسوبية، حيث يوجه الكاميرات بذكاء لرصد الدخان والحرائق، ما يتيح مراقبة مستمرة بتكلفة منخفضة ويقلل من الإنذارات الكاذبة.

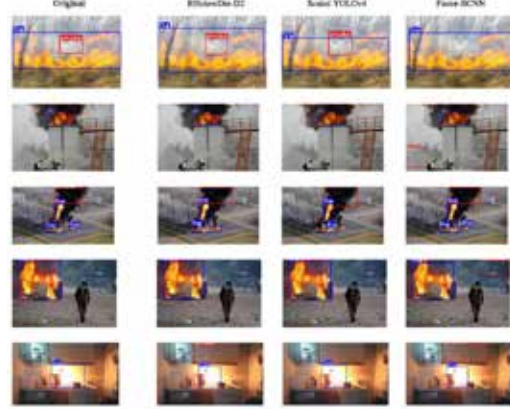
كما قدمت شركة ألمانية طائرة مسيرة باسم «Silvanguard» تعمل مع شبكة مستشعرات تُعرف بـ «Silvanet»، لكشف إشارات الحرائق مبكراً وإرسال صور حرارية دقيقة حتى في الظروف الصعبة، ما يدعم سرعة اتخاذ القرار. وفي الولايات المتحدة، طورت شركة ناشئة تدعى «داتا بلانكت» برمجيات خاصة للطائرات المسيرة تحدد محيط الحرائق وتوفر معلومات لحظية لفرق الإطفاء، مما يقلل المخاطر على الأفراد.

إلى جانب ذلك، يقود «المعهد الوطني الأمريكي للمعايير والتكنولوجيا» (NIST) مشروعاً طموحاً لتطوير أنظمة ذكية توفر معلومات آنية لفرق الإطفاء تركز على السلامة وتحسين القرارات الميدانية. أما شركة «أوروبا تيك» الألمانية فذهبت إلى الفضاء، إذ تعتمد على أقمار اصطناعية صغيرة (CubeSats) مزودة بكاميرات حرارية تعالج البيانات مباشرة على القمر، ما يتيح إرسال التنبيهات بسرعة أكبر وتغطية مساحات شاسعة.

ويرى الدكتور سونيال كومار، الأستاذ في كلية «تاندون للهندسة» بجامعة نيويورك، أن دمج أنظمة الذكاء الاصطناعي في مكافحة الحرائق يسهم في إنقاذ الأرواح وتقليل الخسائر بفضل الاكتشاف المبكر والدقيق، ما يسرّع وصول فرق الإطفاء. وتمثل هذه الحلول خياراً اقتصادياً قابلاً للتطبيق، إذ يمكن تشغيلها عبر كاميرات المراقبة العادية لتطوير المباني القديمة والمجمعات محدودة الموارد دون الحاجة إلى بنية تحتية مكلفة.

ويضيف أن دمج التقنية مع الطائرات المسيرة يتيح رصد الحرائق في مساحات واسعة، فيما توفر الأنظمة المدمجة في سيارات الإطفاء وخوذ رجال الإطفاء والروبوتات صورة أوضح عن موقع النيران واتجاه انتشارها. كما تساعد البيانات المجمعة في تحسين الوقاية والتخطيط عبر رصد بؤر الخطر وتقليل المساحات المحترقة والانبعاثات.

لكنه شدد على ضرورة الاستخدام المسؤول لهذه التقنيات من خلال دمجها مع أنظمة تحقق معتمدة، مع بقاء العنصر البشري للمراجعة، مؤكداً أن الجمع بين الذكاء الاصطناعي والوسائل التقليدية مثل أجهزة الإنذار والرشاشات وخطط الإخلاء يوفر أفضل حماية حالياً.



Vivo's New OriginOS 6 Interface Mirrors Apple's iOS 26 Liquid Glass Aesthetic

When Apple unveiled its stunning "Liquid Glass" aesthetic for iOS 26 earlier this summer, it set a new benchmark for design minimalism and depth. The visual overhaul, featuring translucent effects and fluid animations, immediately caught global attention. Now, it seems Vivo has become the first Android brand to jump aboard the trend, perhaps even outdoing Apple in its visual ambition.

The Chinese smartphone giant has officially introduced OriginOS 6, and if you glance at it once, you might easily mistake it for Apple's iOS 26. The new software, showcased through Vivo's promotional materials and demos, fully embraces the Liquid Glass aesthetic, from the translucent control panels and rounded icons to glass-like reflections that give the interface an almost physical depth.

Vivo's Take on Apple's Design Language

At the heart of Vivo's OriginOS 6 is the same "light-through-glass" visual identity that Apple introduced in iOS 26. Every element, buttons, app folders, and notification panels, appears to refract light, producing a silky, liquid-like shimmer. The squircle icons, glass-textured widgets, and dynamic wallpapers mimic Apple's refined sense of depth, while the new Control Center looks remarkably similar to Apple's latest redesign.

Yet, Vivo insists that its approach is "inspired by water." The company's marketing language describes the experience as "flowing like never before" with "no lags, no stutters, just effortless motion built for the way you move."

Design Inspiration or Imitation?

While tech observers have noted the obvious resemblance, Vivo's OriginOS 6 arguably takes the concept further than Apple itself. It introduces spatial wallpapers that shift from two to three dimensions based on user interaction, a feature reminiscent of Apple's Spatial Scenes, but implemented with more fluidity.

The quick turnaround from Apple's announcement to Vivo's launch also highlights how rapidly design trends are converging in the smartphone industry. Just months after Apple rolled out iOS 26, Android makers are already integrating similar transparency-driven UIs, a move that underscores Apple's continuing influence in shaping digital aesthetics.

Will Other Android Makers Follow?

Vivo's move could spark a wave of "Liquid Glass-inspired" Android skins. Brands like OnePlus, Oppo, Xiaomi, and Motorola are all known to follow visual design shifts closely. But perhaps the biggest question is how Samsung's One UI 9, expected next year, will respond. If Vivo's OriginOS 6 is any indication, the next era of smartphone design will be all about transparency, fluidity, and motion, a clear reflection (pun intended) of Apple's influence on the industry.



من آيفون إلى جالاكسي.. سامسونج تعتزم إطلاق Galaxy S26 Ultra باللون البرتقالي

ومن جهة أخرى، دعم مسرّبون آخرون هذه التسريبات مؤكدين أن "اللون البرتقالي سيحل محل اللون الأسود الجديد، وسوف يستمر في عام 2026، في إشارة غير مباشرة إلى أن اللون البرتقالي سيكون لوناً رئيسياً في سلسلة جالاكسي S26، وقد يشير أيضاً إلى غياب اللون الأسود التقليدي في هذا الجيل.

ولا يُعرف بعد الاسم الرسمي الذي سوف تستخدمه سامسونج لهذا اللون، لكن من الواضح أنه مستوحى من إستراتيجية أبل الأخيرة في تقديم درجات لونية جريئة لجذب المستخدمين.

يُذكر أن شركة سامسونج تستعد لإطلاق سلسلة هواتف Galaxy S26 خلال أقل من ستة أشهر من طرح سلسلة آيفون 17، مما يجعل التوقيت عاملاً لافتاً في هذه الخطوة.

ويتوقع أن يشكل اللون الجديد عنصر جذب قوياً في حملات سامسونج التسويقية المقبلة، إذ عادةً ما تكون الألوان الجديدة سبباً رئيسياً في رفع معدل الحجز الأولي ودفع مبيعات الهواتف الذكية الرائدة.

كشفت تسريبات جديدة أن شركة سامسونج تستعد لاعتماد لونٍ برتقالي لامع في هاتفها المرتقب Galaxy S26 Ultra، وهو لون يشبه بدرجة كبيرة اللون البرتقالي "Cosmic Orange" الذي قدمته أبل حديثاً مع سلسلة آيفون 17 برو.

وتُظهر صورة مسربة، تداولها أحد المسرّبين الموثوقين، ما يُقال إنها نماذج تجريبية من الهاتف المرتقب، وتكشف عن التصميم والألوان الجديدة، وتشمل الفضي، والذهبي الفاتح، والبرتقالي الساطع. بحسب موقع "البوابة التقنية".

وقد أشار عدد من المتابعين إلى أن اللون البرتقالي مطابق تقريباً للدرجة التي استخدمتها أبل في هواتفها الأخيرة.

ولا يمكن التحقق من صحة الصورة حتى الآن، ولا توجد مؤشرات واضحة على أنها مزيفة. وتبقى

العلامة المائية الظاهرة على زاوية الهاتف

الفضي العنصر الأكثر إثارة للشكوك، إذ تشبه تلك التي تضيقها أدوات توليد الصور بالذكاء الاصطناعي مثل Gemini.



شاومي تستعد لإطلاق جهاز Poco توي جديد عالمياً بعد ظهوره في شهادات اعتماد

تظهر التسريبات الموثوقة غالباً ليس فقط من مصادر داخلية، بل أيضاً من قواعد بيانات تديرها هيئات حكومية مسؤولة عن إصدار شهادات مطابقة الأجهزة، مثل لجنة الاتصالات الفيدرالية (FCC).

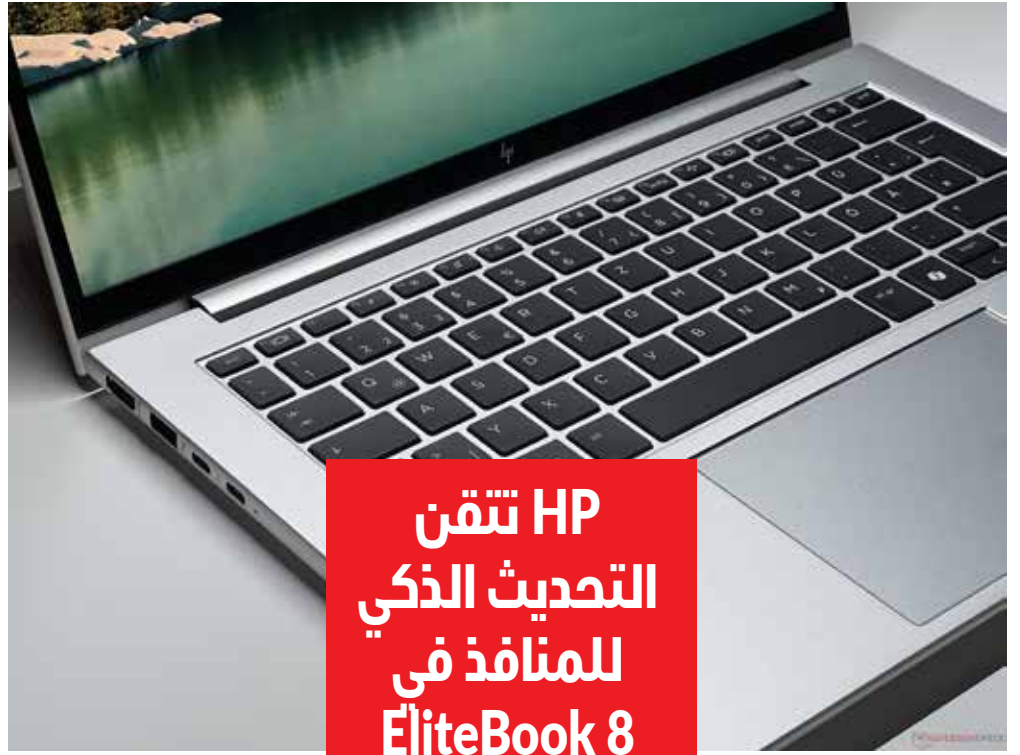
وببساطة، يجب على الأجهزة الإلكترونية المزودة بتقنيات اتصال لاسلكي أن تثبت أنها لا تؤثر سلباً على أنظمة نقل البيانات اللاسلكية الأخرى، ولهذا وُضعت مواصفات محددة تضمن ذلك، وتكون هذه القواعد عادةً متاحة للجميع، بحسب "تقنية بلاحدود".

وفقاً لتقرير إعلامي جديد، ظهرت ثلاثة إدخالات إضافية في قاعدة بيانات GSMA، وتشير بالتحديد إلى الجهاز التي تحمل أرقام الطراز 25128PC17L و 25128PC17I و 25128PC17G.

وبحسب موقع XiaomiTime، يُرجح أن هذه الطرازات الثلاثة تخص الجهاز نفسه ولكن لأسواق مختلفة، وهي أمريكا اللاتينية، والسوق العالمي، والهند. ورغم أن هذه الشهادات لا تكشف المواصفات التقنية الدقيقة، إلا أنها تؤكد وجود منفذ لشرائح الاتصال، ما يعني أن الأجهزة الثلاثة ستدعم الاتصال الخلوي.

أوضحت أحدث الصور ثلاثية الأبعاد تصميم هاتف نوكيا القادم Nokia N73، حيث أشارت التسريبات إلى أن الهاتف قيد التطوير يأتي في الفئة المميزة من الهواتف الذكية. بدأت علامة نوكيا التجارية التابعة لشركة HMD Global في العمل على تطوير إصدار جديد من الهواتف الذكية، ولقد أكدت التفاصيل التي جاءت عبر موقع "CNMO" أن

تذكر شركة شاومي كالمصنّع المسؤول عن إطلاق هذه الطرازات، مع ظهور العلامة التجارية Poco ضمن البيانات. ويشير تقرير XiaomiTime، استناداً إلى التسريبات الداخلية، إلى أن الجهاز قد يُطرح تحت اسم Poco Pad SE أو Poco Pad 4G أو Poco Pad 5G. وتشير القائمة إلى أن الإطلاق قد يكون قريباً، رغم أن طرحه في العام القادم يظل احتمالاً قائماً.



HP تتقن التحديث الذكي للمنافذ في EliteBook 8 وتضرب المثل في التطوير العصري

من اثنين إلى ثلاثة. بهذه الخطوة، نفذت HP عملية تحديث ذكية، إذ حافظت على التوافق مع الأجهزة القديمة، وأضافت في الوقت نفسه منفذ USB-C إضافي يتميز بوظائف أوسع، مثل دعم إخراج DisplayPort وإمكانية الشحن.

الأهم من ذلك، أن المنفذ الجديد يقع على الجهة اليمنى من الجهاز، ما يتيح للمستخدمين شحن الحاسب من الجهتين، اليسرى أو اليمنى. هذه الميزة تعالج شكوى طال أمدها لدى مستخدمي الحواسب المحمولة، حيث تضع الشركات عادةً منافذ الشحن في جهة واحدة فقط، مما يقيد طريقة الاستخدام.

ورغم أن منفذ USB-C الجديد لا يدعم تقنية Thunderbolt على عكس منافذ الجهة اليسرى، فإن إتاحة خيار الشحن من كلا الجانبين تعد خطوة عملية ومفيدة للغاية.



فاجأت أبل عالم الحواسب المحمولة عام 2016 عندما أطلقت جهاز MacBook Pro الجديد الذي تخلص تماماً عن منفذ USB-A، معتمداً تصميمًا يعتمد كلياً على منافذ USB-C.

ومنذ ذلك الحين، التزمت الشركة بهذا التوجه، ولم تعد إلى منفذ USB-A حتى بعد إعادة التصميم الأخيرة التي أعادت منفذ HDMI. العديد من الشركات المصنعة تبنت النهج نفسه في بعض أجهزتها، ومن بينها HP. وفقاً لموقع "تقنية بلاحدود"، لكن سلسلة EliteBook من HP كانت استثناءً لفترة طويلة، إذ حافظت على طابعها المحافظ، واستمرت في توفير منفذ USB-A في معظم الطرازات حتى عام 2024، مثل HP EliteBook 845 G11 المتوفر على أمازون.

هذا العام، أعادت الشركة الأمريكية تصميم مجموعة EliteBook بالكامل، بما في ذلك السلسلة الجديدة HP EliteBook 8 التي تواصل إرث سلسلة EliteBook 800 الكلاسيكية. أجرت HP تعديلاً بسيطاً لكنه فعال: بدلاً من منفذ USB-A، أصبح هناك منفذ واحد فقط، في حين ارتفع عدد منافذ USB-C

هواوي تستعد لإطلاق سلسلة Mate 80 بتصميم جديد كلياً للكاميرا الخلفية

الهاتف لا يختلف كثيراً عن سلسلة Mate 70 السابقة. وتشير صورة أخرى مسربة إلى أن السلسلة ستطرح مع أغطية رسمية مصممة خصيصاً لها.

من المتوقع أن تتضمن السلسلة كلاً من Mate 80 و Mate 80 Pro و Mate 80 Pro +، مع احتمال إطلاق إصدار فاخر يحمل اسم Mate 80 RS.

وتؤكد التسريبات أن الأجهزة ستدعم تقنية الشحن السريع بقدرة تصل إلى 100 واط، كما ستعمل بمعالجات Kirin جديدة، وقد يأتي أحد الطرازات بمروحة تبريد مدمجة لتحسين الأداء الحراري. أما إصدار Mate 80 RS فيقال إنه سيُقدم بإطار من التيتانيوم وشاشة OLED مزدوجة الطبقات.

تحيط بهما حلقة معدنية يعتقد أنها مصنوعة من الفولاذ المقاوم للصدأ. ولا يزال الغرض من الفلاش الإضافي غير مؤكد، لكنه قد يُستخدم كمستشعر ألوان أو إضاءة. وتُظهر إحدى الصور الهاتف بلون أصفر جديد يضيف لمسة مميزة لتصميمه.

باستثناء التغييرات في وحدة الكاميرا الخلفية، يبدو أن باقي تصميم



البصري، بينما العدستان السفليتان ستكونان للكاميرا الرئيسية وعدسة التصوير الواسع.

كما تضم الوحدة دائريتين

مخصصتين للفلاش المزدوج،

تستعد شركة هواوي لإطلاق سلسلة Mate 80 قريباً في الصين، رغم أنها لم تعلن بعد عن موعد الإطلاق الرسمي. ومع ذلك، حصلت الهواتف مؤخراً على شهادات البيع داخل البلاد، ما يؤكد اقتراب موعد الكشف عنها.

انتشرت مؤخراً صور حقيقية مسربة لهواتف السلسلة الجديدة، كشفت عن تصميم الجهة الخلفية، حيث يظهر تغيير واضح في شكل وحدة الكاميرا مقارنة بسلسلة Mate 70 السابقة. يأتي التصميم الجديد على هيئة دائرة تضم ثلاث عدسات مرتبة على شكل مثلث.

وتشير التوقعات إلى أن العدسة العلوية ستكون عدسة بريسكوب للتقريب

بين الصيف والخريف.. كيف تحافظ على أناقتك في المرحلة الانتقالية؟



مع انحسار شمس الصيف وهبوب رياح الخريف المنعشة، تستحق خزانة ملابس الرجل تجديدًا عمليًا وعصريًا. فلا يعني الانتقال من الصيف إلى الخريف استبدال السراويل القصيرة بالطويلة، أو الاستعاضة عن التيشيرتات ذات الأكمام القصيرة بتلك الطويلة، إذ يمكن للرجل حملها كلها معه، لأنّ موضة الطبقات المتعددة هي الرائجة، وتعدّ حجر الأساس. وفقًا لـ "الرجل".

ويبقى الأهمّ هو إتقان هذا التحول بثقة وأناقة، لأنّه أسلوب يضيف لمسة من العمق والشخصية على إطلالات الرجل العصرية.

السترات.. متعددة الاستخدامات

تعدّ سترة الدنيم مثالية للمهمّات اليومية في فصل الخريف، فهي متعددة الاستخدامات، تضيف لمسة حضريّة على الإطلالة، عند ارتدائها فوق التيشيرتات القطنية ذات الأكمام الطويلة أو القصيرة والسويتشيرتات والقمصان، كما يمكن تنسيقها مع سروال من القماش أو من الدنيم ذاته، أو حتى بلون أو تدرجات مغايرة. وتتنوّع قصّات سترات الدنيم وتصاميمها، من الضيّقة إلى الواسعة المتحرّرة، من الطويلة إلى القصيرة، وهي تبرز مزوّدة بسحاب أو بأزرار وغيرها.

أمّا سترة البلايزر، هذه القطعة الكلاسيكية، فلم تفقد يوماً رونقها ودورها مع مرور الزمن، وهل أجمل من ارتدائها والتنزّه بها في كنف الخريف بين أوراق الشجر المتساقطة؟

تضمن هذه السترة أناقة خالدة لا تضاهى، وبإرفاقها مع سروال قطني أو من قماش الدنيم وقميص أو تيشيرت رقيقة بأيّ لون، يمكن تحويل الإطلالة إلى أسلوب لافت في

من الرماديّ والأسود، وصولاً إلى الألوان الترابيّة السهلة التنسيق. تتنوّع تصاميم السراويل في هذا الخريف، ومن ضمنها تتقدّم السراويل الواسعة والمتحرّرة، التي تمنح مظهرًا أنيقًا من دون عناء وشعورًا بالخفّة، وتضيء على تفاصيل متميّزة، لا سيّما عند خصرها المبتكر والمصمّم بمهارة عالية.

الـ"سويتشيرتات".. رمز الأناقة الخريفية

الـ"سويتشيرتات" لم تخذل الرجل يومًا، ولا يمكن للخريف أن يكتمل من دونها، فتصاميمها متنوّعة، تدمج بين الضيّقة والواسعة، وهي تأتي مزوّدة بقبّعة حيّنا أو من دونها، مرفقة بسحاب أو بأزرار أم من دونها. تتألّق الـ"سويتشيرتات" بياقة دائرية أو على شكل V أو عالية، كما تتوافر بقائمة واسعة من الألوان، من الترابيّة إلى الزاهية، وصولاً إلى الكلاسيكيّة كالأبيض والأسود. وتعدّ الـ"سويتشيرتات" خيارًا لا يعلى عليه، فهي تتوافق مع مختلف شخصيّات الرجال والمناسبات والظروف.

كلّ المناسبات، يوازن بين الجديّة والراحة. فيما تمنح سترة البلايزر الرجل مزيدًا من الجاذبيّة، فهي تعكس قوامه بشكل لطيف. ولمزيد من السحر، يمكن دمجها مع رابطة عنق أنيقة، وحذاء رياضيّ مريح ومثاليّ، أو مع حذاء مبتكر بتوجّه عصريّ.

السروال الواسع.. للشعور بالخفّة

لنقلّة نوعيّة مع حلول فصل الخريف، وفي ظلّ تقلّبات درجات حرارته، يصبح اختيار السروال المناسب أمرًا أساسيًا للحفاظ على الراحة والأناقة وسهولة الحركة. ومن الضروريّ جدًّا أن يكون منقذًا بأقمشة خفيفة الوزن وجيدة التهوّة، وبقائمة ألوان تنطلق

Top 10 Different Types of Sunglasses for Men You Should Know

When it comes to men's fashion, sunglasses are not just about protection—they're a powerful statement of style. From classic shapes to contemporary designs, knowing the different types of sunglasses for men can instantly elevate your look. Whether you're dressing for the beach, brunch, or boardroom, the right pair of shades can make all the difference.

Let's explore the top 10 different types of sunglasses every man should know and consider adding to his collection. According to chokore.

1. Aviator Sunglasses

Originally designed for pilots, aviator sunglasses are now a timeless accessory for men. Characterized by thin metal frames and large teardrop lenses, they offer full eye coverage and a confident look. Ideal for oval or square faces.

Best for: Casual and semi-formal styles

2. Wayfarer Sunglasses

A staple since the 1950s, wayfarers are bold, boxy, and un-

deniably stylish. These sunglasses suit most face shapes and are great for men looking to add a retro-modern edge to their outfit.

Best for: Everyday wear and smart-casual outfits

3. Round Sunglasses

Round sunglasses bring a vintage charm reminiscent of the '70s. Often paired with metal frames, they suit men with square or angular faces and offer a softer, artistic vibe.

Best for: Artistic, retro-inspired looks

4. Square Sunglasses

If you prefer a sharp, defined style, square sunglasses are your go-to. They create a strong silhouette and are perfect for balancing out rounder facial features.

Best for: Round and oval face shapes



5. Clubmaster Sunglasses

A unique mix of vintage and sophistication, clubmasters feature a thick upper frame and a rimless bottom. They scream intellect and charm, perfect for a semi-formal or smart look.

Best for: Oval and round faces

6. Wraparound Sunglasses

Sporty and practical, wraparound sunglasses hug the face and provide maximum protection. They're ideal for men with an active lifestyle, especially those into running, biking, or hiking.

Best for: Outdoor and athletic use

7. Geometric Sunglasses

For the modern, experimental man, geometric sunglasses offer a fresh take on eyewear. Think hexagons, octagons, and other edgy shapes that stand out in a crowd.

Best for: Fashion-forward statements

8. Shield Sunglasses

Shield sunglasses feature a single, continuous lens that covers both eyes. This futuristic, bold design is not just for celebrities—it's great for men who like to push style boundaries.

Best for: Bold and high-fashion looks

9. Browline Sunglasses

Similar to clubmasters but with a more pronounced browline, these sunglasses are stylish, confident, and slightly retro. They add definition and structure to the upper face.

Best for: Oval and triangle face shapes

10. Mirrored Sunglasses

Not a frame style, but a lens design—mirrored sunglasses come with a reflective coating that reduces glare and adds a splash of flair. Pair them with any frame for an instant style upgrade.

Best for: Sunny days and vacation looks

خطوات بسيطة مهمة من أجل أناقة الرجل العصري

إن أناقة الرجل ليست محصورة فقط في مظهره الخارجي، وهندامه المنظم، وما يرتديه من الماركات العالمية فقط؛ بل إن أناقة الرجل الحقيقية تبدأ أولاً من باطنه النقي وأخلاقه وسلوكه القويم ومحافظته حتى على عادات سليمة في مأكله ومشربه. كم من رجل إذا نظرت إليه استرعى اهتمامك وخطف أنظار الجميع بأناقته وشيأكته، فإذا ما تكلم تعبيراً عن دواخله ظهر معدنه الحقيقي كما لو كان فارغاً من الداخل، حتى إنه ليمتثل عرض الملابس الصامتة قيمة ومغزى عنه! وبناءً على ذلك فإننا سنتحدث عن أناقة الرجل على ثلاثة مستويات: الأناقة الظاهرية، والأناقة السلوكية، والأناقة الداخلية. وفقاً لـ "فلسطين الآن".

المستوى الأول: الأناقة الداخلية

إن المروءة، والأخلاق الحميدة، وخلو النفس من الأحقاد، والرضا عن النفس، والثقة بها والحفاظ على التوازن النفسي الداخلي، وإخلاص العباداة لله، واستشعار قيمة الدين واستقراره في النفس؛ كل هذه الأمور تنمّر رجلاً حقاً فهي المنبع الحقيقي الذي تصدر منه أناقة الرجل الحقيقية، وهذه كلها محلها قلب الرجل فقط. أما عقل الرجل وزيته فإنه إذا ما كان صافي الذهن، منظم الأفكار، مغمم بالذكاء والنشاط، فهذا بلا شك يعزز أناقته، وتمنحه ثقة بنفسه أولاً، وتعمق صورته وهيبته في نفوس من حوله.

ثانياً إن شعور المرء بأناقته

أمر مهم لنفسه، فالأصل

أن يتجمل المرء لنفسه أولاً

ويرضى عنها، لأنه لا يمكن

إرضاء الجميع، وإذا تذبذبت

ثقة الرجل بنفسه فإنه

سيميل لأي تعليق سلبي

يسمعه عن أناقته وإن كان

خاطئاً، من هنا فإن بعض

الأمثال الشائعة التي تحت

المرء على أن يأكل ما يحبه

وأن يرتدي ما يعجب الناس

مثل هذا الأمثال لها تأثيرها

السلبي؛ في الحقيقة إذا ما

كانت نفس الرجل سوية

من الداخل، وعقله سليماً

صافياً فإنه لن يكون سقيماً

في اختيار مظهر أنيق، ولن

يتصاحب مثلاً في اختيار

ملابسه إن كان كبيراً في

السن.

وبالتالي فيجب على الرجل

أن يبحث أولاً عن الرضا في نفسه ليعكس ذلك على وجهه، ومن ثم ينعكس في

أعين الآخرين.

المستوى الثاني: الأناقة السلوكية

إذا ما تحقق المستوى الأول فهذا بالطبع سينجم عنه سلوك، فالمرء ما هو

إلا مبادئ وسلوكيات تنشأ عنها، وإذا ما كانت تلك المبادئ ذات ركائز خيرة

وسليمة، إذاً لا شك سينشأ عنها سلوك قويم محبب، يمنح الرجل وقاراً

خاصاً، ومكانة محبة في أعين الآخرين.

من هذه السلوكيات التي تساهم في أناقة الرجل:

1. الابتسام

إن التبسم في وجه الآخرين له أثر بالغ في تكوين صورتهم عنك، بل إنه من

الأمور التي تلاحظ من الناس الانتباه لها إذا ما أرادوا وصف شخص ما؛ فإنهم

يذكرون طولته وشعره واستدارة وجهه على سبيل المثال، ويخصون بالذكر ما إذا

كان رجلاً بشوشاً أم دائماً العيوس.

2. الباقة وجميل القول

إذا خلت نفس الرجل من التشاحن والأحقاد فإنه سيكون مسالماً دون تكلف

منه، لبقاً في حديثه، دائم الشكر لمن ساعده، وحافظاً للجميل، يعرف أن لكل

مقام مقال، وإلا أثر ذلك سلباً على أناقته وهيبته.

3. السعي والمثابرة

من شأن الكسل والخمول والروتينية المملة أن تذهب بأناقة الرجل! بينما

الطموح والنشاط ودوام السعي والهمة تحيي في النفس شعوراً بالأهمية

والمسؤولية، وقدراً كبيراً من الإحساس بالقيمة وهو ما سينعكس أثره على أناقة

الرجل.

4. المحافظة على النظافة الشخصية

وإن بدا هذا الأمر ظاهرياً إلا أنه سلوك نابع من اتباع الفطرة وأوامر الدين على

قدر سواء. هذه السلوكيات تظهر في نظافة البدن، والانتباه لرائحة الملابس عند

ارتدائها، والانتباه لقص الأظافر ونظافتها، وهندمة الشعر وتهذيب اللحية،

وتفريش الأسنان حفاظاً على رائحة فمه وسلامة أسنانه، باختصار لا يترك

نفسه دون اهتمام فإن لبدنه عليه حق.

5. ممارسة التمارين الرياضية

الرياضة من أساسيات اكتمال أناقة الرجل؛ فيها تستقيم صحته، ويستمر

نشاطه المطلوب في أداء سلوكياته السابقة، ويكتمل مظهره الخارجي فيرتدي

ما أراد بأريحية، ويشعر بتمام الرضا والثقة بالنفس، وهي أمور مطلوبة لأناقته

كما ذكرنا.



عطور تهمس بالمجد وتفوح بالأصالة

لا يزدان الوطن بالرايات الخضراء وحدها، بل تتعطر الأرواح بعبير يعكس فخرها بانتمائها. فكما يخفي العطر سره في ثبات نفحاته وعمق مكوناته، يخفي الوطن سره في أصالته وخلوده. ليست العطور مجرد لمسة من الفخامة، بل مرآة للمجد وشهادة وفاء تتغلغل في الذاكرة كما تتغلغل نفحة عطر في الروح. وفي اليوم الوطني يصبح اختيار عطرِكَ احتفالاً صامتاً يبوح بحب الأرض، ويتّرجم معاني الانتماء في أبهى صورة، بطاقة دخول إلى عالم من الرقي

والفخر لا تكتمه الكلمات، بل تبوح

به العطور الفاخرة والروائح العابقة

بالكرم وأصالة الانتماء لهذه الأرض

الطيبة، بحسب "الرجل"

عطر Timber XVI Opus من علامة

"Amouage"

عندما تلتزم بالفخامة العربية بعبق

التراث الفريد، ينبعث هذا العطر

المتفرد كأنشودة طربية في اليوم

الوطني. مع توليفة عطرية تبدأ

بثبات الأخشاب العربية العميقة،

مع رائحة خشب الأرض الفواح. تمنح

هذه الأخشاب الفواحة هذا العطر

حضوراً يستحضر صلابة الروح

السعودية وانتماءها للأرض كما

ينتمي الشعب إلى موطنه. ومع

نسمات دفا التوابل والورد المعتق

في منتصف العطر، يُضفي هذا

المزيج روحاً حاملة، تذوب في نهاية

جذابة من المسك الهادئ والجلد

الفاخر في حضور يحتضن ماضي

الأمة وحاضرها وتطلّعها إلى المستقبل.

عطر Cuir Infrarouge من علامة "Maison Crivelli"

في قلب الرواية الفخمة لعطور اليوم الوطني، يتراقص الجلد

الفاخر والداكن مع دفا الشفق الأحمر وغموض الليل، كما



لو أن هذا العطر يروي فصول النهضة السعودية عبر التاريخ. في الفصل الأول، يتربع التوت البري مع القرفة الفواحة في بداية العطر بينما تتسلل إليه نفحات خفية من البرجموت النقي، ثم تتوسّد التوابل مع خشب السدر الاستثنائي في قلب يحاكي تاريخاً زاخراً بالإنجازات التي تروي فصلاً من التاريخ، قبل أن ينهال الجلد بدوائه الخاص على الطبقات الأخيرة من العطر، يبدأ ببعد مع نبات الفانيليا الاستثنائي، ليعكس هدوءاً شامخاً

وسط حضارة فولاذية تتوهج

بالعطاء والأصالة.

عطر Gelsomino A Freddo من

علامة "Acqua Di Parma"

نختم جولتنا العطرية في هذا العدد

من خلال هذه التحفة العطرية

الحصرية من علامة Acqua Di

Parma التي تختزل أحد أرقى

تقنيات صناعة العطور الكلاسيكية،

التي تحاكي من خلالها تاريخ

المملكة العريق وكون الحضارة

والتاريخ هما أساس كل شيء.

يجتمع في هذا العطر الجديد

عبق زهرة الياسمين البيضاء، في

مزيج ساحر مع الشاي العربي

الأسود، وأخشاب الغاياك المدهشة،

والليمون العطري المنعش، مع

مزيج حار من الفلفل الوردي ونبات

الباتشولي، في سيمفونية تعتمد على

تقنية الـ "Cold Enfleurage" التي

تستخلص الدار من خلالها عبق

زهرة الياسمين الفواح إلى آخر قطرة،

لتشعر كما لو أنك تستنشق نسمات الصباح الباكر لأزهار

الجبال السعودية الصافية، وكأنها رائحة تنادي باسم الوطن

في صباح هذا اليوم المميز، بهدوء وحسّ الفخر والتراث.



مقهى ومطعم غالاتا Galata sweets Turkish coffee

تجربة الفطور و الحلويات والمعجنات
التركية في مدينة ديربورن الامريكية

FOLLOW US ON

📍 1035 Mason St. Suite 102, Dearborn Mi, 48124
☎ 313.914.7059 ✉ info@galatasweetsusa.com

galatasweetsusa.com

grocery - produce nuts - coffee
خضار - فواكه - سمانة - قهوة

V.I.P MARKET

أسواق الخيمة

Many Varities Of Hookahs
Tobacco - Charcoal

27275 Ford Rd.
Dearborn Hgts, MI 48127

Tel: 313.565.6655
Fax: 313565.1120

THE NATION PRESS
الأمّقة
WE PUT THE WORLD IN YOUR HANDS

ON SOCIAL MEDIA
100K MORE THAN FOLLOWERS

ADVERTISE WITH US AND REACH MILLIONS OF VIEWERS

THOUSANDS VISIT OUR SITE DAILY

THE FIRST DAILY NEWS SITE IN NORTH AMERICA SINCE 2006

MORE THAN 120 MILLION VIEWER TILL DATE

VISIT US NOW TO SEE THE DIFFERENCE

4 MORE THAN MILLION VIEWER A MONTH

www.thenationpress.net

الأمّقة
...نضع العالم بين يديك

أكثر من 100K متابع على السوشيال ميديا

ضع إعلانك معنا.. شاركنا الريادة

الآلاف يزورون موقعنا يومياً

الموقع الأخباري اليومي الأول في شمال أمريكا منذ 2006

أكثر من 120 مليون متصفح حتى الآن

قم بزيارتنا الآن لترى الفرق

4 شهرنا قراءة ال مليون متصفح

www.thenationpress.net

إذاعة القرآن الكريم من ديترويت
HOLY QURAN RADIO FROM DETROIT

كل أربعاء من الساعة 4:00 إلى 5:00 مساءً

Every Wednesday from 4:00 to 5:00 p.m.
ON: WNZK radio 690/680 AM

WNZK 690 FM



نصائح هامة لتجنب آلام الرقبة والظهر أثناء الرحلات الجوية

حذر الخبراء من أن طريقة الجلوس والنوم على متن الطائرة تؤثر على الصحة، لا سيما في الرحلات الطويلة، إذ يمكن أن تسبب بعض الوضعيات إجهادا للعضلات أو مشاكل في الدورة الدموية، بحسب ديلي ميل.

يقول الدكتور كريس سينان، الأستاذ المساعد في العلاج التأهيلي الطبي بجامعة ستيرلينغ: "تؤثر الرحلات الطويلة على الدورة الدموية، ويُصنع بالمشي المنتظم داخل الطائرة لتقليل خطر تكون جلطات الدم. أما وضعية الجلوس، فالأدلة أقل وضوحا، لكن تغيير وضعية الجلوس بين الإمالة والاستقامة يخفف الضغط على الظهر والرقبة والكتفين".

ويضيف: "استخدم وسادة داعمة للظهر أو الرقبة عند الاستلقاء، وحاول الانحناء قليلا للأمام لفترات قصيرة عند الحاجة للراحة".

وغالبا ما يميل الركاب إلى وضع الرأس على طاولة المقعد للنوم، خاصة عند الشعور بالتعب. لكن هذه الوضعية تزيد من إمالة الرقبة وقد تسبب تصلبا وألما مع مرور الوقت.

وتتفق البروفيسورة سوزان سنو غرادس، أخصائية العلاج الطبيعي بجامعة نيوكاسل، على أن تغيير الوضعية بين الاستلقاء والجلوس العمودي هو الأفضل، وتضيف: "البقاء في وضعية واحدة لفترة طويلة قد يؤدي إلى آلام مؤقتة أو دائمة، والانحناء على الطاولة ليس صحيا للرقبة والظهر".

ويشير البروفيسور كيران أو سوليفان، أخصائي العلاج الطبيعي في جامعة ليمريك، إلى أنه لا توجد وضعية مثالية واحدة على متن الطائرة، فالأفضل هو تغيير الوضعية باستمرار.

نصائح إضافية للنوم والراحة

إذا واجهت صعوبة في النوم، يُنصح بالاستلقاء قليلا، إذ إن وضعية الاستلقاء تساعد على النوم أكثر من الجلوس، وفقا للدكتورة إليزابيث برودبينت، أستاذة علم النفس الصحي بجامعة أوكلاند.

تجنب الانحناء على الطاولة لفترات طويلة.

تحرك بين الحين والآخر لتقليل ضغط الدورة الدموية وآلام العضلات.



اختيار الإقامة المثالية: خطوات ذكية لتجربة سفر ناجحة

الإفطار المجاني، أو وسائل النقل إلى المطار، أو غرفة مجهزة بالكامل، ما يجعل التكلفة الإجمالية أكثر توازنا. من الضروري تحديد ما إذا كان المسافر بحاجة إلى خدمات إضافية مثل مرافق اللياقة البدنية، وغرف الاجتماعات، وغرفة العائلة، أو المطابخ الصغيرة. كما ينبغي الانتباه إلى الضرائب والرسوم الخفية التي قد تُضاف في بعض الدول عند تسجيل الوصول. وتعد مقارنة الأسعار عبر منصات الحجز المختلفة خطوة مهمة للتأكد من الحصول على أفضل صفقة دون التضحية بالراحة أو الجودة.

التقييمات والتجربة الفعلية للضيوف

تلعب آراء النزلاء السابقين دورا محوريا في اتخاذ القرار، فهي تقدم لمحة واقعية عن جودة المكان بعيدا عن الصور الترويجية. يُفضل قراءة التقييمات الحديثة على وجه الخصوص، لأنها تعكس الوضع الحالي للخدمات

والمرافق. يجب الانتباه إلى التعليقات المتكررة حول النظافة، والتعامل مع الموظفين، ومستوى الضوضاء، ودقة الوصف مقارنة بالواقع. بعض المسافرين يفضلون مشاهدة الصور التي يشاركها الضيوف بدل الاكتفاء بصور الفندق الرسمية. كما أن تصنيف الإقامة وفق نوع المسافر — عائلات، رجال أعمال، أزواج، مسافرون منفردون — يوفر مؤشرات إضافية تساعد على التنبؤ بمدى ملاءمة المكان

للاحتياجات الخاصة. وفي حالات معينة، قد تكون سياسة الإلغاء المرن أو التسجيل المبكر أو المتأخر عوامل حاسمة تُرجح خيارا على آخر. في نهاية المطاف، فإن اختيار مكان الإقامة المثالي ليس قرارا عشوائيا، بل هو استثمار في راحتك وسلامتك واستمتاعك بالرحلة. الجمع بين الموقع المناسب والقيمة العادلة والتجارب السابقة للضيوف يختصر الكثير من العناء بعد الوصول، ويمنحك طمأنينة تجعل رحلتك أكثر سلاسة. سواء كنت تسافر للعمل أو للترفيه أو للمغامرة، فإن دقة اختيار مكان الإقامة تعكس مدى نجاح تجربتك. ومع تزايد تنوع العروض عالميا، بات اتخاذ القرار الصحيح يعتمد على الوعي والتحضير المسبق أكثر من أي وقت مضى، مما يجعل التخطيط الذكي هو السر الحقيقي وراء إقامة مثالية.

عند التخطيط لأي رحلة، غالبا ما ينشغل المسافر بتذكر الطيران وبرنامج الزيارة وميزانية الأنشطة، لكنه قد يتجاهل جانباً لا يقل أهمية وهو مكان الإقامة. إن اختيار المكان المناسب لا يؤثر فقط على الراحة والنوم، بل يحدد جودة التجربة بالكامل، بدءاً من سهولة التنقل ووصولاً إلى الأمان والتكلفة. ومع تنوع الخيارات بين الفنادق والشقق الفندقية والاستراحات وبيوت الضيافة، بات من الضروري فهم العوامل الخفية التي تساعد على اتخاذ قرار مدروس. يعتمد اختيار الإقامة المثالية على مزيج من الموقع، والخدمات، والميزانية، ومتطلبات المسافر الشخصية، وهو ما يجعل البحث والتحقق المسبق عنصرين حاسمين في نجاح أي رحلة. وفقا لموقع "سائح".

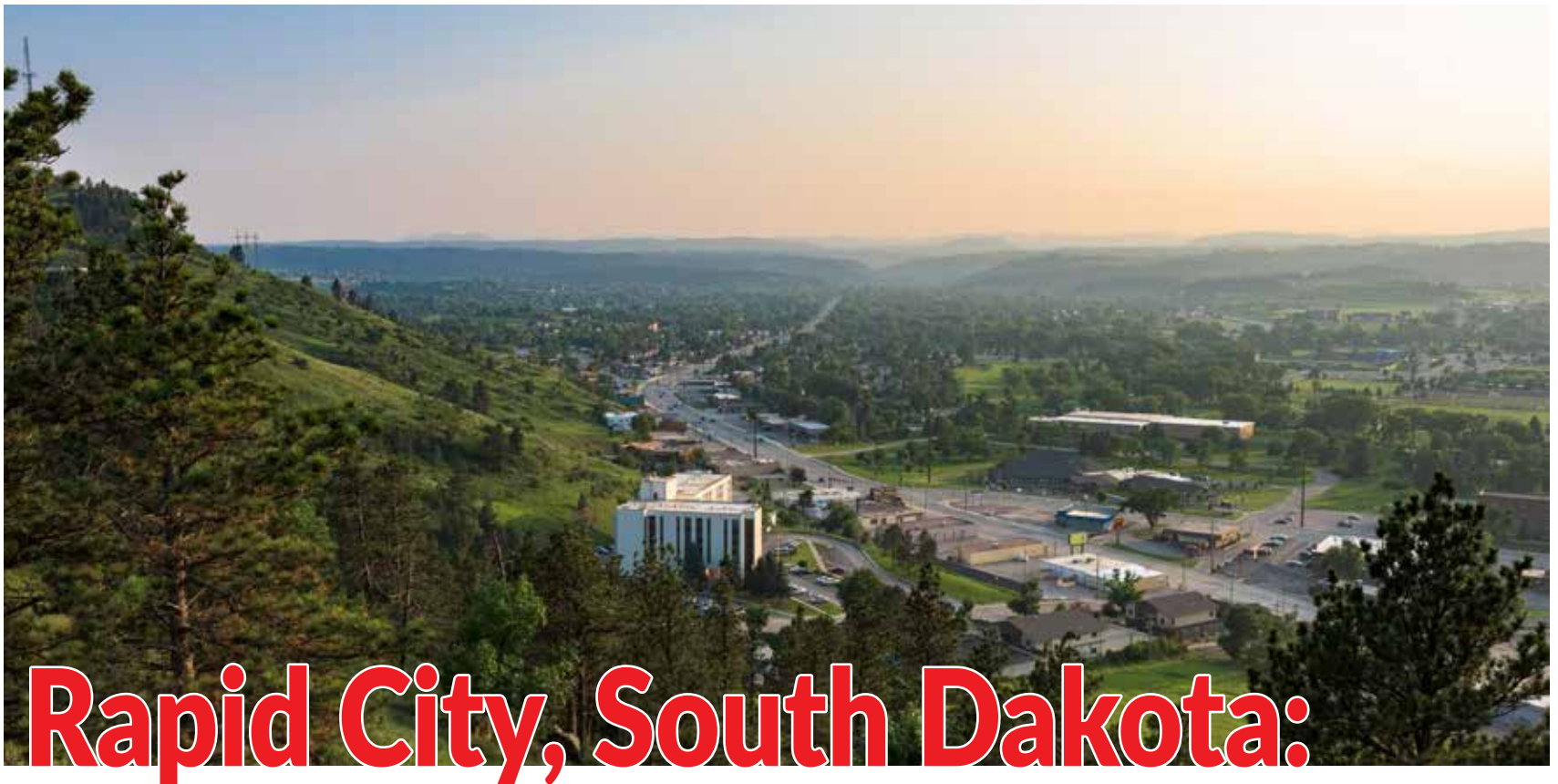
الموقع والاتصال بالمناطق الحيوية

يُعد الموقع حجر الأساس عند اختيار مكان الإقامة في السفر، إذ يحدد مدى سهولة الوصول إلى المعالم السياحية، ووسائل النقل، والخدمات اليومية. الإقامة في وسط المدينة أو بالقرب من شبكة مواصلات فعالة قد تجتنب المسافر إهدار الوقت والمال في التنقل، بينما يفضل البعض الابتعاد قليلا عن الضجيج مقابل الاستمتاع بالهدوء وانخفاض الأسعار. كما يختلف الموقع المثالي بحسب طبيعة الرحلة: فالمسافر بغرض الاستجمام قد يبحث عن منتجع قريب من الشاطئ أو الطبيعة، بينما يحتاج المسافر للأعمال إلى قرب الفندق من مراكز المؤتمرات والشركات. كذلك يجب التحقق من الأحياء المحيطة، ومدى أمانها ليلا، وتوفر المطاعم والمتاجر والصيدليات. تساعد الخرائط الرقمية وقراءة تقييمات الزوار في تكوين صورة واضحة عن المنطقة قبل الحجز، مما يقلل احتمالات المفاجآت غير السارة بعد الوصول.

الميزانية مقابل القيمة والخدمات

قد يبدو اختيار مكان إقامة منخفض التكلفة خطوة موفرة، لكن الأهم هو مقارنة السعر بما يُقدمه من قيمة حقيقية. بعض الفنادق أو الشقق قد تبدو اقتصادية، لكنها تفتقر إلى أساسيات مهمة مثل النظافة، أو الاتصال الجيد بالإنترنت، أو خدمة الاستقبال. وفي المقابل، قد يقدم مكان إقامة بسعر أعلى مزايا مثل





Rapid City, South Dakota:

An artsy city brimming with charm and tourist attractions

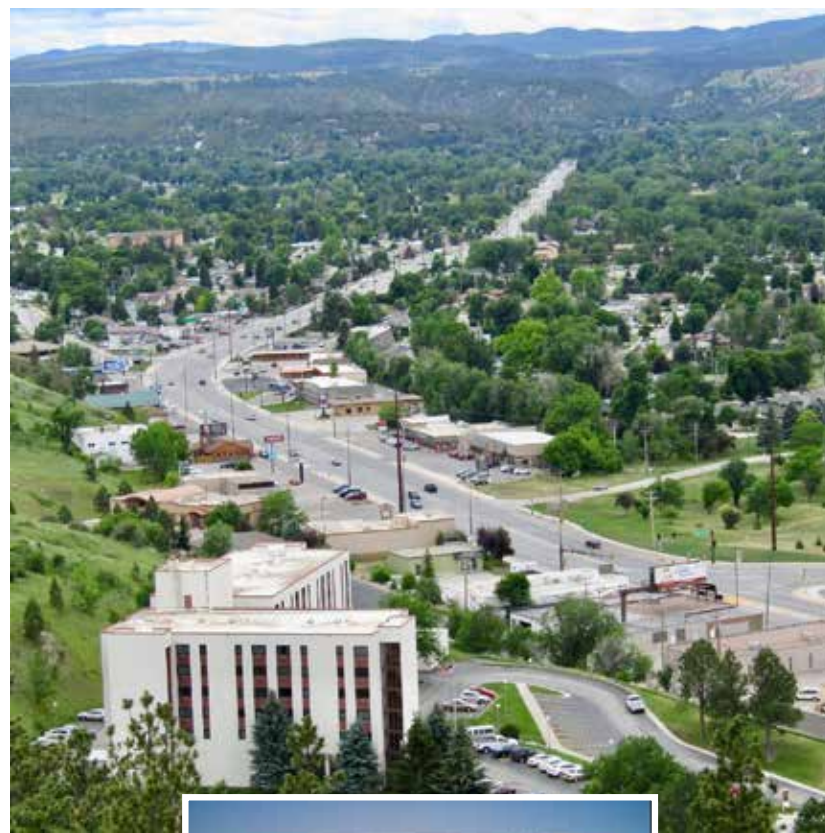
Visitors once flocked to South Dakota for the gold in its hills. The rough and rowdy miners are gone, leaving behind at least one charming city with enough attractions, artsy vibes and history to merit a visit. You can still check out some gold while you're there, too.

Rapid City, situated between South Dakota's Black Hills and the Badlands, was a waypoint for miners and hardware suppliers looking to benefit from the late-1800s gold rush. The original settlers dubbed it the "Gateway to the Black Hills." Rapid City became known for profiting off of gold without actually mining it. Lost in the mix was a bounty of natural beauty, history, and charm. Those have now replaced gold as Rapid City's main attraction. According to Islands.com.

A tourist rush has replaced the Gold Rush. Almost 4 million visitors spent over \$500 million while stopping by in 2024, according to Visit Rapid City. And it's no wonder. The budget-friendly city's short distance from iconic landmarks, cool arts scene, and bustling downtown justifies the trip. Sure, other South Dakota towns serve as a doorway to adventure. One even has one of the world's longest caves. But Rapid City itself is a destination that can't be missed.

Take in Rapid City's art, food, and gold

Rapid City offers plenty of natural wonders outside its borders: Mount Rushmore, Badlands National Park, Black Hills National Forest, and more. But you don't even need to visit these attractions, because Rapid City's downtown area offers a vivid mix of history, artsy shops, and good food. Start at the Art Alley, a local stretch of graffiti-covered walls that draws artists and art lovers alike. The tags aren't illicit, though. Authorities gave artists the green light to spray the walls at their leisure — within certain limits.



It'd be foolish to visit Gold Rush territory and not learn about the area's most famous export. Stop by the Black Hills Gold factory and outlet store for a free tour, where you'll learn how jewelry for companies like Landstrom's and Mt. Rushmore Jewelry is made. Artisans there will show you the intricacies of

casting diamonds in molten gold. Once you've satiated your appetite for art and fine jewelry, it's time you address your actual appetite.

South Dakota's Black Hills and Badlands areas developed a reputation for bold yet simple cuisine that matches the practical philosophy of its early settlers. Foods like chislic, a deep-

fried meat dish (usually beef or lamb) with a dipping sauce, are must-tries. Or go for Rapid City's iconic bison meat — which can outshine beef on several fronts, whether in a burger or steak. End your meal with South Dakota's official dessert, kuchen, a cross-breeding of custard, pie, and cake topped with fruit. The downtown area offers a bevy of eateries that feature these foods. The Dakota Steakhouse and Thirsty's feature expansive menus offering these local favorites.

The best ways to reach Rapid City and where to stay

Rapid City Regional Airport is just 11 miles from downtown, connecting to major hubs like Atlanta, Denver, Dallas, and Chicago. Grab a rental car if you plan on hitting any attractions outside of town. Otherwise, the ride-sharing app of your choice can get you to from the airport to the city, where you can spend the rest of your visit walking. If you do grab a rental car, stop by Lemmon, the artsy, off-the-beaten-path town on the northern side of the Black Hills as well.

Accommodations can cost as much as \$150 per night, depending on the caliber of hotel you pick. Well-known chains are available, but the truly adventurous should spend their nights in a cabin or campground. The Black Hills Tiny Resort offers a tiny home option, perfect for smaller families who don't mind sharing space. It also has a "Barn dominium" — a horse barn converted into a unique, rustic accommodation.

Try to visit Rapid City between April and September, avoiding the colder winters where temperatures hover around freezing. Bring season-appropriate weather and comfortable footwear if you plan on traversing the city on foot. Also, pack travel-friendly outdoor gear if you plan to see Rapid City's neighboring wildlife and natural wonders. Take a jeweler's loupe if you come across any shiny yellow metallic objects that need closer inspection.

The Chinese Moon Festival... A moonlit tradition across millennia

The Mid-Autumn Festival is China's second-biggest traditional holiday after Chinese New Year, marked on the 15th day of the eighth lunar month, when the moon appears at its fullest and brightest of the year. In the nation's agrarian past, this was the time when the main harvest had just ended and the air turned clear and cool, making it ideal for both thanksgiving and celebration. Ancient Chinese believed that a full moon meant balance between heaven and earth, abundance and renewal. According to CGTN.

Moonlight and myth

The term "Mid-Autumn" (Zhongqiu, literally "middle of autumn") first appeared in "The Rites of Zhou," an early classic on state rituals compiled before the Western Han Dynasty (206 BC – AD 9). By the Tang Dynasty (AD 618 – 907), as prosperity blossomed and literati met under lantern light to compose poems, moon-viewing had become fashionable, and the festival was recognized as an official observance.

China's fascination with the moon runs deep. As early as the Shang Dynasty (c. 1600 – 1046 BC), inscriptions recorded moon worship. Among the stories passed through centuries, none shines brighter than that of Chang'e, who drank an elixir of immortality and drifted skyward to the moon. There she dwells with the Jade Rabbit – its outline traced in the moon's pale shadows – pounding herbs for the gods. The rabbit's unending fertility, echoing the lunar cycle, made it a symbol of life and renewal. Together, Chang'e and her companion turned the moon into a realm of mystery, beauty, and a quiet longing. Centuries later, China's own lunar-exploration project would proudly bear her name.

From north to south

Though the festival's spirit of reunion unites the nation, its expressions change with the map – shaped by weather, harvests and history.

In the north, where autumn skies are crisp and cloudless, families head to parks, rooftops or hillsides to watch the full moon climb above the horizon. In Beijing, people once offered clay figurines of Tu'er Ye, the "Lord Rabbit," a folk deity inspired by the moon's Jade Rabbit believed to have descended to Earth to heal the sick. Dressed in painted robes and holding a pestle, she embodied health, protection and good fortune.

Farther south, celebrations take on extra color and creativity. In Fujian, once a cradle of imperial exam champions, families play Bo Bing, a lively dice game invented during the Ming-Qing era (17th Century). Each throw corresponds to an ancient exam rank – champion, runner-up or scholar – with mooncakes as prizes. It's part game, part wish for success. In Fujian and neighboring Guangdong, villagers light towering "burning towers," bonfires that blaze like golden beacons against the night, warding off misfortune and welcoming prosperity. In Guangdong, families prepare offerings to the "Moon Lady," a gentle nickname for the moon itself. Tables of fruit, tea and mooncakes are set in courtyards; people bow in thanks under the silver light, a ritual echo of the region's sea-faring and trade-rich culture. In Zhejiang, crowds gather along the Qiantang River around Mid-Autumn to watch its famous tidal bore, a roaring wall of water that rises with the autumn moon, turning the riverbank into nature's own grand performance.

In the south, lanterns bloom after dusk, with rabbits, lotus flowers, even tiny palaces glowing against the night. Lantern riddles add a playful spark. Since the Song Dynasty (AD 960 – 1279), strips of paper bearing clever puzzles have been pinned to glowing lanterns; whoever solves them first wins a cheer or a small prize, proving that wisdom too can light up the night.

To read this go to:



مهرجان الدبكات بمدينة قامشلو.. امتزاج ثقافة الشعوب والتمسك بالهوية الفلكلورية

ولفتت إلى أنهن كأمهات قدن هذه الثورة الثقافية جنباً إلى جنب مع قيادة ثورة روج آفا، فالأمهات هن القدوة في كل شيء ويقع على عاتقهن الاستمرار في الحفاظ على هذه الثقافة العربية، حتى تصل إلى جميع الأجيال القادمة، داعية جميع النساء للمشاركة في كافة المجالات وأن تقدن ثورتهم الخاصة بأنفسهن.

وجودنا في المهرجان دليل على الإصرار

ومن جانبها قالت دلفين محمد العضوة في مركز باقي خدو الثقافي " رغم جميع الهجمات التي تعرضت لها مدينة كوباني لم نستسلم كان إصرارنا على الحفاظ على ثقافتنا مستمراً، لأنها أساس تطور المجتمعات، فوجودنا اليوم هنا دليل صارم على أن الإصرار على المضي قدماً هو أساس البقاء"، مؤكدة أنه "بتقافتنا وفلكلورنا ودبكاتنا، نواصل اليوم رسالة إلى العالم أجمع، رسالة شعب بأكمله شعب لم يستسلم لأي شيء وبقي صامداً في وجه كل الصعوبات، لذا يجب أن نكون يداً واحدة وصوتاً واحداً، وأن نحافظ على دبكاتنا وفلكلورنا لبنينا وطننا معاً، كرداً وعرباً وسرياناً وأشوريين وكل المكونات الأخرى".

المهرجان رسم لوحة فنية مميزة

وبدورها أكدت عضوة فرقة "هكار" الأشورية من تل تمر اشورينا سولاكا "اليوم رسمت جميع المكونات المتواجدة في هذا المهرجان لوحة فنية فريدة من نوعها تكشف عن التنوع الغني لمكونات المنطقة، يملأ المهرجان أجواء من الفرح والسرور لذلك نأمل من أعماق قلوبنا أن يعم السلام في بلادنا وأن يسودها الأمن والاستقرار".

وقالت إن "مشاركتهم في هذا المهرجان ليس مجرد حضور، بل تأكيد على عزميتنا وإصرارنا للحفاظ على ثقافتنا العربية وفلكلورنا الذي يعبر عن هويتنا، منحن هذا التجمع فرصة ثمينة للتعرف على ثقافات بعضنا البعض بشكل أعمق، سواء من خلال اللباس التقليدي أو العادات والتقاليد، وهو ما يزيد من أواصر المحبة والتآخي بين كافة مكونات المجتمع"، مؤكدة، أن "وحدتنا في التنوع هي مفتاح قوتنا وأن الاحتفال بثقافتنا معاً يعزز روح الانتماء ويقوي روابط الأخوة بين الجميع".

عكس المهرجان المنظم تحت شعار "كل رقصة حكاية، وكل حكاية تاريخ"، في مدينة قامشلو روح التنوع الثقافي والتمسك بالهوية الفلكلورية، حيث حملت الفرق المشاركة رسائل أمل ووحد، ورسمت لوحة فنية لمكونات إقليم شمال وشرق سوريا.

تحت شعار "كل رقصة حكاية، وكل حكاية تاريخ" نظم في مدينة قامشلو بإقليم شمال وشرق سوريا مهرجان الدبكات الشعبية السابع الذي حمل اسم الشهيدة روناهي باور، بمشاركة 23 فرقة تمثل تنوع المجتمعات الكردية والعربية والسريانية، الآشورية والأرمنية

والشركسية الإيزيدية، من مناطق عدة من إقليم شمال وشرق سوريا وأجزاء كردستان، في احتفال يعكس الغنى الثقافي والتنوع الشعبي في المنطقة. وفقاً وكالة "أنباء المرأة". وتُظم المهرجان من قبل حركة الثقافة والفن الديمقراطية لميزوبوتاميا، بالتعاون مع حركة الهلال الذهبي، ووسط أجواء احتفالية حماسية.

حرمنا من ثقافتنا واليوم نمارسها بحرية

"الثقافة هي الوجود" بهذه الكلمات بدأت العضوة في فرقة الأمهات التي انضمت من ناحية عامودا، منور خالد، حديثها قائلة "منذ الأزل وحتى الآن تعرف المجتمعات بثقافتها ونحن كمكون كردي خصوصاً كنساء، لنا دور كبير في الحفاظ على هذه الثقافة، لأنها ثقافتنا الأم"، مضيفة أن هذا المهرجان يعد فرصة لجميع المكونات للتعبير عن ثقافتهم وعن دبكاتهم الفلكلورية وعن هويتهم بكل حرية.

وأكدت أنه "قبل ثورة روج آفا، كانت هويتنا وثقافتنا ككرد مهمشة، ولم يكن يسمح لنا بممارستها بحرية، كنا نمارس ثقافتنا في الخفاء خوفاً من اندثارها ولم نحرم أولادنا منها أيضاً، واجهنا الكثير من الصعوبات لممارسة ثقافتنا وحتى الأغاني الكردية كنا نغنيها بكل حذر وخوف، لكن اليوم تغير كل شيء تمكنا من ممارسة ثقافتنا بحرية تامة وأصبحنا نتحدث بلغتنا دون خوف، وليس نحن الكرد فقط بل كل المكونات الأخرى لها الحق الكامل والحرية في التعبير عن ثقافتها، ولغتها وفلكلورها".





بين الإيمان والتاريخ..

كهف أهل الكهف بالأردن متحفا مفتوحا يروي تاريخ ممتد على آلاف السنين

ذلك مستحيل، مؤكداً أن الأردن هو المكان الوحيد الذي يجمع كل هذه الصفات، بما في ذلك اتجاه الباب الجغرافي. مشيراً إلى أن أغلب العلماء والمؤرخين، إضافة إلى روايات الصحابة، يوافقون على أن الكهف يقع قرب عمان، وبالقرب من الزرقاء وبلدات زيزيا والبلقاء، حيث تم تحديده من 4 جهات. لافتاً إلى أن الكهف قد تغيرت هيئته على مر العصور، فقد كان صغيراً وطبيعياً، إلا أن الرومان والبيزنطيين والعباسيين والمماليك والأمويين اهتموا به وتركوا بصماتهم داخله.

المعالم الأثرية

ومن بين أبرز المعالم الأثرية والتاريخية التي تحتضنها منطقة الرقيم، والتي تجعلها وجهة مهمة للزوار والباحثين عن التراث العريق: الكهف الذي يتألف من الداخل من غرفة واسعة وتحتوي على 7 قبور حجرية منحوتة في الصخر، يعتقد أنها تعود إلى الفتية. وجود بقايا مسجد بني في العصر الأموي، وقد حافظ المسلمون على إحياء المكان وبنوا مسجداً حديثاً يجاوره ليبقى مزاراً نشطاً حتى اليوم.

تنتشر في الموقع بقايا أعمدة وزخارف حجرية وقطع فسيفسائية، تدل على تعاقد الحضارات المختلفة كالرومانية والبيزنطية والإسلامية. توجد بقايا مقبرة بيزنطية تضم قبوراً وأضرحة، تضيف إلى المكان بعداً تاريخياً.

هذه العناصر تجعل من الكهف ليس فقط موقفاً دينياً، بل متحفاً مفتوحاً يروي تاريخ المنطقة الممتد على آلاف السنين.

وخلال تجوالها في كهف أهل الكهف، أعربت الزائرة التركية سيلين أيدن عن إعجابها العميق بالمكان وتاريخه الغني، مبينة في حديثها للجزيرة نت أن زيارتها لم تكن مجرد جولة سياحية، بل تجربة روحانية خاصة، شعرت خلالها بارتباط عميق بالقصة التاريخية والدينية التي يشتهر بها الكهف.

وأضافت أن قراءتها لسورة الكهف ستختلف تماماً بعد هذه الزيارة، معبرة عن سعادتها بوجودها في هذا الموقع الذي جمع بين التجربة العلمية والثقافية والدينية الغنية، مؤكدة أن الذكرى ستظل راسخة في ذهنها لفترة طويلة.

تجربة روحية

زيارة كهف أهل الكهف في الأردن ليست مجرد رحلة سياحية فقط، بل هي تجربة روحية، وتاريخية، وجمالية في آن واحد، فالوقوف أمام الكهف يعني استحضار قصة إيمانية خالدة، والتأمل في قدرة الله وحفظه لعباده المؤمنين.

وعند مغادرتك المكان، تشعر كأنك تركت أثرك الخاص بك في هذا المكان الذي يجمع بين الواقع والغموض، وبين التاريخ والطبيعة، وبين الصمت والقصص العميقة الضاربة في جذور التاريخ، التي لا يزال صدق ثباتها يتردد في أرجاء الكهف إلى يومنا هذا.

"ولَبِثُوا فِي كَهْفِهِمْ ثَلَاثَ مِائَةٍ سِنِينَ وَازْدَادُوا تَسْعًا". إلى ذلك، يقول إمام مسجد أهل الكهف الداعية الأردني معتصم الحنيطي أن هناك العديد من الحقائق حول قصة أهل الكهف، مؤكداً أن "الكهف المذكور في القرآن الكريم هو نفسه الكهف الموجود في منطقة الرقيم بالأردن". واستعرض الحنيطي 5 أدلة رئيسية تثبت أن الكهف في الأردن هو الكهف القرآني، مشيراً إلى أن الادعاءات التي تقول بوجود الكهف في دول أخرى غير دقيقة. موضحاً أنه قدم دراسة ماجستير محكمة تناولت فتية أهل الكهف من منظور تاريخي وتفسيري، مبيناً أن الأدلة الخمسة التي استند إليها هي:



اسم المنطقة الرقيم تماماً كما ورد في القرآن الكريم. يعلو الكهف مسجد يُعد من أقدم المساجد المبنية في الأردن، لقوله تعالى: "قال الذين غلبوا على أمرهم لَنَنَظُرَنَّهُمْ غَلْبًا". الفجوة التي نام فيها الفتية وتظهر في أعلى الكهف.

عدد القبور الموجودة في الكهف وهي 7، كما أشار الصحابي الجليل عبدالله بن عباس رضي الله عنه.

اتجاه الشمس بالنسبة للكهف، حيث يشرق عليها من جهة اليمين ويغرب عنها من جهة الشمال.

وعن إمكانية توافر هذه الأدلة في كهوف أخرى، أوضح الحنيطي أن

حبيب أبو محفوظ حين تقترب من كهف أهل الكهف في الأردن، تشعر وكأنك تعبر عتبة الزمن، وتترك خلفك عالماً مألوفاً لتدخل عالماً آخر تحكيه قصة خالدة صمدت أمام تقلبات العصور.

الطريق المؤدي إلى الكهف - في منطقة الرقيم شرق العاصمة عمان -، يلفه سحر الطبيعة، كالتلال المتدرجة، والصخور المنحنية بأشكال غريبة، هناك تشابك الطبيعة الخلابة مع عبق التاريخ. ومع كل خطوة تقربك من الكهف، يزداد شعورك بالغامرة، وكأن الأرض نفسها تدعوك لاكتشاف سر دفن، لتهمس لك بحكايات صامدة عبر آلاف السنين.

كهف أهل الكهف ليس مجرد موقع أثري عادي، بل هو شاهد حي على قصة قرآنية خالدة وردت في سورة الكهف، مما جعله وجهة يقصدها السياح والحجاج والمؤرخون، والباحثون عن الروحية من مختلف أنحاء العالم. وفقاً لـ "الجزيرة نت".

رحلة عبر الزمن منذ اللحظة الأولى التي تصل فيها إلى موقع أهل الكهف، تشعر كأن الزمن توقف، وكأنك تقف على مشهد حي من قصص العصور الغابرة، حيث تتداخل الأحداث في قصة واحدة، ويغدو المكان أكثر من مجرد صخرة أو فجوة في جبل، تماماً كما لو أن المكان يتنفس عبق التاريخ.

أما الطريق إلى الكهف نفسه، فرحلة لا تقل روعة عن الوصول إليه، ليغدو كل حجر شاهداً على صبر وإيمان الفتية الذين لجؤوا إلى هذا الملاذ الآمن.

عند مدخل الكهف، يبدو المكان كبوابة سرية، يأخذك من واقعنا المعتاد إلى فضاء من الأسرار والغموض، المدخل ضيق قليلاً، والظلام يغلفه، لكن روح المكان تبعث على النفس الطمأنينة والسكينة. في الداخل، يسود الصمت المكان، يتخلله صوت خفقان قلبك، وصدى خطواتك على الأرضية الصخرية الباردة، هنا يستطيع الزائر أن يتخيل رقاد الفتية الذين لجؤوا إلى هذا الملاذ هرباً من الظلم، وكأنك تشاهدهم يتقلبون ذات اليمين وذات الشمال، متشبثين بإيمانهم وصبرهم، مخبئين عن أنظار العالم، حاملين قصصهم التي صمدت قرون طويلة.

ما يميز كهف أهل الكهف في الأردن ليس فقط قيمته الدينية أو التاريخية القديمة، بل أيضاً الموقع الجغرافي المذهل الذي يوفر منظراً بانورامياً من فوق الصخور القديمة، يمكنك رؤية امتداد الجبال والأودية، بينما تتسلل أشعة الشمس لتضيء الكهف بألوان ذهبية، تماماً وكأن الطبيعة نفسها تحتفي بهذه القصة العظيمة.

القصة الدينية

يرتبط الكهف بالقصة القرآنية الشهيرة عن فتية الكهف الذين آمنوا بالله في زمن طغيان حاكمهم، فزوا بدينهم ولجؤوا إلى الكهف ليحتموا من بطش قومهم، فأغشاهم الله نوماً طويلاً، كما جاء في القرآن الكريم:



المغربية حسناء طالب أول عربية وأفريقية تلقب بـ"ذئب وول ستريت"

بعد سنوات من التفاني والعمل الدؤوب، استطاعت المغربية حسناء طالب أن تبرز كواحدة من أنجح المستثمرات في مجال تداول الأسهم. وتمكنت من تأسيس اسمها في هذا المجال لتصبح مستثمرة ومديرة تنفيذية، وتحقق عدة جوائز مرموقة.

تميزت حسناء بشكل خاص في الولايات المتحدة حيث حققت إنجازاً غير مسبوق كأول امرأة عربية وأفريقية ترشح للقب "ذئب وول ستريت" من قبل سوق "ناسداك". وقد تم الاعتراف بجهودها المتميزة في عالم الاستثمار من قبل وزارة الخارجية الأمريكية. وفقاً لـ "الجزيرة نت".

وشددت حسناء على أهمية التعليم للنساء، واعتبرته "مفتاح النجاح"، مشيرة إلى أهمية الفضول وحب التعلم في النجاح المهني والأكاديمي، خاصة في ظل التحديات التي تواجهها النساء في العالم العربي. وأكدت أن "نجاح المرأة هو نجاح المجتمع بأسره".

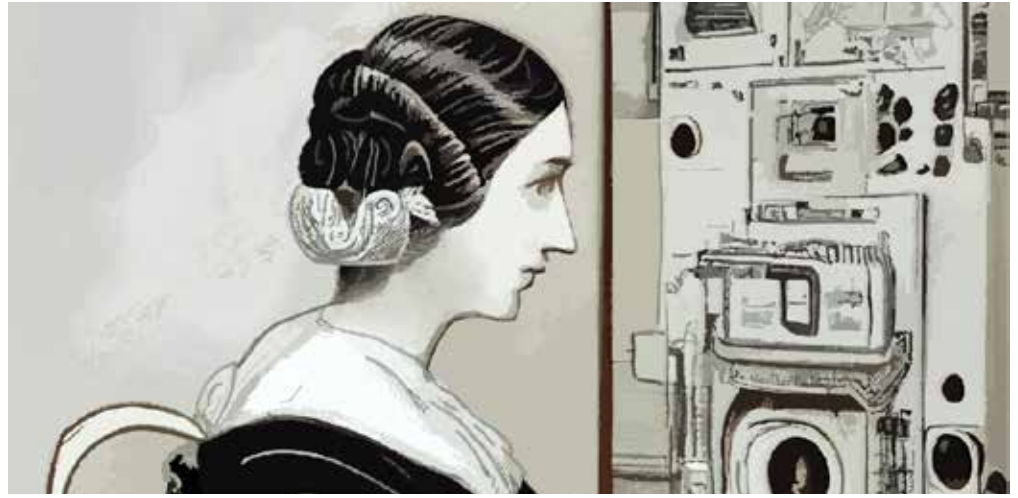
مسيرة نجاح مستمرة حسناء طالب، التي نشأت في أسرة متواضعة بالمغرب، كانت دائماً متفوقة في دراستها. في سن الـ 17، سافرت إلى الولايات المتحدة للمشاركة في مخيم تنظمه وكالة "ناسا"، والذي ساعدها على اكتشاف آفاق جديدة وطموحات كبيرة.

بعد انتهاء المخيم، حصلت على منحة لمدة عام واحد في جامعة أميركية، واستغلت هذه الفرصة للتعلم في دراسة الأسواق المالية. ومع الوقت، بدأت رحلتها في عالم تداول الأسهم، الذي قادها إلى وول ستريت. تقول حسناء: "بعد سنوات من العمل الجاد، انتقلت إلى دبي لتأسيس شركات خاصة في مجال إدارة الأصول المالية. وتمكننا من إدارة أصول بقيمة 4 مليارات دولار".

وأوضحت حسناء أن حبها لهذا المجال بدأ حين تناول أستاذها في الجامعة موضوع الأسواق المالية، لتكتشف أنه يمكن لأي شخص الاستثمار في الأسهم، بما فيهم الطلاب. وبهذا التوجه، بدأت بتطوير استراتيجيات خاصة بها في التداول.

وأضافت أن التداول يتطلب ذكاء مالي وقدرة على اتخاذ القرارات بناءً على التحليل والاستراتيجيات اليومية. وأكدت على أهمية "التوازن بين العقل والحدس".

نحو أول مليون دولار تمكنت حسناء من جني أول مليون دولار في حياتها المهنية بعد استثمار أولي قيمته 1200 دولار فقط، واتباع استراتيجيات دقيقة لإدارة المخاطر. ومع الزمن، تمكنت من تحقيق هذا النجاح الكبير. واختتمت حديثها بتقديم نصيحة للنساء العربيات: "عليكن أن تؤمنوا بأنفسكن، ولا تدعن المجتمع أو التحديات تقف عائقاً أمام طموحاتكن".



10 ساء مؤثرات غيرن عالم التكنولوجيا للأفضل

فاي-فاي لي - رائدة في الذكاء الاصطناعي

تعد الدكتورة فاي-فاي لي من أبرز العلماء في مجال الذكاء الاصطناعي، حيث قادت مشروع ImageNet، الذي ساعد في تطوير قدرات التعرف على الصور في التعلم الآلي، كما أنها من مؤسسي AI4ALL، وهي منظمة تهدف إلى تعزيز التنوع في مجال الذكاء الاصطناعي.

جينى رومتي - الرئيسة التنفيذية السابقة لـ IBM

كانت جينى رومتي أول امرأة تتولى رئاسة IBM، حيث قادت تحول الشركة نحو تقنيات الذكاء الاصطناعي والحوسبة السحابية، وساهمت في تطوير "واتسون"، نظام الذكاء الاصطناعي الخاص بـ IBM، والذي يستخدم في مجالات مثل الرعاية الصحية والأعمال والأمن السيبراني.

سافرا كاتز - القوة الدافعة وراء أوراكل

تتولى سافرا كاتز منصب الرئيسة التنفيذية لشركة "أوراكل"، حيث لعبت دوراً حاسماً في استراتيجيات الاستحواذ ونمو الأعمال، وخاصة في مجالات الحوسبة السحابية والبرمجيات المؤسسية.

آن وجسيكي - مبتكرة في مجال التكنولوجيا الحيوية

آن وجسيكي هي المؤسس المشارك والرئيس التنفيذي لشركة 23andMe، التي أحدثت ثورة في الوصول إلى المعلومات الجينية الشخصية، جعلت شركتها الاختبارات الجينية أكثر سهولة، مما أتاح للناس اكتشاف أصولهم الصحية والجينية.

رشما سوجاني - داعمة للمرأة في التقنية

أسست رشما سوجاني منظمة Girls Who Code، التي تهدف إلى سد الفجوة بين الجنسين في مجال التكنولوجيا، بفضل جهودها، أتيحت الفرصة لآلاف الفتيات لتعلم البرمجة والسعي وراء وظائف في قطاع التكنولوجيا.

إرث مستمر من الإبداع والابتكار

أحدثت هؤلاء النساء ثورة في مجالات الذكاء الاصطناعي، والشبكات، ووسائل التواصل الاجتماعي، والتكنولوجيا الحيوية، والبرمجيات، وفتحن الأبواب للأجيال القادمة من النساء في التكنولوجيا، وبينما نحتفل بيوم المرأة 2025، من المهم الاستثمار في دعم وتمكين المرأة في هذا المجال لضمان استمرار الابتكار والتقدم.

هيمن الرجال على صناعة التكنولوجيا، لكن النساء قدمن إسهامات استثنائية تركت بصمة لا تمحى في هذا المجال، من برمجة الكمبيوتر إلى قيادة بعض أكبر شركات التكنولوجيا في العالم، كان لهن دور حاسم في تشكيل المستقبل. نسلط الضوء على عشر شخصيات نسائية كان لهن تأثير كبير في عالم التكنولوجيا وإنجازتهن الرائدة. وفقاً لـ "اليوم السابع".

أدا لوفليس - أول مبرمجة في التاريخ

تعتبر أدا لوفليس، ابنة الشاعر اللورد بايرون، أول مبرمجة كمبيوتر في العالم، عملت في منتصف القرن التاسع عشر مع تشارلز باباج على "المحرك التحليلي"، وكتبت أول خوارزمية مخصصة للمعالجة الآلية، مما وضع أساسات علوم الحوسبة الحديثة.

جريس هوبر - رائدة البرمجيات

كانت جريس هوبر من أوائل رواد البرمجة، حيث طورت أول "مترجم برمجي" لتحويل التعليمات المكتوبة إلى رمز برمجي يمكن للكمبيوتر فهمه، كما لعبت دوراً رئيسياً في تطوير لغة COBOL، التي لا تزال مستخدمة في أنظمة الأعمال والحكومات.

راديا بيرلمان - "أم الإنترنت"

طورت راديا بيرلمان بروتوكول "شجرة الامتداد" (STP)، وهو عنصر أساسي في تصميم الشبكات الحديثة، وقد ساهمت ابتكاراتها في تقنيات التوجيه والأمان في تشكيل بنية الإنترنت كما نعرفها اليوم.

شيريل ساندبرج - قائدة في عالم التكنولوجيا

شغلت شيريل ساندبرج منصب الرئيس التنفيذي للعمليات في "ميتا" (فيسبوك سابقاً)، وساعدت في تحويلها إلى واحدة من أكبر منصات التواصل الاجتماعي في العالم، وهي من أبرز المدافعات عن تمكين النساء في القيادة، كما أوضحت في كتابها الشهير Lean In.

سوزان وجسيكي - العقل المدبر وراء يوتيوب

تولت سوزان وجسيكي منصب الرئيس التنفيذي ليوتيوب من 2014 حتى 2023، وأشرفت على نموه ليصبح أكبر منصة لمشاركة الفيديوهات عالمياً، كما كانت جزءاً أساسياً من تطوير "جوجل أدسنس"، الذي غير مفهوم الإعلانات عبر الإنترنت.



4 Tips for Overcoming the Sick Season with Your Young Children

With the arrival of fall, the weather is mild, but with it comes the sick season, a nightmare for every mother. Every mother wants to know how to keep their children healthy during the flu season, because once one person gets sick, the rest of the family is affected.

Although the flu is not uncommon in the family, it is possible to be prepared and overcome this critical period with minimal losses. Here are 4 tips for overcoming the sick season with your young children: According to Nawa3em.

1- Remember that this is a phase and will get easier with time.



The younger your children are, the harder the flu season will be for your family. The good news is that your children grow older, which ensures that this difficult period is temporary. Over time, it will become milder. Children's immune systems become stronger, their need for medication decreases, and it becomes easier to isolate the infected individual, thus reducing the risk of infecting the rest of the family. In general, this difficult phase will not last a lifetime. This idea will ease the burden of fatigue and exhaustion and make you feel better psychologically.

2- Adapt to the Situation

Anything is possible during the sick season: cancel family plans because of a sick family member, or cancel visits to another family member because they are sick. So, adapt to this season. Always plan alternative activities at home that will make your family as happy as possible, instead of feeling frustrated by canceled plans.

3- Balance Caring for Sick and Healthy Family Members

When dealing with illness at home, each family member is likely to be in different stages of recovery, while some family members are healthy. Each family member needs special care depending on their condition. You must strike a balance between these cares, reassuring them that this phase is temporary and that you will return to your family activities together in a few days.

Always keep a collection of fun activities, such as new sticker books, ready for sick days. Getting some fresh air and vitamin D can help limit the spread of germs and lift everyone's spirits. If you do get sick, don't hesitate to ask friends or family for help.

4- Try to make beautiful memories

The period of illness can be difficult, especially when one of your children has a fever or severe fatigue. However, during this time, you're very close to them, and you can engage in simple activities that make you feel close and connected. Use this time to enjoy being with your children and create beautiful memories together, turning even the most difficult days into memories that add to your family's happiness.



7 ضائم لتخفيف آثار اللقاحات على طفلك الرضيع

عوامل تهدئة طفلك وطمأنته.

4- أحضري دمية طفلك المفضلة

إلهاء الطفل عن طريق دميته أو لعبته المفضلة، طريقة جيدة لتشتيت انتباه طفلك عن الألم أثناء أخذ اللقاح.

5- كمادات الثلج

استخدمي كمادات الثلج على مكان الحقنة للتخفيف من الألم. كما أن هناك بعض أنواع كمادات الجيل متوفرة في الصيدليات وهي فعالة لتخفيف حرارة الطفل، وأيضاً التخفيف من الألم.

6- إرضاع الطفل

إرضاع الطفل بعد أخذ التطعيم يساهم في تهدئته بسبب شعوره بالأمان في حضن الأم، وأيضاً يشتت انتباهه عن الألم، ويشعره بالاسترخاء الذي يقلل الشعور بالألم.

7- اعتمدي ملابس مريحة وسريعة لطفلك

سيحتاج طفلك إلى خلع مكان الحقنة بسرعة، وأيضاً ارتداء الملابس بسرعة فور الانتهاء من التطعيم، لذا اختاري له ملابس سهلة الخلع والارتداء. واحرصي على اختيار قياس مناسب للملابس حتى لا تكون ضيقة فتزعج طفلك، أو تكون واسعة فتحتك بمكان الحقنة وتشعر طفلك بالألم.

من المهم أن تلتزمي بمواعيد اللقاحات لطفلك الرضيع، فكل لقاح يحمي صغيرك من أمراض خطيرة محتملة، ويحافظ على صحته في المستقبل. ولكن للقاحات آثار جانبية مزعجة جداً، مثل ارتفاع درجة حرارة الطفل، والألام في جسمه، وهو ما يجعل الطفل يبكي بشدة لساعات طويلة بعد أخذ اللقاح. إذا كنت تعاني من آثار اللقاحات على طفلك، فالتصائح التالية يمكن أن تساهم في تخفيف آثار اللقاحات على طفلك الرضيع. بحسب مجلة نوا3م.

1- اللهاية

اللهاية حيلة ذكية لتهدئة الرضيع، ولكن يمكنك استخدامها لتكون وسيلة للتخفيف عنه بعد أخذ التطعيمات أيضاً عن طريق غمس لهاية طفلك في محلول ماء وسكر، ثم وضعها في فمه قبل أخذ التطعيم.

2- اطلبي مزج اللقاحات

إذا كان هناك بعض اللقاحات التي يمكن مزجها في حقنة واحدة، فاطلبي من الطبيب ذلك، لتقليل عدد مرات التطعيم قدر الإمكان.

3- احتضني طفلك

وقت أخذ التطعيم احتضني طفلك بقوة حتى يكون ثابتاً فلا يتأذى من الحقنة. كما أن حضنك أحد أهم



8 Skills Every Woman Needs to Succeed in Today's Workforce

The contemporary work environment demands that women master multiple abilities to enhance their professional success. The combination of communication skills with leadership abilities, adaptability, and technical capabilities gives women the power to conquer professional obstacles while grabbing chances for career advancement. Skill development for women is not just about professional growth but also about fostering confidence, independence, and long-term success. The knowledge of adaptable workplace competencies allows women to maintain their value in professional settings. According to rrain.

Communication

Effective communication is one of the most critical skills for women in today's workforce. Any professional environment becomes more accessible when you excel at verbal and non-verbal communication. Career advancement requires mastery of three communication elements, including clear idea expression and active listening, while having flexible speaking approaches for varied audiences. Developing communication skills among women improves their confidence during discussions and team assembly as well as their presentation capabilities.

Leadership

Career development needs the presence of robust leadership abilities. Leadership roles held by women function to encourage teams while streamlining their decision-making process. The ability to lead others comes through influence without requiring any specific job title. The importance of employability skills like leadership cannot be overstated. Women should work to build their confidence alongside their strategic thinking abilities and problem-solving capabilities for successful management positions.

Adaptability

Continuous workplace changes require workers to develop mental flexibility for success. Employees need to understand change, technological understanding and adaptable working conditions because they determine the success of their long-term career. The essential training for women needs to happen because industries change and fresh job market openings appear. Employers pursue these candidates since they demonstrate capabilities in transitioning toward new challenges to guide innovative initiatives.

Problem-Solving

Good problem-solving ability stands as an essential skill that professionals require in their work environments. The workplace greatly respects employees who can analyze situations and find effective solutions when dealing with technical problems, team conflicts, or strategic barriers. Women who acquire this skill achieve better success in decision-making responsibilities as well as leadership roles. Both critical thinking and solution-oriented problem solving will increase your value in your career pathway.

Networking

The creation of professional relationships through networking goes beyond basic contact making because it enables the support of personal development. An extensive professional network enables women to seek mentorship while also discovering new job opportunities and possibilities for professional advancement. Women skill development in networking can help in navigating industries, gaining new insights, and establishing a strong presence in professional circles. Women who have reached professional success intentionally participate in peer relationships and industry gatherings with a purpose to advance their careers by using social networking platforms.

To read this go to:



«نعم» أم «لا».. اكتشفي «المعادلة السرية» للنجاح في مستارك المهني

قررت، لاحقاً، عدم تبني الفكرة، فإنك تتعلمين شيئاً جديداً، وتضيفين منظوراً آخر إلى خبراتك المستقبلية.. بهذه الطريقة، تصبحين مفكرة أعمق، وأكثر وعياً.

قول «نعم» يشجع على الإبداع:

ليست كل الأفكار الأصيلة مضمونة القيمة، لكن كل تفكير مبتكر يوسع حدود إمكانياتك. وعندما تسمعين «نعم»، يشجع ذلك الفريق على الاستمرار في دفع تفكيرهم، والبحث عن حلول مبتكرة، ووضع معايير جديدة لأنفسهم. أما «لا» السريعة، فستبعت برسالة مفادها أن الفكرة لا تستحق الاستماع إليها، ما يُثبط العزيمة، ويوقف الكثيرين عن استكشاف الأفكار غير التقليدية.

قول «نعم» يمكن الآخرين:

«لا» توقف النقاش. أما «نعم»؛ فتمكّنك من الانخراط بفاعلية. وقولك: «نعم» يجبرك على الانتباه إلى ما يفكر فيه الآخرون، وما يحاولون التعبير عنه، ويظهر لهم أن آراءهم مهمة. وهذا يعزز روح الفريق، ويحفّزهم على العطاء والإبداع أكثر.

نصائح لتبني عقلية «نعم»:

- تحوّل من متخذة للقرارات إلى متعلمة، واسأل نفسك: «ماذا



يمكن أن أتعلم من هذه المحادثة؟».

- لا تقدمي الاعتراضات مباشرة، بل اسألني المزيد من الأسئلة، مثل: «ماذا سأحتاج لجعل هذا ناجحاً؟».

- خذي وقتك للتفكير قبل الرد، والعودة إلى فريقك. قول «لا» بحكمة:

قول «لا» ليس بالأمر السيئ دائماً، فهو يساعد في الحفاظ على توازن صحي في العمل، ويمنحك وقتاً للتركيز على أولوياتك، والفرص المهمة التي تستحق قول «نعم». فالقدرة على رفض الأمور بشكل مدروس تساهم في توفير بيئة عمل آمنة، ومحترمة، وتساعد في تجنب الإرهاق، وتعزيز التمكن الشخصي. لكن من المهم التمييز بين الرفض بسبب حدود حقيقية، وبين الرفض بناءً على أعذار غير صادقة.

العمل نظام اجتماعي، قائم على التعاون والثقة، فالعالم، اليوم، يشجعنا على الدفاع عن أنفسنا، واتباع شعارات، مثل: «أفعل ما تحبين»، ونحن ننتقي نصائح تقول: «إن قول «لا» أحياناً أمر ضروري. لكن الإفراط في الرفض قد يؤثر سلباً في مسارك المهني. من ناحية أخرى، تبني ما يعرف بـ«تأثير نعم»، والموافقة على بعض الفرص قد يكون الخيار الأكثر لمسيرتك. وفقاً لـ«زهرة الخليج».

متى تقولين «نعم»؟

خلال السنوات الأولى من حياتك المهنية، قد لا تعرفين متى تقولين: «لا»، ومتى تقولين: «نعم». لذلك، تحتاجين أحياناً إلى الموافقة على فرص وتجارب جديدة؛ لتطوير قدراتك النفسية، مثل: الصبر والمثابرة والمرونة. إلا إذا خضت هذه التجارب، فلن تتمكني من معرفة الوقت المناسب للموافقة، أو الرفض بثقة.

وكقاعدة عامة، قولي: «لا»؛ عندما يتعارض الأمر مع قيمك أو أخلاقياتك أو نزاهتك المهنية، أو عندما يكون الثمن عالياً جداً، ويؤدي إلى ضغط نفسي أو إرهابي. وحتى عند قول: «لا»، من الضروري صياغته بطريقة مناسبة، مع اقتراح حلول بديلة، أو إعادة جدولة المهام إذا أمكن.

يمكن أن أتعلم من هذه المحادثة؟».

قول «نعم» محفوف بالمخاطر.. لكن قول «لا» أكثر خطورة:

النساء الناجحات، غالباً، يكنّ منفتحات على التفكير الجديد والمجازفة بما لا يجرؤ الآخرون على فعله. والمفارقة أنّ النجاح الحقيقي، أحياناً، يتطلب المخاطرة، بينما البقاء في المسار الآمن دون تجربة أشياء جديدة قد يكون أخطر على المدى الطويل. فقولي: «نعم»؛ يمكنك من دفع الحدود، واكتشاف فرص كانت لتبقى مخفية، ويتيح لك تحقيق نتائج مبهرة.

قول «نعم» يجعلك مستمتعة أفضل:

قولك: «نعم» يجبرك على الاستماع الكامل للفكرة، ما يتيح لك تقييم مزاياها وعيوبها معاً، كما يمنحك فرصة لرؤية الأمور من منظور الشخص، الذي يقترح الفكرة. وحتى لو

7 Realistic Tips to Keep your Laundry Smelling Fresh

Let's face it, laundry is a time-consuming task that many don't enjoy. Sorting, washing, drying, and folding or hanging up clothes takes a lot of energy. It can be even more frustrating when the fresh scent of clean laundry doesn't linger after washing. If you're looking for a fresh new solution, use these 7 tips to keep your laundry smelling fresh over time. According to betterhomecleaning.

Clean your Washing Machine Regularly

The first step towards having fresh smelling clothes is to make sure your washing machine is clean. At least once a month, run the cleaning cycle and then scrub every inch you can reach inside your washing machine. Afterall, if your machine is dirty, nothing else will help your clothes smell fresh.

Don't Overfill the Washer

It's easy to toss a large pile of clothes into the washer without thinking much about it. However, too many clothes prevents the washing machine from moving and cleaning properly. It can even damage the fabrics. A large load of laundry should never fill the washer more than three-quarters full.

Remove Wet Clothes Quickly

Wet clothes that sit in the washing machine can quickly smell musty. If you want to keep your clothes smelling fresh, be sure to switch them to the dryer immediately. Set a timer on your phone to help remind you!

Don't Wait to Wash Gym Clothes/Activewear

Clothes used for working out or activities with sweating can smell quickly and odors will be trapped in the fabrics if they aren't washed quickly. A quick hand wash can go a long way or throw them into the washer the same day they are used. If you can't wash gym clothes right away, place them in a separate hamper or area so they have room to breathe until it's time to wash.

Use Scented Wool Dryer Balls

Rather than using dryer sheets, opt for a more sustainable option like wool dryer balls. Choose your favorite essential oil and add a drop or two to the dryer ball to add extra freshness while your clothes are drying.

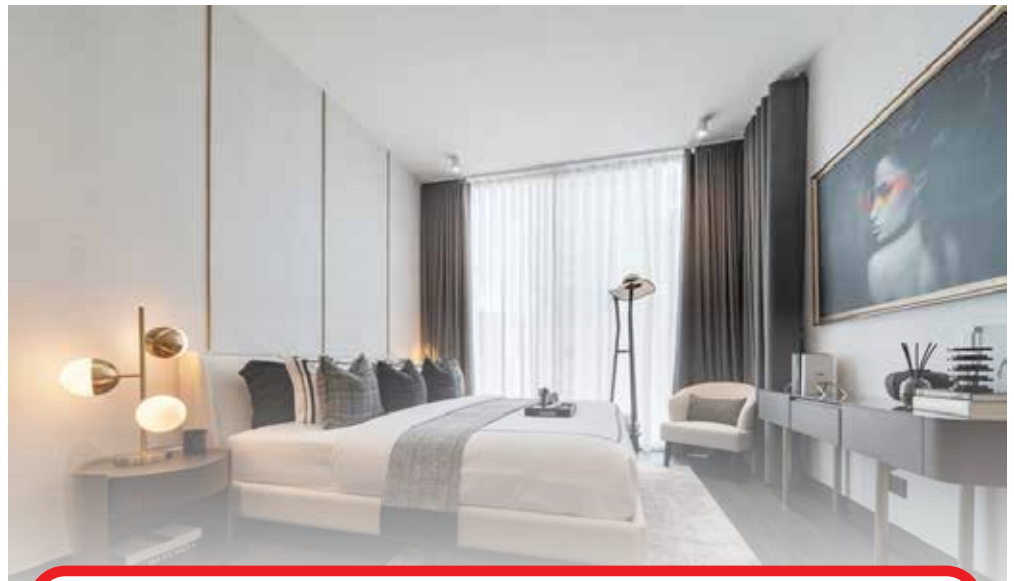
Create Scented Paper Towels

For a budget friendly option to keep clothes fresh, use a few drops of essential oils or spray perfume onto a paper towel. Tossing it into the dryer with your clothes will achieve a similar result as store bought dryer sheets. The higher the heat setting, the stronger the scent will be on your clothes. It's a great way to create your own unique scent for your clothes.

Properly Store your Clothes

The way clothes are stored makes a big difference in keeping your clothes smelling fresh. If you plan to wear a clothing item more than once, don't leave it on the floor or chair. Be sure to hang it up so it can air out and keep a pleasant scent. Consider storing dirty laundry in an area away from clean clothes so they can maintain a fresh scent for longer.

With these tips, your clothes can now smell delightful for days! If you're looking for a fresh scent around your home, schedule a cleaning with us today and you'll love how your home smells.



سرُّ «المناطق الخمس».. اجعلي منزلك نظيفاً كالفندق بلا عناء!

تتمكن في البساطة والرائحة الخفيفة، اللتين توحيان بالنقاء.

- معطرات الجو: الفنادق غالباً تستخدم معطرات بروائح ثابتة (signature scent)، مثل: اللافندر، أو الفانيلا، أو الحمضيات. يمكنك اختيار رائحة مميزة لمنزلك، واستخدامها دائماً لتصبح مرتبطة به.

- تهوية يومية: افتحي النوافذ صباحاً حتى في الشتاء لوضع دقائق، فالهواء النقي أهم من أي معطر اصطناعي.

سرُّ الأسرة الفندقية:

لا يكتمل الشعور «الفندقي» دون سرير مرتب يبعث على الاسترخاء.. ولتحقيق ذلك في منزلك:

- احرصي على استخدام أغلبية قطنية عالية الجودة تسمح بتهوية الجسم.

- اغسلي الملاءات مرة أسبوعياً بماء ساخن مع إضافة القليل من صودا الخبز أو الخل الأبيض لتعقيمها.

- رتبي السرير مع ثنية بسيطة عند القدمين، كما يفعل عمال الفنادق. لفي المناشف بطريقة مرتبة وضعها في الحمام كما في الفنادق، مع بخة خفيفة من ماء الزهور أو ماء الورد.

لمسة صغيرة.. تأثير كبير:

في بقية مرافق منزلك، راعي تطبيق فكرة اللمسات الصغيرة، التي تترك وتصنع تأثيراً كبيراً. وفي غرف الجلوس والمكتب والمطبخ، اتبعي هذه الأساسيات البسيطة: لتحصلي ذلك الأثر المريح:

- الإضاءة: اختاري إضاءة دافئة وهادئة، بدلاً من القوية البيضاء، فهذه تعطي شعوراً بالسكينة.

- الزينة: فارة زهور طبيعية، أو حتى زهور اصطناعية عالية الجودة، تضيف لمسة راقية.

- الأسطح الخالية: الفنادق، دائماً، تحرص على أن تكون الأسطح نظيفة وخالية من الفوضى، طبقي ذلك على طاولاتك، ومكتبك.

من أكثر ما يبهجننا في الإقامة بالفنادق الفاخرة، هو ذلك الشعور الغامر بالنظافة والترتيب: سرير مُرتب بعناية، ومفروشات ناعمة البياض، وحمّام يلمع كأن أحداً لم يستخدمه من قبل. ثم نعود إلى بيوتنا، فنجد الفوضى اليومية، وعبء الأعمال المنزلية التي لا تنتهي.

السر لا يكمن في وجود طاقم تنظيف كامل كما في الفنادق، بل في بعض العادات الذكية البسيطة، التي تجعل منزلك يفيض بالراحة والأناقة. ومن بين هذه الأسرار تبرز قاعدة «المناطق الخمس»، التي تمنحك نفس اللمسة الراقية في بيتك.

ما قاعدة «المناطق الخمس»؟

بدلاً من تخصيص يوم كامل مرهق لتنظيف كل شيء في المنزل، ينصح الخبراء بتقسيم البيت إلى خمس مناطق أساسية، وفقاً لـ "زهرة الخليج".

- منطقة النوم: غرفة النوم والسرير.

- منطقة الاستحمام: الحمام وما يحيط به.

- منطقة الطعام: المطبخ وغرفة الطعام.

- منطقة الاسترخاء: غرفة الجلوس أو الصالون.

- منطقة العمل: المكتب أو ركن الدراسة.

والفكرة ببساطة أن تركز المرأة، يومياً، على منطقة واحدة فقط، بحيث يتم تنظيفها وترتيبها بدقة، بينما تظل بقية البيت تحت السيطرة دون ضغط، وبهذا يصبح المنزل أنيقاً دائماً، دون أن يتحول التنظيف إلى «مهمة شاقة».

عطري منزلك.. كما تفعل الفنادق:

السر الآخر للفنادق هو الرائحة. فكل فندق راق يختار مزيجاً عطرياً مميزاً يظل عالقاً بذاكرتك. يمكنك تطبيق الأمر نفسه في بيتك باستخدام:

- بخاخات أقمشة المفروشات والسجاد برائحة الشاي الأبيض أو الأوكالبتوس أو البرغموت.

- الشموع العطرية الهادئة.

- تجنبي الروائح الاصطناعية القوية، فالأناقة

Top 5 Most Beautiful Hijab Wedding Dress Ideas

There are many things to look for when crafting your fairy tale wedding look, from your hairdo to the shoes you wear and everything in between. However, for all the Muslim brides who wear hijabs, you have another element to take care of.

Hijab also doesn't offer one-size-fits-all and may also be based on culture. Every woman who wears a hijab usually incorporates it with her personal style, meaning brides will likely do the same.

Let's look at some gorgeous hijab styles that should go with any wedding dress to make you stand out at your wedding. according to baliweddingprices.

Best Wedding Hijab Styles for Muslim Brides

How you wear a hijab on your special day will outline your face shape and make the beauty of your makeup stand out. You'll want the hijab to compliment your wedding dress instead of clashing.

Additional information

Choosing the right style of veil and hijab for your special day requires all the inspiration you need, and this is why we'll be looking at our beautiful hijab bridal looks that you'll love.

Here are our favorite modest bridal looks for you.

1. Veil or Dupatta

Brides from South Asia have their own style of wedding dresses with veils known as dupatta that match the outfit. Brides usually wear a lehenga with a matching dupatta that covers their hair and pins the veil according to how much coverage they require. Brides from the Indian subcontinent traditionally cover their hair during their wedding day even though they aren't Muslim. This makes wearing the traditional lehenga extremely convenient.

If you've chosen a classic white wedding dress, it's still possible to wear a veil to cover your hair. Choose one that isn't see-through to keep the classic yet modest look. You can also opt for a neutral or flesh-colored hijab with a sheer veil on top or a traditional lace.

2. Turban Style

A few Muslim women like to cover their hair with a turban-style hijab – this style only covers the hair, not the neck. Some women are good with their neck showing, while others prefer to wear a high neck to get the entire hijab look.

In this case, brides may use formal fabric tied, such as a turban, to cover their hair while still wearing a traditional veil.

3. Hooded Capes

Few weddings are gender-segregated, which leads to the bride only needing to cover her hair for a short time. In this case, brides usually prefer hooded capes or hooded ponchos. You can find specific bridal boutiques that sell hooded capes that extend as long as veils but have large hoods to cover the hair. Ponchos and capes can also appear more formal with the addition of lace, pearls and other embellishments.

4. Traditional Hijab

Some brides would prefer a traditional hijab instead of venturing out for alternatives. In this case, brides will need their hair done in an updo and find a hijab stylist to help them tie their scarf. We recommend pinning the hijab to maintain the hairstyle's integrity, or the stylist can also add pearls, pleats and layers for additional volume and glamor. Wedding experts state that if the style is too complex, it can be time-consuming and heavy. And the more modern women with hijab prefer something lighter but still maintain beauty without the hassle.

5. Silk Wedding Hijab

This is the hijab style for a modern wedding dress. The hijab is usually made of regular material or chiffon silk to provide a more comfortable feel for the bride. The silk elevates the hijab's comfort and offers any bride a classy and modern look. This type of hijab also offers some fancy designs with crochet and lace embroidery with prints.



كيف تعتمدين ستايل الطاقية مع الحجاب بإطلالة راقية وأنيقة

أو الحذاء ليبدو اللوك متكاملًا ومتناسقًا.

التصميم المحتشم والأنيق

من أبرز مميزات ستايل الطاقية للمحجبة أنه يغطي الرأس بالكامل دون إظهار الشعر، مما يحقق معادلة الاحتشام والجمال في الوقت نفسه.

التصميمات الحديثة تجمع بين الشكل الكلاسيكي الأوروبي ولمسة شرقية راقية، لتناسب أذواق المرأة العربية التي تبحث عن التوازن بين الموضة والهوية.

تنسيق الطاقية مع الإطلالة الشتوية

يمكن تنسيق الطاقية بسهولة مع المعاطف الصوفية الطويلة، البلليزات، والكنزات التريكو. كما يمكن ارتداؤها فوق إيشارب خفيف أو بونيه قطني داخلي. هذه التركيبة تمنحك مظهرًا عمليًا في الصباح، وأنيقًا في المساء، خصوصًا عند تنسيقها مع بوت جلدي أو حقيبة من نفس لون الطاقية.

إطلالة باريسية أنيقة

تضفي الطاقية الباريسية لمسة من الفخامة على الإطلالة، خاصة عند ارتداؤها بزوايا مختلفة مع حجاب ناعم ولون شفاف دافئ. إنها قطعة تظهر الثقة والأنوثة في أن، وتمنح المحجبة إطلالة تعكس الذوق الرفيع والاحتشام الحديث.

مع اقتراب فصل الشتاء، تبحث النساء المحجبات عن إطلالة أنيقة تضمن لهن الدفء دون التنازل عن الاحتشام والجاذبية.

وتأتي الطاقية الشتوية في مقدمة القطع التي تمنح المرأة المحجبة لمسة راقية، فهي ليست مجرد إكسسوار عملي، بل عنصر جمالي يعكس الذوق الرفيع وروح الأناقة العصرية. بحسب "وشوشة"، الخامة المثالية للدفء والأناقة تتنوع خامات الطاقية الشتوية ما بين الصوف، الكشمير، التريكو، والقطن الثقيل، وهي خامات تمنح الرأس الدفء وتحافظ على المظهر الراقي.

كثير من التصميمات تأتي مبطنّة من الداخل بطبقة قطنية ناعمة لتناسب الشعر والحجاب وتمنع الانزلاق أو الكهرياء الساكنة، مما يجعلها خيارًا مثاليًا للمحجبة التي تهتم بالتفاصيل.

القصة العملية التي تناسب الحجاب

عادة ما تكون الطاقية المخصصة للمحجبات أوسع قليلًا من التقليدية، لتلبس بسهولة فوق الحجاب دون أن تسبب ضيقًا أو تفسد ربطة الطرحة بعض التصميمات تأتي أطول قليلًا من الخلف لتغطي الربطات المختلفة وتضفي مظهرًا متوازنًا وأنيقًا، كما أن الطاقية الواسعة تمنح المحجبة حرية الحركة وأناقة في آن واحد.

ألوان الطاقية التي تعكس المزاج الشتوي

تتناغم الألوان الشتوية الهادئة مع روح الموسم، مثل البيج، الرمادي، البني، النوبيدي، والأسود الكلاسيكي. ويمكن اختيار ألوان أكثر جرأة مثل الخردلي أو الزهري الغامق لإطلالة أكثر إشراقًا. السر في التنسيق هو اعتماد لون الطاقية المتناغم مع لون المعطف





أكسسوارات أنيقة.. لتعزيز إطلالتك الخريفية

مع بداية كل موسم، تحرص العلامات التجارية الفاخرة على تقديم مجموعات، وقطع مميزة، خاصة في الإكسسوارات، التي تبرز كعنصر محوري يضيف عمقا وشخصية إلى الإطلالة. ومع اقتراب الشهور الأكثر برودة، خريف وشتاء 2025 - 2026،

حرصت العلامات الفاخرة على تزويدك بقطع إكسسوارات ساحرة، تضيف بياناً من الأناقة والرفق إلى مظهرك، منذ بداية اليوم حتى أمسياتك الراقية، بحسب زهرة الخليج.

إليك أبرز وأحدث الإكسسوارات من دور الأزياء العالمية: مجموعة «La Rose Vivier».. من «روجييه فيقييه»:

تألقي بقطع إكسسوارات فريدة من نوعها من مجموعة خريف وشتاء 2025 - 2026 «La Rose Vivier»، من «روجييه فيقييه»، التي أعلنت عنها العلامة التجارية كفيمل سينمائي من بطولة النجمة الفرنسية إيفا غرين. وتضمنت المجموعة أحذية رومانسية أنيقة، مزيّنة بالأزهار المرسومة بدقة، وجاءت الوردة عنصراً أساسياً في تصاميم المجموعة، التي صممها المدير الإبداعي غيراردو فيلونى Gherardo Felloni. واعتمدت المجموعة على قماش الساتان الحريري الناعم، بألوان مبهجة ومزيّنة بوردة برقة عند مقدمة الحذاء بألوان أكثر درامية؛ لتمنحك إطلالة استثنائية. بالإضافة إلى ذلك، برزت حقيبة «Rose clutch» الحريرية، لتزيّن بقية مظهرك المسائي الخاطف للأنظار، حيث جاءت تشبه الزهرة في منتصف فتحتها، ومنحوتة بعناية من القماش، مستوحاة من الأرشيف الراقى للدار، ومُعززة بللمسة ذكاء «فيلوني».

حقائب «NEW LUGGAGE».. من «Céline»:

حقيبة «New Luggage»، بتصاميمها البارزة، إعادة تصور لحقيبة «Phantom Luggage» الشهيرة، من «سيلين» (Celine)، تحت الإدارة الإبداعية الجديدة للمصمم Michael Rider، والتي ظهرت لأول مرة في عرض يوليو 2025. تمتد هذه الحقيبة الخالدة بين الماضي والحاضر، من خلال تصميم أكثر عصرية، مع طرح Smile Variation New Luggage.

وتصميم «New Luggage» الجديد يعيد العنصر المميز إلى حقيبة «Phantom»، بالجانبين البارزين (wings)، والسحاب الأمامي المنحني الذي يشبه إبتساماة (Smile Variation)، والشكل الشرقي-الغربي الموسع (east-west)؛ ليكون أوسع وأقرباً أكثر، مقارنة بالطرز القديمة، ويأتي مصنوعاً من جلد الحمل الجديد الناعم اللامع، المختار للمسة الناعم، ولعانه الخفيف، وملمسه الدقيق، كما تم تحسين هيكل الحقيبة من خلال تقنية الخياطة العكسية مع حواف مخططة، ما يمنحها شكلاً أكثر نعومة، ودائرية، وخفة للحمل. وتتوفر الحقيبة بأحجام متعددة (Medium، و Large)، في إصدار الابتساماة «Smile Variation»؛ بالإضافة إلى نسخة (Flat Cabas New Luggage)، وتعتبر هذه الحقيبة مثالية للاستخدام اليومي؛ بفضل مساحتها الداخلية الواسعة.

حقيبة السر.. من «شياپاريلي»:



(Schiaparelli):

في عرض غير تقليدي، مزج بين الرؤية السريالية لإلسا سكياباريلي، والطابع الغربي المستوحى من «الكابوي» الأمريكي.. كشفت دار شياپاريلي Schiaparelli عن حقيبتها الأحدث «The Secret»، ضمن مجموعة خريف / شتاء 2025-2026. هذه الحقيبة ليست مجرد إكسسوار، بل قطعة فنية متعددة الوجوه، تُعيد تعريف مفاهيم الفخامة والوظيفة والتعبير الشخصي. وجاءت الحقيبة بستة تصاميم مميزة، تتنوع وتحت عنوان «One Bag, Six Styles»، جلد المحبب الأسود والبلاش، وجلد النوبوك الرمادي، وحتى جلد البايثون اللامع، مع تطعيمات يدوية من النحاس، وأحزمة مستوحاة من الطابع الغربي. وكل نسخة تُجسد جانباً من هوية الدار وتاريخها السريالي الغني، خاصة من خلال تفاصيل، مثل: القفل النحاسي المستوحى من تصميم أصلي عام 1935، والزخارف التشريحية كالعين والأنف والأذن، التي أصبحت رمزاً بصرياً لـ «Schiaparelli»، تحت قيادة المبدع Daniel Roseberry.

وتتميز «The Secret»، ليس فقط بتنوع خاماتها وتشطيباتها، بل قدرتها على التحول من حقيبة نهاريّة عملية إلى قطعة درامية ساحرة للمساء، بفضل مقاساتها المختلفة، وأحزماتها القابلة للتعديل، وتقدم الحقيبة حرية مطلقة في التنسيق، سواء مع معطف صوف كلاسيكي، أو فستان مخملي أنيق، أو حتى «لوك» غربي عصري بجينز، وبوت جلدي.

وتمثل هذه الحقيبة عودة قوية لسحر «Schiaparelli»، حيث تصبح كل قطعة رسالة بصرية تعكس شخصية من تحملها، وتدعوك إلى اكتشاف «السر»، الذي بداخلها. وفي زمن تميل فيه الموضة إلى التكرار، تأتي «The Secret» كرسالة تذكير بأن الأناقة الحقيقية تكمن في الجرأة والابتكار.



القفطان المغربي.. أيقونة عابرة للحدود

ثوب، بل عمل فني يستغرق وقتاً طويلاً لينضج. تشرح أنه يحتاج في العادة شهراً كاملاً ليكتمل؛ لأن التطريز يجري مباشرة على القماش على يدي حرفي يُعرف في المغرب باسم «المعلم». وأحياناً أخرى تحتاج القطعة إلى رسامة مختصة تضع الشكل على «التوب»، ثم يبدأ التطريز بدقة فائقة. الابتكار بالنسبة إلى عقيل ليس ترفاً، بل ضرورة، فهي تقدم القفطان

في زمن تتسارع فيه الموضة، وتختفي فيه الفواصل بين العواصم، يطل القفطان المغربي ليؤكد أنه ليس مجرد زي تقليدي، بل خطاب جمالي متجدد قادر على عبور الأزمنة والثقافات.. هذا ما أكدته العرض الذي قدمته مؤخراً المصممة المغربية لمياء عقيل، كان في جدة؛ المدينة التي تخطو بثبات نحو أن تكون منصة إقليمية للموضة، وكان استثنائياً جمع بين الأصالة والابتكار. اختتمته بقفطان أخضر وأبيض مستوحى من ألوان العلم السعودي، في لفظة رمزية تتجاوز البعد الجمالي لتعبر عن الامتداد الثقافي بين المغرب والسعودية.

من «الجلابة» إلى «القفطان العصري»

لمياء عقيل بدأت خطواتها الأولى مع تصميم «الجلابة» والعباية، بوصفهما رمزاً للراحة والعملية والأناقة، قبل أن يقودها شغفها بالتصميم إلى القفطان المغربي، حيث وجدت في هذا الزي التراثي فضاءً أوسع للتجريب والابتكار. تقول لـ«الشرق الأوسط»: «قصصي الأولى كانت مع الجلابة والعباية. أما اليوم فهذه تجربتي الثانية مع القفطان المغربي بعد عرضي الأول في الدار البيضاء، واخترت أن يكون العرض الثاني لي في السعودية».

قدمت عقيل في العرض 15 قفطاناً، صممت جميعها بلمسات عصرية تلبي مختلف الأعمار والمناسبات. المصممة علقت: «هي قفاطين تقليدية، لكنها بأسلوب حديث فيه تغيير في القصات وتنوع يظهر في أشكال القصة والتطريز».

قفطان سعودي الهوى

القطعة التي اختتمت العرض كانت الأشد لفتاً للأنظار بما تتضمنه من معاني محبة: قفطان بألوان العلم السعودي. تقول عقيل إنها أرادتته مُعبراً «عن الامتداد والاعتزاز». وتتابع: «لهذا تعمدت أن أصممه خصيصاً لهذه المناسبة وأختتم به العرض بوصفه عربون محبة». كان التجاوب مع هذه اللفظة إيجابياً، خصوصاً أنها وضعت القفطان في قلب الحوار الثقافي بين بلدين وسيلة للتعبير عن الهوية المشتركة والانفتاح المتبادل.

شهر كامل من التفاصيل

القفطان بالنسبة إلى عقيل ليس مجرد

القفطان في مرآة التجارب العالمية تجربة القفطان لا يمكن النظر إليها بمعزل عن مسار عالمي طويل جعل من الأزياء التقليدية رموزاً ثقافية عابرة للحدود. «الكيمونو» الياباني، مثلاً، خرج من حدود طوكيو وكيوتو ليصبح قطعة يتبنّاها مصممون عالميون، مثل جون غاليانو (John Galliano)، وألكسندر ماكوين (Alexander McQueen). «الساري» الهندي بدوره صعد إلى منصات العرض الأوروبية والأمريكية، مقدماً صورة عن الهوية الهندية المزججة بالحداثة. في السياق نفسه، تعيش العبادة الخليجية اليوم مرحلة تحول لافتة، حيث أعادت دور أزياء في دبي والرياض صياغتها لتصبح عنصراً في الموضة العالمية، لا مجرد زي محلي. «القفطان» المغربي يسير على النهج ذاته، لكنه يمتلك خصوصية مختلفة؛ إذ إنه من أول الأزياء العربية التي انتقلت باكراً إلى العالمية. كما قالت عقيل: «الحمد لله أن القفطان المغربي وصل إلى العالمية. تجده في كل مكان وفي جميع المناسبات المهمة».

جدة... بوابة إلى العالمية

أن تختار لمياء عقيل جدة لتقديم عرضها الثاني، فهذا ليس مجرد قرار جغرافي، بل هو إشارة إلى أن السعودية تتحول إلى مركز إقليمي للموضة، من خلال مؤسسات مثل «هيئة الأزياء»، ومنصات مثل «أسبوع الموضة السعودي». ما لا يختلف عليه اثنان أن جدة والرياض أصبحتا محط أنظار المصممين الدوليين. عرض عقيل، الذي جاء ضمن فعاليات «المعرض السعودي الثالث للموضة والمنسوجات»، الذي استقطب أكثر من 550 عارضاً من 25 دولة، وبحضور تجاوز 10 آلاف زائر من المصممين والمستثمرين ورواد الأعمال وعشاق الموضة، جاء ليؤكد أن القفطان المغربي يمكن أن يجد في السعودية جسراً نحو العالمية؛ تماماً كما وجد «الكيمونو» في باريس، و«الساري» في لندن ونيويورك.

«القفطان» اليوم يقف أمام فرصة تاريخية، فإذا ما استثمر في تطويره وتسويقه وحمايته بوصفه تراثاً غير مادي، فإنه يمكن أن يتحول إلى ما يشبه «العلامة الجغرافية» التي ترتبط بالمغرب لكنها تعكس في الوقت ذاته هوية عربية واسعة، مما يجعل تجربة لمياء عقيل ليست مجرد عرض، بل بداية لرحلة جديدة ومثيرة في ساحة الموضة العربية والعالمية.



المغربي بأسلوب جديد، وتدخل دائماً عناصر عصرية لكي تجمع بين الأصالة والإبداع. كما أن «الحفاظ على التراث المغربي الأصيل مهم، مع ضرورة تجديده والإبداع فيه بدل استنساخه. فالسوق مليئة بالتصاميم، ويجب أن تكون لكل مصممة بصمة خاصة».



سمك فيليه مقلي بالبقسماط.. وجبة سريعة ولذيذة

سمك فيليه مقلي بالبقسماط.. لعشاق المأكولات البحرية، نقدم لكم سمك الفيليه المقلي بالبقسماط حيث يعتبر خياراً مثالياً لوجبة سريعة ولذيذة، فهو يتميز بقوامه المقرمش من الخارج والطري من الداخل. هذه الوصفة سهلة التحضير ولا تحتاج إلى الكثير من الوقت، مما يجعلها مناسبة لجميع الأوقات، سواء كانت كوجبة غداء عائلي أو عشاء خفيف، بحسب موقع "سيدتي".

وقت الطهي 60 دقيقة

يكفي لـ 4 أشخاص

المقادير

- سمك الفيليه: 500 غراماً (أبيض)
- دقيق: كوب
- النشاء: ملعقة صغيرة
- بقسماط: كوب
- ملح: ملعقة صغيرة
- فلفل أسود: نصف ملعقة صغيرة
- ثوم بودرة: نصف ملعقة صغيرة
- الكمون: نصف ملعقة صغيرة (مطحون)
- بابريكا: ربع ملعقة صغيرة
- الزيت: غزير (للقلي)

طريقة التحضير

اغسلي قطع سمك الفيليه جيداً وجففيها تماماً باستخدام مناديل ورقية، وهذه الخطوة مهمة لضمان التصاق طبقة التغطية بالسمك. في وعاء، اخلطي الملح والفلفل الأسود وبودرة الثوم والبابريكا وتبلي قطع السمك بخلط التوابل. ضعي الدقيق في طبق مسطح، والبقسماط في طبق آخر. غمسي كل قطعة سمك في الدقيق لتغطيها بالكامل، ثم غطيها بالبقسماط من الجهتين، مع الضغط عليها برفق لضمان التصاق البقسماط. سخني الزيت في مقلاة عميقة على نار متوسطة. ضعي قطع السمك في الزيت الساخن وأقليها لمدة 3-4 دقائق على كل جهة، أو حتى يصبح لونها ذهبياً ومقرمشاً. لا تضعي كمية كبيرة من قطع السمك في المقلاة في نفس الوقت، حتى لا تنخفض درجة حرارة الزيت ويصبح السمك طرياً بدلاً من أن يكون مقرمشاً. ارفعي السمك من الزيت وضعيه على مناديل ورقية لامتصاص الزيت الزائد، وقدميه ساخناً أرز الصيادية والسلطة الخضراء.



فطيرة الدجاج بالكريمة (Chicken Pot Pie)

تحضير حصص أصغر).
- توضع دوائر العجين على صينية الطهي المبطنه بورق الألمنيوم، وتوضع في الثلاجة إلى حين استخدامها.

تحضير الحشوة:

- يسخن الفرن، مسبقاً، على 220 درجة مئوية، ويوضع الرف في المنتصف.
- في مقلاة كبيرة، وعلى نار متوسطة، تُذوّب الزبدة. ويضاف البصل الأصفر، والثوم، والكرفس، والبصل اللؤلؤي، والجزر. وتقلب المكونات من 8 إلى 10 دقائق؛ حتى ينضج الجزر قليلاً.
- يضاف الدقيق، ويطهى مع التقليب المستمر، لمدة دقيقتين تقريباً.
- تضاف مرقعة الدجاج، والملح، والفلفل الأبيض، ويترك الخليط حتى يغلي مع التقليب بملعقة خشبية، وكشط قاع المقلاة وحوافها؛ لمنع التصاق الدقيق، وخلطه جيداً.
- تخفف النار، ويترك المزيج على نار هادئة حتى يتكاثف.
- ترفع المقلاة عن النار، وتضاف الكريمة الثقيلة،

والزعر، والدجاج، والبازلاء، ويقلى الخليط. تضبط التوابل إذا لزم الأمر.

تجميع الفطائر وخبزها:

- توزع الحشوة في 4 أطباق شوربة كبيرة، أو 6 أطباق صغيرة. يجب أن تصل الحشوة إلى

ثلاثة أرباع ارتفاع الوعاء كحد أقصى، ويجب ألا تكون مملوءة أكثر من اللازم.
- تخفف البيضة مع ملعقة كبيرة من الماء.
- تُخرج دوائر العجينة من الثلاجة، وتُدهن الحواف الخارجية لكل طبق بخلطة البيض.
- توضع دوائر العجينة الباردة فوق الأطباق، وتضغط بقوة حول الحواف؛ لتثبيت العجينة.
- توضع الأطباق على صينية الطهي المبطنه بورق الألمنيوم، ويُدهن سطح العجينة بخلطة البيض.
- باستخدام سكين حاد، يُصنع شق بطول ربع سنتيمتر في الجزء العلوي من كل فطيرة.
- تخبز الفطيرة المحشوة لمدة 20 إلى 25 دقيقة، أو حتى تصبح ذهبية اللون.
- تترك حتى تبرد لمدة 10 دقائق تقريباً، ثم تستخدم ملعقة عريضة لنقل الأطباق الساخنة، بحذر، إلى أطباق التقديم.
- ترش بضعة أغصان الزعر الطازج فوقها، وتقدم.

الكمية تكفي 4 إلى 6 أشخاص. / وقت التحضير: 30 دقيقة. / وقت الطهي: 40 دقيقة. / الوقت الإجمالي: ساعة و10 دقائق.

المقادير والمكونات:

- علبه إلى علبتين من عجينة «باف باستري» المجمدة، من أفضل نوعية.
- 4 ملاعق كبيرة من الزبدة غير المملحة.
- بصلة صفراء متوسطة، مقطعة.
- 3 فصوص من الثوم، مفرومة خشناً.
- 3 أعواد من الكرفس، مقطعة.
- كوب بصل لؤلؤي مجمد (لا حاجة لإذابة الثلج).
- 3 جزرات، مقطعة إلى دوائر بسمك نصف سنتيمتر.
- 3 كوب من الدقيق المتعدد الاستخدامات.
- 3 أكواب من مرقعة دجاج قليلة الصوديوم.
- ¼ ملعقة صغيرة من الملح.
- ½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض.
- ½ كوب من الكريمة الثقيلة (كريمة خفق).
- ملعقة كبيرة من الزعر الطازج المفروم (أو خليط من الزعر، وإكليل الجبل، والمريمية)، بالإضافة إلى بضعة أغصان زعر للتقديم.
- 3-4 أكواب من الدجاج المطبوخ والمفتت، من دجاجة واحدة مشوية.
- كوب من البازلاء المجمدة (لا حاجة لإذابة الثلج).
- بيضة.

طريقة التحضير:

ملاحظة: تحتاج هذه الوصفة من 4 إلى 6 أطباق شوربة آمنة للاستخدام في الفرن. وإذا كنت ستحضرين 4 حصص، فستكفي علبه واحدة من عجينة «الباف باستري». أما إذا كنت ستحضرين 6 حصص، فستحتاجين إلى علبه أخرى.

تحضير العجينة:

- تغطي صينية الطهي بورق الألمنيوم؛ لتسهيل التنظيف.
- يرش القليل من الدقيق على سطح عمل نظيف وجاف، وتفرّد عجينة «الباف باستري» فوقه. يرش المزيد من الدقيق على العجينة، وتفرّد حتى تصبح بسمك حوالي سنتيمتر واحد، مع تسوية أي تجاعيد باستخدام الشوبك.
- باستخدام سكين حاد أو مقص مطبخ أو قطاعة بيتزا، تقص 4 دوائر أكبر بحوالي 5 سنتيمترات من قطر أطباق الشوربة، التي تم اختيارها. (أو 6 دوائر إذا كان يتم

How to Keep a Fridge Smelling Fresh?

We've all been there, where we have opened the door of our fridge and got disturbed by the stinky smell. Spilt, rotten, or expired food and high temperature and outside humidity are the biggest contributors to a stinky fridge.

Are you wondering how to keep a fridge smelling fresh? How can you prevent unpleasant odours from occurring in the first place? We got you. Here are 5 useful tips we advise you to follow. According to Toshiba-lifestyle.

Clean Out Your Fridge

To get rid of the fridge's bad smell, you first need to clean it out completely. Start by checking all expiration dates and throwing away any rotten food. Then take out all removable surfaces inside the fridge to soak them in hot water and simple dish soap as you wipe down the inner and outer parts using a wet washcloth.

Pay Attention to the Temperature and Humidity

Incorrect temperature and humidity levels are one of the main reasons behind bad smells that are often of spilt food.

Setting the temperature not too high or low will efficiently help keep food edible and fresh longer while also cutting down on electricity bills and saving energy which also helps combat global warming. It is recommended that the inside temperature of the fridge should be kept around 4° to 5° celsius. Regarding humidity, most fridges come with drawers with humidity settings. You need to put things that tend to rot in a low-humidity drawer, including fruits and veggies. While leafy greens that wilt, like arugula, spinach, and herbs, should go in a high-humidity drawer.

Store Food Safely

It's time to make good use of all those airtight, reusable containers in your cabinets instead of using aluminium foil and take-out boxes to store leftovers that will leave your fridge smelling bad.

Use containers that don't hold onto odours. Unlike plastic, even microwavable plastic containers, glass does not hold on to smells because of its intact, sleek and nonabsorbent properties.

This is one of the best tips to keep your fridge smelling fresh, preventing future smells.

Label and Date Leftovers

Make a habit of labelling all the leftovers that go into your fridge with the date you made them. This step will make fridge cleanouts much faster! Also, try to keep the things that need to be eaten first up front, right where you can see them. And if you have two of anything, store the newer ones in the back.

Use Natural Deodorizers

To eliminate those nasty, unpleasant smells in your fridge, use a natural deodorizer! There are so many great options readily available in your kitchen, for example:

Baking soda: Take a bowl full of baking soda, place it inside your fridge and allow it to sit for a couple of hours.

Vinegar: Put a cup filled with white vinegar in the fridge to obtain the desired effect.

Lemon: Place a few slices of lemon and leave them to sit inside your fridge.

Coffee beans: Spread coffee beans across a baking sheet and place it in the fridge overnight.

These natural alternatives actually do a better job at removing odours than store-bought chemical cleaners because they absorb the odour-causing bacteria as opposed to just covering it up.

With these handy tips, we hope you will no longer have to deal with this problem. A clean fridge will not only make you feel better about storing your food, but it also makes food taste better and stay edible for a longer time.



استراتيجيات صغيرة في مطبخك توفر الكثير من المال

المطبخ من أكثر الأماكن ازدحاماً في أي منزل، ولكنه أيضاً المكان الذي يضيع فيه الكثير من المال، فتلف الطعام والإفراط في شراء وبقايا الطعام غير المستخدمة؛ تعد مشاكل شائعة تضيق ببطء إلى ارتفاع النفقات. لكن لحسن الحظ أن هناك بعض التغييرات الصغيرة والاستراتيجيات الأكثر ذكاءً، التي يمكنك بسهولة من خلالها تقليل النفقات وتوفير المال دون التضحية بالراحة أو الذوق. استراتيجيات عملية لتوفير كبير في المطبخ، وفقاً لـ "زهرة الخليج".

1. تخطيط الوجبات وقوائم البقالة:

من أكثر استراتيجيات توفير المال فاعلية، وهي أيضاً أبسطها: تخطيط الوجبات. فتخصيص 15-30 دقيقة فقط أسبوعياً للتخطيط المسبق للوجبات؛ يقلل بشكل كبير عمليات الشراء الاندفاعية، وهدر الطعام، وبمعرفة ما تتوین طهي كل يوم، يمكنك إنشاء قائمة مشتريات محددة، وتجنب شراء أصناف لا تحتاجينها أو لن تستخدميها. وهذا يجنبك عمليات الشراء المتكررة، ويمنع تلف الأصناف القابلة للتلف قبل استخدامها. علاوة على ذلك، فإن تخطيط وجباتك بناء على ما لديك بالفعل في مخزنتك أو ثلاجتك؛ يساعد على تقليل الهدر، ويضمن استخدام المكونات القديمة قبل انتهاء صلاحيتها، كما تتوفر تطبيقات وقوائم قابلة للطباعة على نطاق واسع؛ لتسهيل هذه العملية وفعاليتها.

2. اطبخي في المنزل أكثر:

قد يكون تناول الطعام في الخارج، أو طلب الوجبات الجاهزة، أو حتى الاعتماد على وجبات «السوبر ماركت» الجاهزة أكثر تكلفة بكثير من تحضير الوجبات في المنزل. يمنحك الطبخ في المنزل تحكماً كاملاً في مكوناتك، وأحجام حصصك، ما يؤدي إلى وجبات صحية أكثر، وتكاليف أقل، حتى طهي وجبات بسيطة، مثل: الحساء واليخانات والمعكرونة والأطباق المقلية؛ يكون اقتصادياً ومُرضياً.

ويوفر طهي الوجبات بكميات كبيرة أو تحضيرها بكميات وفيرة في عطلات نهاية الأسبوع الوقت خلال الأسبوع، ويمنع إغراق تناول الطعام في الخارج، كما أن تجميد بقايا الطعام أو الحصص الإضافية يضمن عدم هدر أي طعام، ويوفر وجبة جاهزة عند ضيق الوقت.

3. فن استخدام بقايا الطعام:

من استراتيجيات المطبخ الأخرى، التي لا تحظى بالتقدير الكافي، لكنها فعالة، تعلم كيفية استخدام بقايا الطعام بشكل إبداعي. في كثير من الأحيان، تُنسى بقايا الطعام في الجزء الخلفي من الثلاجة وترمى. ومع ذلك، فإن القليل من الإبداع يحول عشاء الليلة الماضية إلى غداء اليوم أو وجبة الغد الجديدة تماماً. على سبيل المثال: يُمكن تحويل الدجاج المشوي إلى سلطة دجاج أو حساء أو تاكو، ويُمكن خلط الخضروات المطبوخة أو الصلصات أو الحساء أو إضافتها إلى العجة. وتخزين بقايا الطعام بشكل صحيح في حاويات مغلقة ومعلّمة، يطيل مدة صلاحيتها، ويسهل استخدامها في أطباق جديدة، بالإضافة إلى أن تجميد الأجزاء التي لن نتناولها خلال بضعة أيام؛ عادةً ممتازة أخرى تقلل الهدر، وتضمن توفر الطعام عند الحاجة.

4. اشترِ بكميات كبيرة.. بحكمة:

يعد شراء السلع غير القابلة للتلف، مثل: الأرز والفاصوليا والمعكرونة والشوفان والتوابل والأطعمة المعلبة، بكميات كبيرة استراتيجية

طويلة الأمد لتوفير التكاليف. وتكون تكلفة السلع السائبة أقل للوحدة، وتقلل عدد مرات الذهاب إلى المتجر. ومع ذلك، تتطلب هذه الاستراتيجية تخطيطاً وضبطاً للنفس؛ لتجنب الإفراط في شراء السلع القابلة للتلف، التي قد تفسد.

ولتحقيق أقصى استفادة، خزني السلع السائبة بشكل صحيح في حاويات محكمة الغلق؛ للحفاظ عليها طازجة وأمنة من الآفات، كما يُسهم الاستثمار في حاويات وملصقات قابلة لإعادة الاستخدام في تنظيم المطبخ ورؤية أوضح للمتوفر، ما يقلل تكرار المشتريات.

5. تقليل هدر الطعام:

يمثل هدر الطعام مشكلة مالية وبيئية. لذلك يبدأ الحد من هدر الطعام بالتسوق الواعي، لكنه يمتد إلى تقنيات التخزين الذكية، والتحكم الأفضل في الكميات، والاستخدام المبكر لبقايا الطعام. على سبيل المثال: استخدام قشور الخضروات وعظامها وسيقان الأعشاب لتحضير مرق منزلي، كما يمكن إضافة الخضروات الذابلة إلى الحساء أو القلي السريع، بينما تعد الفاكهة الناضجة قليلاً مثالية للعصائر والمربيات والخبز. كما أن تعلم كيفية تخزين الفواكه والخضروات والأعشاب بشكل صحيح يطيل عمرها.

6. الطهي الموفر للطاقة:

يساعد استخدام طرق وأجهزة طهي موفرة للطاقة على خفض فواتير الخدمات المنزلية بمرور الوقت. وكمثال على ذلك: تستهلك قدر الضغط، وأفران الطهي البطيء والمقالي الهوائية، طاقة أقل من الأفران أو المواقد التقليدية. ويسرع الطهي مع أغطية على الأنبة وقت الطهي، ويقلل استخدام الغاز أو الكهرباء، كما تكون أفران الميكروويف، عند استخدامها بحكمة، أسرع وأكثر كفاءة في استخدام الطاقة لإعادة تسخين الخضروات، أو طهيها بالبخار.

7. زرع الأعشاب والخضروات:

حتى من دون حديقة خلفية، يمكنك زراعة بعض الأعشاب والخضروات في المنزل، حيث توفر حداثق الأعشاب على حافة النافذة مصدراً ثابتاً للريحان والنعناع والبقدونس، وغيرها، وهي خضروات غالية الثمن عند شرائها طازجة، كما أنها تفسد بسرعة. بالنسبة لصاحبات المساحات المحدودة، يُمكن للحدائق العمودية أو زراعة الأنبة في الشرفة أو الرواق أن تحقق نتائج مذهلة بتكلفة بسيطة.

8. تتبع إنفاقك على الطعام:

الوعي هو الخطوة الأولى نحو التغيير، ويكشف تتبع النفقات المتعلقة بالطعام عن أنماط إنفاق مفاجئة، بينما يقلل الكثير من الناس تقدير ما ينفقونه على الوجبات الخفيفة والمشروبات، أو مشتريات الطعام العفوية. وباستخدام هذه البيانات، يمكنك تحديد المجالات التي تؤدي فيها التعديلات البسيطة إلى توفير كبير.

9. تجنب أفخاخ الراحة:

الفاكهة والخضروات المقطعة مسبقاً، والجنين المبشور، واللحوم المتبلة، والوجبات الجاهزة، كلها خيارات مريحة، لكنها تأتي بثمن باهظ. وبشراء المكونات كاملة، وتحضيرها بنفسك، يمكنك توفير المال بشكل أكبر.

Psychological Richness: An Overlooked Path to Career Fulfillment

When people think about what makes a job worthwhile, they typically focus on two major dimensions: happiness and meaning. A happy job tends to offer stability, such as good pay, low stress, and pleasant coworkers. A meaningful job brings a sense of purpose, such as helping others or contributing to a cause bigger than yourself. But there's a third path to fulfillment that's rarely discussed and yet just as vital: psychological richness. According to rethink care.

This kind of richness often emerges from:

encountering new ideas
navigating complexity
feeling deep emotions
experiencing shifts in perspective, especially during moments that are difficult or unexpected

While a happy job can result in satisfaction, and a meaningful job can drive societal contribution, a psychologically rich job can lead to wisdom.

What Is Psychological Richness at Work?

Happy workdays are generally smooth, and meaningful ones feel purposeful and driven by values. In contrast, psychologically rich days are filled with emotional highs and lows that:

challenge your assumptions

stretch your thinking

leave a lasting impression

These days might include an intense brainstorming session where your team debates fiercely over a creative direction, voices rising and ideas clashing, until someone throws out a wild concept that suddenly unlocks a breakthrough no one expected.

Or it might be a difficult but eye-opening conversation with a colleague who tells you they've felt excluded in meetings, prompting you to reflect on your behavior and realize the subtle ways team dynamics have been shaped by unconscious habits. Sometimes it's learning something that changes how you see your colleagues, such as finding out a quiet employee has been holding the team together behind the scenes in ways you never noticed.

Some people spend a great deal of energy curating their own happiness and sense of meaning at work. But work, like life, is unpredictable and doesn't always feel good. Psychological richness helps us accept and grow through everything that comes with it.

Just like the winding paths of a psychologically rich life, these moments can be tense, uncomfortable, or even embarrassing. But they often stay with you, coloring your sense of self and your career in ways that lasting comfort never could.

Who Brings Richness to Work?

Psychological richness tends to thrive in people who are curious, open to new experiences, and willing to engage with complexity. These are often the colleagues who ask thoughtful questions, like the team member who pauses a routine project update to ask, "What problem are we really trying to solve here?" or "How would our users describe this experience in their own words?"

They try new approaches, perhaps by experimenting with a different workflow to reduce burnout or testing a new tool that shifts how the team collaborates. And they bring fresh perspectives to old problems, for example by turning a persistent budget challenge into a creative constraint that leads to more resourceful solutions.

To read this go to:



كيفية التعامل مع ضغوط العمل والحياة بشكل فعال

تعتبر ضغوط العمل والحياة جزءاً لا يتجزأ من واقعنا اليومي. إن إدارة هذه الضغوط بشكل فعال هو المفتاح للحفاظ على الصحة النفسية والجسدية وتحقيق النجاح الشخصي والمهني.

في هذه المقالة، سنتحدث بشكل موسع عن كيفية التعامل مع الضغوط المختلفة التي نواجهها، ونقدم لك استراتيجيات عملية لتخفيف تأثيرها. بحسب القيادي.

فهم ضغوط العمل: ما هي الأسباب والآثار؟

ضغوط العمل تبدأ عادة من متطلبات الوظيفة المرهقة، المواعيد النهائية الضيقة، وعدم الأمان الوظيفي. هذه الضغوط تؤثر بشكل مباشر على الإنتاجية، وتحفز الشعور بالقلق والاكتئاب.

التوقعات والمواعيد النهائية

تعد المواعيد النهائية الضاغطة أحد أكبر مصادر الضغوط في العمل. يؤدي تحديد توقعات غير واقعية من الموظفين إلى إجهاد نفسي وجسدي. بحسب إحدى الدراسات، فإن حوالي 25% من الموظفين يذكرون أن التوقعات العالية تؤثر سلباً على أدائهم وجودة حياتهم.

البيئة والعلاقات في مكان العمل

البيئة السلبية والعلاقات العدائية في مكان العمل يمكن أن تزيد من مستويات الضغوط. فالخلافات بين الزملاء، وعدم التواصل الفعال، تؤدي إلى تعزيز الشعور بالتوتر وعدم الراحة. وقد أظهرت دراسة أن الموظفين الذين يعانون من ضغوط نفسية نتيجة العلاقات السيئة في العمل، هم أكثر عرضة لأمراض القلب والنفس بنسبة 50%.

استراتيجيات إدارة ضغوط العمل

يمكن لعدد من الاستراتيجيات أن تساعد في تخفيف تأثير ضغوط العمل. من بينها مراقبة الوقت وعدد ساعات العمل، تطوير مهارات الاتصال الفعال، وتطبيق تقنيات الاسترخاء والتأمل.

تقنية إدارة الوقت

إدارة الوقت بفعالية تعني تحديد أولويات المهام، وتقسيم العمل إلى أجزاء صغيرة، واستخدام أدوات تنظيمية مثل القوائم الزمنية. تشير الأبحاث إلى أن الأشخاص الذين يستخدمون تقنيات إدارة الوقت، يشعرون بتوتر أقل، ولديهم قدرة أكبر على تحقيق أهدافهم.

التواصل الفعال

التواصل يلعب دوراً هاماً في تقليل الضغوط. إن التواصل المفتوح والصريح مع الزملاء والمدراء، يساعد على فهم المهام بشكل أفضل وتجنب سوء الفهم. وأظهرت دراسة أن الفرق التي تتمتع بمهارات تواصل عالية، تحقق مستويات أعلى من الرضا الوظيفي والأداء.

تقنيات الاسترخاء والتأمل

تشير الأبحاث إلى أن تقنيات التأمل مثل اليوغا والتنفس العميق تساهم بشكل كبير في تحسين الصحة النفسية وتقليل مستويات التوتر. أظهرت إحدى الدراسات أن ممارسة التأمل لمدة 10 دقائق يومياً، يمكن أن تقلل من مستوى التوتر بنسبة تصل إلى 30% في أسبوعين فقط.

ضغوط الحياة: تفهمها والتعامل معها

بالإضافة إلى العمل، فإن الحياة تحمل العديد من الضغوط التي يمكن أن تؤثر علينا. من بين هذه الضغوط: الأمور المالية، العلاقات الشخصية، والصحة الجسدية. كل منها يمكن أن يكون مصدراً للقلق والتوتر إذا لم يتم التعامل معها بفعالية.

الضغوط المالية

المشاكل المالية تعد من أكبر مصادر الضغوط في الحياة اليومية. القلق المستمر بشأن الديون، رسوم التعليم والإيجار، يمكن أن يؤثر سلباً على الحالة النفسية للفرد. تشير الأبحاث إلى أن التوتر المالي يرتبط مباشرة بمستويات أعلى من الاكتئاب والقلق.

العلاقات الشخصية

الخلافات في العلاقات الشخصية، سواء كانت مع الأسرة أو الأصدقاء، يمكن أن تكون مرهقة بشكل كبير. كما أن التواصل السيئ وعدم الفهم المتبادل يؤدي إلى تفاقم هذه الضغوط. أظهرت دراسة أن الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في العلاقات، لديهم مستويات أعلى من الكورتيزول، وهو هرمون التوتر.

الصحة الجسدية والضغط النفسي

الصحة الجسدية تلعب دوراً حاسماً في التأثير على مستويات الضغط النفسي. المرض الجسدي أو الإجهاد البدني يمكن أن يزيد من الضغوط النفسية. تشير الإحصائيات إلى أن 60% من الأشخاص الذين يعانون من الإجهاد الجسدي يعانون أيضاً من اضطرابات نفسية.

استراتيجيات التعامل مع ضغوط الحياة

كما هو الحال مع ضغوط العمل، يمكن أيضاً تخفيف ضغوط الحياة من خلال مجموعة من الاستراتيجيات الفعالة. تشمل هذه الاستراتيجيات: التخطيط المالي، تحسين العلاقات الشخصية، والاهتمام بالصحة الجسدية.

التخطيط المالي والتحكم في النفقات

وضع خطة مالية واضحة ومسؤوليات توقيتية يساعد في تقليل الشعور بالتوتر الناجم عن المشاكل المالية. أظهرت دراسة أن الأشخاص الذين يضعون ميزانيات شهرية صارمة، يتمتعون براحة نفسية أكبر بنسبة 40% مقارنة بغيرهم.

تعزيز العلاقات الشخصية

التواصل الواضح والتفاني في حل المشاكل يساعد في تعزيز العلاقات الشخصية. كما أن مشاركة الاهتمامات والأنشطة المشتركة تعزز من الروابط وتقوي المشاعر الإيجابية. وفقاً لدراسة عن العلاقات الأسرية، فإن حوالي 72% من الأشخاص الذين يمارسون أنشطة مشتركة مع أسرهم، يشعرون بسعادة وراحة نفسية أكبر.

الاهتمام بالصحة الجسدية

إن ممارسة الرياضة بانتظام، الحفاظ على نظام غذائي صحي، وتخصيص وقت للراحة يمكن أن يقوي قدرة الفرد على التعامل مع الضغوط. تشير الأبحاث إلى أن الأشخاص الذين يمارسون الرياضة يومياً، لديهم مستويات توتر أقل بنسبة 30%.

فوائد الإدارة الفعالة للضغوط

تكشف الأبحاث فوائد عديدة مرتبطة بالإدارة الفعالة للضغوط، والتي تشمل تحسين الصحة النفسية، زيادة الإنتاجية، وتعزيز جودة الحياة.

تحسين الصحة النفسية

القدرة على إدارة الضغوط له تأثير إيجابي على الصحة النفسية. فالأشخاص الذين يعتمدون على استراتيجيات فعالة، يشعرون بمزيد من السعادة والرضا عن الحياة. وفقاً لدراسة، فإن 80% من المشاركين قد لاحظوا تحسناً في حالتهم النفسية عند تطبيق استراتيجيات الصحة النفسية.

زيادة الإنتاجية

تقليل الضغوط يؤدي بشكل مباشر إلى تحسين الإنتاجية. الأشخاص الذين يعتمدون على تقنيات إدارة الضغوط يظهرون أداءً أفضل في العمل، وقدرة أكبر على تحقيق أهدافهم. أظهرت دراسة أن الشركات التي تدعم مكافحة الضغوط، قد شهدت زيادة في الإنتاجية بنسبة 20%.

تعزيز جودة الحياة

الإدارة الفعالة للضغوط تساعد في تعزيز جودة الحياة بشكل عام. فالأشخاص الذين يتمتعون بمهارات عالية في إدارة الضغوط يستمتعون بعلاقات أفضل ويحققون توازناً أكثر بين حياتهم المهنية والشخصية. أظهرت دراسة أن 70% من الأشخاص الذين يعتمدون على استراتيجيات قيادية في حياتهم، يشعرون برضا أكبر عن حياتهم.

8 Essential Vitamins for Glowing Skin

Vitamins are essential for skin health, as they help repair damage, boost immunity, and keep skin looking fresh. However, if your diet lacks certain vitamins, your skin is likely to suffer—think dryness, acne, or wrinkles. Eating a balanced diet with vitamin-rich foods is crucial for healthy skin. If you are wondering which vitamins are good for skin, this article is a must-read. Read on to discover the perfect vitamins for glowing skin and how to get them through your diet.

Learn everything about the source of these vitamins, how much to consume, the skin benefits to expect and the signs of vitamin deficiency you need to watch out for. According to olivacclinic.

Essential Vitamins for Glowing Skin:

Vitamin C:

Vitamin C is a crucial nutrient for your skin, the inner and outer dermal layers. It plays a vital role in collagen production, which is essential for healthy skin. Research suggests that vitamin C can reduce the appearance of wrinkles and other signs of ageing. It boosts skin elasticity and protects it against photodamage. Vitamin C also helps lighten pigmentation, regulate melanin production and reduce the effects of tanning.

Vitamin E:

Vitamin E is highly valued in skincare to promote skin health. When applied topically, it helps absorb UV rays and mitigates the effects of sun damage. Its skin-conditioning and hydrating properties soothe the skin and prevent inflammation, irritation, and burning sensations.

Vitamin A:

Vitamin A is a popular ingredient in skincare because of its antioxidant properties, which help fight skin infections and signs of premature ageing. Retinol, derived from Vitamin A, lends anti-inflammatory benefits for acne-prone skin, reducing related symptoms. Incorporating vitamin A-rich foods into your diet can reduce wrinkles, fine lines, and the impact of free radicals. It also enhances collagen production for improved skin elasticity.

Vitamin D:

When exposed to sunlight, your body can naturally synthesise vitamin D from cholesterol. The kidneys and liver use this essential nutrient to generate new skin cells. Topical creams containing the vitamin D derivative calcitriol effectively address skin conditions like psoriasis. In addition, one can consume foods rich in this vitamin and consider supplementation to maintain healthy vitamin D levels.

Vitamin B12:

Vitamin B12 is crucial in maintaining healthy skin as it plays a significant role in cell metabolism and DNA synthesis. Adequate levels of vitamin B12 help form new skin cells, making the skin radiant and youthful. This vitamin also boosts energy and reduces overall stress in the body, replenishing the skin.

Vitamin B7 – Biotin:

Vitamin B7, also known as biotin, offers several benefits for the skin. It promotes skin renewal and repair by supporting the metabolism of fats, proteins, and carbohydrates. Biotin also helps produce fatty acids crucial for maintaining skin moisture and elasticity. Additionally, it promotes hair growth and nail health to lend a radiant and youthful appearance.

Vitamin B5:

Vitamin B5, also known as Pantothenic Acid, offers amazing benefits for skin health. It has exceptional moisture retention capabilities and can significantly boost skin hydration. Vitamin B5 strengthens the skin's natural barrier and prevents signs of ageing. It is also an 'anti-stress' vitamin; hence, it is helpful in skin cell rejuvenation while supporting the healing process.

Vitamin B3:

Vitamin B3, known as niacinamide, helps protect the skin from sun damage. It lowers the risk of non-melanoma skin cancer (although more research is required to confirm it). This vitamin plays a significant role in reducing hyperpigmentation caused by sun exposure. It combats UV-induced dark spots and wrinkles, slowing skin ageing and boosting elasticity. Vitamin B3 also hydrates the skin, thus relieving non-inflammatory acne symptoms.



كيف تحصلين على بشرة متوهجة.. بين ليلة وضحاها؟



هل تتمنين أن تستيقظي صباحاً ببشرة مشرقة، وناعمة، ومرطبة، تعكس حيوية وجهك؟ الأمر ليس مستحيلاً كما تعتقدين، فبعض الخطوات البسيطة، والعادات الليلية الذكية، يمكنك تحويل وقت النوم إلى فرصة لتجديد بشرتك، ومنحها إشراقاً طبيعياً تستمر طوال اليوم. لا تحتاجين إلى إنفاق مبالغ طائلة، أو ساعات طويلة من الروتين المعقد، بل يكفي دمج خطوات محددة في روتينك اليومي؛ لتجدي نتائج سريعة وملموسة. من اختيار كريم الليل المناسب، إلى الترطيب الداخلي وتدليك الوجه، كل تفصيلة صغيرة تضيف فرقاً كبيراً، يظهر صباحاً على بشرتك.

اتبعي روتين عناية مناسباً لنوع بشرتك:

سر البشرة المتوهجة هو الالتزام بروتين يناسب احتياجاتك، وكمثال عملي:

- غسل لطيف وخالٍ من الصابون.
- سيروم بفيتامين (C)، أو حمض الهيالورونيك.
- مرطب خفيف للبشرة الدهنية، وكثيف، للبشرة الجافة.
- زيت للوجه كخطوة إضافية حتى للبشرة الدهنية.

غذي بشرتك من الداخل:

أكثري من الألوان في طبقك، أي تناولي خضاراً وفواكه غنية بالألوان، مثل: الأحمر، والأخضر، والأصفر، والبنفسجي؛ فهذه الأطعمة تحفز إشراق البشرة وتدعم الكولاجين، فوجبة سلطة واحدة غنية قد تترك أثراً إيجابياً على بشرتك في اليوم التالي.

قللي السكر والكربوهيدرات المصنعة، فالأطعمة ذات المؤشر الجلايسيمي المرتفع (السكر، والخبز الأبيض، والأرز الأبيض، والمعكرونة) تزيد التهابات البشرة، وقد تسبب حب الشباب. يمكنك تخصيص «يوم مفتوح»، مرة واحدة بالأسبوع، لتناول ما تحبين، لكن الأفضل اعتماد نظام متوازن؛ للحفاظ على صحة بشرتك ووزنك.

اعتني بمنطقة حول العين:

العيون أول ما يكشف التعب؛ لذلك لا تهمل كريم العين المرطب ليلاً؛ فهو يساعد على:

- تقليل الانتفاخات، والهلالات.
- ترطيب الخطوط الدقيقة.
- منح إشراقاً واضحاً صباحاً.

الماء والنوم سر الحياة.. والبشرة النضرة:

الترطيب الداخلي هو الأساس. اجعلي الماء مشروبك الأساسي، وابتندي عن المشروبات الغازية، أو العصائر السكرية. فالبشرة المرطبة من الداخل تظهر مشدودة، ومشرقة بطبيعتها. «النوم الجمالي» ليس مجرد تعبير شاعري؛ فالنوم من 6 إلى 8 ساعات، يتيح للجسم إصلاح الخلايا، وتجديد البشرة. وقلة النوم مرتبطة بجفاف الجلد، والهلالات السوداء، وحتى مشاكل صحية، مثل ضعف المناعة.

دلكي وجهك بالتدليك، أو بأداة تدليك الوجه (Face Roller)؛ تدليك الوجه بلطف (خصوصاً مع السيروم، أو الزيت) يساعد على:

- تنشيط الدورة الدموية.
 - تقليل الانتفاخات.
 - شد البشرة، ومنحها مظهرًا متجددًا.
- استخدام «Face Roller» أصبح من أساسيات الروتين العصري، فهو يمنح إحساساً منعشاً، ويضاعف فاعلية منتجاتك.

نقدم لك أفضل النصائح، وأحدث منتجات العناية الليلية؛ لضمان توهج طبيعي، وبشرة صحية، كل يوم. بحسب "زهرة الخليج".

غسل الوجه وحده لا يكفي:

إن غسل الوجه، وتنظيفه بسرعة قبل النوم لا يكفيان. عندما تنامين، تدخل بشرتك في وضعية الإصلاح. وعمليات، مثل: تجديد الخلايا، وإنتاج الكولاجين، وإصلاح الحمض النووي، تسير بسرعة فائقة. الأمر منطقي؛ في الليل، لا تواجهين أشعة الشمس الضارة ولا الملوثات البيئية، فتمنح البشرة ساعات لتتنفس، وتمتص كل العناصر المفيدة دون انقطاع. أنت تحتاجين، بالفعل، مكونات إصلاحية، مثل: الريتينويدات، والبيبتيدات، والسيراميدات. ورغم أن كل هذا يبدو رائعاً، فإن التحدي يكمن في اختيار التركيبة الصحيحة لكريم الليل. بعض الكريمات توفر الترطيب، بينما يركز البعض الآخر على تعزيز إنتاج الكولاجين لبشرة مشدودة وشابة المظهر، ومعظمها يتميز بقوام أثقل، يعمل كختم لحبس الرطوبة. في ما يلي، أفضل كريمات الليل؛ لتعزيز إشراق بشرتك بينما تنامين بسلام.

كريمات ليلية ذات مفعول مباشر:

Olay Regenerist Retinol24 Night Moisturizer

يُعتبر هذا الكريم، من «Olay»، خياراً مثالياً للبشرة التي تحتاج إلى تجديد مكثف. فتركيبته تحتوي على الريتينول، وفيتامين (B3)، ما يساعد في تقليل التجاعيد، وتحسين ملمس البشرة. وأثبتت الاختبارات المخبرية فاعليته في تحسين مظهر البشرة، خلال 24 ساعة فقط. «RoC's Retinol Correxion Anti-Aging + Firming Night» Face Moisturizer

يتميز هذا الكريم بتركيبة فريدة، تجمع بين الريتينول، وحمض الهيالورونيك، ما يوفر ترطيباً عميقاً للبشرة، ويقلل ظهور الخطوط الدقيقة. ويُعتبر خياراً مناسباً للبشرة الجافة، التي تحتاج إلى تجديد ومرونة.

«Sisley Supremya Night Cream»

يُعد هذا الكريم، من «Sisley»، منتجاً فاخراً، يعمل على تجديد البشرة أثناء النوم. فتركيبته تحتوي على مكونات نباتية، تساعد في تحسين مرونة البشرة، وتقليل علامات الشيخوخة. ويُفضل استخدامه للبشرة الناضجة، التي تحتاج إلى عناية خاصة. يُعتبر هذا الكريم، من «Neutrogena»، خياراً اقتصادياً وفعالاً. فتركيبته تحتوي على الريتينول، الذي يساعد في تقليل التجاعيد، وتحسين مظهر البشرة. وأثبتت الاختبارات المخبرية فاعليته في تحسين مرونة البشرة، وتقليل الخطوط الدقيقة.

قشري بشرتك بانتظام:

مع تراكم الخلايا الميتة، تبدو البشرة باهتة وجافة. والحل هو

إرادة السلام



مارلين سلوم

الحرب صناعة، والسلم صناعة، وما بينهما تعيش شعوب أزمت وبشهاد العالم صراعات بين دول وأطراف، ويسقط الضحايا وتتشرذم عائلات ويعاني آلاف وملايين الأبرياء كوابيس الموت والخوف ومواجهة المصير المجهول وضبابية المستقبل.

لا يعرف هذا الكوكب الهدوء ولا ينعم بالراحة طوال الوقت، لأن هناك من القادة والمسؤولين في العالم من يصنع الحروب ويتمسك باختياراته غير أنه بكل ما يحدثه من دمار وقتل وتشريد وتهجير.. ولا تعني له أعداد الضحايا من قتلى وجرحى سوى مجرد أرقام تتزايد في فاتورة الحرب، وهناك في المقابل من يصنع السلام ويتمسك به ويحرص على حماية كل الأرواح والحفاظ على حقوق الشعوب في العيش الهانئ والاستقرار وحقوقهم في الحصول على الأمان والحفاظ عليه.

كان يوماً تاريخياً بالنسبة للفلسطينيين ولكل الدول العربية بل وللعالم أيضاً، حيث جلسنا جميعاً نشاهد اللقاء التاريخي

لقادة دول كبرى ونشهد ولادة معاهدة السلام في شرم الشيخ ووقف الحرب في غزة.. ولادة كانت متعثرة وصعبة انتظرها العالم منذ عامين، وقد جاءت ثمرة جهود كثيفة لدول أمنت بالسلام وبحق الفلسطينيين في العيش على أرضهم بأمان، وثمره جهود بذلتها مجموعات وأفراد من مختلف الجنسيات حول العالم، افترشوا الطرق والساحات ورفعوا الشعارات وتضامنوا مع أهل غزة منادين بالحرية لفلسطين.

هنيئاً لأهل غزة، وهنيئاً لكل صنّاع السلام والداعمين له من مختلف أنحاء العالم، هذا الانتصار للحق، حق أهل غزة في البقاء في بلدتهم والعودة إلى بيوتهم حتى ولو كانت أنقاضاً، وحققهم في العيش بسلام بلا قتل ولا اقتتال؛ وهنيئاً لكل من نادى بوقف الحرب ومن عمل من أجل دعم ومساعدة أهل غزة العزل، وهنيئاً لكل من نادى بالسلام وعمل لتحقيقه ومن التزم بالقضايا الإنسانية وأرسل كل الدعم والمساعدات اللازمة لإنقاذ أهل غزة.

ليس كل من تحدث عن السلام يصنعه

أو يشارك في صناعته. الإمارات من الدول المتمسكة بالسلام ولا تحيد عن اختياره سبيلاً لأحد للعيش على هذه الأرض؛ هي تصنع السلام وتقود كل مسعى من أجل تحقيقه ليس على أرضها فقط بل في كل مكان في العالم، وهو ما فعلته في غزة خلال السنتين الماضيتين، لتثبت مرة جديدة أنها تفعل ما تقول سواء على الصعيد الدبلوماسي أم الإنساني، وبذلت كل جهد من أجل وقف العدوان الإسرائيلي على قطاع غزة؛ ونجحت في توفير المساعدات بشكل مستمر براً وبحراً وجواً.

فرحة وقف الحرب التي يعيشها الجميع اليوم، تحتاج إلى الكثير من الإصرار والعزم على التمسك بها والعمل من قبل كافة الأطراف من أجل استدامتها.

صناعة السلام إرادة، نحلم بتحقيقها في كل مكان في العالم، وخصوصاً في هذه البقعة، إذ ربما ترسم وجهاً جديداً ومشرقاً لمستقبل فلسطين والمنطقة.

الخليج

Artificial Intelligence Ethics



Nour Al Mahmoud

It's not enough to focus on spreading awareness about how to use AI safely and emphasize conveying these points to children and youth. There's another important aspect that we may not pay attention to, and that people may not realize, that fulfills the requirements for protecting new generations from falling into the traps of misuse of modern technologies, especially AI. Not everyone is aware of the existence of precise specifications for the "ethical use" of AI!

There's no escaping reality. The use of AI has become available to everyone, and students sometimes turn to it for various consultations to help them solve problems or present new ideas. Because this tool has become available in the field of education, the Ministry of Education launched the specialized "Empowering AI Ethics" platform on the sidelines of GITEX Global 2025. The Ministry specifically targets young students, those between the ages of seven and ten. Its goal

is to instill the values of using modern technologies and raise awareness in our students so they can be responsible and connect modern technology to ethics and human principles that no human being should neglect or ignore.

This initiative is naturally in line with the Ministry of Education's vision of preparing a conscious digital generation. Children and youth are ahead of us in their access to knowledge of modern technologies and how to use them. Therefore, it is essential and vital to guide them to take the right path in employing modern technologies in a manner consistent with ethical, human, and social values. The Ministry announces that "the ethics of artificial intelligence have become an essential part of the future educational system in the UAE, in parallel with the implementation of the artificial intelligence curriculum at various educational levels."

Controlling how children interact with modern technologies and

smart technologies guides them toward the right path and protects them from the pitfalls of these technologies and those who misuse them. At the same time, it opens the way for children and youth to work safely, engage in innovation, develop their tools, facilitate their educational affairs, and keep pace with the rapid progress being achieved in the country.

Sustainability, transparency, security, data protection, responsibility, accountability, oversight, and non-harm are not just words or slogans, but fundamental principles of AI ethics. It is crucial to emphasize the need for schools to monitor children and instill all the principles that protect them from the misuse of AI. This should also instill in them new understandings about these technologies and how to distinguish between using them to develop skills and achieve progress in life, and misusing them and the risks of surrendering to them without ethical controls.

Source: alkhaleej

هل يعزز تزايد استخدام «إنستغرام» فرص تقديم الأخبار عبر الفيديوها القصيرة؟

«إنستغرام» عام 2012 مقابل مليار دولار، وهي صفقة أثارت حينذاك تساؤلات بشأن استراتيجية الشركة؛ إذ كان التطبيق حينها مجرد منصة لمشاركة الصور من دون تحقيق إيرادات تذكر. هنا يعلق خالد عبد الراضي، الخبير في إدارة وتحليل بيانات «السوشيال ميديا» في مصر والمملكة العربية السعودية، قائلاً: «إن الجمهور بات يميل إلى الأخبار المختصرة والمحتوى المباشر، وأردف أن «جميع وسائل الإعلام غدت مجبرة على مسابقة احتياج الجمهور، وتلبية رغباته التي تحولت بشكل كبير، وأصبحت تميل إلى المكثف، والتفاعلي، والمبتكر. أما نشرات الأخبار الطويلة فلم تعد الأقرب للجمهور».

وعزا عبد الراضي تغيير سلوكيات الجمهور إلى «تأثير منصة (تيك توك) التي نجحت في استقطاب الشباب وتغيير تفضيلاته»، غير أنه حذر من المبالغة في الاتجاه نحو المحتوى القصير لمجاراة المنصات، شارحاً أن «المبالغة في الاختصار بغرض الحضور على منصات، مثل (إنستغرام)، قد تجعل صناعات الأخبار يقعون في أخطاء مهنية، مثل تجاهل تفاصيل مفصلية في القصة الخيرية، أو الاعتماد على محتوى مجتزأ لا يوفي بمعايير الدقة والمهنية». وتابع أن «المحتوى القصير على (إنستغرام) قد يكون مدخلاً جذاباً لتحليلات أعمق تأتي لاحقاً».

الحضور المكثف، لكن ليس بالشكل النمطي للأخبار، بينما هذه منصة ترفيهية بالأساس. ومن ثم، فتقديم الأخبار من خلالها يتطلب ابتكاراً وتنوعاً في المحتوى والشكل الخاص بنماذج طرح الأخبار. وأضاف: «(الريلز) الآن من أهم أدوات نشر الأخبار عبر (إنستغرام). ومن حسن الحظ، فهي كانت الأداة الأبرز في تحقيق النمو للتطبيق»، لافتاً أن «اللقطات السريعة والمباشرة هي الأكثر تأثيراً على (إنستغرام). وعليه، لم يعد هناك داع للإسهاب، عندئذ يكفي أن تصل إلى المستخدم من خلال فيديو يركز على خبر واحد في 30 ثانية». من جهة ثانية، أشار شولي إلى مميزات أخرى تعزز الخدمة الإخبارية، موضحاً أن «(إنستغرام) يوفر البومات الصور التي تساهم في تعزيز التفاعل مع الجمهور، فضلاً عن خاصية (الستوري)؛ حيث نسبة جيدة من الجمهور قد تصل إلى الموقع الإلكتروني للأخبار عبر هذه الخدمة». جدير بالذكر أن «ميثا» كانت قد اشترت

مضافة يتميز بها التطبيق، موضحاً أن «فيسبوك» بات منصة تستهدف شريحة عمرية أكبر نسبياً، بينما «تيك توك» يجتذب «الجيل زد»، فيما هم أصغر، في حين أن «إنستغرام» يُعد وجهة رقمية تجمع الفئتين، الشباب والأكثر عمراً، وبالتالي بات المنصة الوحيدة التي تجمع شرائح عمرية واجتماعية متنوعة. وأضاف: «هذه الميزة تُعد فرصة لوسائل الإعلام لتحقيق انتشار ومعدلات وصول أوسع». على الرغم من النظرة المتفائلة التي بدت في حديث الشولي، فإنه أشار إلى تحديات تواجه أهمها «معضلة الخوارزميات الخاصة بأي تطبيق مملوك لشركة (ميثا) تحديداً، التي لا تبرز الأخبار كأولوية مقارنة بأنماط أخرى، مثل المحتوى الترفيهي، بينما تحد من نسبة وصول الأخبار للمستخدمين». ويرى شولي أن أمام الناشرين فرصة في «إنستغرام»، وأن «الاستراتيجية الأنسب للناشرين للاستفادة من (إنستغرام) هي

أثار كلام الرئيس التنفيذي لشركة «ميثا»، مارك زوكربيرغ، أخيراً عن أن تطبيق «إنستغرام» قد ارتفع عدد مستخدميه النشطين شهرياً إلى 3 مليارات مستخدم، تساؤلات بشأن فرص تقديم الأخبار عبر الفيديوها القصيرة. وذكرت «ميثا» الشركة المالكة لـ «إنستغرام» أن أحد أبرز عوامل نمو عدد المستخدمين النشطين كان المقاطع المصورة القصيرة (الريلز)، التي أطلقت عام 2020 لتتيح إنشاء محتوى قصير ومشوق. وفقاً لصحيفة «الشرق الأوسط». لقد كان الغرض من هذه الخاصية في بادئ الأمر مجرد المنافسة مع تطبيقات، مثل: «يوتيوب شورتس» (المملوك لشركة «غوغل») و«تيك توك»، غير أن هذه الخاصية كانت الأبرز بين تفضيلات المستخدمين وساهمت في نمو أسرع لتطبيق «إنستغرام» خلال وقت لاحق. ووفق دراسة لمركز «بيو» للأبحاث، نهاية العام الماضي، فإن نحو 30 في المائة من مستخدمي «إنستغرام» في الولايات المتحدة يحصلون بانتظام على الأخبار عبر المنصة، بينما أضاف 52 في المائة بأنهم يشاهدون محتوى خبرياً؛ سواء عبر الروابط أو لقطات الشاشة، في حين يرى 44 في المائة أخباراً عاجلة أثناء وقوع الأحداث البارزة. حاتم الشولي، المشرف على تحرير الإعلام الرقمي في قناة «الشرق للأخبار»، قال إن «إنستغرام» بات إحدى أهم المنصات لوسائل الإعلام المختلفة، لأن معدلات وصوله ضخمة، وأشار في كلامه لـ «الشرق الأوسط» إلى قيمة



أسواق هابي لاند العالمية

تقدم لكم :

كافة أنواع البقالة العربية، لحوم وأجبان وفواكه وخضروات، وبهارات وجميع ماتحتاجون اليه تحت سقف واحد

HAPPYLAND MARKET 8000 SCHAEFER HWY DETROIT, MI 48228

WWW.HAPPYLANDMARKET.COM

333-438-0720



ما هي الجلطات الدموية؟.. كيف تتكون ولماذا تعد خطراً يهدد الحياة؟

تعد الجلطات الدموية من أكثر الحالات الطبية غموضاً وخطورة في الوقت نفسه، فهي قد تتكون بصمت داخل الجسم دون أن يشعر المريض، لكنها قادرة في لحظة واحدة على إحداث أزمة قلبية أو سكتة دماغية أو انسداد رئوي قاتل. وبينما تلعب عملية التجلط دوراً حيويًا في حماية الإنسان من النزيف، إلا أن حدوثها في غير وقتها أو مكانها الصحيح قد يتحول إلى خطر حقيقي على الحياة.

ما هي الجلطة الدموية؟

بحسب موقع Healthline فإن الجلطة أو التخثر الدموي (Blood Clot) هي كتلة من الدم تتكون عندما تتحول بعض مكوناته من الحالة السائلة إلى مادة هلامية أو شبه صلبة.

يعد التجلط آلية طبيعية للدفاع عن الجسم، إذ تساعد على وقف النزيف عند التعرض لأي جرح أو إصابة، لكن المشكلة تبدأ عندما يتكون هذا التجلط داخل الأوعية الدموية دون سبب واضح، فيعوق تدفق الدم الطبيعي إلى الأنسجة أو الأعضاء.

تتكون الجلطات في الأوردة (الجلطة الوريدية) أو في الشرايين (الجلطة الشريانية)، ولكل نوع منها عواقب مختلفة على الجسم.

كيف تتكون الجلطات داخل الجسم؟

تبدأ عملية التجلط عندما تتعرض بطانة الأوعية الدموية للتلف، ما يؤدي إلى تنشيط الصفائح الدموية وبروتينات خاصة في الدم تُعرف باسم "عوامل التخثر".

هذه العوامل تعمل معًا لتشكيل شبكة من الألياف تُسمى الفيبرين (Fibrin)، تغلق موضع الإصابة وتمنع استمرار النزيف.

لكن في بعض الحالات، تتكون هذه الشبكة دون وجود إصابة حقيقية، نتيجة بطء حركة الدم أو وجود التهابات أو اضطرابات في التجلط، عندها تلتصق الصفائح الدموية بجدار الوعاء الدموي مكونة جلطة قد تسد تدفق الدم جزئيًا أو كليًا.

ووفقًا لتقرير Johns Hopkins Medicine، فإن هناك ثلاثة أسباب رئيسية لتكون الجلطات:

بطء تدفق الدم - كما يحدث أثناء السفر الطويل أو قلة الحركة بعد العمليات الجراحية.

تلف جدار الأوعية الدموية - بسبب التدخين أو ارتفاع ضغط الدم. زيادة قابلية الدم للتجلط - نتيجة عوامل وراثية أو تناول أدوية هرمونية مثل حبوب منع الحمل.

أين تتكون الجلطات؟ وما أنواعها؟

تختلف الجلطات حسب موقعها في الجسم، وتشمل: تجلط الأوردة العميقة (DVT): وهو أكثر الأنواع شيوعًا، ويحدث عادة في الساقين أو الفخذين.

الانصمام الرئوي (Pulmonary Embolism): عندما تنفصل الجلطة من مكانها وتنتقل إلى الرئة، ما يسبب انسدادًا خطيرًا في الشريان الرئوي. الجلطة الشريانية: عندما تتكون داخل شريان رئيسي، مثل شرايين القلب أو الدماغ، مسببة أزمة قلبية أو سكتة دماغية.

ما خطورة الجلطات الدموية؟

الجلطات الخطيرة هي التي تتحرك داخل مجرى الدم لتستقر في أحد الأعضاء الحيوية.

على سبيل المثال:

جلطة في القلب قد تسبب نوبة قلبية.

جلطة في الدماغ قد تؤدي إلى سكتة دماغية.

جلطة في الرئة قد تُسبب انسدادًا رئويًا قاتلاً.

كما يمكن أن تؤدي الجلطات المزمنة في الساقين إلى تورم وألم مزمن، أو ما يعرف بمتلازمة ما بعد الجلطة.

كيف يمكن الوقاية من الجلطات؟

توصي المؤسسات الطبية بعدة خطوات بسيطة للوقاية، منها:

التحرك بانتظام أثناء السفر أو الجلوس لفترات طويلة.

شرب كميات كافية من الماء للحفاظ على سيولة الدم.

تجنب التدخين الذي يضر بجدران الأوعية الدموية.

مراقبة ضغط الدم والكوليسترول بانتظام.

الالتزام بالأدوية المميعة للدم إذا وصفها الطبيب.

الجلطات الدموية قد تتكون في صمت لكنها لا تمر مرور الكرام، ففهم آلية حدوثها، واكتشاف أعراضها مبكرًا يمكن أن ينقذ حياة المريض من مضاعفات قاتلة.



كيف تحمي نفسك من نزلات البرد في انخفاض الحرارة والتقلبات الجوية

موسم الذروة لبعض الفيروسات، وخاصة فيروس الأنفلونزا.

كيفية الوقاية من الأمراض عند تغير الطقس

على الرغم من أنه لا يمكنك منع نفسك تمامًا من الإصابة بالمرض،

خلال فصل الخريف، من الشائع حدوث تقلبات جوية مختلفة بالتزامن مع انخفاض الحرارة عن المعتاد، تحديدًا خلال ساعات الليل، الأمر الذي يؤدي إلى شيوع الإصابة بنزلات البرد، تحديدًا بالنسبة لكبار السن والأطفال. ونشر موقع "كليفلاند كلينك"، مجموعة من النصائح للوقاية من نزلات البرد خلال تلك الفترة المتقلبة جويًا من العام.

كيف يؤثر الطقس على صحتك؟

تغير درجة الحرارة لا يسبب المرض، لكن تغيرات الأحوال الجوية قد تهيك للإصابة به، وهناك ثلاثة عوامل رئيسية تُعزّي ارتفاع معدلات المرض خلال هذه التغيرات الجوية، وهي:

هواء أكثر جفافًا: الشتاء يعني هواءً أكثر برودةً وجفافًا، مما يُجفف الأغشية المخاطية، وهو ما يسمح للفيروسات بدخول الجسم بشكل أسرع.

البرد: عندما يصبح الهواء أكثر برودة، فإنه يضعف جهاز المناعة لدينا، مما يجعلنا أكثر عرضة للإصابة بالعدوى. التعرض: إلى جانب التعرض للهواء البارد، هناك أيضًا التعرض لمرض آخرين، ومع انخفاض درجات الحرارة في الشتاء، نقضي فترات أطول في الأماكن المغلقة مع عدد أكبر من الناس، مما يوفر بيئة خصبة للفيروسات، حيث تكثر الجراثيم في الأماكن المغلقة، والتهوية ليست بجودة الهواء الطلق، لذلك تنتشر الفيروسات بسهولة أكبر". وتعد تلك الفترة من العام أيضًا

ابقى دافئًا

من العادات المفيدة الأخرى الحرص على تدفئة الجسم، خاصة أثناء ممارسة الأنشطة الخارجية، حيث نفقد الكثير من الحرارة من رؤوسنا، وأصابع أيدينا، وأقدامنا، وأذاننا، وأنوفنا، وأفواهنا، لذا يجب تغطيتها للحفاظ على الدفء وحماية جهاز المناعة في الجسم.

ابقى رطبًا

إن الحفاظ على ترطيب الجسم جيدًا أمر بالغ الأهمية لصحتك خلال الطقس البارد كما هو الحال في الطقس الدافئ، فقد لا تدرك أن الهواء أصبح أكثر جفافًا، وقد لا تشعر بالعطش، ولكن من المهم الحفاظ على ترطيب الجسم جيدًا.

دور التغذية

وتقول إن الأمر نفسه ينطبق على الحفاظ على نظام غذائي متوازن، فالفاكهة والخضراوات الطازجة والنظام الغذائي المتوسطي يُسهمان بشكل كبير في الشعور بالصحة والحفاظ عليها.

عادات جيدة أخرى

وفيما يلي أربعة أشياء أخرى ينصح بفعله لحماية نفسك وتقليل فرص الإصابة بالمرض، مثل:

ارتداء الأقنعة

إحدى العادات التي ترسخت خلال جائحة كورونا، والتي قد تكون مفيدة جدًا في المستقبل، هي ارتداء الكمامات، حيث إن ارتداء قناع في الأماكن المغلقة، وخاصة عندما تكون بالقرب من مجموعة من الأشخاص الذين لا تعرف حالة مناعتهم أو تطعيماتهم.

إلا أن هناك الكثير مما يمكنك فعله لحماية نفسك وتقليل فرص الإصابة بالمرض، مثل:

إحدى العادات التي ترسخت خلال جائحة كورونا، والتي قد تكون مفيدة جدًا في المستقبل، هي ارتداء الكمامات، حيث إن ارتداء قناع في الأماكن المغلقة، وخاصة عندما تكون بالقرب من مجموعة من الأشخاص الذين لا تعرف حالة مناعتهم أو تطعيماتهم.

10 Foods That Can Help Keep Your Blood Sugar Stable All Day



Many factors contribute to blood sugar control, but prioritizing healthy foods high in protein, fiber, healthy fats, and certain vitamins and minerals is essential for maintaining healthy blood sugar levels.

Here are 10 of the best foods for stable blood sugar. According to the health website.

1. Beans and Lentils

Though beans and lentils are high in carbohydrates (the macronutrient that impacts blood sugar the most) certain high-carb foods, like beans and lentils, can support healthy blood sugar. Unlike refined carb sources like white bread and pasta, beans and lentils are packed with fiber and plant-based protein, both of which help slow digestion and the release of sugar into the bloodstream.

For example, lentils are packed with fiber, providing 15.6 grams per cup, which covers 55.7% of the DV, and 17.9 grams of plant-based protein.

2. Seafood

Seafood, like tuna, salmon, cod, trout, shrimp, and oysters, is high in protein, healthy fats, vitamins, and minerals that support healthy blood sugar levels. Studies show that eating more seafood may improve blood sugar levels and protect against diabetes. A 2021 review found that people who consumed more oily fish, like salmon, had a significantly lower risk of developing type 2 diabetes.

3. Avocados

Avocados are very high in fiber (one 201-gram avocado packs 13.5 grams of fiber), and are low in carbs, making them a good choice for those who are trying to regulate their blood sugar levels. Avocados are also high in magnesium, which is necessary for insulin secretion and carbohydrate metabolism.

4. Whey Protein

Whey protein isolate contains 25 grams of protein and is free from carbohydrates, making it a blood sugar-friendly option. Research also shows that consuming a "premeal" of whey protein before a meal can be effective for lowering post-meal blood sugar levels.

Research also shows that consuming a "premeal" of whey protein before a meal can be effective for lowering post-meal blood sugar levels.

5. Greek Yogurt

Greek yogurt contains 17 grams of protein in a three-quarter cup serving, which is around double the protein found in regular yogurt. In addition to its high protein content, Greek yogurt can be a good source of probiotics. Probiotics promote healthy blood sugar levels by improving overall gut health, reducing inflammation, and

enhancing insulin sensitivity.¹⁴

6. Chia Seeds

Chia seeds are high in fiber and other nutrients that promote blood sugar regulation. They provide 9.75 grams of fiber per ounce, which covers 35% of your daily fiber needs.

They're also high in magnesium, with the same serving covering 23% of the DV.

Eating chia seeds may improve the function of beta cells, which are specialized cells found in the pancreas that produce and secrete insulin.

7. Artichokes

Artichokes are one of the best sources of fiber you can eat. A cup of artichoke hearts contains 9.69 grams of fiber, which covers 35% of the DV.

Artichokes are also a good source of magnesium, which is needed for healthy blood sugar regulation. A cup of artichoke hearts covers 17% of your daily magnesium needs.

Artichokes are also a good source of magnesium, which is needed for healthy blood sugar regulation. A cup of artichoke hearts covers 17% of your daily magnesium needs.

8. Chicken

Chicken is carb-free and high in protein, packing 26 grams per 3-ounce serving. This makes chicken a smart choice for

those who want to maintain optimal blood sugar levels.

Adding high-protein foods, like chicken, to high-carb meals can reduce the meal's impact on blood sugar. Some studies show that eating high-protein foods before high-carb foods is better for blood sugar management.

9. Nuts and Seeds

Nuts and seeds provide plant-based protein, fiber, and minerals like magnesium and zinc, all of which are needed for blood sugar regulation.

Eating more nuts and seeds may help lower blood sugar levels in people with prediabetes and diabetes.

A 2023 study found that people with prediabetes who consumed 20 grams of almonds, 30 minutes before each main meal they ate for three months, experienced significant reductions in post-meal blood sugar levels, insulin resistance, and HbA1c compared to a control group.

10. Oats

Some oat products, like oat bran and steel-cut oats, are high in fiber. For example, a one-fourth-cup serving of oat bran provides 3.6 grams of fiber, or 12.8% of the DV, while the same serving of steel-cut oats packs 4 grams, or 14.2% of the DV.

Oats are high in beta-glucan, a type of soluble fiber linked to improved blood sugar regulation. Beta-glucan slows the absorption of sugar into the bloodstream, preventing post-meal blood sugar spikes.



Dr. Ali Nasser

Internal Medicine . Board Certified

الدكتور / علي ناصر

متخصص بالأمراض الباطنية من جامعة وين ستيت وعضو الهيئة الطبية بمستشفى اوكونود وخبرة في الجراحة العامة وأمراض الأطفال

نقبل جميع أنواع التأمين الطبي

نعالج السكري وضغط الدم وأمراض القلب والكوليسترول والكلية والتهابات الحلق والرئة والبروستات وأمراض المعدة وجميع الأمراض الداخلية

Experience In General & Pediatric Surgery Staff Member At Corewell Hospital & Detroit Medical

توفر لقاءات وفحوصات المدارس

متوفرة طبية نساء

Monday - Saturday

15120 Michigan Ave. Dearborn, MI 48126

(313)-843 - 8300



Engine Details of the Returning Toyota FJ Cruiser Surface

Rumors of a returning FJ Cruiser have been on the grapevine for years – and not without merit, as Toyota has also teased so with various concepts over the years. With the defunct FJ Cruiser being a cult favorite across markets, we're not surprised by the attention it got from fans. If you're one of those hoping for its revival, new information from Japan points to steady progress. According to carbuzz.

Creative Trend, a Japanese outlet with solid insider information – having accurately leaked the Honda Prelude's pricing ahead of its domestic debut – now cites unnamed sources who say the modern FJ will launch with a single powertrain. According to the report, Toyota plans to use a 2.7-liter naturally aspirated four-cylinder gasoline engine – a power plant used in the Land Cruiser 250 offered in markets outside the US – when the compact Land Cruiser FJ goes on sale in Japan around spring 2026.

What We Know So Far

Earlier this year, a design filing through the Philippine Intellectual Property Office revealed the FJ's shape. The patent, submitted in January 2024 and uncovered in March 2025, depicts a compact SUV that borrows cues from the 2022 Compact Cruiser EV concept, but with conventional proportions more suitable for an internal-combustion vehicle.

The upcoming FJ is expected to ride on the IMV-0 ladder-frame platform, the same architecture that supports the Hilux Champ in Southeast Asia. That chassis is a derivative of Toyota's long-running IMV setup used by the Hilux and Fortuner, meaning it can accommodate internal-combustion, hybrid, or even electric power. Toyota, however, appears to be starting simple: Creative Trend reports no diesel option, which aligns with Toyota's current stand on these oil-burning mills, and there is no confirmation of a hybrid at launch.

Is The NA Four-Pot A Fitting Setup?

The decision to debut with a 2.7-liter gasoline engine may leave some enthusiasts wanting more, especially those who remember the original FJ's V6 punch. If Toyota eventually offers the revived FJ Cruiser in North America, the powertrain could change. A hybrid system similar to the US-spec Land Cruiser (not the bigger LC300 for the Middle East), or a different gasoline engine, would meet market expectations and emissions regulations.

For now, all of these details remain unconfirmed. Toyota has not publicly acknowledged the new FJ, and the company is known for keeping such projects under wraps until the last moment.

The FJ's unveiling has been pegged for the 2025 Japan Mobility Show in late October, so we expect concrete (and official) information to surface soon. Until then, these leaks – no matter how consistent – should be taken with a pinch of salt. Fortunately, we'll be on the ground at the biennial event, so keep us on your radar for the latest updates.



"بورشه" تكشف عن مستقبل الشحن اللاسلكي للسيارات الكهربائية

عن الأرض بمقدار 9.7 بوصات تقريباً.

وحتى تعمل التقنية بشكل جيد يجب تفعيل وضع الشحن اللاسلكي من داخل إعدادات السيارة، ثم تبدأ السيارة بالشحن اللاسلكي باستخدام إشارة "واي فاي" خاصة بينهما، كما يمكن مشاركة لوحة الشحن مع 5 سيارات أخرى من خلال تطبيق "بورشه".

وأضافت الشركة جزءاً خاصاً في المنظومة المعلوماتية بالسيارة لضمان الوصول إلى وحدة الشحن اللاسلكية بشكل جيد وملام، إذ تظهر على الشاشة أمامك خطوط خضراء ودوائر تخبرك بموقع وحدة الشحن اللاسلكي وتتأكد من وقوفك في المكان المناسب.

ووضحت الشركة أن تكلفة تثبيت المنظومة الجديدة للشحن اللاسلكي تصل إلى 8200 دولار وتشمل هذه التكلفة سعر لوحة الشحن الأرضية والتجهيزات الخاصة بالسيارة، مع كون سعر لوحة الشحن الأرضية يصل إلى 5860 دولاراً.

كما تأتي القطعتين مزودتين بمستشعرات لحماية وحدات الشحن الداخلية والخارجية، إذ تتوقف وحدة الشحن عن العمل حال وجود أي شيء بين القطعة الخارجية والداخلية مثل قطعة تمر



أو قطع معدنية خارجية.

وتؤكد "بورشه" أن مقدار الطاقة المفقودة من الشحن اللاسلكي في كافة الأوضاع ليس كبيراً، وذلك رغم أن "كايين إيكتريك" ترتفع

كشفت "بورشه" ضمن فعاليات معرض ميونخ للسيارات عن تقنية جديدة ومبتكرة لشحن السيارات الكهربائية لاسلكياً، مزيلة بذلك الحاجة إلى استخدام أجهزة الشحن التقليدية، وذلك وفق تقرير نشره الجزيرة نت نقلاً عن موقع "كار أند درايفر".

وتصدر التقنية الجديدة حصراً لأحدث سيارات الشركة الكهربائية وهي "كايين إيكتريك" نموذج 2026 الذي تخطط الشركة لطرحه في العام المقبل.

ويشير تقرير الموقع إلى أن التقنية الجديدة تتكون من قطعتين، الأولى تأتي مثبتة أسفل السيارة بشكل مسبق بين البطارية الكهربائية والمحرك الكهربائي، وهي مزودة بوحدة تبريد مائي خاص به.

ويتم تثبيت القطعة الثانية وهي القطعة الخارجية في أي مكان ترغب في استخدام الشحن اللاسلكي به، إذ تتصل هذه القطعة بمنفذ الطاقة وتكون مسؤولة عن نقل الطاقة إلى السيارة، وكلا القطعتين محميتان بطبقة معدنية سميكة.



BMW M2 CS.. صغيرة بفعل كبير وأداء رياضي مثير

نسبة الوزن إلى القوة، ذكاء التركيبة الديناميكية هوائياً وميكانيكياً، توزيع الوزن بشكل ذكي، مكابح فعالة، إطارات مصممة بشكل خاص وطبعاً محرك عالي القوة، كل هذه عناصر توفر للسيارة أداءً رياضياً مثيراً، ولكن ماذا إذا كان لديك سيارة تتمتع بكل هذه المواصفات ولكنك ترغب جعلها أفضل؟ عندها عليك أن تفعل ما فعلته BMW مع طرازها ذي الأداء الخارق والسعر المدروس M2 قبل أن تعيد إطلاقه بصفة خاصة تحمل اسم M2 CS، بحسب "الرجل".

محرك أعلى قوة

بما أن تسمية BMW تنطلق من الأحرف الأولى للعبارة الألمانية التي تعني بالعربية "مصنع محركات بافاريا" (بافاريا هي المقاطعة الألمانية التي تأسست فيها الشركة) كان لا بد لعملية تطوير M2 CS أن تبدأ من المحرك، إذ خضع محرك السيارة الذي يتألف من ست أسطوانات سعة 3.0 لترات لعملية ترقية رفعت قوته بمقدار 50 حصاناً ليصبح إجمالي القوة التي يولدها 390 حصاناً، وبذلك أصبحت قوة M2 CS تضاهي قوة محرك سيارة BMW M3 Competition، علماً أن قوة محرك السيارة التي نتحدث عنها هنا تصل حصراً إلى العجلات الخلفية عبر علبة تروس أوتوماتيكية من ثمانى نسب. وبالإضافة إلى ذلك، ارتفعت أيضاً أرقام عزم دوران المحرك بمقدار 50 نيوتن متر لتصل إلى 650 نيوتن متر، وهو عزم متوافر عبر نطاق واسع لدوران وضمان استجابة سريعة لطلبات السائق للتسارع، جرى تحسين ضبط دواصة الوقود واستجابتها في مختلف أنماط القيادة التي توفرها السيارة، والتي يمكن الاختيار بينها من خلال المفاتيح المثبتة على المقود.

تعديلات ساهمت بخفض الوزن

من خلال تعديلات شملت الاستخدام المدروس لتقنيات التصميم خفيف الوزن في مجموعة واسعة من المكونات الخارجية والداخلية المصنوعة من البلاستيك المقوى بألياف الكربون، جرى خفض وزن M2 CS بنحو 30 كيلوغراماً مقارنة بـ M2 القياسية. وبالإضافة إلى ذلك، جرى تزويد السيارة بشكل قياسي بعجلات M خفيفة الوزن تعتمد على تقنية تصنيع تسمح بذلك من جهة وتحسن مستويات المتانة من جهة أخرى، فمن خلال تعريض سبيكة الألمنيوم لضغط هائل يجري تشكيلها لتصبح عجلة تتميز بوزن خفيف كونها تستخدم كمية معادن أقل، وأكثر صلابة كونها مطروقة على العكس من التقنيات التقليدية التي تقوم على تدوير المعدن ثم وضعه في قالب وتركه يبرد كي يستعيد صلابته.

تعديلات ديناميكية

بالإضافة إلى جهاز التعليق المصمم لضبط الحركة الديناميكية للسيارة على الصعيد الميكانيكي، جرى تجهيز M2 CS بحزمة ديناميكية هوائية تتألف من ناشر هواء خلفي جديد مصنوع من ألياف الكربون المشقوفة (بلا طلاء) ليتناغم بعمله مع غطاء صندوق خلفي مصنوع من البلاستيك المقوى بألياف الكربون مع تصميم يحاكي ذيل البطلة كي يقوم بهام جناح خلفي يعزز مستويات الضغط الهوائي نحو الأسفل، أما في الأمام فيكمل الفاصل الأمامي باللون الأسود غير اللامع وشبكة BMW M الكلوية السوداء الحصرية ذات مداخل الهواء المحسنة، المظهر الرياضي والديناميكي للسيارة. وتجدر الإشارة هنا إلى أن مكابح M2 CS نالت نصيبها من التعديل لتحسين القدرة على تأخير عملية الكبح عند الاقتراب من المنعطفات والاستفادة من قدرات التماسك الأعلى التي توفرها الإطارات التي جرى تصميمها خصوصاً لهذه السيارة.

المقصورة الداخلية

تجمع المقصورة الداخلية لـ M2 CS بين المظهر الفاخر والطابع الرياضي، ويأتي ذلك بفضل الاستخدام المكثف لمادة الأكانتار، وتصنيع لوحة التحكم المركزية من البلاستيك المقوى بألياف الكربون. أما المقاعد، فتأتي قياسياً بتصميم سباق وهي مَدْفأة ومخففة الوزن، فيما يأتي المقود بتصميم مسطح القاع، وهو يحتوي على عتلات للتحكم بنسب علبة التروس، وعلامة مركزية حمراء لتساعد السائق على تحديد زاوية التفاف السيارة خلال القيادة الديناميكية السريعة، فضلاً عن زري M لاختيار إعدادات السيارة. وتشمل التفاصيل الإضافية شعار "CS" الأحمر على الكونسول الوسطي، وأحزمة أمان M، وعتبات أبواب خاصة سوداء اللون مع شعار "M2 CS" وإطار أحمر.



جديد سيارات نيسان ومرسيدس وفورد

أطلقت نيسان نيسان نسخة 2026 من سيارات الطراز سينترا، الذي سيصبح قريباً الأساسي للعلامة بعد احتمال إيقاف إنتاج فيرسا بعد 2025. تأتي النسخة الجديدة لتنافس هوندا سيفيك بتصميم خارجي عصري يعكس هوية الشركة مع شبكة V-motion مطوّرة وإضاءة رفيعة مبتكرة، إضافة إلى تحسينات ديناميكية هوائية لتقليل مقاومة الهواء وزيادة الكفاءة.

ويظل المحرك رباعي الأسطوانات بسعة 2.0 لتر كما هو، بقوة 149 حصاناً وعزم دوران 146 رطل-قدم، مع ناقل حركة Xtronic CVT. ويتميز الطراز الجديد بزيادة طفيفة في الطول وارتفاع أقل قليلاً عن الأرض، مع الحفاظ على عرض السيارة نفسه. بحسب صحيفة "العربي الجديد".

سيارات مرسيدس مايباخ S-Class بمحرك v12

تواصل مرسيدس الاحتفاء بمحركها V12

رغم تراجع المنافسين

عنها، حيث توفر هذه المحركات الرائدة لطرازات S-Class طويلة القاعدة فقط، النسخة الجديدة من مايباخ S680 تأتي تكريماً لتراث الشركة مع تفاصيل فاخرة مستوحاة من نماذج مايباخ في عشرينيات القرن الماضي وثلاثينياته، التي كانت تتميز بمحركات عملاقة تصل إلى 8.0 لترات. ويتميز الطراز الجديد بتجهيزات فاخرة تشمل لمسات

شيفروليه إمبالا SS موديل 1966: تحفة كلاسيكية بحالة المصنع الأصلي

علامات الاستخدام، ما يشير إلى احتمال ترميم السيارة أو العناية الفائقة بها على مدى عقود.

قوة محرك v8 أصيل

تحت غطاء المحرك، تحتفظ إمبالا SS بمحركها الأصلي V8 بسعة 327 بوصة مكعبة ينتج قوة 275 حصاناً، مقتزناً بناقل حركة يدوي من أربع سرعات يوجه القوة إلى العجلات الخلفية، مما يعكس روح سيارات العضلات الأمريكية في الستينيات.

نحو مزاد كيسيمي 2026

رغم أن دار المزاد لم تكشف بعد عن التقديرات الأولية لسعر السيارة، إلا أن التوقعات تشير إلى منافسة قوية بين عشاق السيارات الكلاسيكية عند بدء المزاد في KISSIMMEE 2026، خصوصاً أن إمبالا 1966 SS تعد واحدة من أكثر الطرازات المحبوبة بين هواة السيارات الأمريكية.



تستعد سيارة شيفروليه إمبالا SS الكلاسيكية للظهور في مزاد Mecum القادم في يناير، وهي تبدو وكأنها خرجت للتو من مصانع شيفروليه رغم مرور ما يقارب 60 عاماً على إنتاجها. هذه التحفة الأمريكية النادرة تأتي بحالة شبه مثالية تجعلها تبدو أكثر أناقة من كثير من السيارات الحديثة. وفقاً لـ "عالم السيارات".

تصميم خارجي أسود لامع بلمسات كروم

الهيكل الطويل لسيارة إمبالا SS يكتسي بلون أسود عميق مصقول بعناية، يتناغم مع لمسات الكروم اللامعة على الصدامات الأمامية والخلفية. كما لا تزال السيارة محتفظة بنقوشها الأصلية التي تضفي لمسة كلاسيكية أصيلة، في حين يمنحها غياب العمود الأوسط (B-Pillar) مظهراً أنيقاً وأنسابياً.

مقصورة بحالة مثالية من الداخل، المقصورة تكاد تكون جديدة تماماً؛ المقاعد، الأبواب، ولوحة القيادة جميعها مكسوة باللون الأسود مع لمسات محافظة على الطابع الكلاسيكي. عجلة القيادة وناقل الحركة وكونسول التبدل يظهران بحد أدنى من

9 Tips on How to Balance Study with Everyday Life

Balancing studying with everyday life can be a challenging task, especially if you're juggling work, family, and other commitments.

However, with a little bit of planning and discipline, it's possible to achieve a healthy balance between your studies and other aspects of your life. In this we'll share nine tips on how to balance study with everyday life. According to openstudiescollege.

Set realistic goals

When you're trying to balance study with everyday life, it's important to set realistic goals. Be honest with yourself about how much time you can realistically commit to studying each day or week, and set goals accordingly. This will help you to avoid feeling overwhelmed and ensure that you make steady progress towards your academic goals.

Create a study schedule

Creating a study schedule is an essential part of balancing study with everyday life. A schedule will help you to prioritise your time to your studies. When creating your schedule, be sure to include time for other commitments, such as work, family, and social activities.

Make the most of your downtime

When you're balancing study with everyday life, it's important to make the most of your downtime. This could include studying during your commute, listening to educational podcasts while you exercise, or studying during your lunch break.

By using your downtime effectively, you can make progress with your studies without sacrificing other aspects of your life.

Prioritising your tasks

When you have a lot on your plate, it can be difficult to know where to start. Prioritising your tasks is a key part of balancing study with everyday life.

Start by identifying the most important tasks that you need to complete, and tackle them first. This will help you to feel more in control and ensure that you're making progress towards your goals.

Take breaks

Taking breaks is an essential part of balancing study with everyday life. When you're studying, it's important to take regular breaks to avoid burnout and maintain your motivation.

Try to take a break every hour or so, and use this time to relax and recharge.

Get organised

Getting organised is essential! Make sure that you have a designated study space, and keep it tidy and free from distractions. Use tools like calendars and to-do lists to stay on top of your tasks, and make sure that you're staying on track with your goals.

Stay motivated

Staying motivated is key when you're balancing study and everyday life. One way to stay motivated is to focus on the end goal – whether that's getting a qualification, advancing your career, or simply learning something new.

Remind yourself of why you're studying, and use this as motivation to keep going.

Learn to say no

When you're balancing study with everyday life, it's important to learn to say no. This could mean saying no to social events, extra work commitments, or other activities that might interfere with your study schedule.

While it can be tough to turn down opportunities, it's important to prioritise your studies if you want to achieve your academic goals.

Ask for help

Finally, don't be afraid to ask for help. This could mean asking your family for support, reaching out for study groups, or speaking to your tutor. By asking for help, you can ensure that you're making the most of your time and getting the support you need to succeed.



أهمية التعلم الذاتي للشباب في عصر الذكاء الاصطناعي

نفسه في اكتساب المعرفة، لا يكون تابعاً للآخرين، بل يُكوّن رأيه الخاص استناداً إلى البحث والتجربة. وهذا يُكسبه شخصية أقوى، ويزيد من احترامه في محيطه، كما يُؤهله للقيادة في المستقبل.

كذلك، فإن المتعلم ذاتياً يتمتع بمرونة اجتماعية؛ إذ يصبح أكثر تقبلاً للاختلاف، وأكثر قدرة على التفاعل مع بيئات متنوعة وآراء متعددة؛ لأنه اعتاد البحث، والفهم، والتكيف.

ويُضيف التعلم الذاتي بُعداً مهماً في عالم يغلب عليه التكرار، حيث يدرس معظم الناس المناهج نفسها. أما من يطور مهاراته بشكل مستقل؛ فإنه يتميز ويبرز في هذا الوسط المتشابه. ومن الجوانب المهمة التي تؤكد فاعلية التعلم الذاتي، ما توصلت إليه دراسات علم الأعصاب: فالدمغ بطبيعته يُفضل التعلم النشط. وقد ثبت أن المتعلم يحتفظ بالمعلومة لمدة أطول عندما يكون هو من يختار المحتوى، ويربطه بتجربته الشخصية، ثم يعيد شرحه ويُطبقه. وهذا ما يجعل التعلم الذاتي محفزاً للدمغ، منشطاً للذاكرة، ومُعززاً للفهم العميق.

وهناك مفهوم يُضاف إلى التعلم الذاتي يُعرف بـ"حالة التدفق" (Flow)، وهي حالة ذهنية يبلغ فيها الإنسان أعلى درجات التركيز والانغماس، خصوصاً عندما ينخرط في تعلم شيء يحبه واختاره بنفسه. في هذه اللحظات، يشعر المرء بسعادة عقلية فائقة، ويصبح أكثر قدرة على التعلم والإبداع؛ لأن دافعيته تكون عالية، وأدأؤه في أفضل حالاته.

وأخيراً، يمكن القول إن التعلم الذاتي يحتاج إلى خطوات محددة، تبدأ بطرح أسئلة ذاتية مثل:

"ماذا أريد أن أتعلّم؟ ولماذا؟ وإلى أين أريد أن أصل؟ وما النتيجة التي أطمح لتحقيقها؟"

ثم يأتي دور اختيار المصادر الموثوقة، وتقسيم المحتوى إلى وحدات صغيرة قابلة للتطبيق، مع تقييم الذات باستمرار، والاحتفال حتى بأصغر الإنجازات.

وفي نهاية المطاف، أصبح التعلم الذاتي، في ظل هذا التطور المتسارع وفي عالم لا يعترف إلا بالمهارات والإنجازات، ليس مجرد وسيلة، بل ضرورة وجودية.

إنها مهارة تُكسب الشباب قوة معرفية، ومرونة نفسية، وتأثيراً اجتماعياً واسعاً.

هذه الدافعية تحفز مراكز المكافأة في الدماغ، وتؤدي إلى إفراز الدوبامين، وهو ناقل عصبي يسبب شعور بالحماس والإنجاز، حتى من دون مكافأة أو تحفيز خارجي.

زيادة التركيز وتحسين الذاكرة: عندما يكون لدى الإنسان دافع حقيقي للتعلم، يزداد تركيزه وتتحسن ذاكرته، كما يشعر برضا نفسي أكبر تجاه ما

في عصر يتسارع فيه التطور التكنولوجي والمعرفي بشكل غير مسبوق، لم يعد التعليم التقليدي كافياً لتلبية حاجات الأجيال الصاعدة، خصوصاً في ظل بروز الذكاء الاصطناعي الذي بدأ يعيد تشكيل ملامح سوق العمل، وأنماط الحياة، وحتى طبيعة المهارات المطلوبة للنجاح. في هذا السياق، يبرز التعلم الذاتي كأحد أهم المهارات الحيوية التي لا غنى عنها للشباب.

فالشباب اليوم لا يحتاجون فقط إلى ما يُقدّم في الصفوف الدراسية، بل هم بحاجة إلى القدرة على البحث، الفهم، التقييم، والتطبيق بأنفسهم. التعلم الذاتي يمنحهم القدرة على مواكبة المستجدات، التكيف مع التحولات السريعة، وتطوير مهارات جديدة باستمرار دون الاعتماد الكامل على مؤسسات تعليمية. اختصاصية الصحة النفسية الدكتورة فرح الحر تشرح حول أهمية التعلم الذاتي للشباب في عصر الذكاء الاصطناعي. وفقاً لـ"سيدتي"

التعلم الذاتي... ضرورة في عصر المعرفة

في عصر الذكاء الاصطناعي، حيث باتت الآلات قادرة على أداء مهام متكررة ومعقدة، تتزايد الحاجة إلى عقول قادرة على التفكير النقدي، الإبداع، والتعلم المستمر. من هنا، لا يعود التعلم الذاتي خياراً، بل ضرورة، تمكن الشباب من أن يكونوا فاعلين، مرنين، ومؤثرين في مجتمعاتهم وفي الاقتصاد الرقمي العالمي.

في هذا العصر، ومع تسارع التغيرات المعرفية والتقنية، لم يعد التعليم التقليدي وحده كافياً للجيل الجديد؛ كي يواجه تحديات المستقبل. لذلك، أصبحت القدرة على التعلم الذاتي ضرورة، لا مجرد خيار.

يُعد التعلم الذاتي مهارة أساسية تساعد الشباب على التميز، والنمو، والازدهار، وتحقيق الحرية الشخصية. فهو لا يقتصر فقط على اكتساب مهارات جديدة، بل يُعد بوابة نحو الاستقلالية، والثقة بالنفس، واتخاذ القرارات بشكل أفضل.

عندما يتعلم الإنسان، تحدث عدة عمليات نفسية وعصبية مهمة:

تنشيط الدافعية الداخلية: أول خطوة في التعلم الذاتي هي وجود دافع داخلي حقيقي، وليس شعوراً بالإجبار.



ينجزه. تعزيز الثقة بالنفس: كل مهارة يكتسبها الفرد بنفسه تعزز إيمانه بقدراته. هذا يقلل من التردد أو الخوف من الفشل، ويجعله أكثر استعداداً لمواجهة التحديات. الاستقلالية النفسية: الشخص الذي يتعلم ذاتياً يشعر بأنه لا يعتمد على أحد، وأنه قادر على قيادة نفسه وتحقيق أهدافه بمفرده؛ ما يقوي إحساسه بالسيطرة والثقة. التعلم الذاتي ضرورة وجودية

يعزز التعلم الذاتي الاستقلالية الفكرية لدى الفرد؛ فحين يعتمد الإنسان على

4 Types of Exercise That Boost Testosterone Levels

Testosterone is a primary hormone crucial for male health, though it also plays a vital role in female health in smaller amounts. This hormone is essential for muscle development, strength, energy, libido, as well as bone and cardiovascular health. Naturally, testosterone levels decline with age. However, regular exercise has been proven to naturally support testosterone production. This article explores how exercise boosts testosterone, the most effective types of workouts, and their overall health benefits. According to morulaivf.

How Does Exercise Boost Testosterone?

Exercise has a complex impact on the body, particularly on hormone production, including testosterone. During physical activity, the body responds by producing more hormones to support recovery and physiological adaptation. Testosterone is one of the hormones that increase following exercise, especially with specific types of workouts that target large muscle groups and involve heavy resistance or high intensity.

What is Empty Pregnancy and How to Overcome It

Research shows that resistance training, particularly exercises involving large muscle groups like the legs, can significantly stimulate testosterone release compared to other forms of exercise. High-Intensity Interval Training (HIIT) is also known to elevate testosterone levels. This hormonal increase can last for several hours post-exercise and, when done consistently, helps maintain higher long-term testosterone levels.

1. Strength Training

Resistance training with heavy weights is one of the most effective methods for boosting testosterone. Compound movements such as squats, deadlifts, bench presses, and barbell rows engage multiple large muscle groups, prompting the body to produce more testosterone. Strength training also increases lean muscle mass, which indirectly supports healthy testosterone levels.

2. Leg Workouts

Leg-focused exercises like squats and deadlifts are highly effective for testosterone production. These workouts activate some of the body's largest muscles, including the quadriceps, hamstrings, and gluteal muscles. Engaging large muscle groups requires more energy, triggering hormonal responses, including increased testosterone secretion. According to a study published in the American Journal of Physiology, consistent leg training can significantly elevate testosterone levels.

3. High-Intensity Interval Training (HIIT)

HIIT involves short bursts of intense activity followed by brief rest periods. This training style not only enhances fat burning but also supports testosterone production. According to research from WebMD, maximum effort during short-duration HIIT sessions can significantly boost testosterone levels.

4. Heavy Weights with Low to Moderate Repetitions

Lifting heavy weights with low to moderate reps (around 6-8 reps per set) provides a strong stimulus for the muscles, encouraging hormonal responses without causing excessive fatigue that may reduce testosterone levels.



حيلة مبتكرة لرفع لياقتك البدنية وكسر وهم استحالة الرياضة

إلى فقدان المزيد من الوزن، وخفض مستوى الكوليسترول". ويوضح المدرب الشخصي المعتمد، سيدني يومانز، أن "جرعات اللياقة البدنية الصغيرة"، طريقة تتيح بناء القوة، والمرونة، والقدرة على التحمل، دون إرهاق الجسم، كما أنها مثالية لمن لا يملكون الوقت الكافي للتمرين لفترات طويلة، ويحتاجون إلى تلك "الجرعة الصغيرة" من اللياقة البدنية. ويضيف أنه يمكن لتمرين الجرعات الصغيرة أن تكون "وسيلة رائعة لمحاربة التأثير السلبي للجلوس لفترات طويلة، ورفع الطاقة وتنشيط الدورة الدموية وتحفيز الدماغ خلال اليوم". ووفقا للمدرب المعتمد والمؤلف في مجال اللياقة البدنية، ستيفو سميث، تعد جرعات التمارين الصغيرة السريعة على مدار اليوم، "طريقة رائعة لاستيعاق والحفاظ على الإنتاجية".

حتى الجولات القصيرة جدا قد تفيد

فقد بحثت دراسة أخرى أجريت في نفس العام 2019، مدى تأثير "جرعات التمرين الخفيفة القصيرة" على اللياقة البدنية للشباب، ووجد الباحثون أنه "على الرغم من صغر حجم هذه التمرينات، إلا أنها حققت بعض النتائج الإيجابية والمثيرة للاهتمام". وكانت الجرعات التدريبية الصغيرة التي قام بها مجموعة من المشاركين، عبارة عن 3 جولات قصيرة جدا يوميا (كل جولة 3 دقائق و20 ثانية فقط)، 3 مرات أسبوعيا، لمدة 6 أسابيع.

وقامت مجموعة أخرى بجلسة تدريب واحدة يوميا، 3 أيام أسبوعيا، لكنها أطول بحوالي 10 دقائق. ولاحظ الباحثون على مجموعة جرعات التمارين الخفيفة، "تحسنا ملحوظا في اللياقة البدنية الهوائية، والتي تعد من أقوى العوامل المؤثرة في خفض خطر الوفاة المبكرة وتحسين الصحة العامة".

التمارين الأقصر قد تكون أصعب

فالأبحاث السابقة تشير إلى أنه "كلما كانت مدة التمرين أقصر، زادت الحاجة إلى بذل جهد أكبر"، حيث يضطر من لا يجد وقتا، إلى زيادة شدة التمرين، وبذل جهد أكبر، للحصول على فائدة أكبر. لذا، يقول بينيت، "إن دقيقة واحدة من التمرين بأقصى شدة، قد تعادل دقيقتين من التمرين متوسط الشدة".

هل يستحق الأمر الاستمرار في التمرين لممدد طويلة؟

للحفاظ على الصحة واللياقة البدنية بشكل عام، تشير أبحاث عام 2019، إلى أنه لا توجد سبلبيات لتقسيم التمرين الطويل إلى أجزاء أصغر (5). ولكن هناك أسباب قد تدفعك إلى "الاستمرار في التمرين لفترة أطول"؛ بحسب بينيت.

فإذا كنت تتدرب لحدث رياضي طويل، مثل الجري لمسافة 10 كيلومترات، أو ركوب دراجة لمسافة 30 كيلومترا، أو حتى لخوض سباق ماراثون؛ فسوف تحتاج إلى التمرين لفترة أطول، "لضمان استعداد عضلاتك ومفاصلك لحمل متطلبات الحدث، ومساعدة جسمك على التكيف لتحقيق أقصى أداء في ذلك اليوم".

أيضا، بالنسبة للصحة النفسية، هناك بعض الأدلة التي تشير إلى أن "ممارسة تمارين رياضية أكثر من الحد الأدنى الموصى به، قد تكون أفضل". وأن ممارسة حوالي ساعة واحدة من التمارين متوسطة الشدة يوميا، "يمكن أن تحسن أعراض القلق والاكتئاب، بشكل ملحوظ".

لكن بينيت يكرر أنه لا يزال بإمكانك "تقسيم تمارينك على مدار اليوم، والشعور بنفس التأثير".

ويؤكد أن "أي تمرين رياضي أفضل من لا شيء"، ولأن يشكون من ضيق الوقت، فإن 3 دقائق فقط يوميا، موزعة على 3 مرات، "يمكن أن يكون لها تأثير إيجابي على صحتنا".

في عالمنا المتسارع، قد تبدو محاولة ممارسة الرياضة أمرا مستحيلا في بعض الأحيان؛ لكن اتجاها جديدا أخذ في الصعود، يعتمد على تقسيم التمرين إلى فترات أقصر تتراوح مدتها بين 5 و10 دقائق فقط، وتوزعها على مدار اليوم، بدلا من تخصيص ساعة كاملة أو أكثر لجولة تمرين قوية، "قد يحدث نقلة نوعية للأشخاص المشغولين، ويجعل الحفاظ على النشاط البدني جزءا لا يتجزأ من الروتين اليومي". وفقا لـ "الجزيرة نت".

وذلك من خلال "تمارين الجرعات الصغيرة" (Microdose exercise)، وهو مصطلح يشمل "أي نشاط بدني يتضمن تناول جرعة تدريبية صغيرة، مع الحفاظ على الفوائد"؛ كما يقول هانتر بينيت، أستاذ علوم التمارين الرياضية، بجامعة جنوب أستراليا، على موقع "ذا كونفرزيشن".

لكن، هل هذه الجرعات ستجدي نفعا في زيادة اللياقة البدنية؟ بمعنى أننا إذا لم نتمكن من تخصيص 30 دقيقة للجري -على سبيل المثال- فهل تفيد هذه الفترات القصيرة من النشاط البدني في تحسين صحتنا بشكل عام؟

ما يجب أن يكون

وفقا لمنظمة الصحة العالمية، فإن الحد الأدنى لممارسة الرياضة الذي يجب عليك القيام به، هو ما لا يقل عن:

150 دقيقة أسبوعيا (نصف ساعة في 5 أيام)، من التمارين الهوائية متوسطة الشدة (التي يصعب إجراء محادثة أثناء القيام بها).

أو 75 دقيقة (ربع ساعة في 5 أيام) من التمارين عالية الشدة (التي يصعب التنفس في نهايتها صعبا).

أو الجمع بين النمط المعتدل والقوي.

وبالتالي، إذا كنت تمارس الرياضة يوميا، فستحتاج إلى ممارسة أنشطة مثل: المشي السريع، ركوب الدراجات، الجري، السباحة، التجديف، والرياضات الجماعية، مثل كرة القدم وكرة السلة؛ إلى جانب أنشطة تقوية العضلات، مثل رفع الأثقال، أو الركض السريع؛ مرتين أسبوعيا على الأقل.

ما يمكن أن يحتسب كتمارين رياضية

يؤكد بينيت أن "النشاط العرضي" أو الحركة التلقائية غير المخطط لها، أو الأنشطة اليومية، مثل اللعب مع الأطفال، أو صعود السلالم، أو المشي إلى محطة الحافلات، "قد يسهم في تحسين مستويات نشاطك البدني على مدار الأسبوع". ويضيف أنه يمكن احتساب الأعمال المنزلية التي تتطلب المسح والتنظيف، "جهدا بدنيا مشابها للمشي"، فمع أنها لا تعتبر نشاطا شاقا، "لكنها قد تساهم في تحقيق نسبة من دقائق التمرين متوسطة الشدة"، بحسب بينيت.

هل تجدي التمارين القصيرة نفعا؟

يجيب بينيت بـ "نعم"، موضحا أن ممارسة التمارين بجرعات صغيرة على مدار اليوم، "لا تقل فعالية عن ممارستها في جلسة طويلة واحدة"، بل إن هذه الجرعات الصغيرة، "قد يكون لها بعض الفوائد الإضافية".

فوفقا لمراجعة أجريت عام 2019، شملت 19 دراسة، وشارك فيها أكثر من ألف شخص، تم تقسيمهم إلى مجموعة قامت بـ 3 جولات من التمارين لمدة 10 دقائق 5 أيام في الأسبوع، ومجموعة أخرى تدربت في جلسة واحدة لمدة 30 دقيقة 5 أيام في الأسبوع. وأظهرت النتائج أن "ممارسة التمارين الرياضية لفترات قصيرة ومتعددة يوميا، تحسن صحة القلب والرئة وضغط الدم بالقدر الذي تحسنه جلسة تدريبية واحدة أطول". بالإضافة إلى بعض الأدلة على أن هذه الفترات القصيرة "أدت بالفعل

White dwarf caught devouring a frozen Pluto-like world

Astronomers using the Hubble Space Telescope have observed a white dwarf - a highly compact stellar ember - that appears to have gobbled up an icy world akin to the dwarf planet Pluto, a finding with implications regarding the likelihood of habitable planets beyond our solar system.

The white dwarf is located in our Milky Way galaxy about 255 light-years from Earth, relatively close in cosmic terms, and has a mass about 57% that of the sun. A light-year is the distance light travels in a year, 5.9 trillion miles (9.5 trillion km). According to the Middle East.

White dwarfs are among the universe's most compact objects, though not as dense as black holes. Stars with up to eight times the mass of the sun appear destined to end up as a white dwarf. They eventually burn up all the hydrogen they use as fuel. Gravity then causes them to collapse and blow off their outer layers in a "red giant" stage, eventually leaving behind a compact core - the white dwarf, according to Reuters.

The sun appears fated to end its existence as a white dwarf, billions of years from now. The white dwarf in the new study is a remnant of a star estimated to have been 50% more massive than the sun. In its current compact form, its diameter is roughly equivalent to that of Earth despite being perhaps 190,000 times more massive than our planet.

Astronomers previously documented how white dwarfs, thanks to their strong gravitational pull, consume - or accrete, in scientific terms - rocky bodies like planets, moons and asteroids. Scientists use telescopes to spot material on the white dwarf's surface made up of the elements that comprised these objects. Researchers have now detected a chemical fingerprint in this white dwarf indicating that the object it swallowed was not primarily rocky but instead icy. They suspect the white dwarf's gravitational effects ripped apart a Pluto-like world and that its pieces then plunged onto it.

"The white dwarf likely accreted fragments from the crust and mantle of a Pluto-like icy world," said Snehalata Sahu, a postdoctoral research fellow in astrophysics at the University of Warwick in England, lead author of the study published this month in the journal Monthly Notices of the Royal Astronomical Society.

"If not an entire Pluto, it would be a fragment chipped off a Pluto-like world by the collision with some other body. Either way, once this body gets sufficiently close to the white dwarf, roughly within a distance comparable to the size of the sun, the strong gravity would tidally distort the body, and it eventually would crack and disintegrate," said University of Warwick astrophysicist and study co-author Boris Gänsicke.

KEY EVIDENCE

Chemical evidence indicated that the object was not a comet, another type of icy body.

"The key evidence comes from the unusually high abundance of nitrogen we observed, much higher than in typical cometary material, and consistent with the nitrogen-rich ices that dominate Pluto's surface," Sahu said.

The detection of nitrogen, according to Gänsicke, was made possible through the use of Hubble's Cosmic Origins Spectrograph instrument, which observes ultraviolet light to study the formation and evolution of galaxies, stars and planetary systems.

The rate of material falling onto the white dwarf was equivalent to about the mass of an adult blue whale diving onto it every second and sustained for at least the past 13 years, Sahu said.

These observations provided evidence that icy bodies like those in our solar system exist in other planetary systems.

The solar system has an abundance of them, particularly in a frigid region beyond the outermost planet Neptune populated by dwarf planets like Pluto, comets and other icy bodies.

Water is a crucial ingredient for life. But how rocky planets like Earth come to possess large amounts of it is a matter of debate.

"In our solar system, icy bodies such as comets are thought to have played a key role in delivering water to the rocky planets, including Earth. Along with water, they also supplied other volatile and organic compounds such as carbon, sulfur and complex organics that are essential for prebiotic chemistry and, ultimately, the emergence of life," Sahu said.

"Similarly, in other planetary systems, water-rich bodies are expected to serve as carriers of these fundamental building blocks, potentially contributing to the development of habitable environments," Sahu added. "Detecting water-rich bodies around other stars provides observational confirmation that such reservoirs exist beyond our solar system."



اكتشاف مؤشرات للحياة على أحد أقمار زحل

للفضاء، بل هي موجودة في محيط إنسيلادوس". وقالت عالمة الكيمياء الفلكية كارولين فريسينيه التي لم تشارك في الدراسة لوكالة فرانس برس إن تأكيد وجود هذه الجزيئات التي "لم تكن لدينا أي شكوك جدية بشأنها"، يزيد "عنصرًا إضافيًا" على المعارف المتوافرة في هذا المجال. وأكدت الباحثة في مختبر الأجواء والرصد الفضائي (LATMOS) أن هذا يظهر، قبل كل شيء، أنه "بفضل التقنيات الجديدة، كالتعلم الآلي والذكاء الاصطناعي، أصبحنا قادرين على إجراء تحليلات وتفسيرات جديدة للبيانات القديمة".

وأضافت "لا يزال هناك الكثير مما يمكن استخلاصه من بيانات البعثات التي لم تعد موجودة اليوم". لتحقيق تحديد "دقيق للغاية" للجزيئات، وفق فريسينيه، "علينا من الناحية المثالية الهبوط حيث توجد السخانات، في القطب الجنوبي، وجمع العينات". أطلقت وكالة الفضاء الأوروبية دراسات لمثل هذا المشروع. وتقول الوكالة إن مهمة ستأخذ قياسات مباشرة على سطح القمر، بحثًا عن علامات الحياة، "ستمنح أوروبا مكانة رائدة في استكشاف النظام الشمسي". وقال خواجه "حتى لو لم نجد حياة على إنسيلادوس، فسيكون ذلك اكتشافًا كبيرًا، لأنه سي طرح أسئلة جوهرية حول سبب غياب الحياة في بيئة تبدو فيها كل الظروف مناسبة".

ظهرت دراسة علمية حديثة نشرت في مجلة "نيتشر" استرونيومي أن محيط قمر إنسيلادوس، التابع لكوكب زحل، يحتوي على جزيئات عضوية معقدة، في دليل جديد يعزز فرضية أن هذا القمر الجليدي قد يضم بيئة صالحة لنشوء الحياة خارج كوكب الأرض. وفقًا لـ "أ ف ب". إنسيلادوس، الذي لا يمكن رؤيته بالعين المجردة، هو عبارة عن كرة بيضاء لا يتجاوز قطرها 500 كيلومتر، بسطح مخطط بعلامات تشبه الندوب، ويدور في مدار حول زحل، الكوكب السادس في نظامنا الشمسي.

لعقود طويلة، اعتقد العلماء أن إنسيلادوس بعيد للغاية عن الشمس وبارد جدًا لدرجة تستبعد أي إمكانية لوجود حياة عليه. لكن هذه القناعة تغيرت جذريًا بفضل اكتشافات مسبار "كاسيني"، الذي استكشف زحل وأقماره وحلقته بين عامي 2004 و2017، حيث أثبت وجود محيط واسع من المياه المالحة يختبئ تحت قشرة جليدية سميكة. منذ ذلك الحين، استمرت البيانات التي جمعها المسبار في الكشف عن وجود مكونات أساسية لظهور الحياة، بما في ذلك الأملاح والميثان وثاني أكسيد الكربون والفوسفور وعناصر أخرى.

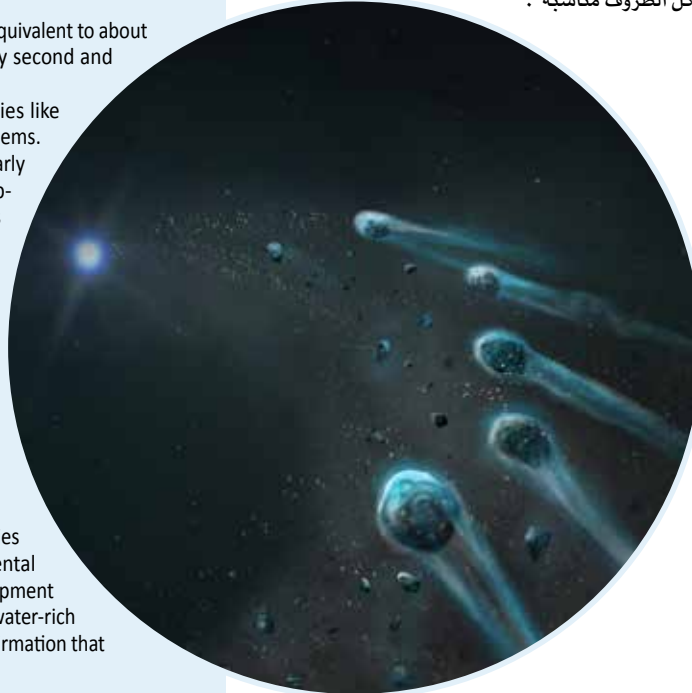
من أبرز اكتشافات "كاسيني" رصد لينابيع حارة في القطب الجنوبي للقمر، تنطلق من شقوق في السطح الجليدي وتنفذ في الفضاء جزيئات جليدية أصغر من حبيبات الرمل.

جزء من هذه الجزيئات يعود ليسقط على سطح القمر، بينما يتسرب الجزء الآخر إلى الفضاء الخارجي لينضم إلى إحدى حلقات زحل الشهيرة. يضع هذا الاكتشاف الجديد إنسيلادوس في صدارة قائمة الأهداف المستقبلية لمهام استكشاف الفضاء الباحثة عن حياة خارج كوكبنا.

أثناء مروره عبر الحلقة "إي" E، وهي الحلقة الخارجية من حلقات زحل، رصد المسبار "كاسيني" باستمرار عينات من إنسيلادوس، وفق ما ذكر المعد الرئيسي للدراسة نذير خواجه، عالم الكواكب في جامعة برلين الحرة، في بيان صادر عن وكالة الفضاء الأوروبية.

حدد العلماء العديد من الجزيئات العضوية هناك، بما في ذلك سلائف الأحماض الأمينية، وهي عناصر أساسية للحياة. لكن هذه الجسيمات ربما كانت موجودة في الحلقة لمئات السنين، وقد تغيرت بفعل الإشعاع الكوني المكثف. في العام 2008، مرّ المسبار "كاسيني" مباشرة عبر العمود الجليدي. وقد اصطدمت حبيبات الجليد المقذوفة قبل ذلك ببضع دقائق فقط بجهاز تحليل الغبار الكوني الخاص بالمسبار بسرعة 18 كيلومترًا في الثانية. وقد احتاج الباحثون سنوات لتحليلها الكيميائي المتعمق، وهو موضوع الدراسة الجديدة.

وأوضح عالم الكواكب فرانك بوتسبرغ، المشارك في إعداد الدراسة، في بيان أن "الجزيئات التي وجدناها في المادة المقذوفة حديثًا تثبت أن الجزيئات العضوية المعقدة التي رصدها كاسيني ليست مجرد نتاج التعرض الطويل



لإعلاناتكم في FOR ADVERTISING IN

مجلة العربي سياسية • ثقافية • اجتماعية • شهرية • شاملة • مستقلة الأمريكي اليوم
THE ARAB AMERICAN TODAY *magazine*

First Arab
American Magazine



مجلة عرب
أمريكا الأولى

الاتصال على 313-409-9541 CALL NOW



WWW.ARABAMERICANTODAY.NET

ترقيونا كل ثلاثاء

every Tuesday from 9 am to 11 am

من الساعة 9 حتى الساعة 11 صباحا



في ضيافة عبدالناصر مجلي

Yemen American Radio
صوت العربي الأمريكي اليوم بوابتك الواسعة على العالم

على محطة WNZK 690 / 680 AM

لإعلاناتكم تواصلوا معنا 313-409-9541
(Text Message)



إذاعة القرآن الكريم
من ديترويت
HOLY QURAN RADIO
FROM DETROIT

كل أربعاء من الساعة 4:00 إلى 5:00 مساءً

Every Wednesday from 4:00 to 5:00 p.m.
ON: WNZK radio 690/680 AM



Over 60,000 Europeans died from heat during 2024 summer: study

With Europe heating up twice as fast as the global average, the Spain-based researchers suggested an emergency alert system could help warn vulnerable people -- particularly the elderly -- ahead of dangerous heatwaves.

"Europe experienced an exceptionally deadly summer in 2024 with more than 60,000 heat-related deaths, bringing the total burden over the past three summers to more than 181,000," said the study in the journal Nature Medicine. According to AFP.

The researchers at the Barcelona Institute for Global Health (ISGlobal) reached this figure by analysing mortality data in regions across 32 European countries that covered a population of 539 million.

The death toll during last year's summer -- which was the hottest in recorded history for both Europe and the world -- was estimated to be 62,775. This was nearly 25 percent higher than the 50,798 estimated for 2023's summer, according to the study's newly revised figures. It remained below 2022's toll of 67,873.

However there are several sources of uncertainty for this kind of research, which means these are not "ultimate and precise" numbers, lead study author Tomas Janos of ISGlobal told AFP.

Taking this uncertainty into account, the 2024 study gave a wider estimate range of between 35,00 to 85,000 deaths.

It is difficult to establish how many people are killed by rising temperatures, because heat is very rarely recorded as a cause of death.

Beyond immediate effects such as heatstroke and dehydration, heat contributes to a broad range of potentially deadly health problems, including heart attacks, strokes and respiratory conditions.

According to the study, Italy was the country with the most heat deaths last summer with an estimated 19,000, followed by Spain and Germany, both with over 6,000.

When the size of the country's population was taken into account, Greece had the highest rate with 574 deaths per million people, followed by Bulgaria and Serbia.

What about 2025?

But what about the summer that recently ended in Europe, which is thought to be the hottest ever recorded in countries including Spain and the UK?

a rapidly produced analysis estimated that human-caused climate change was responsible for around 16,500 deaths this summer -- though that was only in European cities, or a fraction of the continent's population.

Rather than waiting months and years for countries to release mortality data -- and the lengthy process to get published in a peer reviewed-journal -- the British researchers aimed to give a quicker snapshot of the 2025 toll. Unlike study -- which looked at actual recorded deaths -- the rapid attribution study estimated how many people died from heat by extrapolating from previous years.

Janos said that both kinds of research played an important role, one offering a "first assumption" of heat deaths and the other giving "more robust, precise estimates" that could guide policy.

Monday's study also evaluated a tool that used weather forecasts to issue emergency alerts ahead of potentially deadly heatwaves. It found the alerts were reliable at least a week before the heatwave struck.

This early warning system is an "unexplored opportunity to save lives among the most vulnerable populations," ISGlobal's Joan Ballester Claramunt said.



تقرير حديث: تغير المناخ يعرض أسلوب الحياة الأوروبي للخطر

المسؤولين عن السياسة البيئية، تيريزا ريبييرا، وجيسكا روزوال، وفوبيكي هوكسترا، نتائج التقرير للدفاع عن استمرار العمل المناخي وحذروا من اعتباره عبئاً مالياً.

وقال هوكسترا، مفوض المناخ في الاتحاد الأوروبي إن "تكاليف التراجع عن العمل هائلة، وبشكل تغير المناخ تهديداً مباشراً لقدرتنا التنافسية"، مضيفاً أن "الاستمرار في هذا المسار ضروري لحماية اقتصادنا".

من جهتها قال ريبييرا، المسؤول عن المنافسة والتحول الأخضر "إن تأخير أو تأجيل تحقيق أهداف المناخ لن يؤدي إلا إلى زيادة التكاليف وتعميق التفاوت وإضعاف قدرتنا على الصمود".

المناخ يعرقل الأهداف ويرسم التقرير الصورة الأشمل حتى الآن للبيئة الأوروبية، مع أن عمليات التحقق المطولة تعني أن أحدث البيانات المتعلقة ببعض القضايا تعود إلى عام 2021.

وقد وجد التقرير أن هدفين فقط من أصل 22 هدفاً سياسياً محدداً لعام 2030، وهما انبعاثات غازات الاحتباس الحراري والمواد المستنفدة للأوزون، "يسيران على المسار الصحيح إلى حد كبير"، وفي المقابل لم تكن 8 أهداف "على المسار الصحيح إلى حد كبير"، بينما أظهرت البقية اتجاهات متباينة.

واعترضت حالة البيئة الطبيعية مثيراً للقلق بشكل خاص، إذ فشل الاتحاد الأوروبي في تحقيق هدفه بوقف فقدان التنوع البيولوجي وعكس مساره بحلول عام 2020، ولا توجد مؤشرات للتنوع البيولوجي تسير على الطريق الصحيح لتحقيق أهداف عام 2030.

ومن بين الاتجاهات الإيجابية القليلة في مجال الحياة البرية نمو المناطق المحمية، التي ارتفعت إلى 26.1% من اليابسة و12.3% من البحر في عام 2022.

كما كان التقدم نحو الاقتصاد الدائري ضعيفاً أيضاً، حيث لم يرتفع الطلب على المواد المبنية عن طريق إعادة التدوير إلا بشكل طفيف، وتراوحت من 10.7% عام 2010 إلى 11.8% عام 2023.

وقال توبياس لونج، المشارك في إعداد التقرير إن "مؤشر الخطر الحقيقي هو استهلاكنا، مستويات استهلاكنا مرتفعة للغاية". وعانت أوروبا خلال صائفة 2025 من معدلات حرارة قياسية وموجة حوائق كبيرة، وحسب بيانات مركز أبحاث الاتحاد الأوروبي، احترق أكثر من مليون هكتار في بلدان الاتحاد الأوروبي منذ بداية 2025، وكانت إسبانيا والبرتغال الأكثر تضرراً.

وتشير بيانات خدمة كوبرنيكوس لتغير المناخ التابعة للاتحاد الأوروبي إلى أن أوروبا تشهد ارتفاعاً في درجات الحرارة بمعدل أسرع بمرتين من المتوسط العالمي منذ ثمانينيات القرن الماضي.

كشف تقرير جديد أن أسلوب الحياة الأوروبي مهدد بسبب التدهور البيئي، حيث حذر مسؤولون في الاتحاد الأوروبي من إضعاف القواعد الخضراء، حيث سيؤدي فقدان التنوع البيولوجي وتغير المناخ إلى تقويض النظم البيئية التي تقوم عليها الاقتصادات الأوروبية.

وأشار التقرير الصادر عن وكالة البيئة الأوروبية إلى أن القارة حققت تقدماً مهماً في خفض التلوث المسبب لارتفاع درجة حرارة الكوكب، ولكن تدهور الحياة البرية وانهيار المناخ يدمران النظم البيئية التي تدعم الاقتصاد. وفقاً لـ "غارديان".

وأفادت الطبعة السابعة من التقرير، الذي يُنشر كل 5 سنوات منذ عام 1995 إلى أن أكثر من 80% من الموائل المحمية في حالة سيئة أو سيئة جداً، حيث تؤدي أنماط الاستهلاك والإنتاج "غير المستدامة" إلى فقدان الحياة البرية.

كما أشار التقرير إلى انخفاض "مخزون الكربون" في الاتحاد بنحو 30% خلال عقد من الزمان بسبب قطع الأشجار وحرائق الغابات والأفات التي تلحق الضرر بالغابات.

وحسب التقرير، لم تشهد الانبعاثات الناجمة عن النقل والأغذية أي تغيير يذكر منذ عام 2005، على الرغم من التقدم المحرز في قطاعات أخرى، مشيراً إلى أن الدول الأعضاء فشلت في التكيف مع الطقس المتطرف بالسرعة التي ارتفعت بها مستويات المخاطر.

كما يؤثر نقص المياه بالفعل - حسب التقرير - على واحد من كل 3 أوروبيين، ومن المتوقع أن يزداد الأمر سوءاً مع تغير المناخ، كما أن الغابات معرضة لخطر قطع الأشجار وحرائق الغابات والأفات.

وقالت لينا يلا-مونونين، المديرية التنفيذية للوكالة "نكافح لتحقيق أهدافنا لعام 2030 في مجالات عديدة، وهذا يعرض للخطر مستقبل ازدهار الأوروبيين وقدرتهم التنافسية وجودة حياتهم".

ويأتي هذا التحذير في ظل تراجع عن القواعد البيئية، مع تزايد نفوذ أحزاب اليمين المتطرف التي تنكر صحة نظرية تغير المناخ في جميع أنحاء القارة.

كما ضغطت الولايات المتحدة على قادة الاتحاد الأوروبي لشراء وقودها الأحفوري والتخلي عن معايير التلوث التي تؤثر على السلع المستوردة.

وفي خطاب ألقاه في الأمم المتحدة، مؤخراً، زعم دونالد ترامب دون دليل، أن العديد من الدول الأوروبية على "حافة الدمار بسبب أجندة الطاقة الخضراء"، وألقى الرئيس ترامب باللوم على انخفاض انبعاثات الاتحاد الأوروبي بنسبة 37% منذ عام 1990 في فقدان الوظائف وإغلاق المصانع.

وقد استخدم كبار المسؤولين الثلاثة في الاتحاد الأوروبي





بعد 35 عاماً.. اختبار DNA يكشف تبديل طفلين في النمسا

وكُشف الخطأ لأول مرة عندما لاحظت إحدى السيدتين، قبل سنوات، أن فصيلة دمها لا تتطابق مع والديها، بعد تبرعها بالدم. وعلى الرغم من التحقيقات التي أطلقت عام 2016، لم يُعثر حينها على العائلة الأخرى. لكن الصديقة عادت لتعيد القصة إلى الواجهة، إذ اكتشفت المرأة الثانية الحقيقة قبل أسابيع فقط، عندما علمت بفصيلة دمها خلال فترة حملها، وربطت الأمر بالقضية القديمة. وبعد التواصل بين العائلتين، أكد اختبار الحمض النووي وقوع التبديل.

وقالت المرأة الثانية: "شعرت وكأن لدي أختاً منذ 35 عاماً... كانت تجربة مهولة لكنها جميلة في الوقت نفسه".

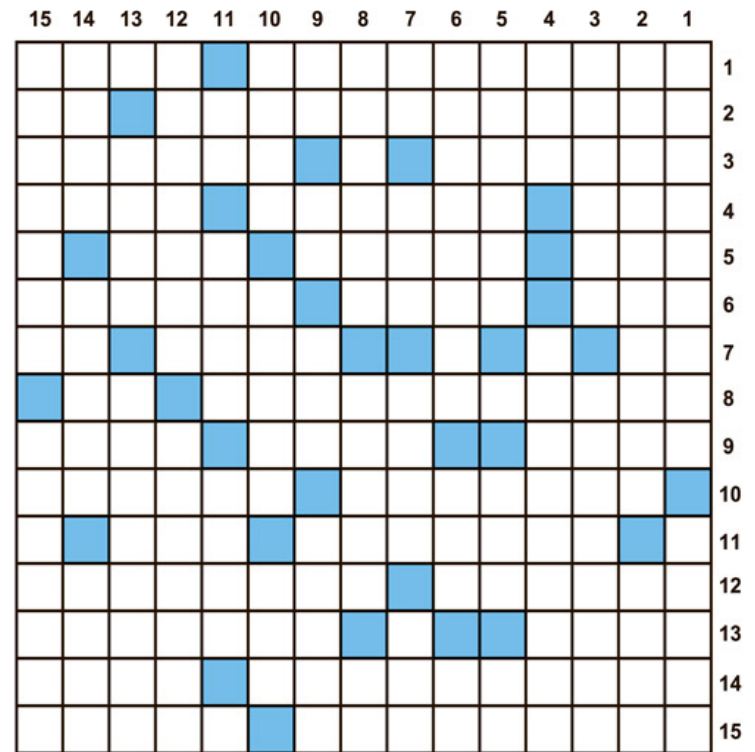
فيما علقت المرأة الأخرى، التي كانت على علم بالقضية منذ سنوات، "إنه شعور جميل لا يمكن وصفه".

تمكّن اختبار للحمض النووي من حل لغز حير عائلتين في النمسا لأكثر من ثلاثة عقود، بعدما تبين أن طفلين حديثي الولادة قد تم تبديلهم في أحد مستشفيات جنوب البلاد عام 1990.

وذكرت محطة "أو آر إف" النمساوية أن المرأتين، اللتين وُلدتا في تشرين الأول 1990 بمدينة غراتس، التقتا مؤخراً ببعضهما وبوالديهما البيولوجيين، بعد اكتشاف حادثة التبديل التي وقعت في المستشفى عند الولادة.

ووفقاً لصحيفة "كرونن تسايونج"، فإن الطفلتين كانتا قد وُلدتا قبل أوانهما ووضعتا في الحاضنات بدل البقاء مع الأمهات، ما يُعتقد أنه أدى إلى وقوع الخطأ.

وأكد المستشفى وقوع الحادثة وحلها، وقال مديره العام في بيان: "نأسف بشدة لوقوع هذا الخطأ في ذلك الوقت".



عمودي

- 1- فيلم من بطولة سعد الصغير ودينا- يومية عامل نقدية (م)
- 2- شاعر انجليزي راحل- متشابهان
- 3- متشابهة- شهر ميلادي (م)
- 4- حيوان بري- عكس يحللها- يقطع
- 5- حرف مجاني- العنق (م)- يحمله كل شيء (م)
- 6- رجاء- متشابهة- تابعا (م)
- 7- خاصته- علم مذكر (م)- عمر (م)
- 8- اغنية لاليسا- مقياس ارضي
- 9- ينغم (م)- الحاجز- اول حرف من الابجدية اليونانية
- 10- ممثل سوري- ذلنا (م)
- 11- الاعلام (م)- تعب
- 12- اغنية لعمر دياب (م)- اكرائهم
- 13- قارب (م)- الفقر (م)
- 14- من العادن- سحب
- 15- ممثلة مصرية (م)- القنوط (م)

أفقي

- 1- فيلم من بطولة سعد الصغير ودينا- يومية عامل نقدية (م)
- 2- شاعر انجليزي راحل- متشابهان
- 3- متشابهة- شهر ميلادي (م)
- 4- حيوان بري- عكس يحللها- يقطع
- 5- حرف مجاني- العنق (م)- يحمله كل شيء (م)
- 6- رجاء- متشابهة- تابعا (م)
- 7- خاصته- علم مذكر (م)- عمر (م)
- 8- اغنية لاليسا- مقياس ارضي
- 9- ينغم (م)- الحاجز- اول حرف من الابجدية اليونانية
- 10- ممثل سوري- ذلنا (م)
- 11- الاعلام (م)- تعب
- 12- اغنية لعمر دياب (م)- اكرائهم
- 13- قارب (م)- الفقر (م)
- 14- من العادن- سحب
- 15- ممثلة مصرية (م)- القنوط (م)

كلب شرطة شجاع يطيح بلص مجوهرات في بريطانيا



في واقعة بطولية لاقت إشادة واسعة في بريطانيا، تمكن كلب الشرطة "موس" (PD Moose) من القبض على لص حاول الفرار بعد سرقة مجوهرات ومبالغ مالية تقدر بألاف الجنيهات الإسترلينية.

الكلب الشجاع، التابع لشرطة كليفلاند، تحرك مع قائده إلى منطقة ستوكتون في مقاطعة دورهام بعد تلقي بلاغ عن رجل يثير الفوضى ويتسبب في أضرار بالملوكات، وعند وصولهما، تمكن موس من طرح اللص أرضاً والسيطرة عليه حتى وصول الدعم الأمني، وفقاً لموقع "ديلي ميل" البريطاني.

المتهم يدعى آدم كيري، ويبلغ من العمر 38 عاماً، عُثر بحوزته على مجموعة من القلائد والخواتم والأقراط بالإضافة إلى مبالغ نقدية، فيما تم العثور على حقيبة فاخرة من ماركة جيمي تشو في المكان الذي حاول

الاختباء فيه.

أصدرت المحكمة، حكماً بسجن كيري لمدة عامين وأربعة أشهر، إضافة إلى غرامة 228 جنيهًا إسترلينيًا كتعويض للضحايا، فيما نال الكلب موس إشادة كبيرة من الجمهور ووسائل الإعلام على شجاعته وسرعته في إحباط الجريمة وإنقاذ الموقف.

'Dead man' shows up at his own funeral and tells stunned mourners 'I'm alive'

The 22-year-old man had been declared dead after being struck by a truck carrying sugar cane, but he showed up at his own funeral and told mourners that he was still alive. in Aldretz, northern Argentina.

Grieving relatives were left stunned when a "dead" man interrupted his own funeral and declared "I'm alive."

The 22-year-old had apparently perished after being struck by a lorry carrying sugar cane but reports of his death had been greatly exaggerated.

The man had been declared deceased following an accident on, September 18. Whilst investigators initially suspected that the man's shocking death may have been

suicide, the case was later reclassified as negligent homicide and an autopsy was requested.

The day after the accident, a woman entered a local police station claiming to be the deceased's mother. She informed police that she recognised her son by his clothing and certain physical characteristics, so the authorities released the remains to the family, who arranged a wake over the weekend.

However, during the ceremony, the woman's son – who has not been identified by the authorities – suddenly

appeared and announced that he wasn't dead. The "dead" man's unexpected arrival caused shock amongst the already emotional mourners in attendance.



روعة الحياة لا تفسدها ... بأفة المخدرات

BEWARE THE USE OF DRUGS , THEY CAN
LEAD TO DEATH

للمخدرات





shop papaya online at :
papayaexpress.com

أسواق الرضا

بجميع فروعهم في خدمتكم



تخفيضات كل يوم
أربعاء

تابعونا على :



تشكيلة واسعة من الخضار والفواكه
عالية الجودة وبأقل الأسعار



14615 Warren
Dearborn, mi 48126
(313) 945-8891



25633 Warren
Dearborn Heights, mi 48127
(313) 277-3220



16322 W. Warren
Detroit mi 48228
(313) 584-8755



5635 Schaefer Rd.
Dearborn, mi 48126
(313) 846-5725

TOP GEARZ

AUTO SALES



Serving The
Community
For Over
22 year

22
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
ضمانة سنة كاملة للأجن
والترانزميشن

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