

# THE ARAB AMERICAN TODAY *magazine*

عدد الشهداء تجاوز 74 ألفاً  
بالأرقام.. ثلاث سنوات من  
الإبادة الإسرائيلية والمحو الشامل  
**لقطاع غزة**

رئيس مجلس القيادة اليمني:  
**إنهاء الإرهاب الحوثي**  
قرار نافذ لا رجعة عنه

دعم خليجي لحق السعودية في  
الدفاع عن نفسها... وإدانة  
**للاعتداءات الحوثية**

لايف للإغاثة والتنمية في  
فلسطين: نسعى لتوسيع  
المشروعات الإنسانية لدعم  
الغذائي والصحي ورعاية  
المسنين في بيت لحم

**POMEGRANATE**  
Compound Shows  
Promise for Heart  
Failure Treatment

المركز الإسلامي في ديترويت  
(ICD) يطلق خطه الجديد  
**للدعم النفسي**

الجمهوريون مهددون  
**بالهزيمة في تكساس**  
معقلهم التاريخي في  
انتخابات منتصف الولاية

اليمني الأمريكي  
**أمير غالب**  
مستشاراً لترامب لشؤون  
الأمريكيين العرب

US Congresswoman  
**ILHAN OMAR**  
vows to fight Trump ad-  
ministration intimidation

من تعهد السيسي إلى  
التأجيل البرلماني..  
محطات في مسار الدعم  
**4 المصري للسعودية**

**عبد الرحمن السيد**  
يندد بحملة "إيباك" ضده:  
أموال الضرائب للأمريكيين  
لا تقتل الأطفال

**ثورة 14 أكتوبر**  
في اليمن.. إرادة شعب قرر أن  
يتحرر من الهيمنة الأجنبية

تقديرًا لمسيرته العلمية والإنسانية، ودوره في ترسيخ الاعتدال والحوار والسلام  
في دورتها العشرين : مجلة العربي الأمريكي اليوم وشبكة  
الأمة برس العربية الأمريكية الإخبارية تعلنان الإمام الأكبر

**الدكتور أحمد الطيب**  
**شخصية العام 2026**



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



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



# 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](http://www.puretaxone.com)

## المحتويات Contents

## العربي الأمريكي اليوم

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

الناشر ورئيس التحرير

عبدالنصر مجلي

Publisher & Editor -in-Chief  
**ABDULNASSER MUGALI**

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

للإعلان والإشتراكات

313-409-9541

arabamericantoday@yahoo.com

# THE INTERNATIONAL MAGAZINE OF ARAB AMERICANS

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

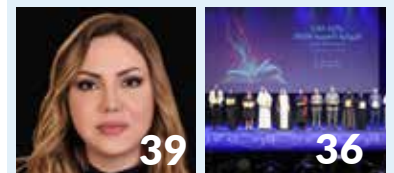
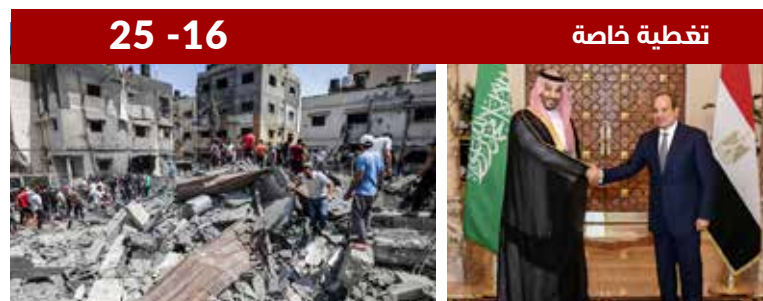
ALL ARTICLES, OPINIONS AND  
LETTERS ARE SENT IN THE NAME  
OF THE EDITOR AND DO NOT  
NECESSARILY EXPRESS THE  
OPINION OF THE NEWSPAPER  
OR THE CENTER. CONTACT THE  
ADVERTISER IN THE ARAB AMERICAN  
TODAY MAGAZINE

please call : 313- 409-9541

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

الإخراج الفني /

ART DIRECTION  
THE ARAB AMERICAN TODAY  
MAGAZINE TEAM



- عرب أمريكا Arabs of America 10  
العالم WORLD 32  
بروفایل profile 44  
قضية Issue 46  
اقتصاد Economy 48  
سياسة POLITICS 52  
علوم Sciences 62  
تكنولوجيا TECHNOLOGY 64  
الرجل THE MAN 66  
حواء Eve 78  
صحة وطب Health Medical 88  
سيارات CARS 90  
فضاء SPACE 95

## الانتخابات النصفية الأمريكية قد تدخل التاريخ

يتوجه الأمريكيون إلى صناديق الاقتراع في 3 نوفمبر/ تشرين الثاني لانتخاب كونغرس جديد (تشمل الانتخابات كل النواب وعددهم 435، و33% من مجلس الشيوخ). حوالي 12 مليوناً أدلوا حتى الآن بأصواتهم في ما يُسمى «الاقتراع المبكر» وذلك من أصل أكثر من مئة مليون من المتوقع أن يشاركوا في هذه الانتخابات، أو ما يوازي 47 إلى 52% من الهيئة الناخبة. وفقاً لـ «العربي الجديد».

عادةً في أي استحقاق انتخابي يمكن للأيام الأخيرة من الحملة أن تقلب المعادلة. خاصة عندما تكون الأرقام والتوازنات متقاربة بين المرشحين، بحيث يحبس المترددون وقسم كبير من المستقلين خياراتهم إلى اللحظة الأخيرة وبما يؤدي إلى نتائج مفاجئة أو غير متوقعة. لكن هذه المرة لا تبدو المعركة كذلك. الاعتيادي يبدو لا مكان له في هذه الانتخابات غير الاعتيادية. فهي أقرب إلى الاستفتاء منها إلى المنافسة وإلى المحاسبة منها إلى المفاضلة بين المرشحين. وهو ما يفسر إلى حد بعيد جمود المعادلة وبفارق وازن لصالح الديمقراطيين منذ الصيف الماضي. بل اقتحامهم لولايات ومقاعد في مجلسي الشيوخ والنواب كانت عادة محسومة سلفاً للجمهوريين. الانقلاب في خيارات الناخبين وبالذات المستقلين منهم الذين تتحكم غالبيتهم في ترجيح الكفة في أي انتخابات، يرتبط كما هو معروف بتداعيات حرب إيران.

الاعتيادي يبدو لا مكان له في هذه الانتخابات غير الاعتيادية. فهي أقرب إلى الاستفتاء منها إلى المنافسة وإلى المحاسبة منها إلى المفاضلة بين المرشحين.

اشتعال الأسعار بعد إغلاق مضيق هرمز، أطاح بصيد الرئيس دونالد ترامب، واستطرداً بصيد الجمهوريين ومرشحيهم للنصفية. مازق البيت الأبيض وحزبه انعكاساً لمآزق الحرب ومرتبطة به. وما دام الثاني معلّقاً، هكذا يبقى الأول. الرئيس ترامب نزل في المعركة بثقله لملك المازقين أحدهما عن الآخر، لكنه لم يقوَ حتى الآن على ترجيح التوازنات بدرجة فارقة. يقوم بجولات انتخابية متلاحقة في الولايات خاصة التي تهدد بخسارة الجمهوريين للأغلبية في مجلس الشيوخ. أو لإنقاذ ما يمكن إنقاذه. الاحتمال غير مستبعد، لكن الأرقام لا تعكس حتى اللحظة أرجحية وأعادة في هذا الاتجاه.

الآن الحملة في ذروتها. وهكذا طوفان دعاياتها المرئية والمسموعة وحرب التشنيع بالخصوم والتنفير منهم. معركة قد تتجاوز كلفتها المتوقعة 11 مليار دولار. الرئيس ترامب وعد بمكافأة مقدارها 5 آلاف دولار لكل مواطن بالغ لو فاز الحزب الجمهوري بأغلبية مجلسي الكونغرس مع أنه ليس من المحتمل أن يوافق الكونغرس على مبلغ بهذا الرقم في وقت تجاوزت فيه مديونية الخزنة 40 تريليون دولار.

لكن هذه الأرقام الفلكية لا يبدو أنها قادرة على تغيير المشهد، خاصة أن أسباب هبوط وضع الجمهوريين ليست قائمة فقط، بل تفاقمت. تزايد الارتفاع في أسعار الطاقة في الأيام القليلة الماضية على أثر احتدام المواجهة الحوثية السعودية، من شأنه أن يزيد من الابتعاد عن مرشحي الجمهوريين وبما يعزز من وضع الديمقراطيين. ففي العموم، الناخب الأمريكي غير الحزبي المعتز، والذي يمسك في مثل هذه الظروف بمفتاح الفوز في الانتخابات، يقترح عبر «محفظة نقوده». إذا اكتوى بالأسعار، ارتد على الحزب الحاكم لمحاسبته. الوضع الاقتصادي يشكل العامل المقرر لخياره الانتخابي، خصوصاً في وضع كالذي تعيشه الولايات المتحدة في الوقت الراهن. ومن هذه الزاوية، ليس من المتوقع أن تشهد الأيام المتبقية للحملة الانتخابية التغيير المطلوب لتعديل الموازين.

في العموم الناخب الأمريكي غير الحزبي المعتز والذي يمسك في مثل هذه الظروف بمفتاح الفوز في الانتخابات، يقترح عبر «محفظة نقوده» على هذه الأرضية، تزايدت المخاوف أخيراً من تكرار سيناريو «رفض النتائج» لو فاز الديمقراطيون بالأغلبية في المجلسين. ليس بالضرورة كما حصل في يناير/ كانون الأول 2021، ولكن بما يكفي لتوليد أزمة حكم تدخل التاريخ. في استطلاع أجرته صحيفة واشنطن بوست، جاء أن 7 من أصل 10 أميركيين يتخوفون من أن يعلن ترامب عدم قبوله لنتائج من هذا النوع. لا البيت الأبيض ولا الإدارة ألمحت إلى ما يبرر هذا التخوف، لكن ربما السابقة أعلاه أوجت باحتمال كهذا؛ فواشنطن في حالة حرب، وبالتالي لا تتحمل في الوقت الراهن إشكالية بهذا الحجم ومن هذا العيار، فقد تتطلب لو فعلاً حصلت، مدة طويلة للمقاضاة بشأنها، لكن في الأجواء السائدة تبقى كل السيناريوهات قائمة، ولو أن الظروف مختلفة اليوم عما كانت عليه في 2021.



## الجمهوريون مهددون بالهزيمة في تكساس معقلهم التاريخي في انتخابات منتصف الولاية

ورغم الجدل المثار حوله، ما زال باكستون يحظى بدعم كبير في أساط قاعده ترامب المعروفة بـ «ماغا» (لنجل أميركا عظيمة مجدداً).

وقال مارك أبونتي، وهو ناخب جمهوري التقته وكالة فرانس برس في التجمع الانتخابي الذي أقامه ترامب في سان أنتونيو «سأكون صريحاً، لا أعتقد أنه أفضل ممثل يمكننا الحصول عليه، لكنه أفضل ما يُطرح علينا حالياً».

بالنسبة إلى الديمقراطيين، سيتوقف تحقيق انتصار في تكساس على حشد واسع النطاق للناخبين من أصول لاتينية لصالحهم، علماً أن أكثر من ثلثهم اتجهوا نحو الجمهوريين للمرة الأولى عام 2024.

- «كل هذا خوف» -

بيني ميلينديز، وهو ابن مهاجرين يعمل مقاولاً في قطاع البناء، من بين الذين دعموا دونالد ترامب قبل عامين. لكنه اليوم ينتقد عمليات الدهم التي تنفذها شرطة الهجرة (إيس) والتي طالعت شركته، ما أدى على حد قوله إلى خفض عدد موظفيه وأرباحه إلى النصف.

وقال «كل هذا الخوف، وتفرق العائلات، والموت في الشوارع، والمضايقات التي نتعرض لها، أمور ترعبني».

وحذرت جمعيات مربي الماشية في ولايات عدة، من بينها تكساس، من أن عمليات وكالة إنفاذ قوانين الهجرة والجمارك تثبت الرعب حتى في نفوس الأشخاص المقيمين بوضع قانوني، وتتسبب في نقص في العمالة، وهو ما يؤدي إلى تداعيات ملموسة خصوصاً على أسعار اللحوم.

وتعد القضايا الاقتصادية في صميم الحملة الانتخابية في ولاية تكساس، كما هي الحال في سائر أنحاء الولايات المتحدة. وقد يكلف الاستياء الشعبي إزاء ذلك الجمهوريين مقعداً في مجلس الشيوخ، فضلاً عن منصب الحاكم الذي يشغله غريغ أبوت منذ العام 2015. في المقابل، تركز جينا هينوخوسا، وهي مسؤولة منتخبة محلياً نشأت في عائلة كاثوليكية مكسيكية، حملتها الانتخابية على تكاليف المعيشة.

ويظهر استطلاع للرأي أجرته منظمة «يونيودس يو إس» في أيار/ مايو أن واحداً من كل خمسة ناخبين من أصول لاتينية في ولاية تكساس ممن دعموا ترامب عام 2024، لن يكرروا تصويتهم لصالحه.

ومن بين هؤلاء بني ميلينديز الذي قال «لم أصوت لترامب لأنني أحبه (...) صوت لترامب لمعاقبة بايدن. وللسبب ذاته، سأصوت لـ (الحزب) الديمقراطي لمعاقبة ترامب».

تتراكم التحديات أمام الجمهوريين في ولاية تكساس الأميركية حيث باتت هيمنتهم التاريخية على المحك، مع اقتراب موعد انتخابات التجديد النصفي للكونغرس المقررة مطلع تشرين الثاني/نوفمبر.

في هذه الولاية المحافظة التي تعتمد على النفط والزراعة وحيث يُعد اقتناء سلاح جزءاً متجذراً في الثقافة المحلية، لم يفز الديمقراطيون بأي انتخابات على مستوى الولاية منذ العام 1994. وفي الانتخابات الرئاسية لعام 2024، عزز دونالد ترامب تقدمه فيها، بفارق وصل إلى نحو 14 نقطة. وفقاً لـ «أ ف ب».

لكن جيلاً جديداً من الديمقراطيين في تكساس بدأ اليوم يطمح إلى تحقيق فوز في انتخابات منتصف الولاية اقتداء بقائد مسيرتهم جيمس تالريكو. فهذا الأستاذ السابق ودارس اللاهوت في الكنيسة المشيخية والذي يشغل حالياً عضوية مجلس نواب تكساس، يسعى للفوز بمقعد في مجلس الشيوخ، معتمداً خطاباً يمزج بين الإيمان المسيحي ونقد التفاوتات الاقتصادية.

كما أنه يواصل تكثيف مساعيه للافتاح على الناخبين المستقلين تقليدياً، بل وحتى الجمهوريين، ممن أصيبوا بخيبة أمل تجاه ترامب منذ عودته إلى البيت الأبيض.

وقال تالريكو عبر شبكة «سي إن إن» أخيراً «لقد سئمت من تقسيمنا إلى معسكرين، يسار ويمين، زرق وحمر، سكان مدن وسكان أرياف».

وتظهر استطلاعات للرأي أجريت في تشرين الأول/أكتوبر تفوقاً طفيفاً له على منافسه الجمهوري كين باكستون، المدعي العام الحالي لولاية تكساس والموالي لترامب.

- فضائ -

وقال دونالد ترامب خلال تجمع انتخابي في سان أنتونيو مطلع تشرين الأول/أكتوبر «لن أسمح بأن يتعرض إرثي، المتمثل في حصولي على أكبر عدد من الأصوات في تاريخ تكساس، للتطليخ أو التدمير».

وتجدر الإشارة إلى أن ترامب صعب المهمة على نفسه عندما قرر خلال الانتخابات التمهيدية التخلي عن السيناتور الجمهوري الحالي جون كورنين لدعم مرشح يتبنى مواقف أكثر تطرفاً ويثير الكثير من الجدل.

ففي العام 2023، واجه باكستون إجراءات لعزله أمام برلمان ولاية تكساس بتهمة الفساد وإساءة استخدام السلطة، إلا أن هذه الإجراءات لم تقض إلى عزله.

كما شهد عام 2025 فضيحة خيانة زوجية مدوية دفعت بزوجه إلى طلب الطلاق لأسباب «تستند إلى الكتاب المقدس».





## US Congresswoman Ilhan Omar vows to fight Trump administration intimidation

**U**S Rep. Ilhan Omar pledged to resist efforts by President Donald Trump's administration to "intimidate" her and other figures ahead of upcoming midterm elections.

"We're not going to be intimidated. We're not going to be silenced. We're not going to be scared," Omar, Minnesota's Democratic congresswoman, said in video remarks on thanking supporters. According to Anadolu.

She asserted that the administration officials are "running scared" as voting nears.

The lawmaker maintained that public solidarity provides crucial momentum to "fight Trump and his administration," promising to campaign actively alongside voters ahead of the Nov. 3 midterm elections to secure Democratic majorities in the House of Representatives and the Senate while holding the executive branch accountable.

Her message follows comments by Trump on suggesting Omar could face imprisonment, not merely deportation, in connection with a federal immigration inquiry.

Earlier federal agents searched Omar's residence during a probe into alleged false statements on government filings and potential conspiracy, seizing laptops, mobile phones, notebooks, and her passport.

Investigators are examining whether Omar or her late father submitted inaccurate age records when she acquired citizenship in 2000.

Omar, who entered the US House of Representatives in 2019 as the country's first Somali American lawmaker, firmly denied wrongdoing, explaining that she arrived in the US at age 12 in 1995 and naturalized at 17.



## في ولاية ترامب.. ملايين يغادرون أميركا وإلغاء 300 ألف تأشيرة

وفي ما يتعلق بأمن الحدود، قال الملخص إن «عمليات العبور غير القانوني للحدود الجنوبية انخفضت بنسبة 95 بالمائة مقارنة بالمستويات المسجلة خلال إدارة الرئيس السابق جو بايدن، خلال السنة المالية 2026»، مضيفاً أن «حالات المواجهة مع المهاجرين على مستوى البلاد تراجعت إلى أقل من 380 ألف حالة، مقابل نحو 2.7 مليون حالة سنوياً خلال إدارة بايدن».

وأشار أيضاً إلى «انخفاض عمليات دخول طالبي اللجوء عبر نقاط العبور على الحدود الأمريكية المكسيكية بنسبة 99.9 بالمائة، بينما تراجعت نسبة الموافقة على طلبات اللجوء إلى 7 بالمائة، بعدما تجاوزت 50 بالمائة خلال الإدارة السابقة».

وعلى مستوى الإجراءات القضائية، أفاد البيت الأبيض «أن تراكم القضايا في محاكم الهجرة انخفض من أكثر من 4.18 مليون قضية إلى أقل من 3.09 مليون قضية»، واصفاً ذلك بأنه أكبر انخفاض في تاريخ المكتب التنفيذي لمراجعة قضايا الهجرة.

وفي السياق ذاته، قال البيت الأبيض إن الهجرة من البلدان ذات الأغلبية المسلمة انخفضت بنسبة 96 بالمائة مقارنة بعام 2024، بينما تراجع إجمالي الهجرة إلى النصف تقريباً، وانخفض إصدار التأشيرات بنسبة 89 بالمائة لمواطني الدول الإفريقية، و81 بالمائة لمواطني دول الشرق الأوسط.

وأضاف أن عدد الطلاب الدوليين الملتحقين بالمؤسسات التعليمية الأمريكية يتوقع أن ينخفض بمقدار 111 ألف طالب إضافي مقارنة بالعام الماضي. وفي ملف القاصرين، أعلن البيت الأبيض العثور على أكثر من 157 ألف طفل أجنبي غير مصحوبين بذويهم، قال إنهم فقدوا خلال إدارة بايدن، مشيراً إلى أنهم كانوا في كثير من الأحيان ضحايا للاتجار الجنسي والعمل القسري وغيرهما من الانتهاكات.

أعلنت إدارة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، إلغاء أكثر من 300 ألف تأشيرة منذ توليه ولايته الرئاسية الثانية، في إطار إجراءات تقول إنها تستهدف «المخالفات القانونية والاحتيايل والتهديدات الأمنية».

وقال المتحدث باسم وزارة الخارجية الأمريكية تومي بيغوت، إن «إدارة ترامب ألغت التأشيرات بوتيرة أسرع من أي إدارة أميركية أخرى في التاريخ»، مشيراً إلى أن القرارات «شملت حالات مرتبطة بأنشطة إجرامية، وتهديدات للسلامة العامة، ومخالفات لقوانين الهجرة، من بينها الاحتيايل وتقديم معلومات مضللة». وفقاً لـ«سكاى نيوز عربية».

وذكر البيت الأبيض أن قرارات الإلغاء شملت ما لا يقل عن 4 آلاف تأشيرة مرتبطة بسياحة الولادة، و6 آلاف تأشيرة لطلاب أجنبية، قالت الإدارة إن أصحابها ارتكبوا جرائم أو كانت لهم صلات بالإرهاب. وأوضح أن «فريق العمل الذي شكله ترامب لمنع سياحة الولادة ألغى أكثر من 700 تأشيرة لمواطني صينيين، منذ إنطلاقه في أغسطس». وفي سياق متصل، نشر البيت الأبيض ملخصاً لإجراءات الإدارة بشأن الهجرة وأمن الحدود، تحت عنوان «كيف أنهى ترامب غزو الحدود واستعاد السيادة الأمريكية؟»، مستعرضاً مجموعة من الأرقام التي قال إنها تعكس نتائج سياسته خلال ولايته الرئاسية الثانية.

وذكر الملخص أن «عدد الأجانب المقيمين بصورة غير قانونية في الولايات المتحدة انخفض بما لا يقل عن 2.3 مليون شخص، مع مغادرة أكثر من 3 ملايين مهاجر البلاد»، بينما أشار إلى «ترحيل أو إبعاد نحو 1.2 مليون أجنبي، وتنفيذ قرابة 1.3 مليون عملية اعتقال لأشخاص يقيمون بصورة غير قانونية». وأضاف البيت الأبيض في بيانه أن «الولايات المتحدة سجلت صافي هجرة سلبية خلال عام 2025، للمرة الأولى منذ 50 عاماً على الأقل»، وفق الأرقام التي أوردها.

## Trump claims Europe faces collapse unless it addresses immigration

**U**S President Donald Trump on warned that Europe will collapse unless it addresses immigration, pointing to the recent protests in France.

"It's about immigration," Trump told reporters at the Oval Office when asked by reporters if education could stop the unrest. According to Anadolu.

"They have to straighten out their act; otherwise, there won't be a Europe left," he added.

"If you look at what's going on in France, I've been doing this stuff for a long time ... I have never seen anything like that. That wasn't a little bit of a riot. That wasn't a little bit of a protest. That was a full-on revolution, and it continues," he said.

"When you look at France, and it happened in Italy too, smaller scale, but it's right there. It's simmering," Trump said. "You're going to have to remove those people that are insurrectionists. You're gonna have to get them out of the country."

"If you don't get them out, you're not going to have a France," he added.

Asked whether he would endorse Marine Le Pen, a leading figure in France's far-right National Rally party, in next year's French presidential election, Trump said: "I don't know her. I haven't met her, but I thought she was badly treated."

"It would look like a weaponization to me when they did what they did," he said, referring to Le Pen's March 2025 conviction over embezzling European Parliament funds.

This July, an appeals court cleared her to run in the French presidential election, set for next spring.

France has been gripped by protests since Sept. 18, when high school students began demonstrations and blockades that also spread in lesser form to Belgium, Albania, Greece, and Italy. The movement has since grown into nationwide protests over rising living costs, fuel prices, and education funding.

Around 550,000 people took to the streets on Saturday, as the protests turned violent and government buildings were set on fire, according to French Interior Minister Laurent Nunez. One police officer and one protester were killed, and Prime Minister Sebastien Lecornu said 1,200 people were arrested.



## ترامب يتجنب اعلان موقف واضح بشأن تأييد فانس للرئاسة في 2028

بندر الدوشي

تجنب الرئيس الأمريكي دونالد ترامب، إعلان موقف واضح بشأن تأييد نائبه جيه دي فانس لخوض الانتخابات الرئاسية عام 2028، وذلك بعدما صرح فانس، بأنه يعتقد أن ترامب سيدعمه إذا قرر الترشح.

وقال ترامب، خلال حديثه إلى جانب فانس في المكتب البيضاوي، ردًا على سؤال بشأن احتمال تأييده: «إنه شخص موهوب للغاية، وشخص جيد جدًا». بحسب ما نشرته «العربية نت».

وأضاف الرئيس الأمريكي، ملتفتًا إلى نائبه: «لا أعتقد أننا تحدثنا عن هذا الأمر من قبل».

ورد فانس قائلًا: «لا، سيدي. لقد قلت ذلك أيضًا».

وعلق ترامب: «من سيصدق ذلك؟ أنا لا أتحدث معه عن هذا الأمر، وهو لا يتحدث معي بشأنه. لا يزال الوقت مبكرًا».

وأضاف: «علينا أن نتجاوز انتخابات التجديد النصفي أولاً، ثم سنرى كيف ستسير الأمور».

وكان فانس قد قال، في مقابلة مع منصة «2Way» الاثنين، إنه يعتقد أن ترامب سيؤيده إذا قرر خوض السباق الرئاسي لعام 2028. وأوضح نائب الرئيس: «أعتقد أنني سأحصل على تأييده، لكنني أعتقد أيضًا أن هناك ما يدعو إلى ترك المرشحين يخوضون سباقهم بأنفسهم».

وأضاف أن تأييد الرئيس قد يكون حاسمًا إلى درجة كبيرة، وهو ما قد يدفع ترامب إلى ترك المنافسة تأخذ مجراها بدلاً من حسم موقفه



مسبقًا.

وقال فانس: «يمكنكم بالتأكيد تصور سيناريو يقول فيه الرئيس: نحتاج إلى ترك هذا السباق يسير في مساره، وعدم إصدار حكم مسبق على نتائجه».

وأشار كذلك إلى أن التدقيق الإعلامي والضغط والقضايا السياسية عوامل قد تؤثر في مسار المنافسة، مضيفًا أنه لا يعرف على وجه اليقين كيف ستتطور الأمور.

وأكد فانس أنه لم يناقش مع ترامب حتى الآن احتمال ترشيحه للرئاسة، وقال: «إذا ترشحت، فأعتقد أن الرئيس سيؤيدني، لكنني لم أتحدث معه عن ذلك بعد».

ورغم تكرار فانس تأكيد أنه أولويته الحالية تتمثل في مساعدة الجمهوريين على الحفاظ على أغليبيتهم في الكونغرس خلال انتخابات التجديد النصفي، فإن اسمه يُطرح باستمرار بوصفه أحد أبرز المرشحين المحتملين لنيل ترشيح الحزب الجمهوري في انتخابات الرئاسة عام 2028.





# لايف للإغاثة والتنمية في فلسطين: نسعى لتوسيع المشروعات الإنسانية للدعم الغذائي والصحي ورعاية المسنين في بيت لحم

الشخصية التي حملت صورهم، فيما أعرب بعضهم عن رغبتهم في تكرار الزيارات. وقالت إحدى المقيمات، وتدعى منى، تعليقا على المبادرة: عندما تصل إلى هذا العمر، يتوقف العالم عن التقاط صورك. وتبدأ في الشعور بأنك غير مرئي اليوم، ذكرتوني بأنني ما زلت هنا، وأنني ما زلت جميلة. وعقب الزيارة، بحثت المنظمة إمكانية تنظيم زيارات تطوعية دورية للمركز، بهدف استمرار التواصل الاجتماعي مع المقيمين.

## دعم تعليمي طويل الأمد في الضفة الغربية

بالتوازي مع المشروعات الإغاثية، تعمل لايف على التحضير لإطلاق مبادرة صندوق بيت لحم للتعليم في صيف عام 2027، بهدف توفير دعم تعليمي طويل الأمد في المنطقة. وفي زيارة حديثة إلى بيت لحم، التقى ممثلو المنظمة المطران بندكتوس، الممثل البطريركي في المدينة، لبحث المبادرة وآليات دعمها. ووفقا لمذكرات المشروع، أبدى المطران دعمه للفكرة واستعداده للتواصل مع قيادات كنسية محلية ودولية للتعريف بها.

كما عقد ممثلو المنظمة لقاءً مع شيرين عواد، ممثلة الكتاب المقدس في بيت لحم، لمناقشة إمكانية تنظيم حملة للتواصل مع الكنائس محليا ودوليا، بما في ذلك الكنائس في الولايات المتحدة، لدعم الصندوق المقترح.

ولا تزال المبادرة في مرحلة التحضير، فيما تتركز المناقشات الحالية على بناء علاقات مع جهات كنسية يمكن أن تساهم في دعمها عند إطلاقها.

## الدعم الغذائي في بيت جالا وبيت ساحور

وفي وقت سابق من العام، وزع مكتب لايف في فلسطين سلالا غذائية على أسر في بيت لحم وبيت ساحور وبيت جالا، ومناطق أخرى في الضفة الغربية. واستهدفت هذه المساعدات توفير مواد غذائية للأسر التي تواجه صعوبات اقتصادية.

الغذاء. وتأتي هذه المبادرة ضمن المشروعات التي تستهدف احتياجات كبار السن في المنطقة، سواء من خلال توفير المواد الغذائية أو مساندة المؤسسات القائمة على رعايتهم.



## الدعم النفسي لكبار السن في بيت ساحور

وإلى جانب المساعدات المادية، نظمت لايف زيارة إلى مركز بيت ساحور للمسنين، شارك فيها فريق من المنظمة والتقى خلالها 100 من الرجال والنساء المقيمين في المركز.

وتضمنت الزيارة أحاديث فردية وأنشطة اجتماعية، إلى جانب تقديم أكواب خزفية تحمل صور المقيمين، مع قطع من الشوكولاتة. واستمرت الزيارة عدة ساعات، وأتاحت لأعضاء الفريق التواصل مباشرة مع كبار السن. وبحسب تقرير المشروع، أبدى عدد من المقيمين تأثرهم بالهدايا

في توفير الاحتياجات الأساسية للمرضى، مشيرة إلى أن هذه المساعدة استهدفت فئة تعاني، بحسب وصفها، من الإهمال الاجتماعي والأسري، وأضافت أن تلبية احتياجات المرضى في هذا الجانب تمثل أهمية خاصة في ظل محدودية الموارد المتاحة للمرفق.

## الدعم الغذائي لدور المسنين

وفي إطار دعم التغذية في مؤسسات رعاية المسنين، قدمت لايف لحوما طازجة إلى مركزين في بيت ساحور وبيت جالا، استفاد منها أكثر من 300 من كبار السن، وشملت العملية شراء لحوم العجل ونقلها في سيارات مبردة مباشرة إلى المركزين، مع تخصيص الكميات لكل مؤسسة بالتنسيق مع محافظة بيت لحم. ووفقا لتفاصيل المشروع، استهدفت المساعدة دعم توفير وجبات غذائية للمقيمين، إلى جانب تقليل جزء من النفقات التي تتحملها المؤسسات لتأمين

## بيت لحم - العربي الأمريكي اليوم

– نفذت مؤسسة لايف للإغاثة والتنمية (LIFE for Relief and Development) مجموعة من المشروعات الإنسانية في بيت لحم وبيت ساحور وبيت جالا بالضفة الغربية، شملت توزيع مساعدات غذائية على الأسر، وتوفير مستلزمات العناية الشخصية للمرضى في مستشفى بيت لحم للأمراض النفسية، وتقديم لحوم طازجة لمؤسسات رعاية المسنين، إلى جانب تنظيم زيارة اجتماعية للمسنين، بالتزامن مع التنسيق لإطلاق مبادرة دعم التعليم المقررة في عام 2027. وتنوعت المشروعات بين تلبية احتياجات أساسية للأسر والمرضى والمسنين، ودعم المؤسسات التي تقدم الرعاية لهم، في وقت تواجه فيه بعض هذه الجهات تحديات تتعلق بتوفير الموارد اللازمة لتغطية احتياجات المستفيدين.

## دعم مستشفى بيت لحم للأمراض النفسية

ففي مستشفى بيت لحم للأمراض النفسية عملت "لايف" على تقديم حقائب العناية الشخصية للمرضى بهدف تلبية جانب من احتياجات النظافة اليومية الذين يتلقون رعاية نفسية طويلة الأمد وهم 150 مريض في ظل تدهور الأوضاع في المنطقة، حيث يستقبل المستشفى مرضى من مختلف محافظات الضفة الغربية، بينهم أشخاص لا يتوفر لهم دعم أسري أو مالي كافٍ، ويستهدف المشروع توفير مستلزمات أساسية للمرضى، مع تخفيف بعض الأعباء المرتبطة بتأمين هذه الاحتياجات عن إدارة المستشفى. وتولت المنظمة شراء الحقائب وفحص جودتها وترتيب نقلها، بالتنسيق مع محافظة بيت لحم وإدارة المستشفى، فيما تولى العاملون في المنشأة توزيع المستلزمات والإشراف على استخدامها وفق الإجراءات الطبية المعتمدة.

وقالت أنجاد زهران، مشرفة بمستشفى بيت لحم للأمراض النفسية، إن المستشفى يواجه صعوبات




**GAZA**



DONATE HERE



# ORPHAN SPONSORSHIP

Every child deserves safety, care, and the chance to dream. Through LIFE's orphan sponsorship program, your support provides essential needs like food, education, and stability to children who need it most. With your help, we can give them not just support for today, but hope for a brighter future.

SYRIA



BANGLADESH



YEMEN



LIFEUSA.ORG | 1-800-827-3543



# اليمني الأمريكي أمير غالب مستشارًا لترامب لشؤون الأمريكيين العرب

وترامب خلال حملة 2024، فإن طريقه إلى المنصب الدبلوماسي اصطدم بانتقادات مرتبطة بمواقفه السابقة. ووفقًا لتقارير أمريكية، ركز أعضاء في مجلس الشيوخ على منشورات وتعليقات قديمة لغالب بشأن إسرائيل واليهود، بما في ذلك تفاعلات عبر مواقع التواصل الاجتماعي اعتبرها منتقدوه مؤشراً على مواقف معادية للسامية. وقد نفى غالب تبني بعض العبارات المثيرة للجدل، وقال إن بعض ما نُسب إليه لا يعكس مواقفه أو فهم خارج سياقه. وساهمت هذه الخلافات في تعثر ترشيحه سفيراً لدى الكويت، رغم دعم ترامب لترشيحه. ويشير الانتقال إلى الدور الاستشاري الجديد إلى أن غالب لا يزال يمتلك قناة للتواصل مع الإدارة، لكن ذلك لا يحسم ما إذا كان سيتمكن من التأثير في القرارات المتعلقة بالسياسة الأمريكية تجاه الشرق الأوسط أو القضايا الداخلية التي تهم العرب والمسلمين.

## وعود ترامب واختبار ثقة الجالية العربية

كان دعم غالب لترامب جزءاً من تحول سياسي أوسع شهدته بعض الأوساط العربية والمسلمة في الولايات المتحدة خلال انتخابات 2024، حين عبر ناخبون عن استيائهم من سياسة إدارة بايدن تجاه غزة، واتجه بعضهم إلى دعم المرشح الجمهوري أو الامتناع عن التصويت للديمقراطيين. غير أن العلاقة بين الإدارة الجديدة والجالية العربية لم تخل من التوتر. فملفات الحرب في غزة، والسياسة الأمريكية تجاه إسرائيل وإيران، والهجرة، وخطاب الكراهية ضد المسلمين والمهاجرين، لا تزال تثير خلافات بين قطاعات من الجالية ومؤيدي ترامب السابقين. ويبرز هنا التحدي الذي يواجه غالب في منصبه الجديد: تحويل إمكانية الوصول إلى الرئيس إلى نتائج ملموسة بشأن الملفات التي يقول إنه يسعى إلى متابعتها، فالوصول المباشر إلى البيت الأبيض قد يتيح نقل المطالب والشكاوى، لكنه لا يعني بالضرورة تبني الإدارة لهذه المطالب أو تغيير سياساتها استجابة لها. ويأتي الإعلان عن الدور الاستشاري في وقت لا تزال فيه تداعيات حرب غزة والانقسامات بشأن السياسة الأمريكية في الشرق الأوسط تؤثر في علاقة الإدارة بالجاليات العربية والمسلمة. وبينما يرى غالب في موقعه الجديد فرصة لتمثيل هذه المجتمعات داخل البيت الأبيض، ستظل فاعلية الدور مرتبطة بالصلاحيات التي ستُمنح له، ومدى استعداد الإدارة للاستجابة للقضايا التي يطرحها.

وُلد عامر غالب في اليمن، وعمل طبيباً قبل دخوله عالم السياسة المحلية. وتولى رئاسة مدينة هامترامك في ميشيغان عام 2021، وهي مدينة تقع ضمن محيط ديترويت وتضم جالية عربية ومسلمة بارزة. وخلال فترة توليه المنصب، لفتت المدينة الأنظار مع وصول مجلس بلدي كان جميع أعضائه من المسلمين، في تطور عكس الحضور المتنامي للمجتمعات المسلمة في الحياة السياسية المحلية الأمريكية. لكن غالب دخل المشهد الوطني بصورة أوسع في سبتمبر 2024، عندما أعلن تأييده لترامب، ليصبح بحسب «ميدل إيست آي»، أول مسؤول أمريكي منتخب من أصول عربية ومسلمة يعلن دعمه للرئيس الجمهوري في تلك الانتخابات.

وجاء موقفه في وقت كان فيه جزء من الناخبين العرب والمسلمين في ميشيغان يعيد النظر في دعمه التقليدي للحزب الديمقراطي، على خلفية موقف إدارة الرئيس السابق جو بايدن من الحرب الإسرائيلية على قطاع غزة. وفي المقابل، سعى ترامب إلى استقطاب هذه الشريحة الانتخابية، وزار مدينة ديربورن التي تضم جالية عربية كبيرة، وقدم نفسه خلال حملته باعتباره مرشحاً قادراً على إنهاء الحروب. وأسهم تأييد غالب في تعزيز حضوره داخل هذا المسار، كما منح حملته دعماً من شخصية عربية ومسلمة منتخبة في ولاية مؤثرة انتخابياً. إسرائيل والمنشورات القديمة في قلب الخلاف على الرغم من التقارب الذي ظهر بين غالب

ولم تكن الكويت وجهة دبلوماسية عادية في حسابات واشنطن؛ فهي حليف مهم للولايات المتحدة وتستضيف قوات ومنشآت عسكرية أمريكية. لكن تعثر الترشيح دفع غالب إلى البحث عن دور آخر داخل الإدارة الفيدرالية، قبل أن يعلن الآن توليه مهمة استشارية مرتبطة بشؤون الأمريكيين العرب.

وفي حديثه إلى «ميدل إيست آي»، أوضح غالب أن طبيعة دوره الجديد لم تُحدّد بصورة كاملة، وأنه لا يبدو وظيفة بدوام كامل، لكنه سيتيح له لقاء ترامب وأعضاء من طاقم البيت الأبيض عند الحاجة لمناقشة القضايا التي تهم الجالية العربية الأمريكية.

وقال إن حصوله على إمكانية التواصل المباشر مع الرئيس يمثل الجانب الأهم من المنصب، مضيفاً أن هذه الوظيفة، بحسب قوله، لم تكن موجودة في الإدارات الأمريكية السابقة.

كما أشار إلى أنه ناقش مع ترامب ملفات الهجرة، وبناء جسور التواصل مع الجاليات العربية، وضرورة وضع حد لخطاب الكراهية الصادر عن بعض الجماعات المتطرفة. ووفقاً للصحيفة، قال غالب إنه يرى في الدور الجديد فرصة لمواصلة نقل مخاوف أبناء الجالية إلى الرئيس ومحاولة معالجتها، رغم ما يضيفه ذلك من مسؤوليات وضغوط. وفي المقابل، لم يصدر تعليق من البيت الأبيض بشأن التعيين حتى وقت نشر تقرير «ميدل إيست آي»، كما لم تتضح بعد الصلاحيات الرسمية للمنصب أو آليات عمله أو الجهة التي سيتبع لها إدارياً. من هامترامك إلى واجهة السياسة الأمريكية

في خطوة تعكس استمرار محاولات إدارة الرئيس الأمريكي دونالد ترامب التواصل مع الجالية العربية الأمريكية، أعلن أمير غالب، العمدة السابق لمدينة هامترامك بولاية ميشيغان، توليه دوراً استشارياً جديداً لدى الرئيس لشؤون الأمريكيين العرب، بعدما تعثر ترشيحه السابق لمنصب سفير الولايات المتحدة لدى الكويت بسبب اعتراضات داخل مجلس الشيوخ.

وأعلن غالب، عبر حسابه على منصة «فيسبوك»، أن ترامب عينه «مبعوثاً ومستشاراً لشؤون الأمريكيين العرب»، معرباً عن امتنانه لما وصفه بالثقة والدعم المستمرين من الرئيس الأمريكي. وقال غالب في منشوره إنه لا يستطيع التحدث بحل جميع التحديات التي تواجه الأمريكيين العرب في الولايات المتحدة، لكنه تعهد بأن يكون «صوتاً قوياً ومخلصاً» للجاليات العربية داخل البيت الأبيض، والعمل على نقل مخاوفها وتمثيل وجهات نظرها أمام الإدارة الأمريكية.

منصب جديد بعد تعثر ترشيحه سفيراً لدى الكويت بحسب موقع «ميدل إيست آي»، يشغل غالب حالياً منصب مستشار أول للشركات الاستراتيجية في وكالة «أميركوربس» الفيدرالية، المعنية بتعزيز المشاركة المدنية وخدمة المجتمعات الأمريكية. وجاء انتقاله إلى هذا الدور بعد تعثر ترشيحه لمنصب سفير الولايات المتحدة لدى الكويت، وهو المنصب الذي رشحه له ترامب في مارس 2025، في أعقاب تأييده للرئيس الجمهوري خلال انتخابات 2024.

وواجه الترشيح اعتراضات من أعضاء جمهوريين في مجلس الشيوخ، بينهم السيناتوران تيد كروز وديف ماكورميك، على خلفية منشورات ومواقف سابقة لغالب بشأن إسرائيل واليهود. ووصف بعض أعضاء المجلس تصريحاته ومنشورات محل الجدل بأنها معادية للسامية، بينما دافع غالب عن نفسه، مؤكداً أنه لا يتبنى بعض العبارات التي أثارت حولها الانتقادات.

وأظهرت جلسة الاستماع الخاصة بترشيحه أن الخلاف لم يكن متعلقاً فقط بخلفيته السياسية أو بتأييده لترامب، بل امتد إلى مواقفه السابقة على وسائل التواصل الاجتماعي، ما جعل ترشيحه في المنصب الدبلوماسي يواجه عقبات داخل المؤسسة التشريعية الأمريكية.



## حاكمة نيويورك توقع قانون الاعتراف بمنطقة «اليمن الصغير» كثقافة يمنية

الثقافية العاملة فيها للاستفادة من المنح والمساعدات التي يقدمها مجلس ولاية نيويورك للفنون، وفقاً لشروط البرامج المعمول بها.

ويعكس الاعتراف بـ«اليمن الصغير» حضور الجالية اليمنية في نيويورك، ودور أنشطتها التجارية والاجتماعية والثقافية في تشكيل هوية المنطقة، وتعزيز التنوع الثقافي الذي تتميز به المدينة.

جعلها نقطة تجمع بارزة للمجتمع اليمني في المدينة.

وبحسب تفاصيل التشريع، تقع المنطقة في الجزء الشرقي من البرونكس، وتحدها من الغرب طريق وايت بليز، ومن الشرق والشمال شارع برونكسدیل، فيما يشكل شارع فان نيست حداً جنوبي.

ويتيح إدراج المنطقة ضمن إطار المناطق الثقافية في الولاية، بما قد يفتح المجال أمام المؤسسات

اليمنية في نيويورك، الشيخ علي عبداللطيف الصايدي، ورئيس الجالية اليمنية في ولاية بنسلفانيا، أبو هلال محمود المريسي، إلى جانب عدد من الشخصيات والقيادات من أبناء المجتمع اليمني الأمريكي.

وتُعد «اليمن الصغير» إحدى المناطق التي تتركز فيها الأنشطة التجارية اليمنية في حي البرونكس، حيث تنتشر المطاعم والمتاجر والأعمال التي يديرها أبناء الجالية اليمنية، ما

وقعت حاكم ولاية نيويورك الأمريكية، كاثي هوكل، قانوناً للاعتراف بمنطقة «اليمن الصغير» (Little Yemen) في حي البرونكس بمدينة نيويورك منطقة ثقافية، في خطوة تهدف إلى إبراز الهوية اليمنية للجالية المقيمة في المنطقة، والاعتراف بإسهاماتها الثقافية والاجتماعية. وفقاً لما نشرته وسائل إعلام محلية.

وجرى حفل التوقيع بحضور رئيس الجالية

## Activist Mahmoud Khalil asks Supreme Court to let US judges quickly reverse immigration detentions

**P**alestinian activist Mahmoud Khalil asked the Supreme Court on to let federal judges quickly determine the legality of immigration-related detentions so that individuals cannot be held for months or years without judicial oversight.

In papers filed with the high court, Khalil asked it to overturn a ruling earlier this year by the 3rd US Circuit Court of Appeals in Philadelphia that found federal courts do not have jurisdiction to review the legality of the detentions until immigration courts had fully considered each case. According to The New Arab.

Khalil, a lawful permanent US resident, was detained by immigration authorities last year because of his participation in pro-Palestinian demonstrations at Columbia University in the spring of 2024.

The US government argued at the time that Khalil's presence in the US was harmful to the country's foreign policy interests.

As a result, the former Columbia graduate student spent over three months in detention before a federal judge in New Jersey ordered him freed after finding that the federal government had acted unconstitutionally.

In a statement, the US Department of Homeland Security said: "It is a privilege to be granted a visa or green card to live and study in the United States of America. The Trump Administration acted well within its statutory and constitutional authority with respect to Khalil, as it does with any alien who advocates for violence, glorifies and supports terrorists, harasses Jews, and damages property. We would encourage him to use the CBP Home app and self-deport."

The 3rd Circuit has put its ruling on hold so that Khalil could appeal to the Supreme Court. He remains free.

Although the Supreme Court typically agrees to grant only a small percentage of appeals requests, the US government has already asked the high court to overturn a federal appeals court decision that upheld a judge's decision to release Georgetown University scholar Badar Khan Suri. That ruling by the 4th US Circuit Court of Appeals in Richmond, Virginia, directly conflicted with the 3rd Circuit decision in the Khalil case.

Sometimes, conflicting appeals court rulings can increase the chances that the Supreme Court agrees to hear a case. If it does, oral arguments before the justices would likely occur sometime next year.



تقديرًا لمسيرته العلمية والإنسانية، ودوره في ترسيخ  
الاعتدال والحوار والسلام  
في دورتها العشرين : مجلة العربي الأمريكي اليوم وشبكة  
الأمّة برس العربية الأمريكية الإخبارية تعلنان الإمام الأكبر

# الدكتور أحمد الطيب شخصية العام 2026

هيئة تحرير مجلة العربي الأمريكي اليوم

في زمن تتعاضد فيه الانقسامات، وتتصاعد فيه النزاعات، وتتراجع فيه مساحات الحوار أمام أصوات التعصب والكراهية، تختار مجلة العربي الأمريكي اليوم فضيلة الإمام الأكبر الأستاذ الدكتور أحمد الطيب، شيخ الأزهر الشريف، شخصية العام 2026؛ تقديرًا لمسيرته العلمية والفكرية والإنسانية، وما تمثله تجربته من حضور في قضايا الاعتدال الديني، والحوار بين الثقافات والأديان، والدفاع عن قيم الأخوة الإنسانية والسلام. ويأتي هذا الاختيار تعبيرًا عن رؤية المجلة لدور الشخصيات المؤثرة في تشكيل الوعي

العام، وإبراز النماذج التي يرتبط حضورها بقضايا العلم والأخلاق والمسؤولية الإنسانية، في مرحلة يحتاج فيها العالم إلى أصوات تدعو إلى التفاهم بدل الصدام، وإلى الحكمة بدل التعصب، وإلى احترام الإنسان بعيدًا عن اختلاف الدين أو العرق أو اللغة والثقافة. ولا تنظر المجلة إلى هذا الاختيار بوصفه احتفاءً بمنصب ديني رفيع فحسب، بل باعتباره مناسبة لتسليط الضوء على مسيرة عالم ارتبط اسمه بالأزهر الشريف، وعلى الدور الذي يمكن أن تؤديه المؤسسات العلمية والدينية في مواجهة التطرف، وترسيخ ثقافة الاعتدال، وبناء جسور التواصل بين الشعوب.

الدينية والفكرية، وعلى دور الحوار في مواجهة التعصب، وعلى ضرورة حماية كرامة الإنسان في مختلف الظروف.

كما يمثل فرصة للتأكيد على أن الاعتدال لا يعني غياب الاختلاف، وأن الحوار لا يعني التخلي عن القناعات، وأن احترام الآخر لا يتعارض مع التمسك بالهوية؛ بل إن المجتمعات القادرة على إدارة اختلافاتها بالحكمة والمعرفة تكون أقدر على حماية استقرارها وبناء مستقبلها.

وفي المقابل، فإن الوفاء لهذه المبادئ يقتضي استمرار النقاش النقدي المسؤول، وقياس أثر المبادرات بثمارها، وتطوير المؤسسات التعليمية والدينية، وتوسيع المشاركة المجتمعية، وعدم الاكتفاء بالخطاب الاحتفائي.

فالتكريم الحقيقي لأي شخصية عامة لا يتوقف عند اللقب الذي تحمله، وإنما يمتد إلى ما يفتحه من نقاش، وما يحفز عليه من عمل، وما يتركه من أثر في وعي الأجيال الجديدة.

### كلمة مجلة العربي الأمريكي اليوم

إن اختيار فضيلة الإمام الأكبر الدكتور أحمد الطيب، شيخ الأزهر الشريف، شخصية العام 2026، يأتي تعبيراً عن تقدير المجلة لمسيرة العلمانية والفكرية والإنسانية، واهتمامها بالقضايا التي تتصل بالاعتدال والحوار والتعايش والسلام.

وفي عالم يحتاج إلى إعادة الاعتبار للمعرفة والحكمة والمسؤولية الأخلاقية، تؤمن المجلة بأهمية تسليط الضوء على الشخصيات التي تتيح تجاربها فرصة للنقاش حول مستقبل العلاقة بين الدين والمجتمع، وبين الهوية والانفتاح، وبين الاختلاف والسلام.

وإن تعلن المجلة هذا الاختيار، فإنها تؤكد أن رسالتها الإعلامية لا تقتصر على نقل الأخبار، بل تشمل إبراز القضايا التي تستحق النقاش، وتقديم الشخصيات العامة في سياقاتها العلمية والإنسانية، وتشجيع الحوار المسؤول بين الثقافات.

إن عالماً أكثر سلاماً لا يُبنى بالشعارات وحدها، بل بالعلم، والعدل، واحترام كرامة الإنسان، والعمل المتواصل على إزالة أسباب الكراهية والانقسام.

ومن هذه الرؤية، يأتي اختيار الدكتور أحمد الطيب شخصية العام 2026، ليكون مناسبة للاحتفاء بالعلم، وإعادة التأكيد على قيمة الحوار، والدعوة إلى جعل الأخوة الإنسانية ممارسة يومية تتجاوز حدود الكلمات والمناسبات.

### نبذة عن السيرة الذاتية للإمام الأكبر الدكتور أحمد الطيب

الإمام الأكبر الأستاذ الدكتور أحمد محمد أحمد الطيب، شيخ الأزهر الشريف، عالم أزهري وأستاذ متخصص في العقيدة والفلسفة الإسلامية، وُلد في 6 يناير 1946 بقرية القرنة التابعة لمحافظة الأقصر في صعيد مصر. نشأ في أسرة عُرفت بالعلم، وحفظ القرآن الكريم في صغره، وتلقى تعليمه في المعاهد الأزهرية قبل التحاقه بكلية أصول الدين بجامعة الأزهر بالقاهرة.

حصل على ليسانس أصول الدين، تخصص في العقيدة والفلسفة، عام 1969، ثم درجة الماجستير عام 1971، والدكتوراه في التخصص نفسه عام 1977. كما قضى ستة أشهر في مهمة علمية بجامعة باريس في فرنسا، واكتسب خبرة في الدراسات الفلسفية والبحث الأكاديمي.

بدأ مسيرته الجامعية معيداً بجامعة الأزهر، وتدرج في المناصب الأكاديمية حتى أصبح أستاذاً للعقيدة والفلسفة عام 1988. وتولى عدداً من المسؤوليات العلمية والإدارية، من بينها عمادة كليات للدراسات الإسلامية وأصول الدين في مصر وباكستان.

وفي عام 2002، عُيّن مفتياً لجمهورية مصر العربية، ثم تولى رئاسة جامعة الأزهر عام 2003، قبل تعيينه شيخاً للأزهر الشريف في 19 مارس 2010، خلفاً للإمام الراحل الدكتور محمد سيد طنطاوي.

ويرتبط اسمه بعدد من القضايا الفكرية والإنسانية، من أبرزها الاعتدال الديني، والحوار بين الأديان، ومواجهة التطرف، وتعزيز التعايش السلمي. كما يرأس مجلس حكماء المسلمين، الذي تأسس عام 2014، ويشارك في المبادرات الدولية المعنية بالحوار والسلام، ومن أبرز المحطات في مسيرته توقيعه مع البابا فرنسيس وثيقة الأخوة الإنسانية في أبوظبي عام 2019.

ويُعد الدكتور أحمد الطيب من الشخصيات الدينية والأكاديمية البارزة في العالم الإسلامي المعاصر، لما يجمعه مساره من عمل علمي وتعليمي وقيادة دينية ومشاركة في قضايا الحوار الإنساني.

وتؤكد رسالة الاعتدال أهمية المعرفة في مواجهة الأفكار المتشدة، وأهمية الحوار في تقليل التوتر، وأهمية احترام القانون وكرامة الإنسان في حماية التعدد داخل المجتمعات.

غير أن نجاح هذه الرسالة يتطلب أكثر من الكلمات؛ فهو يرتبط بجودة التعليم، وتأهيل الدعاة، وتطوير الخطاب الإعلامي، وإتاحة فرص المشاركة أمام الشباب، وتوفير مساحات للنقاش المسؤول.

كما أن الحكم على أثر أي مبادرة للحوار يقتضي النظر إلى نتائجها العملية، ومدى إسهامها في تحسين العلاقات بين المجتمعات، ومواجهة التعصب، وتعزيز ثقافة التعايش.

ومن هنا، فإن تكريم شخصية ترتبط رسالتها العامة بهذه القضايا يمثل، في رؤية المجلة، فرصة لإعادة التأكيد على أن السلام ليس مسؤولية الحكومات وحدها، بل هو مسؤولية مشتركة تشمل المؤسسات التعليمية والدينية والإعلامية والثقافية، إلى جانب الأفراد والمجتمعات.

### البعد العربي والأمريكي.. جسر للتفاهم بين الثقافات

تستمد مجلة العربي الأمريكي اليوم من هويتها الإعلامية اهتماماً خاصاً بالقضايا التي تربط العالم العربي بالمجتمع الأمريكي، وبالحوار بين الثقافات، وبالصورة التي تتشكل عن العرب والمسلمين في الفضاء العام.

ومن هذا المنطلق، يحمل اختيار الدكتور أحمد الطيب أهمية تتجاوز الاحتفاء بشخصية دينية



عربية؛ إذ يتيح الحديث عن دور المعرفة والحوار في بناء علاقات أكثر فهماً بين المجتمعات، وفي مواجهة الصور النمطية التي قد تختزل الإسلام أو المجتمعات العربية في مظاهر التطرف والصراعات.

ولا يعني ذلك تجاهل التحديات أو الخلافات القائمة، بل التعامل معها بموضوعية، والتمييز بين الأفعال الفردية والجماعات المتطرفة من جهة، والتنوع الواسع في المجتمعات الإسلامية من جهة أخرى.

كما أن الحوار بين العرب والأمريكيين لا ينبغي أن يقتصر على اللقاءات الرسمية، بل يحتاج إلى التبادل الثقافي، والتعليم، والإعلام المسؤول، والتواصل المباشر بين المواطنين، وإتاحة المجال أمام الأصوات العلمية والفكرية التي تقدم صورة أكثر تنوعاً عن المجتمعات.

وفي هذا السياق، تأمل المجلة أن يساهم هذا الاختيار في فتح نقاشات أوسع بشأن الإسلام والاعتدال الديني، والعلاقات بين الأديان، وسبل تعزيز الاحترام المتبادل في المجتمعات متعددة الثقافات.

### التكريم مسؤولية ورسالة للمستقبل

إن اختيار شخصية العام يحمل قيمة رمزية، لكنه يطرح أيضاً مسؤولية على المؤسسة التي تمنح هذا التقدير؛ فالمطلوب ليس الاحتفاء بالأسماء وحدها، بل تقديم محتوى إعلامي يساعد الجمهور على فهم مسيرة الشخصيات العامة، ومناقشة أفكارها ومبادئها، والتعرف إلى أثرها في القضايا التي تتناولها.

ومن هذا المنطلق، ترى مجلة العربي الأمريكي اليوم أن تكريم الدكتور أحمد الطيب يمثل مناسبة لتسليط الضوء على أهمية العلم في معالجة القضايا

المجتمع.

وتتجاوز مسؤولية الأزهر نقل المعارف الدينية إلى التعامل مع أسئلة العصر، وتقديم خطاب علمي يواجه التطرف، ويساعد الأجيال الجديدة على فهم تراثها، والتعامل مع الاختلاف بصورة مسؤولة.

وفي عالم تتسارع فيه التحولات الرقمية، وتتسع فيه دائرة تداول المعلومات غير الدقيقة، تزداد أهمية تطوير وسائل التعليم والتواصل، وتقديم المعرفة الدينية بلغة واضحة ومقنعة، قادرة على مخاطبة الشباب ومناقشة أسئلتهم.

ومن هنا، فإن تسليط الضوء على شيخ الأزهر يفتح المجال أمام نقاش أوسع بشأن دور المؤسسات الدينية في بناء الوعي، وتعزيز البحث العلمي، ومواجهة الأفكار التي تهدد السلم الاجتماعي.

وترى المجلة أن الحفاظ على مكانة المؤسسات العلمية لا يتحقق بمجرد الاعتزاز بتاريخها، بل يتطلب أيضاً مواصلة تطوير أدائها، والانفتاح على الأسئلة الجديدة، وإتاحة المجال للنقاش العلمي الرصين، وربط المعرفة بمسؤولياتها الأخلاقية والاجتماعية.

### وثيقة الأخوة الإنسانية.. محطة بارزة في الحوار العالمي

تُعد وثيقة الأخوة الإنسانية، التي وقّعها الإمام أحمد الطيب والبابا فرنسيس في أبوظبي في فبراير 2019، إحدى المحطات البارزة في مسار الحوار الإسلامي المسيحي المعاصر.

وقد أكدت الوثيقة مبادئ تتعلق بالأخوة الإنسانية،

### أحمد الطيب.. مسيرة علمية ومكانة دينية

وُلد الدكتور أحمد محمد أحمد الطيب في السادس من يناير عام 1946 بقرية القرنة في محافظة الأقصر المصرية، ونشأ في بيئة ارتبطت بالعلم والتقاليد الأزهرية. وتلقى تعليمه في الأزهر الشريف، حيث درس العقيدة والفلسفة الإسلامية، وحصل على درجة الدكتوراه عام 1977.

وتدرج في العمل الأكاديمي والديني، وتولى رئاسة جامعة الأزهر عام 2003، قبل أن يتولى مشيخة الأزهر الشريف في مارس 2010.

وقد أسهم تكوينه العلمي في العقيدة والفلسفة في تشكيل مسيرته الفكرية، التي تتصل بقضايا فهم الدين، وعلاقة التراث بالواقع المعاصر، ومسؤولية العلماء في مواجهة الأفكار المتشدة والتفسيرات التي توظف الدين لتبرير العنف أو إقصاء الآخرين.

ويمثل الأزهر، الذي يمتد تاريخه لأكثر من ألف عام، أحد أبرز مراكز التعليم الإسلامي، بما يضطلع به من مهام تعليمية وبحثية ودعوية، وبما يمتلكه من شبكة واسعة من الطلاب والعلماء والخريجين في العالم.

ومن هذا الموقع، اكتسبت مواقف شيخ الأزهر وخطاباته حضوراً يتجاوز حدود مصر، وأصبحت القضايا التي يتناولها جزءاً من نقاش أوسع بشأن دور الدين في المجتمعات الحديثة، وحدود الاختلاف، وإمكانات التعايش بين الثقافات.

### لماذا اختارت مجلة العربي الأمريكي اليوم أحمد الطيب شخصية العام؟

إن اختيار شخصية العام ليس مجرد تقليد صحفي للاحتفاء بالأسماء البارزة، بل هو تعبير عن المعايير التي تعتمدها المؤسسة الإعلامية في إبراز الشخصيات ذات الحضور الفكري أو العلمي أو الإنساني.

وفي اختيارها للدكتور أحمد الطيب، تنطلق مجلة العربي الأمريكي اليوم من مجموعة من الاعتبارات التي تروى أنها تستحق تسليط الضوء عليها.

### أولاً: القيمة العلمية والفكرية.

يمثل المسار العلمي لشيخ الأزهر جانباً أساسياً من أسباب اختياره، فقد جمع بين التكوين الأزهري التقليدي والبحث الأكاديمي في العقيدة والفلسفة الإسلامية، وتولى مسؤوليات جامعية ودينية رفيعة.

ويتيح هذا المسار إبراز أهمية العلم والتخصص في تشكيل الخطاب الديني، وضرورة أن يستند تناول القضايا الفكرية إلى المعرفة والحجة والحوار.

### ثانياً: الاعتدال ومواجهة التطرف.

تأتي قضايا الوسطية ورفض الغلو والتكفير في صلب الخطاب الأزهري المعاصر. وترى المجلة أن إبراز هذه القضايا مهم في وقت تواجه فيه المجتمعات تحديات تتصل بالتطرف الديني، والتحريض، وانتشار الأفكار التي تحول الاختلاف إلى خصومة وعداء.

### ثالثاً: الحوار بين الأديان والثقافات.

يمثل الحوار أحد المحاور المهمة في الحضور الدولي للدكتور أحمد الطيب، ولا سيما علاقته بالحوار الإسلامي المسيحي، الذي برز في اللقاءات التي جمعته بالبابا فرنسيس، وفي توقيع وثيقة الأخوة الإنسانية في أبوظبي عام 2019.

### رابعاً: الرسالة الإنسانية.

تولي المجلة أهمية للخطاب الذي يؤكد كرامة الإنسان، ويرفض التمييز والكراهية، ويجعل السلام والتعايش مسؤولية مشتركة. فالقيم الإنسانية لا ينبغي أن تبقى عناوين في الخطب والبيانات، بل يتعين أن تنعكس على المواقف والممارسات والعلاقات بين المجتمعات.

ومن خلال هذه الاعتبارات، يأتي الاختيار تعبيراً عن تقدير المجلة للمسيرة العلمية والفكرية لشيخ الأزهر، ولأهمية القضايا التي يمثلها خطابه في النقاشات العربية والدولية.

### الأزهر الشريف.. فمارة علمية ورسالة تتجاوز الحدود

لا يمكن فصل اختيار الدكتور أحمد الطيب عن مكانة الأزهر الشريف، الذي ظل عبر قرون مركزاً للتعليم الإسلامي، ووجهة للطلاب والباحثين من دول متعددة، ومؤسسة حاضرة في النقاشات المتعلقة بالفقه والعقيدة واللغة العربية وقضايا

برامج رعاية كبار السن وحمائهم من التهميش ضرورة إنسانية واجتماعية في اليوم العالمي للمسنين..

# لايف للإغاثة والتنمية : الرعاية الصحية والنفسية على قائمة الأولويات



## العربي الأمريكي اليوم - تسنين الريدي

يعاني المسنون تحديات تؤثر في حياتهم اليومية، أبرزها التراجع في الصحة كضعف النظر والسمع ومشاكل المفاصل، وزيادة احتمالية الإصابة بالأمراض المزمنة كالضغط والسكري وأمراض القلب، والمشكلات النفسية والاجتماعية والشعور بالوحدة والعزلة بعد فقدان شريك الحياة أو ابتعاد الأبناء، وضعف الدعم المادي وعدم توفر الرعاية. هذه الظروف تجعل المسنين في حاجة ماسة إلى اهتمام خاص لضمان عيش كريم يليق بما قدموه طوال حياتهم.

## الرعاية الصحية والنفسية على قائمة الأولويات

وفي ظل الحاجة المتزايدة في الدول الفقيرة والتي تنهشها الحروب أو الكوارث البيئية والفقر، تغفل العديد من المؤسسات الخيرية عن رعاية هذه الفئة. لايف للإغاثة والتنمية Life For Relief and Development ورغم مسؤولياتها العديدة وضعت برامجاً عملية وفعالة، حيث تقول فيكي روب مدير البرامج الوطنية والدولية بالمؤسسة: "وفقاً لتقارير صندوق الأمم المتحدة للسكان يبلغ نسبة كبار السن (60 سنة وما فوق) حوالي 8٪ من سكان العالم اليوم، وفي العالم العربي يُتوقع أن يرتفع من حوالي 27 مليون شخص عام 2015 إلى 50 مليون في 2030، ثم إلى أكثر من 80 مليون بحلول عام 2045، كما أن بعض الدول العربية ستكون فيها نسبة كبار السن أعلى من نسبة الأطفال (تحت 15 سنة) بحلول منتصف القرن، مثل لبنان، ودول الخليج وبعض دول المغرب العربي. أقرأ أدلة السفر

ومن خلال برامج "لايف" في 60 دولة حول العالم عملنا فيها خلال 34 عاماً مضى تعمل على وضع المسنين ضمن قائمة أولوياتنا من خلال معظم برامجنا سواء في الإغاثات العاجلة، ورعاية اللاجئين أو البرامج المستدامة وتطوير المجتمعات، كالمشروعات الطبية وتوفير المياه النظيفة، والمشروعات الموسمية، وبرامج الدعم الأسري وحتى مشروعات الكفالات والتعليم كما سنوضح.

## للمسنين في مخيمات الإيواء والنازحين حق معلوم!

كما تواصلنا مع ندى هارون مدير مكتب "لايف" الأردن والتي تتحدث عن أنشطتهم المستمرة بهذا الخصوص قائلة: "نعمل على دعم كبار السن الأكثر احتياجاً في دور المسنين من مختلف الديانات، حيث يسعدون بالجلسات الحوارية والاستفادة من خبراتهم وحكاياتهم التي تشكل رصيذاً إنسانياً غنياً، بجانب تقديم الوجبات الغذائية المفيدة والهياكل الرمزية المفيدة، كما يعمل فريق المتطوعين لدينا على دراسة احتياجات هذه الفئة، كالاحتياج لورش تعليم أساسيات التكنولوجيا للتواصل مع العائلة، وأنشطة تعليمية وهوايات ترفيهية تناسب قدراتهم، وبرامج لدمج خبراتهم وحكمتهم في خدمة المجتمع.

وبشكل عام فللمسنين حق خلال أنشطة "لايف" حول العالم من خلال توفير الأدوية الأساسية، وتقديم فحوصات طبية دورية وخدمات علاج مستمر، ودعم توفير مرضى أو فرق طبية متنقلة لمتابعة الحالات الحرجة. كما نعمل على تأمين وجبات غذائية متوازنة بشكل دوري، ونوفر الملابس والأغطية خاصة في فصل الشتاء، بالإضافة لتقديم مساعدات مالية لتغطية احتياجات الحياة اليومية لكبار السن الذين يعولون الأيتام خاصة.

ولم نغفل عن الجوانب النفسية والاجتماعية من خلال تنظيم أنشطة وبرامج استماع وجلسات دعم نفسي تساعد على الاندماج والتخفيف من شعور الوحدة والعزلة، وإشراكهم في فعاليات مجتمعية تُشعرهم بقيمتهم، وتساهم في نشر الوعي المجتمعي، مما يعزز قيم التكافل والتراحم في المجتمعات، وبضرورة رد الجميل لهذه الفئة التي قدمت الكثير، وبأهمية غرس قيم الاحترام والتقدير، ودور المؤسسات هو سد الفجوات التي قد تعجز الأسر أو الحكومات عن تغطيتها لهذه الفئة. وتتفق معها نور سائلة مدير مكتب "لايف" فلسطين بأن جهودهم على الأرض هو بمثابة خلال تسليط الضوء على الدور الحقيقي للمنظمات الإنسانية مضيئة: "من خلال مشروعنا الأخير في بيت لحم وبين ساحور وبيت جالا عملنا على دعم كبار السن الذين يحتاجون إلى رعاية مستمرة، لكنهم قد يكونوا عزيزي النفس فلا يطلبون العون رغم أنهم الفئة الأكثر ضعفاً خاصة أصحاب الإعاقات. وفي غزة نعمل على تقديم المساعدات الإغاثية والطبية ومستلزمات المواسم في مخيمات النزوح للأسر الأكثر تضرراً والتي غالباً ما تحوي كبار السن والذين يعانون الأمراض المزمنة، أو فقد الأبناء خلال الحرب، فأصبحوا فجأة مسؤولين عن أيتام رغم أنهم أصلاً بحاجة لمن يتحمل مسؤوليتهم!

## استغاثة صامته... لاحتياجات عاجلة

وقد عبر العديد من كبار السن عن مشاعرهم خلال هذا المرحلة

واحتياجاتهم التي قد لا يفصحون عنها بشكل مباشر حيث يقول سيمون 65 عاماً من لبنان: "قضاء الحاجة بشكل كريم كانت أكبر معاناتي، فمع توفير الاحتياجات الطبية تيسر على ذلك ولم أعد في خجل مستمر ممن حولي". ويتفق معه أبو ناصر 71 عاماً من غزة قائلاً: "لم ترحم الحرب هرمي، فوجدت نفسي مسئولاً عن 6 أطفال بعد وفاة ابني وزوجته، وتوفير السلال الغذائية وأدوات العناية الشخصية والمياه حفظ قلبي من الخوف المستمر لأن يخرج حفيدي الطفل للمخاطر ليعولنا جميعاً، كما كان لتوفير "الحمامات" راحة كبيرة لي ولزوجتي في مخيمنا".

ومن أفغانستان كانت فاطمة 73 عاماً قد خرجت من تحت أنقاض الفيضانات حيث تقول: "كنت في هلع شديد ولا أقوى

على الحركة ولا الكلام، وفرت لنا لايف أماكن الإيواء الكريم، كما عملت على توفير الرعاية الطبية نظراً لما تعرضنا له". وتضيف عائشة جول من تركيا 67 عاماً: "عقب زلزال كهرومان مرعش وجدنا أنفسنا في العراء نواجه الخوف وبرد الشتاء القارس، تعقبنا "لايف" بعد الزلزال وتكفلت بكل ما نحتاج بداية من الإيواء ومرروا بالأدوية والملابس والسلال الغذائية، وتابع شئوننا حتى استقر وضعنا".

وقد نجى أبو عامر 78 عاماً من التجمد برداً في مخيمات الشمال السوري قائلاً: "دعمتني "لايف" بتوفير بيت في قرينتهم السكنية حيث عانيت بسبب شتاء الخيام لسنوات طويلة، وأصبحت الآن في أمان".



## خوف وقهر... واحتياج للأمان

ويتفق معه الحاج إدريس من المغرب 63 عاماً قائلاً: "لا أنسى محاولات رجال الإغاثة من "لايف" تخفيف عبء الخوف والقهر عقب الزلزال، زارونا في المخيمات ووفروا لنا كل ما نحتاج". أقرأ أدلة السفر ومن السودان كانت إيمان 59 عاماً تصارع الموت مع ابنتها الحامل وأطفالها في العراء: "هربنا من الحرب لنواجه قطاع الطرق حتى وصلنا مصر آمنين، فتولتنا "لايف" بالإيواء وإمدادنا بالطعام والأدوية، والكشفوفات الطبية لي ولابنتي". لكن أبو محمود 54 عاماً من الأردن كانت له معاناة أخرى قائلاً "انضمامي الجديد لدار المسنين جعلني أعاني من الصمت القاتل، أسعدني فريق المتطوعين بحديثهم الممتع وأدبهم الجم في فن الاستماع لكبار السن وعدم مقاطعتهم". وفي الدومينيكان جلس الجد "بيدرو" 71 عاماً وعينه ترق بلمعان المياه العذبة وهو يرى أحفاده لأن "لايف" عملت على إعادة تأهيل مدرستهم، والتي أعادتهم لصفوفهم الدراسية مجدداً، ووفرت عليه التواصل مع المتبرعين لاستجداء عطفتهم بالمال لأجل أيتامه". وينفس المشاعر كانت جميلة 70 عاماً من اليمن والتي كست ملامحها تعب الدهر كله سعيدة بالإغاثات العاجلة عقب فيضانات اليمن، حيث كانت هي وأمثالها على قائمة الأولويات، مما أضفى عليها شعوراً بالراحة والعدل. وفي سيراليون كانت مشاعر الامتنان تغطي ابتسامة فاطماتا 58 عاماً وهي في سريرها بالمشفى وقد فوجئت بفريق "لايف" يوزع الطعام المدعم بالفيتامينات لكبار السن ممزوجاً بكلمات الدعم وروح الحب والتضامن".



**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](http://WWW.LIFEUSA.ORG)



# من تعهد السيسي إلى التأجيل البرلماني.. محطات في مسار الدعم المصري للسعودية 4

وبمشاركة مسؤولين كبار، بينهم رئيس مجلس النواب ورئيس الوزراء وقائد القوات المسلحة. وأعلن المجلس تضامنه الكامل مع السعودية، وقراره تقديم «جميع أشكال الدعم اللازمة والممكنة لحماية أمن المملكة واستقرارها وسلامة أراضيها وصون مقدراتها والمقدسات الإسلامية»، في ظل ما وصفه بتصاعد الاعتداءات التي تتعرض لها.

وأكد أن الموقف المصري يستند إلى العلاقات التاريخية والروابط الوثيقة بين البلدين، وإلى ارتباط الأمن القومي السعودي بالأمن القومي المصري والعربي.

وفي الوقت نفسه، شدد المجلس على مواصلة الجهود السياسية والدبلوماسية بالتنسيق مع الأطراف الإقليمية والدولية، بهدف خفض

بدافع الدفاع والحماية، داعياً الأطراف المعنية إلى العمل على وقف الحرب في المنطقة. كما أكد أن أي تحرك سيكون في إطار التوجيهات السعودية، مشيراً إلى الملك سلمان بن عبد العزيز وولي العهد الأمير محمد بن سلمان. ولم يقتصر الخطاب على الاعتبارات العسكرية؛ إذ استعاد السيسي الدعم الاقتصادي الذي قدمته السعودية والإمارات والكويت لمصر بعد عام 2013، بما شمل إمدادات النفط والغاز والقمح، في إشارة إلى الروابط السياسية والاقتصادية التي تستند إليها القاهرة في تبرير موقفها.

## قرار مجلس الدفاع

انتقلت التحركات حد إلى المستوى الأمني والمؤسسي، مع اجتماع مجلس الدفاع الوطني المصري برئاسة السيسي في قصر الاتحادية،

## إعلان السيسي

بدأت الخطوات الجديدة خلال كلمة ألقاها السيسي في حفل تخريج دفعة من طلاب الأكاديمية العسكرية المصرية، أكد فيها أن القاهرة لن تسمح بالمساس بأمن السعودية واستقرارها، معلناً استعداد بلاده لاتخاذ ما يلزم للدفاع عن المملكة.

وطالب الرئيس المصري من مجلس النواب عقد جلسة طارئة لمنحه تفويضاً باتخاذ إجراءات لحماية السعودية إذا اقتضت الضرورة، في خطوة تعكس توجه القاهرة إلى توفير غطاء مؤسسي لأي تحرك عسكري محتمل، بدلاً من الاكتفاء بإعلان التضامن السياسي. وشدد السيسي على أن مصر لا تسعى إلى الحرب أو مهاجمة أي طرف، وإنما تتحرك

تمضي مصر رسمياً في مسار لدعم السعودية في مواجهتها مع جماعة أنصار الله (الحوثيين)، بدءاً من تعهد الرئيس عبد الفتاح السيسي بالدفاع عن المملكة، مروراً باجتماع مجلس الدفاع الوطني وإعلان الاستعداد لتقديم الدعم، وصولاً إلى مناقشات البرلمان بشأن تفويض محتمل للقوات المسلحة، في ظل تباين آراء النواب بشأن طبيعة التحرك العسكري المحتمل وحدوده وتداعياته. وتزامنت هذه التحركات مع رصد طائرتي شحن عسكريتين مصريتين في الأجواء السعودية، وسط تساؤلات بشأن طبيعة الدعم المصري المحتمل.

ويستعرض هذا التقرير تسلسل الخطوات المصرية ودلالاتها السياسية والعسكرية، فضلاً عن السيناريوهات المحتملة للتحرك المصري وحدوده. وفقاً لـ «الجزيرة نت».



التصعيد وتسوية الأزمات بالوسائل السلمية. وقال محرر الشؤون المصرية في الجزيرة عبد الفتاح فايد إن اجتماع مجلس الدفاع الوطني المصري يعكس انتقال الدعم المصري للسعودية من مرحلة التضامن السياسي والدبلوماسي إلى الاستعداد لاتخاذ إجراءات تنفيذية عند الضرورة، في ظل تصاعد الأزمة الإقليمية.

وأوضح فايد أن مجلس الدفاع الوطني لا يجتمع عادة إلا في الظروف الاستثنائية وحالات الطوارئ، مشيراً إلى أن انعقاده لمناقشة سبل الدفاع عن السعودية يحمل دلالات سياسية وأمنية مهمة.

وأضاف أن طبيعة الإجراءات التي قد تتخذها القاهرة لم تتضح بصورة نهائية، وقد تدرج في إطار الاستعدادات القانونية والبرلمانية والسياسية واللوجستية، تحسباً لاحتمال تصاعد الأزمة وعدم التوصل إلى تسوية عبر المسارات الدبلوماسية.

### جلسة طارئة للبرلمان

وعقد مجلس النواب جلسة طارئة لبحث طلب السيسي، لكن الجلسة انتهت من دون تصويت نهائي على قرار الدعم الدفاعي للسعودية، وقرر البرلمان المصري تأجيل التصويت إلى جلسة ثانية.

وتباينت مواقف الأحزاب صاحبة الهيئات البرلمانية في مجلس النواب بشأن التفويض الذي طلبه السيسي، لتقديم الدعم اللازم للسعودية، بين التأييد باعتباره خطوة ضرورية لحماية الأمن القومي العربي، والتحفظ في ظل غياب تفاصيل كافية بشأن طبيعة المهام العسكرية وتكاليفها والتداعيات المحتملة.

وأعلنت هيئات برلمانية لأحزاب الوفد والشعب الجمهوري والعدل نيتهما التصويت لمصلحة التفويض، بينما أعلن الحزب المصري الديمقراطي الاجتماعي عزمه الامتناع عن التصويت، بسبب ما وصفه بغياب المعلومات الكافية عن طبيعة المهمة والتكاليف المترتبة عليها.

ويستند طلب السيسي إلى المادة 152 من الدستور المصري، التي تنظم إرسال القوات المسلحة في مهمة قتالية خارج حدود الدولة، وتشترط أخذ رأي مجلس الدفاع الوطني وموافقة مجلس النواب بأغلبية ثلثي أعضائه. وتبرز أهمية هذا الإجراء في أن إعلان الاستعداد للمساعدة لا يساوي تلقائياً اتخاذ قرار بإرسال قوات إلى الخارج. فالتفويض المحتمل يوفر الغطاء الدستوري اللازم لأي مهمة قتالية، لكنه لا يحدد وحده طبيعة المهمة أو توقيت تنفيذها أو حجم القوات المشاركة. ولهذا اكتسبت النقاشات البرلمانية أهمية إضافية، إذ طالب بعض النواب بمعلومات أكثر تفصيلاً قبل التصويت، في حين رأى مؤيدو التفويض أن توفير الغطاء القانوني يتيح للدولة الاستجابة إذا طلبت السعودية مساعدة دفاعية.

بالتزامن مع اجتماع مجلس الدفاع الوطني والجلسة البرلمانية الطارئة، رصدت بيانات ملاحية ظهور طائرتي شحن عسكريتين تابعتين للقوات الجوية المصرية في الأجواء السعودية.

ووفقاً لتقرير وحدة المصادر المفتوحة في الجزيرة، فإن الطائرتين من طراز «لوكهيد سي-130 هيركوليز»، وظهرتا داخل المجال الجوي السعودي، قبل اختفاء إشارتهما بعد عبور

أجواء جدة والتوغل باتجاه الشرق. ورصدت البيانات لاحقاً ظهور إحدى الطائرتين فوق شمال غرب المدينة المنورة، قبل أن تختفي إشارتها مجدداً أثناء تحليلها باتجاه الشمال الغربي فوق منطقة الوجه المطلة على البحر الأحمر.

### ما حدود الدعم المصري؟

في وقت تتزايد فيه المخاوف من اتساع نطاق المواجهة وتحولها إلى صراع إقليمي أوسع، تتباين التقديرات بشأن أشكال الدعم المصري المحتمل، بين المساندة الدفاعية والتنسيق الاستخباري والعسكري واللوجستي، مع استبعاد الانخراط في مواجهات مباشرة مع الحوثيين أو إيران.

وتتراوح السيناريوهات التي طرحها خبراء بين التنسيق العسكري والاستخباري، وتبادل المعلومات، والدعم الفني واللوجستي، والمساندة الدفاعية في مواجهة التهديدات الجوية والصاروخية.

واستبعد الخبراء أن يكون الانخراط في

مواجهات برية مباشرة مع الحوثيين داخل اليمن الخيار الأفضل، بالنظر إلى الطبيعة الجغرافية المعقدة لليمن وما تفرضه من تحديات عسكرية.

كما حذروا من أن توسيع المواجهة قد يهدد الملاح في البحر الأحمر ومضيق باب المندب، ويزيد الأعباء الاقتصادية والأمنية على مصر. وقال السفير معزز أحمددين -مندوب مصر الدائم الأسبق لدى الأمم المتحدة ومجلس الأمن- إن الدور المصري سيقصر على الدفاع عن المملكة، ولن يمتد إلى المشاركة في هجمات عسكرية ضد إيران أو جماعة الحوثيين. وأوضح أن الدعم المصري المحتمل يستهدف توفير المساندة اللازمة للدفاع عن السعودية، بما يحافظ على أمن المملكة وسلامة أراضيها ومقداراتها والتصدي للهجمات التي تتعرض لها.

وأشار الخبراء إلى أن طلب التفويض لا يعني بالضرورة اتخاذ قرار نهائي بالمشاركة في عمليات قتالية، إذ يتيح التفويض -إذا أقر- غطاء قانونياً للتحرك المحتمل، بينما تظل



طبيعة المهمة الفعلية مرتبطة بالتطورات الميدانية والاحتياجات السعودية والقرار السياسي المصري. وفيما يتعلق بالقدرات التي تمتلكها القوات المسلحة المصرية وجهازيتها لتقديم الدعم للسعودية، يشير الخبير العسكري والإستراتيجي العميد سمير راغب إلى أن مصر تمتلك قدرات بحرية عسكرية تغطي نطاقاً واسعاً من خليج السويس حتى المحيط الهندي والخليج.

كما تضم قوات جوية بمقاتلات حديثة مثل رافال و«ميج-29» و«إف-16»، إلى جانب خبرات وأنظمة دفاع جوي متكاملة ومتوافقة مع أنظمة المملكة مثل منظومة «باتريوت».

### ما الذي يدفع القاهرة إلى دعم الرياض؟

يرى محللون أنه لا يمكن فصل التحركات المصرية عن مجموعة من الاعتبارات المتداخلة، أبرزها:

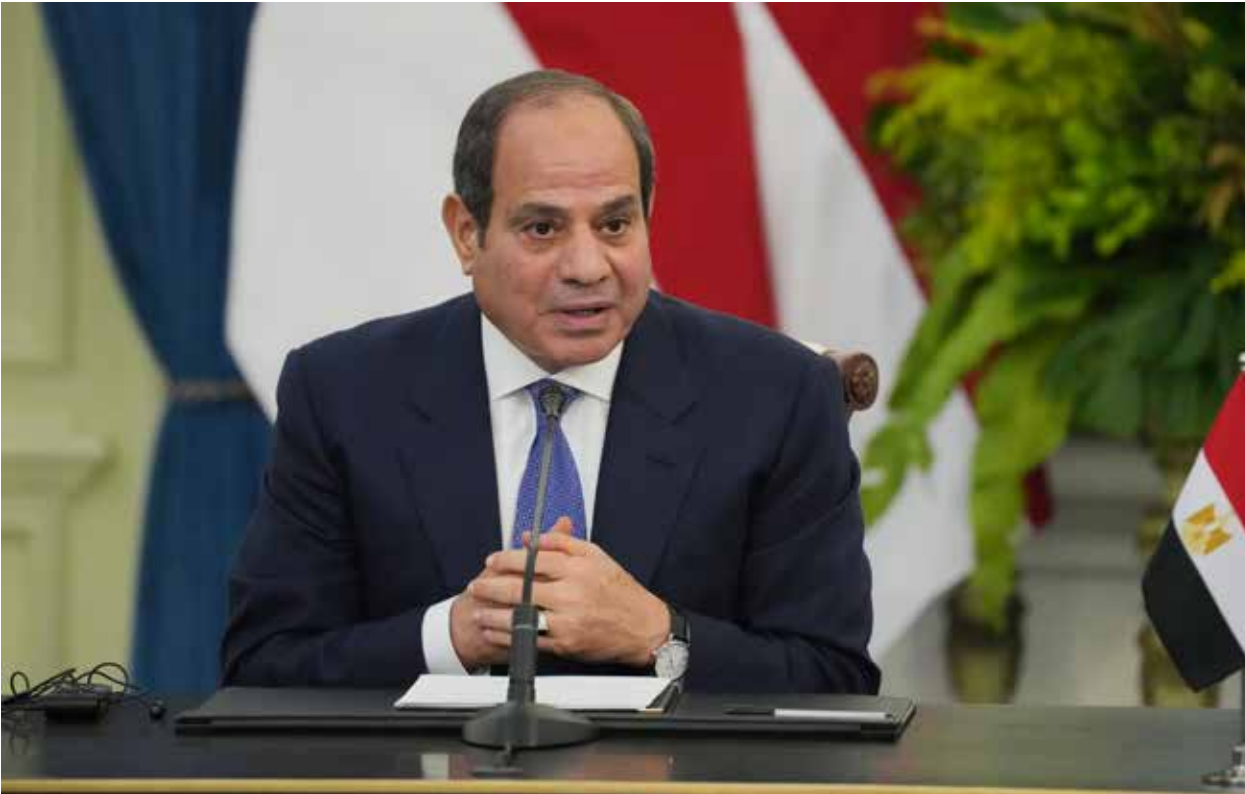
أمن الخليج والبحر الأحمر: ترى القاهرة أن أي تدهور واسع في أمن السعودية والخليج يمكن أن ينعكس على أمنها القومي، خصوصاً في ظل التهديدات للملاحة في البحر الأحمر ومضيق باب المندب، وما يرتبط بها من مصالح مصرية في قناة السويس.

العلاقات الإستراتيجية والاقتصادية: أشار السيسي إلى الدعم الخليجي الذي تلقته مصر بعد عام 2013. وتلفت رويترز إلى اعتماد الاقتصاد المصري على تحويلات العاملين في دول الخليج، فضلاً عن الاستثمارات والمساعدات والودائع التي قدمتها السعودية ودول خليجية أخرى للقاهرة.

تصاعد التهديدات العسكرية: أدت زيادة الهجمات الحوثية على البنية التحتية السعودية إلى رفع مستوى المخاوف من اتساع المواجهة.



# السياسي: الجهد العسكري المصري هو للدفاع عن السعودية لا الهجوم على اليمن



قال الرئيس المصري عبد الفتاح السيسي إن التحرك العسكري المصري للدفاع عن السعودية لن يشمل شن هجوم على اليمن، وسيقتصر على الدفاع عن أراضي المملكة وحدودها. وجاء في بيان أصدره المتحدث باسم الرئاسة المصرية، أن «الجهد العسكري المصري هو للدفاع عن أراضي المملكة ولا يشمل هجوماً على اليمن.. المقصود هو الدفاع عن أراضي المملكة وحدودها، وأراضي أي دولة عربية أخرى إذا طلب من مصر ذلك». وفقاً لـ الجزيرة نت.

وأضاف «الجهد العسكري المصري لا يمتد إلى خارج حدود مصر أو أي دولة شقيقة تكون مصر حريصة على أمنها واستقرارها».

## تعليق إيراني

وكان الرئيس المصري قد طلب من الثواب الموافقة على تقديم دعم عسكري للسعودية إذا طلبت المملكة ذلك، في ظل تعرضها لهجمات شبه يومية من الحوثيين في اليمن.

وقال السياسي إن مصر لا تسعى إلى «مواجهة أو مهاجمة أي طرف»، مؤكداً ذلك بقوله «نتحدث فقط عن الدفاع».

من جهته، اعتبر وزير الخارجية الإيراني عباس عراقجي أن أي تدخل من جانب مصر أو أي دولة أخرى في الحرب الدائرة في اليمن من شأنه أن يجعل الوضع «أكثر صعوبة».

وقال وزير الخارجية الإيراني في مقابلة مع قناة العراقية الرسمية «تمتلك مصر خبرة كافية لتجنب التورط في مثل هذا الصراع البالغ التعقيد».

وأضاف «نعتقد أن أي وجود أو تدخل أجنبي لن يؤدي إلا إلى جعل حل هذه القضية أكثر صعوبة».

وأكد أن مصر قالت إنها «لن تدخل اليمن ولن تتدخل في حرب ضد اليمن».

وتجددت الحرب المستمرة منذ أكثر من عقد بين الحوثيين والتحالف الذي تقوده السعودية دعماً

بدر عبد العاطي، وبحثا «التطورات الإقليمية، وتنسيق الجهود بشأنها».

وخلال اللقاء، تسلم ولي العهد رسالة خطية إلى العاهل السعودي الملك سلمان من الرئيس المصري عبد الفتاح السيسي.

الحكومية ومطار الرياض الدولي، حيث قُتل 13 شخصا في 10 أكتوبر/تشرين الأول.

وفي السياق ذاته، ذكرت وكالة الأنباء السعودية (واس) أن ولي العهد السعودي الأمير محمد بن سلمان التقى في الرياض وزير الخارجية المصري

للحكومة اليمنية المعترف بها دولياً في يوليو/تموز. وسيطر الحوثيون على جزء كبير من الساحل اليمني المطل على البحر الأحمر في سبتمبر/أيلول، ومنذ ذلك الحين شنوا هجمات على السعودية، بينها ضربات استهدفت شركة أرامكو النفطية



# تفاعل يماني وعربي مع دعوة الأزهر الشريف إلى تشكيل لجنة وساطة لحل الصراعات

تفاعلت هيئات وشخصيات يمنية وعربية مع دعوة شيخ الأزهر أحمد الطيب إلى تشكيل لجنة وساطة لنزع فتيل الصراعات والأزمات المشتعلة في عدد من الدول العربية والإسلامية. وكتب شيخ الأزهر أحمد الطيب، عبر حسابه على منصة شركة «إكس» الأمريكية: «من مصر العروبة، ومن قلب الأزهر الشريف، نوجه نداء أخويا عاجلا إلى كل الأشقاء في دولنا العربية والإسلامية كافة، بضرورة تغليب روح الأخوة وروابط الدين والدلم واللغة». وفقا لـ «الأناضول».

وطالب شيخ الأزهر بـ«إعلاء صوت الحكمة، والاحتكام إلى لغة العقل والحوار، والوقف الفوري والشامل لكل أعمال الحرب والقتال والتدمير والتخريب التي تستنزف مقدرات الشعوب وتزهق أرواح الأبرياء».

ودعا إلى «تشكيل لجنة وساطة وتهذبة عاجلة، تضم ممثلين من مختلف الدول العربية والإسلامية؛ من العقلاء والحكماء المخلصين، ومن محبي الخير والسلام والاستقرار، كي تتولى بشكل عاجل نزع فتيل الأزمات والصراعات المشتعلة، وتقريب وجهات النظر، وإنهاء الخلافات القائمة بين أبناء الدين الواحد والأمة الواحدة».

وفيما قال إن الأزهر «سبيل أقصى ما يستطيع لدعم جهود اللجنة»، أكد «ثقتة بحكمة كافة الأطراف وقدرتهم على تجاوز الخلافات وطي صفحة الماضي حقنا للدماء المعصومة، وحفظا لأرواح الأبرياء، وتغليباً للمصلحة العامة».

## ترحيب جماعة الحوثي

ورغم عدم ذكر شيخ الأزهر الحرب في اليمن بالاسم، رحبت جماعة الحوثي اليمنية بالدعوة، معربة عن أملها في أن تتكفل جهوده بالتوفيق والنجاح. جاء ذلك في رسالة بعث بها المتحدث الرسمي باسم الجماعة محمد عبد السلام إلى شيخ الأزهر، وأعاد نشرها عبر منصة «إكس». وأعرب عبد السلام عن ترحيب جماعته بـ«الدعوة المسؤولة والحكيمة لإنهاء الحروب في المنطقة»، راجيا أن «تتكفل هذه الجهود

بالتوفيق والنجاح». وأضاف: «نتشرف صنعاء (مقر حكومة الجماعة) بزيارة تقوم بها لجنة تكون بنظركم، وأن تكون كما يريد الله لأهل الصلح أن يكونوا، من التقوى والشجاعة لقول الحق مهما كان عسيراً».

## هيئة علماء اليمن

من جانبها، قالت هيئة علماء اليمن، الموالية للحكومة المعترف بها دولياً، في بيان، إنها «تابعت بتقدير بالغ بيان الأزهر الشريف الداعي إلى التهذبة، وتشكيل لجنة وساطة عربية وإسلامية لوقف الحروب في المنطقة». وأضافت: «الدعوة صادرة عن منارة ما برحت عبر القرون حصن الوسطية، ولسان الأمة الصادق، وملاذ المستضعفين، ونحن لها شاكرون وبها مرخبون».

واستدركت: «لكن البيان لم يشر إلى اليمن إشارة بيّنة، وفي ذلك ما يخشى أن يوهم بالتسوية بين الضحية والجلاذ».

وأوضحت أن «الحرب في اليمن ليست نزاعاً بين دولتين، ولا بين الشعب اليمني وجاره (السعودية)، كما تروج جماعة الحوثي، وإنما هي انقلاب جماعة مسلحة على الدولة

ومؤسساتها وشرعيتها الدستورية المنتخبة». وأضافت: «جربنا الهدنة تلو الهدنة، فكانت الجماعة (الحوثية) تتخذها فرصة لترتيب صفوفها واستجلاب السلاح، لا طريقاً إلى السلام».

وتابعت: «إننا إذ نبتغي سلاماً عادلاً يحقن الدماء ويحفظ وحدة اليمن وسيادته، لا نقبل أن تتحول الدعاوات إلى التهذبة إلى غطاء لإدامة الانقلاب واستدامة الجرائم والعدوان والبيغي»، بحسب البيان.

وخاطبت الهيئة شيخ الأزهر قائلة: «نرجو من فضيلتكم وسائر علماء الأمة أن تبيينوا الحكم الشرعي في الخروج المسلح على الدولة، وأن يكون اليمن حاضراً في أدواركم وجهودكم المباركة لدعم نضاله العادل في استعادة دولته وإنهاء عدوان المليشيات الحوثية». وثمنت الهيئة، في بيانها، «موقف مصر الداعم لليمن وقيادته الشرعية، والروابط الأخوية التي تجمع الشعبين».

## الحرمني: الحوثيون شقوا عصا الطاعة

من جهته، قال عضو البرلمان اليمني والداعية محمد الحرمني، في تغريدة عبر منصة «إكس»: «إن دعوة الأزهر تتضمن معاني شرعية معتبرة



في سياق الصراع بين دولتين». لكنه أشار إلى أن «واقع الحال في اليمن مختلف»، معتبراً أن جماعة الحوثي «انقلبت على الدولة، وشقت عصا الطاعة بقوة السلاح، وسفكت الدماء، وتسعى إلى فرض مشروعها الطائفي بقوة السلطة».

واستشهد الحرمني بعدد من الآيات القرآنية التي قال إنها «تؤكد خطورة شق الجماعة ومنازعة السلطة الشرعية بالقوة، ووجوب دفع البغي والعدوان وفق أحكام الشريعة وضوابطها، لا وفق الأهواء أو التصرفات الفردية».

## تحذير من تجاهل دعوة الأزهر

في المقابل، حذر الباحث والأكاديمي الموريتاني محمد المختار الشنقيطي «علماء المسلمين وحكامهم من عض أصابع الندم إذا لم يستجيبوا إلى الدعوة الحكيمة التي أطلقها شيخ الأزهر».

وقال الشنقيطي، في تغريدة عبر منصة «إكس»: «إذا لم يستجيب علماء المسلمين وحكامهم للدعوة الحكيمة التي أطلقها شيخ الأزهر ويسعوا لصلح يوقف حرب اليمن بعد أن اقترب شرها وشرها من الحرمين الشريفين، فسيعضون أصابع الندم على تفريطهم وتوريطهم أمة الإسلام في مصائب وأهوال عظيمة، مجارة لمتعصبيهم ومغفلين لا يرون خياراً سوى الفناء والإفناء».

وتأتي دعوة الأزهر بالتزامن مع تصعيد عسكري في اليمن بدأ في يوليو/ تموز 2026، ويُعد الأوسع منذ الهدوء النسبي الذي شهدته البلاد عقب هدنة بدأت في أبريل/ نيسان 2022.

ومنذ 5 أكتوبر/ تشرين الأول، تتواصل عملية «فجر اليمن» العسكرية، التي قال رئيس مجلس القيادة الرئاسي رشاد العليمي إنها تهدف إلى استعادة مؤسسات الدولة من الحوثيين والسيطرة على العاصمة صنعاء. ويشهد اليمن حرباً منذ سيطرة الحوثيين على العاصمة صنعاء ومحافظات عدة في سبتمبر/ أيلول 2014، قبل تدخل تحالف عربي بقيادة السعودية في مارس/ آذار 2015، دعماً للحكومة اليمنية المعترف بها دولياً.



# جواً وبحراً.. عسكريون يوضحون كيفية دعم مصر للسعودية

في خطوة استراتيجية تعكس عمق الشراكة الأمنية بين القاهرة والرياض، وتؤكد ثوابت حماية الأمن القومي العربي، أعلن الرئيس المصري عبد الفتاح السيسي، استعداد بلاده لاتخاذ كافة الإجراءات الضرورية للدفاع عن السعودية حال طلبها ذلك، بالتوازي مع دعوة مجلس النواب المصري لعقد جلسة طارئة اليوم لتفويض السيسي اتخاذ ما يلزم للتدخل دفاعاً عن المملكة.

فيما طرح هذا التحرك الاستثنائي تساؤلات جوهرية حول طبيعة وحجم الدعم العسكري المصري المرتقب للرياض، والحدود الفاصلة بين التأمين الدفاعي والعمليات الهجومية. بينما كشف خبراء وعسكريون مصريون تفاصيل سيناريوهات التعاون المرتقب، بدءاً من التنسيق الاستخباري وحماية المجال الجوي والممرات البحرية في البحر الأحمر، وصولاً إلى تعزيز قدرات الردع لمواجهة الصواريخ الباليستية والطائرات المسيرة. وفقاً لـ «العربية نت».

## «دعم دفاعي»

وفي هذا السياق، أوضح اللواء أركان حرب الدكتور محمد قشقوش، المحاضر بالأكاديمية العسكرية للدراسات العليا والاستراتيجية، أن الدعم المصري للرياض سيكون «دفاعياً محضاً». وأشار في تصريحات للعربية نت/الحدث، إلى أنه في حال مشاركة عناصر مصرية، فإن مهامها ستتركز على تأمين بعض الأماكن الحيوية، وخط بتزل شرق - غرب، والمطارات والمرافق الاقتصادية التي تعرضت لاستهدافات أو محاولة استهداف حوثية. كما أضاف قشقوش أن طبيعة العدائيات الحوثية المعتمدة على الصواريخ الباليستية والطائرات المسيرة تفرض أن ينصب التأمين على مجابهة هذه التهديدات وتوزيع مهام الاعتراض من الاتجاهات

الجنوبية، وذلك بالتنسيق الكامل بين القيادتين العسكريتين عقب الحصول على التفويض الدستوري من مجلس النواب. وشدد على أن تأكيد القيادة المصرية على الطابع الدفاعي للتحرك يبعث برسالة مفادها أن مصر لا تهجم اليمن، بل تدافع عن الأشقاء والأهداف الاستراتيجية، داعياً إيران وأذرعها إلى الاحتكام لصوت العقل وإيقاف التصعيد.

من جانبه، رأى اللواء أركان حرب الدكتور وائل ربيع، المتخصص في الشأن الإقليمي والاستراتيجي، أن دعوة مجلس النواب للانعقاد تحسباً لأي طلب سعودي تستهدف توجيه «رسالة ردع واضحة»

ضد أي محاولات لتهديد العمق السعودي أو المساس باستقرار المنطقة. كما لفت إلى أن أمن الخليج العربي يمثل ركيزة لا تتجزأ من الأمن القومي المصري، إلى جانب تمسك القاهرة بالحفاظ على سيادة الدول ورفض وجود سلاح خارج سيطرة السلطات الشرعية.

## دفاع جوي ودعم بحري

واعتبر ربيع أن المعاونة المصرية قد تتشكل من عناصر من الدفاع الجوي أو القوات الجوية لتأمين المجال الجوي، إضافة إلى وحدات بحرية للمساهمة في حماية السواحل السعودية. إلى ذلك، أكد أن هذا الدعم يأتي ليعزز القدرات



العالية للجيش السعودي، مستفيداً من التراكم الخبراتي والمناورات المشتركة المستمرة بين القوات المسلحة في البلدين.

أما العميد الدكتور طارق العكاري، المتخصص في الشأن الاستراتيجي والاقتصاد العسكري، فسلط الضوء على الجاهزية المستمرة للقوات المسلحة المصرية، مؤكداً أن التاريخ لم يشهد تأخراً مصرياً عن دعم الأشقاء في السعودية والخليج، خصوصاً في مجالات التنسيق الاستخباري وتبادل المعلومات.

وأشار العكاري إلى أهمية التنسيق المشترك لحماية أمن الملاحة في البحر الأحمر، بصفة مصر والسعودية القوتين الرئيسيتين المطلتين على هذا الشريان الحيوي واللذين تمتلكان جيشين قويين وأنظمة حكم مستقرة.

## التعاون الاستخباري

هذا ورجح أن يكون التعاون الاستخباري هو الحجر الأساسي لأي ترتيبات عسكرية مقبلة، تليها كافة الاحتمالات الميدانية من دفاع جوي وتأمين للمجال الجوي والبحري وفق ما يتم التوافق عليه بين البلدين.

تأتي هذه التحركات والتصريحات العسكرية لتترجم محددات السياسة الخارجية المصرية التي أعلنها السيسي في مناسبات عدة، إذ طالما أكد مقولة «مسافة السكة» كرمز لسرعة الاستجابة المصرية في حماية الأشقاء، معتبراً أن أمن الخليج خط أحمر وجزء لا يتجزأ من الأمن القومي المصري.

وكان مجلس النواب المصري قد قرر عقد جلسة عامة طارئة، لبحث تطورات الأوضاع الإقليمية وموقف مصر الثابت تجاه حماية أمن واستقرار السعودية.



# ثورة 14 أكتوبر في اليمن.. إرادة شعب قرر أن يتحرر من الهيمنة الأجنبية

عبدالعالم عبدالجليل

مثلت ثورة الرابع عشر من أكتوبر 1963 نقطة تحول تاريخية في مسيرة النضال الوطني اليمني، حين انطلقت شرارتها من جبل ردان الشامخ بقيادة المناضل راجح غالب لبوزة، لتعلن بداية مرحلة جديدة من الكفاح المسلح ضد الاستعمار البريطاني، وتعتبر عن إرادة شعب قرر أن يتحرر من الهيمنة الأجنبية، وينهي زمن الاستعمار، ويصنع مستقبله بيده.

ومن ردان امتدت الثورة إلى مختلف مناطق الجنوب، بقيادة الجبهة القومية، وبمشاركة المكونات والفصائل الوطنية والثورية التي خاضت الكفاح المسلح ضد الاستعمار البريطاني، حتى توج ذلك النضال بالاستقلال الوطني في الثلاثين من نوفمبر 1967، بعد سنوات من التضحيات والفداء.

واجه اليمنيون آنذاك الإمبراطورية البريطانية التي عرفت بأنها الإمبراطورية التي لا تغيب عنها الشمس، وكانت تمتلك من القوة العسكرية والنفوذ السياسي ما جعلها إحدى أبرز القوى الاستعمارية في العالم.

ومع ذلك، لم تستطع تلك القوة أن تطفئ إرادة شعب آمن بحقه في الحرية والاستقلال، وأدرك أن إرادة الشعوب قادرة على تغيير موازين التاريخ عندما تتوحد أهدافها وتتجسد في نضال منظم وتضحيات مستمرة.

ولم يعتمد الاستعمار البريطاني على القوة العسكرية وحدها، بل اتبع سياسة «فرق تسد»، مستفيداً من تعدد السلطنات والمشيخات والإمارات التي كانت قائمة في جنوب اليمن، والتي تجاوز عددها ثلاثة وعشرين سلطنة ومشيخة وإمارة، بهدف إبقاء المنطقة مجزأة، وإضعاف فرص توحيد أبنائها في مواجهة السيطرة الاستعمارية.

غير أن الثورة أعادت الاعتبار إلى الهوية الوطنية الجامعة، وأثبتت أن وحدة الإرادة الشعبية قادرة على تجاوز الانقسامات التي تُستخدم لإدامة الهيمنة وإعاقة التحرر.

لقد كانت ثورة أكتوبر مدرسة وطنية في التضحية والصمود، ومحطة فارقة في مسار التحرر من الاستعمار. ولم يكن طريقها مغروشا بالورود، بل شقته تضحيات المناضلين الذين واجهوا قوة استعمارية كبرى بإيمانهم بحقوقهم في الحرية، وبعزميتهم على انتزاع الاستقلال.

وقد تجاوز أثر الثورة حدود المواجهة العسكرية، ليجسد تطلع الشعب إلى التحرر من التبعية، وبناء واقع سياسي ووطني جديد، تكون فيه السيادة لأبناء البلاد على أرضهم ومستقبلهم.

وقد توج هذا النضال بإعلان استقلال جمهورية اليمن الجنوبية الشعبية في الثلاثين من نوفمبر 1967، التي عرفت لاحقاً باسم جمهورية اليمن الديمقراطية الشعبية، لتدخل البلاد مرحلة جديدة من تاريخها السياسي.

وفي مسار التحولات السياسية والتنظيمية التي شهدتها اليمن شمالاً وجنوباً، نشأت وتطورت مكونات وتنظيمات وطنية وثورية متعددة، وأسهمت في النضال من أجل التحرر والتغيير السياسي.

وفي الجنوب، واصلت الجبهة القومية دورها السياسي والتنظيمي بعد الاستقلال، وانضمت إليها في مسار

التوحيد التنظيمي

مكونات سياسية

أخرى، فيما شهد

الشمال نشاطاً

لتنظيمات وطنية

وثورية، كان من

بينها تنظيمات

يسارية وقومية.

وتوجت مسارات

التوحيد التنظيمي

بين عدد من هذه

المكونات بتأسيس

الحزب الاشتراكي اليمني

رسمياً تحت مسماه

الحالي في الثالث عشر من

أكتوبر 1978، بمشاركة تنظيمات من الشمال

والجنوب، ليواصل إرث الجبهة القومية النضالي

والسياسي، ويواصل تجربة بناء الدولة في

الجنوب، وصولاً إلى تحقيق الوحدة اليمنية

في الثاني والعشرين من مايو 1990، وإعلان

الجمهورية اليمنية.

وتكمن عظمة هذه الثورة في أن إرادة التحرر

كانت أوسع من الخلافات والانتماءات

الضيقة، وأن الهدف الوطني استطاع أن يمنح

التضحيات معناها التاريخي.

فالثورات الكبرى لا تقاس بحجم المواجهات

التي تخوضها فحسب، بل بما تتركه من وعي وطني، وما تفتحه من آفاق أمام الأجيال، وما تؤسسه من مبادئ تؤكد أن الحرية حق، وأن الاستقلال مسؤولية، وأن كرامة الإنسان لا تنفصل عن حقه في تقرير مصيره.

واليوم، تحل ذكرى الرابع عشر من أكتوبر واليمن يمر بواحدة من أشد مراحل تعقيداً، في ظل حرب طاحنة، وصراعات وانقسامات داخلية، وتدخلات إقليمية ودولية، وأوضاع أزهقت المواطنين وأضعفت مقومات الحياة والاستقرار.

وفي هذا الواقع، لا ينبغي أن تظل ذكرى الثورة مناسبة للاحتفاء بالماضي واستحضار البطولات فحسب، بل يجب أن تتحول إلى فرصة لمراجعة الحاضر واستلهام الدروس التي تفرضها مسؤولية بناء المستقبل.

إن استلهام قيم أكتوبر يبدأ بإدراك أن الأوطان لا تبني بالقوة وحدها، ولا تستقر بالغلبة والإقصاء، ولا تتحقق مصالح شعوبها باستدامة الصراع وتغذية الانقسامات.

فالوطن الذي دفع أبنائه أثماً باهظة من أجل التحرر، يستحق أن ينعموا فيه بالأمن والكرامة والعدالة، وأن تكون لهم الكلمة في تقرير شؤونهم ومستقبلهم، بعيداً عن الوصاية والهيمنة.

وتغليب المصالح الضيقة على المصلحة الوطنية. وتفرض ذكرى الثورة علينا التمسك بقيم النضال الوطني، والتحرر من التبعية، ورفض الاستبداد والفساد، والعمل من أجل إنهاء الحرب، وتجاوز الانقسامات، والانتصار للشعب والبلد، ودحر تجار الحروب والقتلة والمستبدين، وبناء دولة مدنية حديثة تقوم على الديمقراطية والتعددية السياسية، وتحترم الحريات

والحقوق، وتكفل المشاركة السياسية، وتجعل إرادة الشعب مصدراً للسلطة ومرجعاً لشرعيتها.

فهذه هي المعاني التي تمنح الاستقلال مضمونه الحقيقي، وتحول الحرية من شعار تاريخي إلى واقع يعيشه المواطن في حياته اليومية. كما أن الوفاء لتضحيات المناضلين لا يكون بتزديد الشعارات وحدها، بل بصون القيم التي ناضلوا من أجلها، وترسيخ الوعي الوطني الذي يرفض تحويل الخلافات السياسية إلى صراعات مفتوحة، أو استخدام السلاح وسيلة لفرض الإرادة، أو استغلال معاناة الناس لتحقيق مكاسب خاصة.

فالتاريخ لا يُستدعى لتبرير أخطاء الحاضر، وإنما لفهم دروسه وتجنب تكرار مآسيه، واستلهام رمزية الثورة في النضال والتحرر ومقاومة كل أشكال الهيمنة والاستبداد. لقد أثبتت ثورة 14 أكتوبر أن الاستعمار، مهما امتلك من أسباب القوة، لا يستطيع ضمان بقائه أمام شعب يتمسك بحريته ويؤمن بحقه في الاستقلال.

وتبقى هذه الحقيقة درساً للأجيال في أهمية الإرادة الشعبية، ووحدة الهدف الوطني، والإيمان بقدرة اليمنيين على تجاوز المحن وصناعة مستقبل مختلف.

وفي الذكرى الثالثة والستين لثورة الرابع عشر من أكتوبر المجيدة، نستحضر تضحيات الشهداء والمناضلين، ونحیی كل من أسهم في مسيرة التحرر الوطني

مؤكدین أن أعظم وفاء لهذه الثورة هو استلهام قيمها ومبادئها، وصون السيادة الوطنية، والعمل من أجل بناء دولة مدنية حديثة تقوم على الديمقراطية والتعددية السياسية، وتحقق تطلعات اليمنيين في الحرية والكرامة والحياة الآمنة.

ستظل ثورة 14 أكتوبر شاهداً على أن إرادة الشعوب أقوى من الهيمنة، وأن الحرية تُنتزع بالتضحيات، وأن الأوطان لا ينهض بها إلا أبنائها حين تتقدم المصلحة الوطنية على المصالح الضيقة، ويصبح النضال من أجل التحرر وبناء الدولة وإنهاء الحرب مسؤولية وطنية مشتركة، وطريقاً للانتصار لإرادة الشعب وحقه في الحياة والكرامة والسيادة.

البعد الثالث



# عدد الشهداء تجاوز 74 ألفاً بالأرقام.. ثلاث سنوات من الإبادة الإسرائيلية والمحو الشامل لقطاع غزة



وتُظهر صور الأقمار الصناعية التي حدّثتها خرائط غوغل مؤخرا اتساع الدمار في القطاع المحاصر.

#### التعليم: 700 ألف طالب بلا مدارس

93% من مدارس القطاع تحتاج إلى إعادة بناء كاملة، بحسب أوتشا، وأكثر من 700 ألف طالب محرومون من التعليم النظامي. ودُمر ما لا يقل عن 63 مبنى جامعيًا، وما بقي قائمًا من مباني الجامعات يؤوي نازحين.

#### استشهد نحو 300 صحفي، بينهم 12 من الجزيرة

لم يُقتل صحفيون في مكان آخر بهذا العدد من قبل. فقد استشهد في غزة منذ 7 أكتوبر/ تشرين الأول 2023 نحو 300 صحفي وعامل في مجال الإعلام، بحسب مرصد شيرين أبو عاقلة. 12 منهم من طاقم الجزيرة:

سامر أبو دقة  
حمزة الدحدوح  
إسماعيل الغول  
أحمد اللوح  
حسام شبّات  
إبراهيم ظاهر  
محمد قريّع  
محمد نوفل  
أنس الشريف  
محمد سلامة  
محمد وشاح  
أحمد وشاح

وتمنع إسرائيل الصحافة الأجنبية من دخول القطاع، إلا قلة من المراسلين يرافقون جنود الاحتلال ويمر ما ينشرونه تحت رقابة عسكرية.

لترا للفرد.

#### المباني: 82% تضررت أو دُمّرت

مُحيت أحياء كاملة، ونزح 1.98 مليون فلسطيني، أي 90% من السكان، وفق أوتشا.

وشبكات الصرف الصحي، ويقول خبراء في الأمم المتحدة إن معظم الشبكة تضرر أو دُمّرت. أكثر من نصف السكان يعيشون اليوم على أقل من 6 لترات يوميًا للشرب والطهي. مع العلم أن الحد الأدنى العالمي في حالات الطوارئ 20



استشهد واحد من كل 30 فلسطينيًا في قطاع غزة، وأصيب واحد من كل 13. هذه حصيلة ثلاث سنوات من حرب الإبادة التي بدأتها إسرائيل في 7 أكتوبر/ تشرين الأول 2023، عقب عملية «طوفان الأقصى» التي نفذتها كتائب الشهيد عز الدين القسام، الجناح العسكري لحركة المقاومة الإسلامية (حماس)، مع فصائل فلسطينية أخرى. حوّلت إسرائيل حصارا عمره 16 عاما إلى خنق كامل للقطاع، وقصفته بلا توقف، وفي 10 أكتوبر/ تشرين الأول 2025 بدأ سريان «وقف إطلاق النار»، لكن القتل لم يتوقف، الأرقام التالية ترسم حال غزة اليوم. بحسب ما نشره «الجزيرة نت».

#### شهيد من كل 30، ومصاب من كل 13

تجاوز عدد الشهداء 74 ألفًا، بينهم ما لا يقل عن 21 ألف طفل، وفق وزارة الصحة في غزة. ويعادل هذا الرقم نحو 3% ممن كانوا يعيشون في القطاع قبل الحرب.

ووزارة الصحة لا تحصى إلا من وصل إلى مستشفى أو سُجّلت وفاته رسميًا. فما زال هناك آلاف المفقودين ومن بقوا تحت الأنقاض خارج هذا العدّ، فالحصيلة الفعلية أعلى بكثير على الأرجح.

أما المصابون فيزيدون على 175 ألفًا. وتقدر منظمة الصحة العالمية، في تقدير متحفّظ، أن نحو ربعهم (قرابة 43 ألفًا) خرجوا بإصابات تلازمهم ما عاشوا وتحتاج إلى تأهيل طويل، وأن ربع هؤلاء المصابين أطفال.

أما المرافق الصحية القليلة المتبقية فهي تستقبل فوق طاقتها، وإمداداتها تتناقص بشكل مطرد.

#### عام من «وقف إطلاق النار»: 36 يوما بلا هجمات

مرّ 361 يوما على سريان الاتفاق. هاجمت إسرائيل القطاع في 325 منها، أي في 9 أيام من كل 10، بحسب إحصاء أجرته الجزيرة. أي أن الأيام التي لم يُسجّل فيها هجوم أو شهيد أو مصاب: 36 فقط.

حصيلة هذه الفترة 1460 شهيدا و5116 مصابا، وفق أحدث أرقام وزارة الصحة في غزة. وتقول الإدارة الأمريكية إن الاتفاق ما زال قائما.

#### المستشفيات: 42 مرفقا تعمل من أصل 666

طالت الهجمات الإسرائيلية معظم مستشفيات القطاع وعياداته. خرج 94% منها من الخدمة كليًا أو جزئيًا، وفق مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية (أوتشا). وتحظر اتفاقية جنيف الرابعة مهاجمة المستشفيات، ونظام روما الأساسي للمحكمة الجنائية الدولية يعدّ استهدافها جريمة حرب.

#### المياه: أقل من 6 لترات في اليوم

تعاني 91% من الأسر في غزة نقصا في المياه. فقد ضربت إسرائيل منذ أكتوبر/ تشرين الأول 2023 الآبار وخطوط النقل ومحطات التحلية

# عبد الرحمن السيد يندد بحملة "إيباك" ضده: أموال الضرائب للأمريكيين لا لقتل الأطفال

الديمقراطي. ويمثل ذلك أول تدخل مالي مباشر لـ «مشروع الديمقراطية المتحدة» في الانتخابات العامة لهذا السياق، بعدما أنفقت اللجنة عشرات الملايين من الدولارات في الانتخابات التمهيدية للحزب الديمقراطي، في محاولة لمنع السيد من الفوز بترشيح الحزب، إذ دعمته في تلك المواجهة النائبة الديمقراطية السابقة هيلي ستيفنز، وفقاً لمنصة «كومنز دريمز». وعقب فوز السيد بالترشيح الديمقراطي، أشارت المنظمة إلى استعدادها لإنفاق مبالغ كبيرة لدعم روجرز. كما شارك المرشح الجمهوري في مناسبات عدة لجمع التبرعات نظمها «إيباك».

وفي تصريحات للصحافيين خلال محطة انتخابية الجمعة، قلل روجرز من أهمية الإنفاق على المنشورات، وهاجم السيد، متهماً إياه بمعاداة السامية.

وقال روجرز: «إنه معاد لليهود إلى درجة أن منشوراً انتخابياً واحداً يدفعه إلى الانفعال الشديد».

لكن ديفيد داين، الكاتب في مجلة «ذا أمريكان بروسبيكت»، رأى أن موقف روجرز تغير مقارنة بما كان عليه قبل أشهر، وكتب أن المرشح الجمهوري «كان محقاً عندما تُنط هذه الخطوة في المرة الأولى»، في إشارة إلى إنفاق «إيباك» على الحملات الانتخابية، قبل أن يضيف: «لكنه يأس الآن».

## عبد الرحمن السيد يستحضر تجربة أوباما

وتأتي هذه التطورات في وقت يسعى فيه السيد إلى تقديم نفسه باعتباره مرشحاً ديمقراطياً يستفيد من تجربة الرؤساء السابقين، لكنه لا يتردد في انتقاد سياساتهم أو المطالبة بتغييرها.

وكان السيد قد تناول، انتقاداته السابقة للرئيس الأمريكي الأسبق باراك أوباما، خلال مقابلة مع برنامج «ميت ذا برس» على شبكة «إن بي سي نيوز»، في أعقاب إعلان مشاركة أوباما في حملة انتخابية إلى جانبه في مدينة ديترويت يوم 24 أكتوبر/تشرين الأول.

وكان السيد قد كتب في مقال رأي نشرته صحيفة «هافينغتون بوست» عقب إعادة انتخاب أوباما عام 2012 أن «أوباما لم يكن الخيار الصحيح، لكنه لم يكن الخيار الخاطئ أيضاً». كما انتقد سجل الرئيس الأسبق في عمليات الترحيل، وتوسيع استخدام الطائرات المسيّرة في الشرق الأوسط.

لكن السيد قال في المقابلة إنه يدرك أن

كشف تقرير مالي للحملات الانتخابية، قدّم مؤخراً، أن لجنة العمل السياسي التابعة للجنة الشؤون العامة الأمريكية الإسرائيلية «إيباك»، المعروفة باسم «مشروع الديمقراطية المتحدة»، استأنفت إنفاق الأموال في سياق مجلس الشيوخ عن ولاية ميشيغان، وخصصت 95 ألف دولار لإرسال منشورات انتخابية معارضة للمرشح الديمقراطي عبد الرحمن السيد، في محاولة لدعم منافسه الجمهوري مايك روجرز، قبل أسابيع من انتخابات التجديد النصفي الحاسمة.

وجاء التقرير، المقدم إلى لجنة الانتخابات الفيدرالية الأمريكية، بعد يوم واحد من مواجهة انتخابية بين روجرز والسيد، تبادل خلالها المرشحان الانتقادات بشأن الرعاية الصحية وأسعار الأدوية والمساعدات العسكرية لإسرائيل وقضايا أخرى. بحسب «القدس العربي».

وعندما سُئل روجرز خلال المناظرة عما إذا كان سيقبل دعم «إيباك» في السياق، أجاب: «أي شخص يريد مساعدة حملتي على إيقافه (عبد الرحمن السيد) ... سأقبل كل هذه المساعدة».

ورد السيد على التقرير المالي بمنشور عبر وسائل التواصل الاجتماعي، قائلاً: «تعرفون أن مايك روجرز يواجه مشكلة عندما يتوسل إلى إيباك لبدء الإنفاق ضدي».

وأضاف: «لماذا يكرهونني؟ لأنني أريد إبقاء أموال ضرائكم هنا وإنفاقها على أطفالكم، بدلاً من إنفاقها لقتل أطفال في مكان آخر».

ويعكس دخول «إيباك» المباشر على خط الانتخابات العامة تحولاً في مسار تعاملها مع روجرز. ففي أغسطس/ آب الماضي، أفاد موقع «أكسيوس» بأن حلقاء المرشح الجمهوري طلبوا من المنظمة عدم إطلاق إعلانات انتخابية لمصلحته، في ما بدا إقراراً بحساسية الارتباط بها سياسياً، في ظل الحرب الإسرائيلية المدمرة على قطاع غزة والانتقادات المتزايدة للدعم الأمريكي لإسرائيل.

ووفقاً للموقع، تحدث روجرز بنفسه مع رئيس «إيباك» في أغسطس/ آب، قبل أن تقرر المنظمة تعليق إعلان مصور كانت قد أعدته بالفعل لاستهداف السيد.

لكن المنظمة عادت الآن إلى التدخل في السياق، من خلال إنفاق 95 ألف دولار على منشورات مناهضة للمرشح



ومن المقرر أن يشارك أوباما في حملة انتخابية مع السيد في ديترويت، بالتزامن مع بدء التصويت المبكر الحضوري في ميشيغان، كما سيشارك في حملة المرشحة الديمقراطية لمنصب حاكمة الولاية، جوسلين بنسون.

وكان السيد قد وصف أوباما، في بيان سابق، بأنه «مدافع عن إتاحة الرعاية الصحية ورائد تاريخي في عصرنا»، مضيفاً أن دعمه مهم في معركة خفض التكاليف ووضع الأسر الأمريكية في المقام الأول.

على أكتاف عمالقة». وأضاف أنه يشعر بالامتنان لأنه عاش سنوات شبابه خلال رئاسة أوباما، قائلاً إنه لم يكن ليتخيل أنذاك أنه سيترشح يوماً لمنصب سياسي.

وأشاد السيد بما وصفه بأناقة أوباما ورفقه والتزامه تحت الضغط، في مواجهة المشكلات التي ورثها عن إدارة الرئيس الجمهوري الأسبق جورج دبليو بوش، مؤكداً أن تجربة أوباما أظهرت مدى صعوبة إحداث التغيير وأهمية مواصلة العمل لتحقيقه.

أوباما تسلم ظروفاً بالغة الصعوبة، مضيفاً: «لقد عشنا الآن ولايتين لتزامب. أعلم أن الرئيس أوباما تسلم مجموعة من الظروف الصعبة للغاية، وقد بذل قصارى جهده».

وأوضح أن المرشحين الديمقراطيين الحاليين قد يتبنون أساليب مختلفة عن تلك التي اتبعتها إدارة أوباما، لكنه شدّد على أن هذه الاختلافات تستند إلى الدروس المستفادة من تجربته.

وقال: «إننا نتخذ مسارات مختلفة لأننا تعلمنا مما فعله، ولأننا نقف



# ABDUL EL-SAYED

## appoints Jewish liaison amid tight Michigan Senate race

**A**bdul El-Sayed has appointed Lenore Goldman as Jewish outreach director as he battles Republican Mike Rogers in a tight Michigan Senate race.

US Democratic Senate candidate Abdul El-Sayed has hired a Jewish liaison as he seeks to win over Jewish voters amid his continued criticism of US-Israel ties.

He is currently running in a closely contested Senate race in Michigan ahead of the November midterm elections. According to The New Arab.

Veteran political consultant Lenore Goldman, who has worked with Jewish organisations such as the Jewish Community Federation of San Francisco, as well as the One Fair Wage movement, which campaigns for higher minimum wages in the US, was selected by El-Sayed.

Goldman confirmed her appointment in an interview with the Jewish Telegraphic Agency (JTA) on Wednesday.

Goldman told the news outlet that she had been working with the cam-

paign since September, although El-Sayed's team had not publicly announced her appointment.

The development follows local reports in August that the campaign was seeking to hire a liaison to Michigan's Jewish community.

El-Sayed backs ending all US military assistance to Israel amid its genocidal war on Gaza, which began in October 2023.

During the final televised debate in Michigan's Senate race on Wednesday, Republican candidate Mike Rogers alleged that some "Jewish Democrats" were "literally afraid" of El-Sayed.

"We're doing exceptionally well with Jewish Democrats who are literally afraid," Rogers said during the debate in Detroit.

"I've talked to ones with tears in their eyes about the future of their kids and grandkids, because [of] the anger and division that he is laying out on the street."

In his closing statement, Rogers further claimed that Jewish voters were among several groups of Democrats switching their support to him be-

cause they considered El-Sayed "too extreme".

Rogers, a vocal supporter of Israel, was then accused by El-Sayed of being "bought off" by special interests, including pro-Israel lobbying group AIPAC.

El-Sayed cited a recent New York Times report that the group's super PAC intended to spend \$9 million to support Rogers.

AIPAC announced on Wednesday that it would stop endorsing candidates and making direct campaign contributions through its PAC, while its affiliated super PAC would continue independent election spending.

Rogers responded by accusing El-Sayed of being "bought off by the Muslim Brotherhood" and alleged that his campaign had received funding from the Palestinian group Hamas.

Amid attempts to conflate El-Sayed's criticism of Israel's actions in the Middle East with antisemitism, Rogers also targeted his opponent's ethnicity and Muslim faith.

The accusations followed repeated Islamophobic attacks from Repub-

licans, including President Donald Trump, over alleged family ties between El-Sayed and the Egypt-founded Muslim Brotherhood.

"If you are going to go to the United States Senate, we need to know: Are you for America or are you for these terrorist groups overseas?" Rogers said.

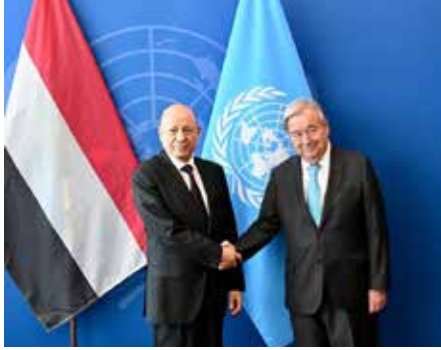
El-Sayed, who has denied any association with the Muslim Brotherhood, condemned the remarks as a "shameful" attack.

"To bring into question my commitment to the Constitution is really beneath you. I am proud of America. I'm proud to be an American. I'm proud of our Constitution that guarantees all of us the right to pray as we choose to pray," he said.

If elected, El-Sayed would become the first Muslim to serve in the US Senate.

A Marist public opinion poll released on showed El-Sayed leading Rogers by 50 per cent to 48 per cent among likely voters.

However, the two-point difference falls within the poll's 4.3-percentage-point margin of error.



## الرئيس اليمني يطلب تحركاً دولياً لتصنيف ميليشيا الحوثي «منظمة إرهابية»

طلب الرئيس الدكتور رشاد محمد العليمي، رئيس مجلس القيادة الرئاسي اليمني، رسمياً من الأمين العام للأمم المتحدة أنطونيو غوتيريش دعم تحرك دولي، عبر مجلس الأمن، لتصنيف الميليشيات الحوثية منظمة إرهابية، وضمان تنفيذ حظر توريد الأسلحة إليها، وتجفيف مصادر تمويلها وتسليحها، ومحاسبة داعميها والمسؤولين عن انتهاكاتهما.

جاء ذلك خلال اتصال هاتفي للبحث في مستجدات الأوضاع الوطنية، على ضوء التصعيد الإرهابي الذي تقوده الميليشيات الحوثية، وتداعياته على الأمن والسلم الدوليين، وفقاً لوكالة (سبأ) الشرعية.

وأطلع الرئيس اليمني أمين عام الأمم المتحدة، على مستجدات الأعمال الإرهابية الحوثية، بما في ذلك الهجمات بالصواريخ والطائرات المسيّرة على مؤسسات الدولة والمنشآت المدنية، وتوسيع اعتداءاتها على المدن والقرى، بالتزامن مع حصار مدينة تعز وقصف أحيائها السكنية، وما أسفر عنه هذا الإرهاب، من سقوط آلاف القتلى والجرحى، بينهم مدنيون وأطفال جرى الزج بهم في جبهات القتال.

وأشار العليمي إلى أن الحكومة اليمنية تعاملت بمسؤولية مع المبادرات والاتفاقات الرامية إلى إنهاء الحرب، فيما قابلت الميليشيات تلك الجهود بالتصعيد، واستغلت الهدن والمسااعي السياسية لإعادة ترتيب صفوفها ومواصلة انتهاكاتهما، بما في ذلك استمرار احتجاز أكثر من سبعين من موظفي الأمم المتحدة، إلى جانب اختطاف آلاف المواطنين الأبرياء.

وأكد رئيس مجلس القيادة الرئاسي اليمني أن المرحلة تتطلب انتقال المجتمع الدولي من الإدانة إلى التنفيذ الكامل لقرارات الشرعية الدولية، مشدداً على أهمية إنهاء التهديد الحوثي، ورفع الحصار عن المدن، وفتح الطرق والممرات الآمنة أمام المدنيين والمواد الغذائية والطبية.

كما جدد تمسك الحكومة بالسلام العادل والمستدام القائم على قرارات الشرعية الدولية، واحترام سيادة اليمن ووحدته وسلامة أراضيه واستعادة مؤسساته الوطنية.

من جانبه، أكد الأمين العام للأمم المتحدة أدانته بأشد العبارات للهجمات الحوثية داخل اليمن وعبر الحدود، معرباً عن رفضه استمرار احتجاز موظفي الأمم المتحدة والعاملين العموميين وكافة انتهاكات القانون الدولي. كما أكد غوتيريش التزام الأمم المتحدة بتقديم دعم أقوى للحكومة اليمنية والمملكة العربية السعودية، في مواجهة كافة التهديدات.



## في خطابه الى الشعب بمناسبة الذكرى الـ 63 لثورة 14 أكتوبر رئيس مجلس القيادة اليمني: إنهاء الإرهاب الحوثي قرار نافذ لا رجعة عنه

وأعلن الرئيس صدور التوجيهات للحكومة والسلطات المحلية وكافة الجهات المختصة بتعبئة الإمكانيات المتاحة للاستجابة للاحتياجات الإنسانية العاجلة في تعز، وتوفير الغذاء والدواء، ومساعدة النازحين والأسر المتضررة، والعمل على تأمين وصول الإمدادات وفتح الطرق الحيوية. وفي رسالة إلى المواطنين في المناطق الخاضعة بالقوة لسيطرة الميليشيات الحوثية، أكد رئيس مجلس القيادة، أنهم ليسوا هدفاً لعمليات «فجر اليمن»، وأن أمنهم وحقوقهم وكرامتهم من أهم أسبابها، ودعاهم إلى حماية أبنائهم من حملات التجنيد وعدم الزج بهم في حروب الميليشيات، والابتعاد عن المواقع العسكرية ومناطق الاشتباك، والاستفادة من قرار العودة الآمنة والعفو المعلن وفقاً لضوابطه القانونية.

وأدان الرئيس العليمي الاعتداءات الحوثية على المملكة العربية السعودية، وفي مقدمتها الهجوم الذي استهدف مطار الملك خالد الدولي، وأسفر عن سقوط ضحايا وجرحى من المدنيين والعلميين من جنسيات متعددة، فضلاً عن الاعتداءات التي طالت منشآت مدنية وحساسة وهددت أمن الأماكن المقدسة.

وشدد الرئيس على أن أمن المملكة العربية السعودية واستقرارها يرتبطان ارتباطاً وثيقاً بأمن اليمن ومصالح مواطنيه، وأن الاعتداء على أمن المملكة ومنشآتها المدنية يمثل اعتداءً على المصالح الحيوية للشعب اليمني واستقرار المنطقة بأسرها.

وجدد العليمي عموق امتنان الشعب اليمني للأشقاء في المملكة العربية السعودية، بقيادة أخيه خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبدالعزيز آل سعود، وصاحب السمو الملكي الأمير محمد بن سلمان بن عبدالعزيز، ولي العهد رئيس مجلس الوزراء، على مواقفهم الثابتة في دعم الشعب اليمني ومؤسساته الوطنية وقواته المسلحة والأمنية.

وأشاد بالدعم السعودي لمؤسسات الدولة والاقتصاد الوطني والموازنة العامة، والمساهمة في انتظام الخدمات والرواتب، وإغاثة المتضررين، ونزع الألغام، وإعادة تأهيل المنشآت وتنفيذ مشروعات التنمية والإعمار.

كما ثمن الرئيس اليمني عالياً، التوجيهات الملكية السامية بتصحيح أوضاع اليمنيين الموجودين في المملكة بصورة غير نظامية، بوصفها مبادرة إنسانية تمس حياة ملايين المواطنين، وتعكس عمق الروابط الأخوية والمصالح المشتركة بين البلدين والشعبين الشقيقين.

وقال فخامة الرئيس، أن ثورة أكتوبر لم تكن فقط محطة لإنهاء الاستعمار، بل تدشين لمشروع الدولة المدنية وبناء المؤسسات وتوسيع التعليم وتعزيز حضور المرأة والعمل الوطني والاجتماعي.

وأشار إلى أن ثورتي السادس والعشرين من سبتمبر والرابع عشر من أكتوبر جسدتا إرادة اليمنيين في الحرية والكرامة، وإقامة الدولة التي تستمد شرعيتها من الشعب، وتضامن فيها الحقوق بقوة القانون.

وأكد فخامة الرئيس العليمي أن المسؤولية التاريخية اليوم لا تقتصر على إنهاء الحرب، وإنما تشمل إنهاء الأسباب التي أعادت إنتاجها، وبناء دولة لا يكون فيها السلاح وسيلة لفرض القوائم بالقوة، ولا تعلق فيها إرادة فرد أو جماعة على إرادة الشعب وسيادة القانون..

أكد الرئيس الدكتور رشاد محمد العليمي، رئيس مجلس القيادة الرئاسي اليمني، أن عملية «فجر اليمن» ماضية نحو هدفها النهائي المتمثل بإنهاء انقلاب الميليشيات الحوثية الإرهابية المدعومة من النظام الإيراني، واستعادة مؤسسات الدولة، وحصر السلاح وقراري الحرب والسلم بيد مؤسساتها الدستورية، مشدداً على أن هذا القرار بات نافذاً، ولا رجعة عنه مهما كانت التضحيات، وفقاً لـ (سبأ) الشرعية.

وقال فخامة الرئيس، في خطاب إلى الشعب اليمني بمناسبة الذكرى الثالثة والستين لثورة الرابع عشر من أكتوبر المجيدة، إن القوات المسلحة أبلت بلاءً حسناً منذ انطلاق العملية، وإن التغييرات المؤقتة على الأرض لن تثني الدولة عن مواصلة مسؤولياتها في إنهاء التهديد الذي تمثله الميليشيات، بدعم من الأشقاء والأصدقاء.

### التزام المجلس الرئاسي بعدالة القضية الجنوبية

وجدد رئيس مجلس القيادة، التزام المجلس بعدالة القضية الجنوبية، ودعم ما سيفضي إليه الحوار الجنوبي- الجنوبي برعاية المملكة العربية السعودية، وصولاً إلى حل عادل وشامل يعالج مظالم الماضي، ويحترم الإرادة الشعبية، ويضمن الحقوق والشراسة والمستقبل الآمن للجميع. وأشاد فخامته بالتضحيات التي قدمها أبناء المحافظات الجنوبية دفاعاً عن مشروع الدولة والنظام الجمهوري، والدور الذي اضطلعت به عدن والمحافظات الجنوبية في دحر الميليشيات الحوثية، ثمناً للتضحيات التي يقدمها اليوم أبطال قوات العمالقة ودرع الوطن وسائر الوحدات العسكرية والأمنية والمقاومة الشعبية، ولا سيما في إسناد محافظة تعز المحاصرة.

وأكد العليمي أن التهديد الحوثي لا يقتصر على محافظة أو منطقة بعينها، وإنما يمثل تهديداً لأمن اليمنيين وحريتهم ومستقبلهم شمالاً وجنوباً، مشدداً على أن ما يجري في تعز ومأرب لا يمكن فصله عن أمن عدن وحضرموت وسائر المحافظات، وأن حماية أمن الجنوب واستقراره وصون حقوق أبنائه وتطلعاتهم جزء أصيل من المسؤولية الوطنية.

### عملية «فجر اليمن» ماضية نحو هدفها النهائي

وأوضح الرئيس اليمني أن إطلاق عملية «فجر اليمن» جاء بعد استفاد فرص التهديد، وإصرار الميليشيات الحوثية على مواصلة الحرب وتوسيع اعتداءاتها على المدن والقرى ودول الجوار والممرات المائية الدولية. وأشار إلى أن جوهر العملية يتمثل في استعادة مؤسسات الدولة، وحماية المواطنين، وإنهاء الانقلاب، وإعادة السلاح وقرار الحرب والسلم إلى السلطة الحصرية للدولة ومؤسساتها الدستورية، بما يكفل سيادة القانون، ويمنع أي جماعة مسلحة من مصادرة إرادة الشعب أو تهديد أمن الجيران وخطوط الملاحة الدولية.

وتطرق رئيس مجلس القيادة باستفاضة إلى التطورات الخطيرة في محافظة تعز، مؤكداً أن الدولة ستواصل العمل بكل إمكانياتها لحماية المحافظة، وإعادة فتح طرقها، وتخفيف معاناة سكانها، معرباً عن ثقته بصمود أبناء تعز، وبعزيمة أبطال القوات المسلحة والأمن والمقاومة الشعبية.





## More than 250,000 displaced in Yemen since August as fighting escalates: UNHCR

**M**ore than 250,000 people have been displaced in Yemen between Aug. 1 and Oct. 17 as hostilities intensified across the country, the UN refugee agency (UNHCR) said.

The figure rose from nearly 213,000 previously reported, with Taiz remaining at the center of the displacement crisis, accounting for 76% of departures and hosting 52% of those newly displaced. According to Anadolu.

Lahj in southwestern Yemen hosts 23% of the newly displaced population, followed by Aden in the south with 13%, according to UNHCR.

"Shelling intensified in Taiz, including in residential areas and around health facilities, while insecurity and restrictions along key routes continue to constrain humanitarian access and movement," the agency said in a statement.

"In Aden, strikes were reported, including near key civilian infrastructure," it added.

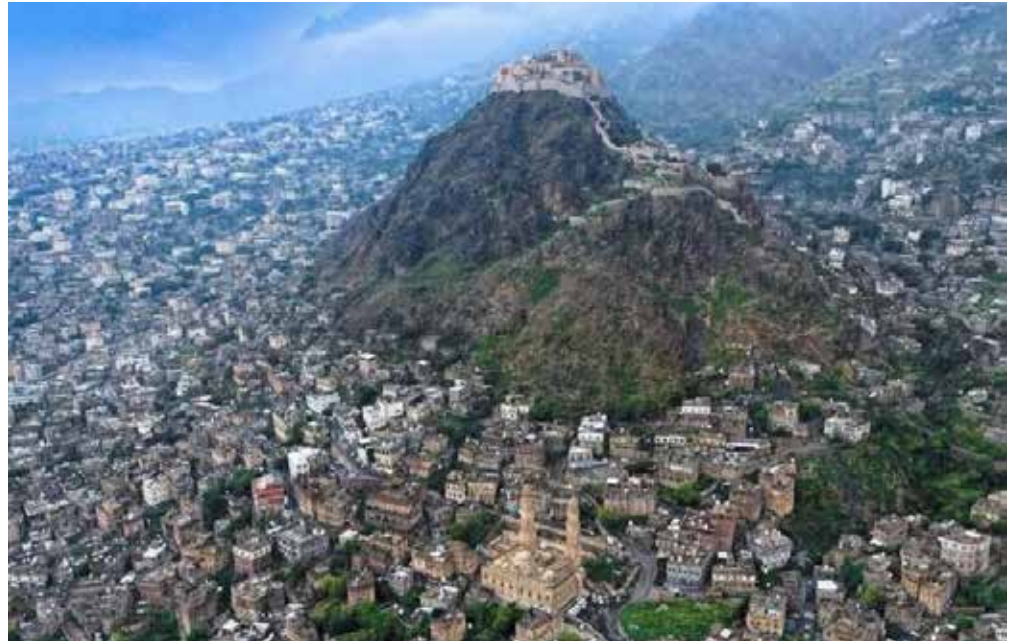
By Oct. 17, UNHCR and its partners had assessed 12,283 displaced households across Abyan, Aden, Marib, Lahj and Taiz, including around 2,050 families without shelter.

It said shelter partners have reached 3,166 households, but around 33,700 families still require shelter assistance amid severe underfunding of the wider humanitarian response.

UNHCR said schools in Kharaz refugee camp in Lahj, which hosts 9,490 refugees, closed again on Oct. 11 as the security situation deteriorated, while access restrictions continued to affect humanitarian operations and movement to and from the camp.

Yemen has been engulfed in conflict since the Houthis seized the capital Sanaa and several other provinces in September 2014, prompting a Saudi-led coalition to intervene in March 2015 in support of the internationally recognized government.

The Houthis control much of northern and western Yemen, while government forces and their allies hold Aden and large parts of the country's southern and eastern provinces.



## تصعيد الحوثيين يفاقم النزوح ويهدد الأمن الغذائي في تعز

**تدهور معيشي**

تتزامن هذه القيود الحوثية على تعز مع تدهور الأوضاع المعيشية في المحافظة، التي تسجل مستويات مرتفعة من انعدام الأمن الغذائي. وذكر البرنامج أن 10 مديريات من أصل 16 في تعز سبق تصنيفها ضمن المرحلة الرابعة، أو مستوى الطوارئ، وفق التصنيف المحلي المتكامل للأمن الغذائي. وفي مؤشر على اتساع المخاطر، أفاد البرنامج بأن أحدث عمليات الرصد أظهرت اقتراب مخزونات دقيق القمح من النفاذ، محذراً من أن الكميات المتبقية من المواد الغذائية في الأسواق المحلية قد لا تكفي إلا لفترة محدودة إذا استمرت القيود المفروضة على الوصول إلى المناطق المتضررة. ويزيد تعطل الطرق من صعوبة الاستجابة للاحتياجات المتنامية، خصوصاً مع وجود أعداد كبيرة من النازحين الذين يعتمدون على المساعدات لتأمين الغذاء والاحتياجات الأساسية، في وقت تتصاعد فيه المخاوف من تدهور إضافي للأوضاع الإنسانية إذا اتسعت رقعة المواجهات أو أغلقت طرق إمداد أخرى.

حذر برنامج الأغذية العالمي من تعذر وصول المساعدات الإنسانية إلى نحو 600 ألف شخص في محافظة تعز، جنوب غربي اليمن، جراء استمرار التصعيد الحوثي وإغلاق الطرق، في وقت بدأت فيه السلطات المحلية بمحافظة لحج المجاورة إنشاء مخيم جديد لاستقبال الأسر الفارة من المواجهات، وسط مخاوف من اتساع موجة النزوح وتفاقم الاحتياجات الإنسانية.

وقال البرنامج إن من بين الأشخاص الذين بات الوصول إليهم متعذراً أكثر من 200 ألف امرأة وطفل يعتمدون على المساعدات الإنسانية، موضحاً أن انقطاع الوصول إلى المجتمعات المتضررة في الساحل الغربي منذ أوائل سبتمبر (أيلول) الماضي رفع إجمالي عدد المستفيدين الذين يتعذر الوصول إليهم إلى نحو 800 ألف شخص. وقال «الشرق الأوسط».

وأشار إلى أن مديريات تعز تستضيف أعداداً كبيرة من النازحين داخلياً منذ اندلاع الأزمة، محذراً من أن استمرار المواجهات العسكرية واحتمال إغلاق مزيد من الطرق المحيطة بالمحافظة يزيدان صعوبة إيصال الإمدادات إلى السكان، في واحدة من أكثر المناطق اليمنية اكتظاظاً بالسكان.

## الحوثيون يفرجون عن 159 محتجزاً من القوات الحكومية

الأحمر في بيان أن أنصار الله الحوثيين أفرجوا «بشكل أحادي» عن 159 شخصاً اعتقلوا مؤخراً في إطار النزاع»، مؤكدة أنها تثبتت من حالة المعتقلين الصحية.

وأوضحت أن «اللجنة الدولية للصليب الأحمر لم تلعب أي دور في تحديد هوية الأشخاص الذين سيتم الإفراج عنهم أو عددهم». وقال المرتضى إنه سبق أن تم الإفراج عن 323 عنصراً في أيلول/سبتمبر بعدما سلموا أنفسهم في محافظة الحديدة (غرب).

كما أفاد عن «عمليات أخرى تمت في الميدان» في محافظة تعز جرى الإفراج فيها عن العشرات. واندلع النزاع في أفقر دول شبه الجزيرة العربية في العام 2014، مع سيطرة أنصار الله الحوثيين على مناطق واسعة في شمال البلاد أهمها العاصمة صنعاء. وفي العام التالي، تدخل التحالف العسكري تقوده الرياض دعماً للحكومة المعترف بها دولياً، ما فاقم الأزمة.

الذين ينشقون عن أنصار الله الحوثيين ويعلنون دعمهم للقوات الحكومية.

وبعد أعوام من الهدوء عقب هدنة أبرمت في العام 2022، يشهد النزاع في اليمن تصعيداً حاداً منذ تموز/يوليو،



على خلفية الحرب في الشرق الأوسط بين إيران والولايات المتحدة. وفي أيلول/سبتمبر، سيطر أنصار الله الحوثيون المدعومون من إيران على كامل الساحل الغربي المطل على البحر الأحمر، وأمسكوا بمنطقة مضيق باب المندب الاستراتيجي، بعد أسبوع على بدء هجوم مباغت. وأكدت اللجنة الدولية للصليب

أعلن أنصار الله الحوثيون الإفراج عن 159 عنصراً من القوات الحكومية اليمنية كانوا معتقلين منذ استئناف المواجهات في تموز/يوليو، في إطار عفو أصدره في أيلول/سبتمبر. وقال رئيس لجنة شؤون الأسرى التابعة للحوثيين عبد القادر المرتضى خلال مؤتمر صحفي في صنعاء إن العناصر الـ159 هم عسكريون «سلموا أنفسهم طواعية دون قتال» خلال الهجوم الأخير الذي شنه الحوثيون في غرب اليمن. وفقاً لـ «أ ف ب».

وأوضح أن الإفراج عنهم تم في إطار «عفو عام» أصدره رئيس المجلس السياسي الأعلى التابع لأنصار الله الحوثيين مهدي محمد المشاط في 10 أيلول/سبتمبر على «كل من ترك السلاح وسلم نفسه طواعية للقوات المسلحة دون قتال».

كما أعلنت الحكومة اليمنية المدعومة من تحالف عسكري بقيادة السعودية، عن عفو عام للمقاتلين

# يكن: مستعدون لفتح تحقيق في وصول مكونات عسكرية للحوثيين بالتعاون مع الحكومة اليمنية



رفض شاو تشنغ، القائم بأعمال السفارة الصينية لدى اليمن، التقارير التي تتحدث عن وصول معدات ومكونات مرتبطة ببرامج الصواريخ لدى جماعة الحوثيين من موردين صينيين، واصفاً إياها بأنها «اتهامات لا أساس لها». وأكد أن يكن تفرض رقابة صارمة على تصدير المواد ذات الاستخدام المزدوج، وتلتزم قرارات مجلس الأمن ذات الصلة.

وقال شاو، في حوار مع «الشرق الأوسط»، إن بلاده مستعدة لتلقي أي معلومات أو تقارير تقدمها الحكومة اليمنية بشأن هذه الاتهامات، وإجراء تحقيق شامل فيها. وأضاف: «أوضحنا دائماً للحكومة اليمنية أنه إذا كانت لديها أي مواد أو تقارير تتعلق بهذه المسألة، فنحن مستعدون لتلقيها، ويمكنهم تقديمها إلينا، وسنجري تحقيقاً شاملاً بشأنها». وأكد المسؤول الصيني أن بلاده تتابع التطورات العسكرية في اليمن من كتب، وتدعم الحكومة اليمنية الشرعية وسيادة البلاد وسلامة أراضيها ووحدتها الوطنية، داعياً الحوثيين إلى التخلي عن الخيار العسكري والعودة إلى الحوار السلمي.

## العلاقات الصينية - اليمنية

قال شاو إن الصين واليمن يحتفلان هذا العام بمرور سبعين عاماً على إقامة العلاقات الدبلوماسية بينهما، مشيراً إلى أن يكن تبذل جهوداً لتعزيز التبادل والتعاون مع اليمن في المجالات السياسية والاقتصادية والثقافية والتعليمية والعلمية، وغيرها من المجالات.

وأضاف: «ننظر إلى اليمن بصفته صديقاً جيداً وشقيقاً عزيزاً، كما أننا شريكان جيدان، ونحن مستعدون، انطلاقاً من الأساس الذي أرسته سبعون عاماً من العلاقات الدبلوماسية، لتعزيز تعاوننا في مختلف المجالات». وأوضح أن البلدين نظموا أخيراً فعاليات عدة للاحتفاء بهذه المناسبة، بينها ندوات ومقابلات ومؤتمرات صحافية، لافتاً إلى أن كثيراً من اليمنيين، بمن فيهم مسؤولون حكوميون، أشادوا بالعلاقات بين البلدين. ونقل عن بعضهم وصفهم الصداقة الصينية - اليمنية بأنها «أعمق من المحيط وأعلى من الجبال»، معرباً عن أمله في أن تواصل العلاقات تطورها «من قوة إلى قوة».

## التنسيق مع الحكومة اليمنية

وصف شاو التنسيق بين الصين والحكومة اليمنية بأنه «جيد جداً»، وقال إن الاتصالات والتبادلات بين الجانبين متواصلة، وتشمل الرسائل والمكالمات الهاتفية والزيارات. وأشار إلى أن الصين استقبلت خلال الفترة الأخيرة عدداً من المسؤولين اليمنيين، بينهم وزير الداخلية، الذي زارها لمدة عشرة أيام لبحث سبل تعزيز التعاون في مجال الأمن العام. وأضاف أن وفداً يضم نحو عشرة مسؤولين حكوميين يمنيين سيزور الصين في وقت

الاتهامات الموجهة إلى الصين لا أساس لها من الصحة، ولا يمكن أن تصمد أمام الحقائق». وعن مناقشة القضية مع الحكومة اليمنية، قال إن الاتصالات والتبادلات بين الجانبين مستمرة على مختلف المستويات، وإن يكن أوضحت موقفها بشأن الرقابة على تصدير هذا النوع من السلع، وستواصل تطبيقها.

وأكد استعداد الصين للتحقيق في أي معلومات تقدمها الحكومة اليمنية، قائلاً: «إذا كانت لديها أي مواد أو تقارير تتعلق بهذه المسألة، فنحن مستعدون لتلقيها، ويمكنهم تقديمها إلينا، وسنجري تحقيقاً شاملاً بشأنها».

نافياً وجود موظفين صينيين في صنعاء، موضحاً أن بلاده سحبت جميع دبلوماسيتها من المدينة بعد اندلاع الحرب عام 2015، وأن السفارة أنشأت منذ ذلك الحين مقرراً مؤقتاً لها في الرياض.

## مشاريع صينية في اليمن

وأوضح شاو أن الصين لديها مشاريع تنموية وإنسانية عديدة في اليمن، موضحاً أنه كان في البلاد نحو 100 مشروع من هذا النوع قبل الحرب.

وأضاف أن الصين وقّعت في وقت سابق من هذا العام اتفاقية جديدة للمساعدات التنموية، تتضمن منحة إضافية للحكومة اليمنية بقيمة 50 مليون يوان، استكمالاً للتعهدات السابقة. وأشار إلى أن بلاده تعمل على تقديم استثمارات ومساعدات جديدة، وأنه أجرى محادثات مع عدد من الوزراء والمسؤولين اليمنيين، من بينهم مسؤولون في وزارة الداخلية؛ لبحث سبل دعم قدرات الوزارة وتحسين ظروف العمل في مجال الأمن العام.

ولفت إلى إعلان الصين تطبيق رسوم جمركية صفرية على جميع الصادرات اليمنية؛ ما يتيح تصدير المنتجات اليمنية، ومنها المنتجات السمكية، مباشرة إلى السوق الصينية. وفي مجال التعليم، قال إن الصين تشجع الطلاب اليمنيين على الدراسة فيها، وإن نحو 6500 طالب يمني يدرسون حالياً في الصين، مضيفاً أن بلاده تقدم مزيداً من المنح الدراسية.

## التنسيق مع السعودية

وأكد شاو وجود اتصالات وتبادلات متكررة مع السفير السعودي لدى اليمن محمد آل جابر، قائلاً إنهما يلتقيان باستمرار ويتواصلان هاتفياً عند الحاجة. وأضاف: «ننظر إلى بعضنا بعضاً بصفتنا أصدقاء وشركاء». وأعرب عن أمله في أن تتعاون الصين والسعودية على مساعدة اليمن في إعادة الإعمار وتحقيق السلام والاستقرار الدائمين في أقرب وقت ممكن، مشيداً بالجهود السعودية في مساعدة اليمنيين، بما يشمل بناء المدارس والمستشفيات والجسور ومشاريع أخرى.

وقال إن الصين تمتلك خبرات واسعة في هذا المجال، وإن الجانبين يتحادثان عن إمكان تنفيذ مشاريع للطاقة الشمسية ومشاريع أخرى. وأضاف: «إذا استطعنا إقامة تعاون ثلاثي في هذا المجال، فإن جميع هذه الخيارات يمكن استكشافها».

# أكد شاو تشنغ أن الصين تتابع التطورات العسكرية الأخيرة في اليمن من كتب

والتسوية السياسية لتحقيق السلام والاستقرار في المنطقة.

## التواصل مع الحوثيين

وفي رده على سؤال بشأن وجود أي تواصل مع جماعة الحوثيين، شدد شاو على أن الصين تقف إلى جانب الحكومة اليمنية الشرعية، وتدعم رئيس مجلس القيادة الرئاسي رشاد العليمي، ومجلس القيادة، ورئيس الوزراء والحكومة الجديدة التي تشكلت في وقت سابق من هذا العام.

وقال إن يكن تدعو مختلف الأطراف اليمنية إلى العودة إلى طاولة المفاوضات، كما تدعو الحوثيين إلى التخلي عن الخيار العسكري والعودة إلى الحوار السلمي، مؤكداً أن جهود الصين تركز على خفض التصعيد وإحلال السلام والاستقرار وعودة الهدوء إلى اليمن في أقرب وقت ممكن.

## وصول معدات صينية للحوثيين

وفي رده على التقارير التي تفيد بوصول معدات ومكونات مرتبطة باستخدامات عسكرية للحوثيين من موردين صينيين، قال شاو إن يكن تطبق رقابة صارمة على تصدير المواد والسلع ذات الاستخدام المزدوج، وتلتزم قرارات مجلس الأمن، بما فيها القرار 2216 والقرارات الأخرى ذات الصلة.

وأضاف: «نحن صارمون للغاية في ضوابط التصدير لدينا، ولذلك؛ وهذه

انتهاء الحرب اليمنية، التي قال إنها استمرت قرابة اثني عشر عاماً، مضيفاً أن الشعب اليمني عانى كثيراً خلال هذه السنوات، وأن الصين تقدم مزيداً من المساعدات الإنسانية. وأعرب عن أمله في خفض التصعيد والتوصل إلى حل سلمي نهائي.

وأضاف أن الصين تدافع عن المرور الآمن للسفن في باب المندب والبحر الأحمر، وكذلك في مناطق أخرى من العالم، مشيراً إلى مضيق هرمز. وقال إن يكن أكدت، في مجلس الأمن، وعلى مختلف المستويات الإقليمية، ضرورة تجنب الهجمات على السفن.

ولفت شاو إلى أن السفن العابرة لمضيق باب المندب تحمل نحو 10 في المائة من التجارة الدولية، بما في ذلك الغاز والنفط والأسمدة والحبوب. وقال إن كثيراً من الدول النامية تعتمد على هذه السلع الأساسية، ولا سيما الأسمدة التي يحتاج إليها الإنتاج الزراعي، مؤكداً أن الصين تعمل مع دول أخرى لحماية حركة التجارة والملاحة.

الهجمات على المدنيين في السعودية وأكد المتحدث باسم وزارة الخارجية الصينية أن بلاده: «تدين الهجمات التي تستهدف السفن في البحر الأحمر ومضيق باب المندب، مشدداً على أهمية ضمان حرية تدفق التجارة والإمدادات للمجتمع الدولي». ودعا إلى خفض التصعيد، وحث مختلف الأطراف على اتخاذ خطوات تحول دون زيادة التوترات في المنطقة والعالم، مؤكداً دعم الحوار السلمي

لاحق من هذا الشهر، وأن يكن أعدت له برنامجاً متكاملًا.

وتطرق إلى التبادل الطلابي، قائلاً إن مجموعة تضم نحو عشرة طلاب يمنيين من جامعة عدن وجامعات أخرى زارت الصين الشهر الماضي، حيث اطلع أفرادها على التطورات في البلاد والتقوا نظراءهم من الطلاب الصينيين، كما زاروا مراكز متخصصة في الذكاء الاصطناعي وجامعات صينية، وأبدوا اهتماماً بما شاهدوه.

## التطورات العسكرية في اليمن

قال شاو إن الصين تتابع التطورات الأخيرة في اليمن من كتب، مشيراً إلى أن الأشهر القليلة الماضية شهدت تسارعاً كبيراً، وأن مستجدات جديدة تظهر بصورة شبه يومية.

وأضاف: «تدعم الصين دائماً الحكومة اليمنية الشرعية، كما تدعم سيادة اليمن وسلامة أراضيه ووحدته الوطنية، وسنواصل التمسك بهذا الموقف».

الملاحه في البحر الأحمر و«باب المندب» وأكد أن الصين تعارض الهجمات التي تستهدف السفن في البحر الأحمر ومضيق باب المندب، مشدداً على أهمية ضمان حرية تدفق التجارة والإمدادات للمجتمع الدولي.

وقال إن يكن تدافع عن حرية الملاحة في البحر الأحمر وباب المندب، وتأمل في

## الرَّابِع عشر من أكتوبر يوم التَّحرُّر الوطني ومجد الاستقلال

عبدالباري طاهر

تَحُلُّ علينا ذكرى العيد الوطني الثالث والسَّتين لثورة الرَّابِع عشر من أكتوبر 1963. كانت الرَّابِع عشر من أكتوبر حركة التَّحرُّر العربيَّة الثَّامنة بعد الجزائر، وكانت تخوض كفاحاً مُسلَّحاً ضد الاستعمار البريطاني الذي احتل الجنوب طيلة 138 عامًا، فأرَّضا الحماية على خمسة وعشرين مَحْمِيَّة ما بَيْنَ سلطنة، ومشيخة شبه إقطاعية. تَصَدَّرت الجبهة القوميَّة الكفاح المسلَّح؛ مَسْئُوبَةٌ بِالثَّورة الوَطَنِيَّة؛ ثورة السَّادس والعشرين من سبتمبر 1962، ودعم الثَّورة المصريَّة؛ بِرَّعامة القائد العربي جمال عبد النَّاصر، وسوريا، والعراق، والجزائر، وحركات التَّحرُّر الوطني العالميَّة، والاتحاد السُّوفيتي، والضَّمين الشعبيَّة، والديمقراطيَّات الشَّعبِيَّة. وَفَّق الشَّعب اليمني إلى جانب الكفاح المسلَّح الوطني، وكانت عدن، منذ أربعينيات القرن الماضي، الأُمُّ الرَّؤُوم، والقابلية الأولى لولادة الأحزاب القديمة والحديثة، والتكوينات المعرَّبة عن المَدَنِيَّة، والإسلامية الكبرى، ورابطة أبناء الجنوب العربي، وحزب الأحرار الآتي قاداته من شمال الوطن.

كانت حركة القوميِّين العرب 1957، وحزب الشَّعب الاشتراكي 1962، وحزب البعث العربي 1956، واتحاد الشَّعب الديمقراطي 1961، هي حصيلة ولادة الأحزاب القوميَّة والماركسيَّة.

ولم يكن تنظيم الضباط الأحرار في صنعاء بعيداً عن تأثيرات النُّشاط السِّيَاسي والحربي في عدن، والمنطقة العَرَبِيَّة؛ خصوصاً بعد الثورة القوميَّة في مصر، في 23 يوليو، 1952، وانتصار الثورة في الجزائر، والثورات في سوريا، والعراق، وحركات التَّحرُّر في العالم.

مجد الرَّابِع عشر من أكتوبر تحقيق السِّيادة، والاستقلال، والانفتاح على العصر، وجذرية

اتجاهها القومي، والأُممي، والإجراءات السِّيَاسِيَّة

المعادية للرَّجعية، والاستعمار، وبناء كيان حضاري متقدم حَقَّق مكاسب وإنجازات اجتماعية واقتصادية وثقافية مُهمَّة وضعت

جمهورية اليمن الديمقراطيَّة الشَّعبِيَّة في مقدمة الصُّفُوف في حركات التَّحرُّر القوميَّة والعالميَّة.

امتازت حركة القومِيِّين العرب، منذ البداية، بالاهتمام بالعمَّال، والطُّلاب، والفلاحين، وأبناء الرِّيف، وأصحاب الحِرَف، والكادحين. والملمح أنَّها، ومن خلال الجبهة القوميَّة التي صمَّمت عدَّة مُنظَّمات، لم تطرح نفسها كحزب؛ وهو ما تشير إليه المُكتَنُوزة الإلهام مانع في كتابها «الأحزاب والتنظيمات السِّيَاسِيَّة في اليمن 1948-1993.. دراسة تحليلية»؛

بقولها: «ويرتبط ذلك أنَّ الجبهة القوميَّة أعلنت عند إعلان تأسيسها بأنها ليست تنظيمًا حزبيًا، ولا تقوم على أسس حزبيَّة؛ الأمر الذي مَنَّ العديَّة من الأفراد غير المقتنعين بالأحزاب كإطار للعمل الوطني من الالتحاق بها. وبالرَّغم من عدم موضوعية هذا الإعلان، إلا أنَّه وفَّر واجهة دعائية أبرزتها في صورة بونقطة وطنية لكافة العناصر والفئات المؤيدة للنُّضال».. أ.هـ.

وَحَقِيقَةً يُنمَّا عَنَى ذلك أيضًا إدراك طبيعة مرحلة الكفاح ضد الاستعمار البريطاني (العدو الأجنبي) الذي يجب أن تتوخَّذ في مقاومته كُلُّ القُوَى الشَّعبِيَّة؛ وهو ما دفع المُفَكِّر التَّقْدِمي عبد الله عبد الرَّزاق باذيب إلى الشُّكْلِ عن العمل باسم حزب الاتحاد الشَّعبي الديمقراطي، والالتحاق بالكفاح المسلَّح من خلال «صحيفة الأمل»؛ باسم الشَّبيبيَّة الديمقراطيَّة؛ ولأحقًا باسم رفاق الشَّهيد السُّلفي، وقَدَّمَ الأستاذ عبد الله باذيب مُساهمات جليلة.

كانت الجبهة القوميَّة أكثر التَّيارات استيعابًا لطبيعة الصَّراع، ورفضت، منذ البداية، الرِّهَان على وعود المستعمر بمنح الاستقلال؛ كما رفضت أسلوب مراكز القُوَى المصريَّة التي فرضت الدَّمج القسري في 13 يناير 1966، واعتمدت الجبهة على التأييد الشَّعبي اليمني، ودعم الخلفية الوطنيَّة في تعز وإب ومارب.

ثوار الرَّابِع من أكتوبر وفدايها وقاداتها الأشاوس قَدَّمُوا الأنموذج الأسمى لِكُلِّ مناضلي حركات التَّحرُّر الوطني العربي والعالمي، وكانوا الأبعد عن شَبَهَات المال العام، أو العمالة، ولم يكن يعيبيهم سوى احتكار السلطة، وقمع الآخر، ثم قمع أنفسهم.

كان أعداؤهم أعداء الرَّابِع عشر من أكتوبر، وكان أعداء السَّادس والعشرين من سبتمبر يعدون المُدَّة للخلاص منهم، وتصفية الحساب مع الثَّورة اليمنيَّة: سبتمبر، وأكتوبر، وتدمير الوحدة، وتمزيق اليمن شَرَّ مُمَرَّق؛ ولكن يمن أكتوبر وسبتمبر والثاني والعشرين من مايو 1990، لا يزال يملأ الذَّاكرة.. وما ثورة الرَّبيع العربي بعيدة.

-نقلًا عن صحيفة النداء



وأكدت أن أمن اليمن والمنطقة «لن يكون رهناً بتقديرات جماعة إرهابية يسلمها الحرس الثوري»، وفق تعبيرها.

### دعم حق السعودية في الدفاع عن أمنها

وجددت الزبوة تضامناً اليمن مع السعودية، مؤكدة دعم حق المملكة في الدفاع عن أمنها وحماية مواطنيها والمقيمين على أراضيها. وقالت إن أمن البلدين «مترابط»، مشيرة إلى أن السعودية «كانت ولا تزال سنداً لليمن دولة وشعباً»، من خلال ما قدمته من دعم اقتصادي وإنساني وتنموي، في مقابل استمرار الدعم الإيراني للحوثيين.

كما اعتبرت أن ما تتعرض له دول مجلس التعاون الخليجي والأردن من هجمات وتهديدات «ليس حدثاً معزولاً»، بل يأتي ضمن ما وصفته بـ«نهج إيراني قائم على التدخل في شؤون الدول وتسليم المليشيات وتمويلها».

### اتهامات بانتهاك السيادة اليمنية

وفي معرض ردها على الدعوات الإيرانية لاحترام سيادة الدول، استعرضت الزبوة عدداً من الوقائع التي قالت إنها تمثل انتهاكاً للسيادة اليمنية، من بينها استقبال ممثل للحوثيين في طهران وتسليمه مقار دبلوماسية يمنية، إضافة إلى تعيين ممثل إيراني لدى الجماعة في صنعاء وتسيير رحلات إلى مطار صنعاء دون موافقة الحكومة المعترف بها دولياً.

وقالت إن هذه الخطوات تمثل «انتهاكاً صارخاً لسيادة الجمهورية اليمنية وإخلالاً صريحاً باتفاقية فيينا للعلاقات الدبلوماسية».

### دعوة لتحرك دولي

ودعت وزيرة الخارجية اليمنية المجتمع الدولي إلى اتخاذ «إجراءات عملية» لمواجهة التدخلات الإيرانية في اليمن، ودعم الحكومة في استعادة مؤسسات الدولة وبسط سلطتها على كامل الأراضي اليمنية.

كما طالبت بتصنيف الحوثيين «منظمة إرهابية»، وتجفيف مصادر تمويلهم، ومحاسبة داعميهم، وتشديد تنفيذ حظر السلاح المفروض عليهم بموجب قرارات مجلس الأمن. وختمت الزبوة منشورها بالتأكيد على أن السلام في اليمن يتطلب وقف تدفق السلاح إلى الحوثيين، قائلة: «من يريد السلام في اليمن فليبدأ بوقف السلاح الذي يُقتل به اليمنيون».

رفضت وزيرة الخارجية اليمنية أفراف الزبوة الطروحات الإيرانية بشأن التوسط في الأزمة اليمنية، معتبرة أن إيران لا يمكن أن تضطلع بدور الوسيط في نزاع تنههما الحكومة اليمنية بالمشاركة فيه عبر دعم جماعة الحوثي عسكرياً وسياسياً.

وقالت الزبوة، في منشور مطول على منصة «إكس»، إن «من يسلم طرفاً في الحرب لا يكون وسيطاً فيها»، معتبرة أن النظام الإيراني «جعل من نفسه طرفاً في الحرب على اليمنيين»، من خلال دعمه للحوثيين بالتمويل والتدريب والأسلحة والصواريخ والطائرات المسيّرة. وأضافت أن «الأولى بطهران، بدلاً من عرض الوساطة، أن ترفع يدها وسلاحها عن اليمن، وأن تحترم سيادة الدول وتلتزم بالقانون الدولي ومبادئ حسن الجوار».

### اتهامات بإطالة أمد الحرب

واتهمت وزيرة الخارجية اليمنية إيران بالمساهمة في إطالة أمد النزاع عبر استمرار دعم الحوثيين، مشيرة إلى أن حديث طهران عن الوساطة يتزامن مع تصعيد ميداني تشهده الساحة اليمنية. وقالت إن هذه التصريحات تأتي في وقت «تصعد فيه المليشيا اعتداءاتها» من خلال استهداف مقار الرئاسة والحكومة في العاصمة المؤقتة عدن، وفرض الحصار على تعز، ومهاجمة أهداف مدنية داخل اليمن، فضلاً عن الهجمات على السعودية وتهديد الملاحة الدولية.

ورأت الزبوة أن طرح الوساطة الإيرانية يتناقض مع ما وصفته برفض الحوثيين للمبادرات السياسية والجهود الإقليمية والدولية، بما في ذلك المبادرات المطروحة للعودة إلى المسار السياسي.

وأضافت أن الجماعة «استغلت فرص التهذئة لإعادة تنظيم صفوفها وتعزيز ترسانتها العسكرية»، معتبرة أن اليمن تحول إلى «ورقة تفاوضية» تستخدمها طهران في إطار صراعاتها الإقليمية.

### رفض منح الحوثيين شرعية تمثيل اليمن

ورفضت الوزيرة ما وصفته بمحاولات إيرانية لمنح الحوثيين صفة تمثيل الدولة اليمنية، أو تصوير الصراع القائم باعتباره نزاعاً بين اليمن والسعودية.

وقالت إن «تعامل طهران مع مليشيا الانقلاب لا يمنحها شرعية أو حقاً في تمثيل اليمن، ولا يخول النظام الإيراني الوصاية على قراره الوطني»، مضيفة أن تحميل الجماعة وحدها مسؤولية قراراتها لا يعفي إيران من تبعات دعمها العسكري والسياسي لها.

## السياسي: لن أسعى للبقاء في الرئاسة بعد 2030 والأمر محسوم

قال الرئيس المصري عبد الفتاح السيسي إنه لن يسعى للبقاء في منصبه بعد انتهاء ولايته الحالية في عام 2030، واصفا الأمر بأنه «محسوم تماما».

أدى السيسي (71 عاما) الذي تولى الرئاسة عام 2014 آتيا من صفوف الجيش، بهذه التصريحات خلال حفل تخرج في الكلية الحربية بالعاصمة الإدارية الجديدة التي تعد من أبرز مشاريعه الضخمة. وفق وكالة «أ ف ب».

وفي حديثه إلى الخريجين ومسؤولين، قال السيسي إن الدستور «لن يُمس».

وأضاف «الفترة حتى 2030 ستكون نهاية مدة رئاستي للدولة إذا كان لي عمر وعشت، وهذا أمر محسوم تماما».

ينص الدستور المصري الذي أقر في 2014 بعد عام على إطاحة الرئيس الراحل محمد مرسي المنتمي إلى «الإخوان المسلمين»، في صيغته الأصلية على ولايتين رئاسيتين فقط مدة كل منهما أربع سنوات.

لكن تعديلات دستورية أقرت في استفتاء عام 2019 نصت على تمديد فترة الولاية من أربع إلى ست سنوات، وتضمنت أحكاما انتقالية سمحت للسيسي بالترشح لولاية رئاسية إضافية. بموجب تلك التعديلات، أعيد انتخاب السيسي عام 2023 لولاية مدتها ست سنوات، من المقرر أن تنتهي عام 2030. وطرح نقاد ومعارضون تهنات حول إمكانية إجراء المزيد من التعديلات الدستورية التي قد تسمح له بالبقاء في المنصب إلى ما بعد عام 2030.

قبل ترشحه للرئاسة، نفى السيسي وجود طموحات سياسية لديه، لكنه استقال من منصبه كوزير للدفاع عام 2014 وخاض السباق الانتخابي الذي فاز فيه لاحقا.

وصرح السبت بأن الفترة التي تسبق عام 2030 ستستغل لإعداد جيل جديد من القادة، مع تولي الأكاديمية العسكرية تدريب مئات من المسؤولين والوزراء والمرشحين الرئاسيين المحتملين على الحكم والقيادة.

خلال سنوات حكمه الاثنتي عشرة، أشرف السيسي على برنامج تنموي طموح تقوده الدولة، يتمحور حول مشاريع ضخمة، وهي مشاريع يرى منتقدوها أنها اعتمدت بشكل كبير على الاقتراض، ما ساهم في تفاقم عبء الديون على مصر وزيادة الضغوط الاقتصادية.

ويواجه السيسي أيضا انتقادات مستمرة من منظمات حقوق الإنسان بشأن القيود المفروضة على المعارضة والمجتمع المدني وحرية التعبير، وهي انتقادات ترفضها السلطات، مؤكدة أن سياساتها ضرورية للحفاظ على الاستقرار والأمن.



## دعم خليجي لحق السعودية في الدفاع عن نفسها... وإدانة للاعتداءات الحوثية

للمملكة العربية السعودية في مواجهة هذه الاعتداءات. كما ثمن الزباني التوافق الذي تحقق في مجلس الأمن الدولي بشأن البيان الرئاسي، معرباً عن تطلع البحرين إلى البناء على هذا التوافق من خلال دعم روسيا الاتحادية لمشروع القرار الذي تقدمت به السعودية إلى مجلس الأمن، والذي تؤيده البحرين.

وقال إن «مشروع القرار يهدف إلى حماية المدنيين، ووقف الاعتداءات، وتجفيف مصادر تمويلها وتسليحها، مع صون العمل الإنساني في اليمن، ودعم جهود المبعوث الخاص للأمم العام للأمم المتحدة إلى اليمن للتوصل إلى حل سياسي شامل». من جانبه، أكد جاسم محمد البديوي، الأمين العام لمجلس التعاون لدول الخليج العربية، خلال الاجتماع الوزاري الخليجي، أن «الاعتداءات الآثمة التي ترتكبها ميليشيا الحوثي الإرهابية ضد المملكة العربية السعودية تضعنا أمام سلوك إجرامي متعمد، لا يقيم وزناً لحرمة الدماء، ولا لسلامة المنشآت المدنية، ولا لعواقب التصعيد على أمن المنطقة واستقرارها».

وجدد إدانته «لهذه الاعتداءات السافرة»، ورفضه «استمرار استهداف المطارات والمرافق المدنية ومنشآت الطاقة». وأكد البديوي أن «إصرار هذه الميليشيا على تكرار جرائمها يستلزم تحركاً دولياً مؤثراً يوقف اعتداءاتها، ويحاسب المسؤولين عنها، ويمنع تهديدها للأمن والاستقرار».

كما أدان الأمين العام لمجلس التعاون الخليجي الاعتداءات الإيرانية المتكررة على دول مجلس التعاون، واعتبر أنها «تمثل انتهاكاً صارخاً لسيادتها وسلامة أراضيها، وتهديداً مباشراً لأمنها واستقرارها».

وأدان أيضاً «الممارسات الإيرانية الخطيرة والمستمرة التي تستهدف أمن وسلامة الملاحة البحرية في مضيق هرمز، ومحاولات توظيف هذا الممر المائي الدولي الحيوي أداة للضغط والتهديد، بما يعرض حركة التجارة الدولية وإمدادات الطاقة العالمية لمخاطر جسيمة».

ودعا إيران إلى الالتزام بمبادئ القانون الدولي وميثاق الأمم المتحدة، والتنفيذ الكامل لقرار مجلس الأمن رقم (2817)، وضمان حرية الملاحة والعبور الآمن في مضيق هرمز دون أي قيود أو تهديدات. وأكد مسؤولية المجتمع الدولي، وفي مقدمته مجلس الأمن، عن اتخاذ موقف حازم يكفل حماية أمن المنطقة واستقرارها، وصون الممرات البحرية الدولية من أي ممارسات تهدد الأمن والسلم الإقليميين والدوليين.

بحث وزراء الخارجية الخليجيون، في البحرين، التطورات الإقليمية، وخاصة ما يتعلق بالهجمات الحوثية على الأراضي السعودية، حيث أدان المجتمعون هذه الاعتداءات وأيدوا حق المملكة في الدفاع عن أراضيها. وبالإضافة إلى الأحداث في اليمن، ناقش المجتمعون التصعيد في المنطقة، والتهديدات الموجهة إلى حرية الملاحة في الخليج العربي والبحر الأحمر. وأعقب الاجتماع الخليجي انعقاد الاجتماع الوزاري المشترك التاسع للحوار الاستراتيجي الخليجي - الروسي، بهدف تعزيز العلاقات بين الجانبين، وتوسيع آفاق الشراكة في مختلف المجالات. وفقاً لـ «الشرق الأوسط». وأوضح جاسم البديوي، الأمين العام لمجلس التعاون لدول الخليج العربية، أن المحادثات بين الوزراء الخليجيين ووزير الخارجية الروسي ستتناول سبل تطوير التعاون الخليجي - الروسي، وتبادل وجهات النظر بشأن القضايا ذات الاهتمام المشترك، بما يخدم مصالح الجانبين.

### التضامن مع السعودية

واستعرض وزراء خارجية دول مجلس التعاون، في اجتماعهم الذي عُقد في البحرين، التطورات الإقليمية، وخاصة الاعتداءات التي تنفذها الميليشيات الحوثية ضد السعودية. وأكد عبد اللطيف الزباني، وزير الخارجية البحريني، تضامناً دول الخليج مع المملكة العربية السعودية، وتأييد حقها في الدفاع عن النفس.

وقال الزباني في كلمته خلال الاجتماع: «نقف صفاً واحداً مع المملكة العربية السعودية ونؤيد حقها الأصيل في الدفاع عن النفس وفقاً للمادة (51) من ميثاق الأمم المتحدة». وأكد الزباني أن أمن «السعودية جزء لا يتجزأ من أمن دول مجلس التعاون لدول الخليج العربية».

وشدد على أن «أمن دول مجلس التعاون يمثل ركيزة أساسية للأمن الإقليمي والدولي». وأدان الزباني الهجمات التي نفذتها ميليشيا الحوثي ضد السعودية، «واستهدافها المتعمد للأعيان المدنية والمنشآت الحيوية والمطارات المدنية، مما أسفر عن سقوط ضحايا وجرحى».

وأشار إلى أن «آخر هذه الاعتداءات تمثل في الهجوم الآثم على مطار الملك خالد الدولي في العاصمة السعودية الرياض، الذي راح ضحيته 14 مدنياً، وأصيب فيه أكثر من 300 شخص». وأكد أن هذه الاعتداءات تشكل انتهاكاً صارخاً للقانون الدولي الإنساني واتفاقية شيكاغو للطيران المدني الدولي. وجدد الزباني التأكيد على موقف البحرين الثابت والداعم



## UN Agency Slashes Gaza Food Aid Over Funding, Warns Needs Persist

**T**he World Food Program said it would end monthly assistance to 500,000 people in Gaza due to a funding shortfall, despite acute needs in the war-battered Palestinian territory.

With the cutbacks, 1.1 million Palestinians in Gaza -- still about half the population -- will be receiving either food or cash assistance each month from the UN agency, in reduced amounts. According to AFP. The World Food Program said its efforts had mitigated the effects during a famine last year in Gaza -- a description of the situation disputed by Israel -- and warned that conditions had not improved to the point that it can take away aid.

"People are not safe. Airstrikes continue on a daily basis. People continue to be displaced," Shaun Hughes, the WFP country director, told AFP at the agency's office in east Jerusalem.

"Almost everybody remains without a permanent home to live in. And the humanitarian conditions are brutal," he said.

According to the latest assessments, 1.4 million people -- or two-thirds of Gaza's population -- are still "acutely food insecure" and need humanitarian assistance to survive, he said.

In August last year, the UN's Integrated Food Security Phase Classification said that Gaza was suffering famine conditions. Israel, which has blockaded the territory and attacked it relentlessly since the unprecedented October 7, 2023 attack on it by Hamas, described the finding as a lie.

The famine classification was lifted in December, two months after a US-brokered ceasefire was announced in Gaza. Israel has kept striking Gaza since then, vowing to kill anyone involved in the October 7 attack. Since the ceasefire, the WFP has been able to step up assistance and had been reaching between 1.5 million and 1.8 million people every month.

"This has been a lifeline. But now, rather than being able to sustain and scale up that assistance, we're actually having to reduce it," Hughes said.

"And that's not because we don't have humanitarian access to deliver food; that's because we don't have funding."

- Less aid to each recipient -

In addition to reducing the number of people who receive rations, the WFP has been forced to shrink the content.

Families receiving food assistance will now get only one food parcel instead of two and a smaller bag of wheat flour, the WFP said in an operational note.

The 75,000 families who receive assistance in cash will see the amount reduced from 1,250 to 750 shekels (\$400 to \$240) per month.

The WFP is funded by governments as well as private donors. It has seen a sharp drop in resources, including after President Donald Trump returned to power in the United States and drastically slashed contributions to UN agencies as well as bilateral aid.

The agency says it needs about \$450 million over the next six months for its operations in Gaza and the West Bank, but in 2026 it has only received about half the usual financing for the Palestinian territories. In September, the agency also reduced by half the number of aid recipients in the West Bank, which Israel has occupied since 1967, from 400,000 to 200,000.

"Now is not the time in the history of Palestine and Gaza to turn away from what is happening in Gaza," Hughes said.

The WFP says that conditions have moderately improved in Gaza but noted that needs could rise again with the onset of winter.



## الجامعة العربية: بقاء اليونيفيل بقطاع أممي في لبنان هو الخيار الأفضل

والعربية، بهدف دعم المؤسسات اللبنانية وتوفير الإمكانيات اللازمة لها. ولفت إلى أن هذا الدعم يستهدف مساعدة لبنان بمواجهة الاحتلال الإسرائيلي المستمر، وتعزيز وحدة الأوضاع الداخلية، وتمكين المؤسسات اللبنانية من تلبية احتياجات المواطنين خلال المرحلة المقبلة. وفيما يتعلق بزيارته المرتقبة إلى جنوبي لبنان، قال فهمي إن الزيارة تحمل أهدافا سياسية، وتهدف إلى الاطلاع ميدانياً على الأوضاع هناك.

وأوضح أن الزيارة ستشكل حافزا لتحرك سياسي لاحق مع الدول العربية بشأن المساعدات واحتياجات المؤسسات اللبنانية، بما فيها الجيش، فضلا عن تقديم الدعم المادي في ظل الظروف الصعبة والتحرك على المستوى الدولي.

### دعم عربي

وقال سلام، خلال لقائه فهمي في السراي الحكومي بالعاصمة بيروت، إن لبنان يولي أهمية لمواصلة الدعم العربي، ولا سيما للجهود الرامية إلى تحقيق الانسحاب الإسرائيلي الكامل من الأراضي اللبنانية، وبسط سلطة الدولة على أراضيها بقواها الذاتية وحدها.

وشدد سلام على أهمية مساندة الدول العربية للبنان في مسار العودة والتعافي وإعادة الإعمار، بما يسهم في تثبيت الأهالي في أرضهم وتعزيز حضور مؤسسات الدولة، وفق بيان صادر عن رئاسة الحكومة اللبنانية.

كما أكد أهمية تشجيع الاستثمارات العربية في لبنان، خصوصا في مشاريع البنى التحتية والربط الإقليمي، بما يدعم التعافي الاقتصادي ويعزز اندماج البلاد في محيطها العربي. من جانبه، قال فهمي، عقب اللقاء، إنه التقى سلام بعد اجتماعات مع الرئيس اللبناني جوزاف عون ورئيس البرلمان نبيه بري، مشيرا إلى أن اللقاءات أتاحت له الاستماع إلى القيادات اللبنانية والاطلاع على تقييمها للوضع السياسي الصعب في المنطقة والظروف التي يمر بها لبنان.

وقال إنه سيعود إلى القاهرة حاملا تقييما للأولويات اللبنانية، سعيا إلى ضمان التنفيذ السليم لقرار مجلس الجامعة بما يستجيب لاحتياجات الدولة اللبنانية. ومنذ 2 مارس / آذار الماضي تشن إسرائيل هجمات على لبنان أسفرت عن أكثر من 4 آلاف و300 قتيل و12 ألفا و400 جريح، ونزوح أكثر من مليون شخص، وفق السلطات اللبنانية.

وفي 26 يونيو / حزيران الماضي وقعت بيروت وتل أبيب «صيغة إطار» برعاية أمريكية، تنص على انسحاب إسرائيلي تدريجي من الأراضي اللبنانية، وانتشار الجيش اللبناني فيها، ونزع سلاح «حزب الله». ورغم الاتفاق، تواصل إسرائيل هجماتها جنوبي لبنان، فيما لا تزال تحتل مناطق فيه، بعضها منذ عقود، وأخرى سيطرت عليها خلال الحروب والعمليات العسكرية الأخيرة.

أكد الأمين العام لجامعة الدول العربية نبيل فهمي، تمسك الجامعة ببقاء قوة الأمم المتحدة المؤقتة في جنوبي لبنان «اليونيفيل» بقطاع دولي، معتبرا أن ذلك هو «الخيار الأفضل». جاء ذلك خلال لقاءين منفصلين عقدهما فهمي مع رئيس مجلس النواب اللبناني نبيه بري ورئيس الحكومة نواف سلام في بيروت، في إطار زيارة بحث فيها التطورات السياسية والميدانية في ظل استمرار الاعتداءات الإسرائيلية. وفقا لـ (الأناضول).

وقال فهمي، عقب لقائه بري، إن موقف الجامعة العربية ثابت، ويتمثل في أن وجود اليونيفيل بقطاع دولي وسمي وسياسي من الأمم المتحدة هو «الخيار الأفضل».

وأوضح أن ذلك يضع المجتمع الدولي في الساحة و«يحمل الكل مسؤوليات التعرض للمجتمع الدولي».

وأضاف أن هناك توجه قويا لإنهاء مهمة اليونيفيل، مشيرا إلى أن الجامعة العربية لا تزال تحاول التصدي لذلك، في وقت تطرح فيه دول مقترحات أخرى لتولي مهام بديلة.

وشدد فهمي على ضرورة أن يحظى أي إطار بديل بموافقة لبنانية وشرعية دولية، بما يضمن أن يشكل أي اعتداء إسرائيلي عليه مساسا بالموقف الدولي، وليس فقط بالدول المشاركة فيه.

وتابع: «نحن نعمل مع لبنان طبعاً ونعمل مع المجتمع الدولي لتأمين الحدود بقوات دولية، وأمل أن يكون أيضا بشرعية دولية من خلال قرار دولي جامع، وهذا المسار ليس سهلاً».

وبموجب قرار مجلس الأمن الدولي تنتهي ولاية «اليونيفيل» في 31 ديسمبر / كانون الأول المقبل، على أن تبدأ القوة اعتباراً من ذلك التاريخ انسحاباً تدريجياً يمتد عاماً، لتصبح الحكومة اللبنانية الجهة الوحيدة التي توفر الأمن في الجنوب.

واعتمد مجلس الاتحاد الأوروبي مؤخراً، قراراً بإنشاء بعثة دعم جديدة في لبنان لمدة أولية تبلغ 3 أعوام، بهدف تعزيز قدرات الجيش وقوى الأمن الداخلي ودعم سيادة البلاد واستقرارها.

وأكدت الممثلة العليا للاتحاد الأوروبي للشؤون الخارجية والسياسة الأمنية كايا كالاس، خلال زيارتها إلى لبنان في 7 و8 أكتوبر / تشرين الأول، ضرورة تجنب حدوث فراغ أمني في الجنوب بعد انتهاء ولاية «اليونيفيل».

### دعم لبنان

وفي سياق متصل، أكد فهمي التزام الجامعة العربية بدعم لبنان ومؤسساته، مشيرا إلى أن زيارته تعكس «التزاما عربيا وشخصيا» بالقضية اللبنانية وبهمومها وبالدولة والمؤسسات وبالشعب.

وأوضح أن الزيارة تأتي بعد أسابيع قليلة من اجتماع مجلس وزراء الخارجية العرب، الذي أصدر قراراً أكد فيه الدعم الكامل للبنان وسيادته ومؤسساته ومواطنيه.

وأضاف فهمي أنه استمع خلال لقائه بري إلى تقييم للأوضاع اللبنانية، وتلقى منه أفكارا يعتزم متابعتها في المحافل الدولية



## ماكرون بعد أعمال الشغب في فرنسا: نشعر جميعاً بالغضب والعار

قال الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون، معلقاً على تظاهرات السبت وما رافقها من أعمال تخريب ونهب: «نشعر جميعاً هذا المساء بالغضب والعار».

ودعا ماكرون إلى التمييز بين المتظاهرين الذين يعبرون عن «مطالب مشروعة» ومرتكبي «أعمال النهب والتخريب». وفقاً لـ «أ ف ب».

ووعده ماكرون في كلمة تلفزيونية ألقاها بعد أعمال الشغب، بالالتزام «الشفافية» بشأن استراتيجية حفظ الأمن التي طبقت السبت، في وقت تواجه السلطة التنفيذية انتقادات حادة عقب أعمال التخريب التي طالت الكثير من المتاجر والمباني العامة في مدن فرنسية كبرى.

وطالب من الحكومة، ولا سيما من وزير الداخلية لوران نونيين، «استخلاص العبر» من أحداث السبت، «في ما يخص الاستخبارات والاستباق». وأضاف «أنتظر إجابات واضحة، وسيتم توفير الشفافية الكاملة».

وشدد على أن «من دمروا يجب أن يدفعوا الثمن، ومن نهبوا يجب أن يعوضوا الخسائر»، متعهداً أن تكون السلطة التنفيذية «صارمة للغاية» في التعامل مع المخربين.

وقال ماكرون إن «المسؤولين المحليين سيتخذون القرارات، بالتنسيق مع رؤساء البلديات، لحماية مدننا ومبانينا العامة ومتاجرنا». كما دعا إلى أن تكون «المتابعة القضائية» في هذا الصدد «نموذجية»، مؤكداً بلهجة حازمة أن السلطات ستكون «صارمة للغاية».

وأوردت حصيلة صادرة عن وزارة الداخلية الفرنسية أنه تم اعتقال نحو 2400 شخص السبت في فرنسا، خلال يوم من الاحتجاجات ضد غلاء المعيشة تخللته أعمال عنف، فضلاً عن إصابة نحو ألف من عناصر الشرطة والدرك.

وفي تعداد أكثر دقة، تم توقيف 2397 شخصاً خلال هذا اليوم الذي سادته شغب وفوضى، مع أعمال عنف وعمليات نهب واسعة النطاق. وفي المجموع، أصيب 997 من عناصر الشرطة والدرك، جروح سبعة منهم خطيرة.



## احتجاجات غاضبة في 6 دول.. ماذا يحدث في أوروبا؟

ارتفعت الإيجارات وأسعار العقارات إلى نحو ثلاثة أمثالها خلال عشر سنوات، بينما لم ترتفع الأجور الحقيقية سوى بنحو 16 بالمئة. وتشير تحليلات حديثة إلى عجز في المعروض السكني يبلغ نحو 300 ألف وحدة.

### إسبانيا.. احتجاجات على الإيجارات والإخلاء

وتشهد إسبانيا المجاورة أيضاً احتجاجات واسعة على تكاليف السكن وعمليات الإخلاء القسري منذ أواخر سبتمبر، وفق تقرير وكالة الأنباء الألمانية.

وبذلك، تأتي التحركات الإسبانية ضمن احتجاجات ممتدة منذ أسابيع، وليست جميعها جزءاً من تظاهرات انطلقت خلال عطلة نهاية الأسبوع.

### بلجيكا.. التعليم والتقصّف

وفي بلجيكا، تركزت الاعتراضات على السياسات التعليمية وتخفيضات الميزانية. وشهدت بروكسل ولييج مواجهات بين محتجين وقوات الأمن، مع استخدام الغاز المسيل للدموع وخراطيم المياه.

وأعلنت شرطة لييج توقيف 45 شخصاً، بينهم 12 قاصراً، خلال احتجاجات السبت، مشيرة إلى أعمال تخريب للمرافق العامة وإضرار حرائق.

### ألبانيا.. مطالب تعليمية تتسع سياسياً

وفي ألبانيا، بدأت الاحتجاجات بمطالب لتحسين الظروف التعليمية، قبل أن تتسع لتشمل الاعتراض على الفساد والقيادة السياسية.

وتجمع مئات المتظاهرين ظهر الأحد أمام وزارة التربية والتعليم، مطالبين رئيس الوزراء بالاستقالة.

وأضرم متظاهرون النار في حاويات قمامة في الشوارع وحطموا نوافذ، بينها نوافذ مقر الحزب الاشتراكي الحاكم، وأشعلوا النار في مركز للشرطة ومدخل وزارة الداخلية.

وحسب تقرير نشرته وزارة الصحة الألبانية، أصيب 65 شخصاً، بينهم 37 شرطياً، ونقل 12 من المصابين إلى المستشفى. ومنذ الثلاثاء، أصيب 272 شخصاً، بينهم 169 شرطياً، بحسب الحكومة.

وفي وسط المدينة، حصنت متاجر ومبان عدة أبوابها وواجهاتها بألواح معدنية.

مجموعات في المنطقة. وأوقفت الشرطة نحو 70 شخصاً، بحسب وكالة الأنباء الإيطالية «أنسا»، فيما شهدت بولونيا وتورينو اضطرابات مماثلة. ودعت رئيسة الوزراء جورجيا ميلوني إلى اجتماع أمني، وقالت إن «التظاهر حق، أما تدمير مدننا فليس كذلك». ووصف رئيس بلدية ميلانو جوزيبي سالا المشهد بأنه يضم «واجهات محطمة ومتاجر منهوبة ومواطنين خائفين».



### البرتغال.. خيام في مواجهة أزمة السكن

وفي البرتغال، اتخذ الاحتجاج شكل مخيمات أقامها مئات الأشخاص في ساحات مركزية بلشبونة وبورتو، الأحد، رفضاً لارتفاع تكاليف السكن والمعيشة، بحسب هيئة الإذاعة والتلفزيون الحكومية البرتغالية، التي نقلت عنها وكالة الأنباء الألمانية.

وطالب المحتجون بإلغاء قانون إصلاح الإيجارات الذي أقرته أحزاب يمينية، ووضع سقف للإيجارات، وحظر شراء الشقق السكنية من جانب الصناديق العقارية، وزيادة بناء المساكن العامة.

كما دُعا إلى منع الإخلاء القسري ما لم تتوافر مساكن بديلة، وتجديد الشقق الحكومية الشاغرة.

وبحسب المعهد الوطني للإحصاء في البرتغال،

من احتجاجات التعليم وغلاء المعيشة في فرنسا وبلجيكا، إلى مخيمات رفض ارتفاع الإيجارات في البرتغال، تشهد ست دول أوروبية تحركات متنوعة مطالبها بين تحسين الخدمات ومواجهة الأعباء الاقتصادية.

وتشمل الاحتجاجات فرنسا وبلجيكا وإيطاليا والبرتغال وألبانيا وإسبانيا، لكنها لم تبدأ جميعها في توقيت واحد، ولا ترتبط بمطلب موحد؛ إذ انطلقت بعض التحركات من المدارس، فيما تركزت أخرى على السكن والأسعار والسياسات الحكومية. وفقاً لـ «سكاي نيوز عربية».

وبينما حافظت تجمعات على طابعها السلمي، شهدت مدن مواجهات مع الشرطة وأعمال نهب وتخريب وإضرار حرائق.

### فرنسا.. من المدارس إلى غلاء المعيشة

بدأت الاحتجاجات الفرنسية في سبتمبر الماضي بمطالب لتحسين أوضاع المدارس ومعالجة نقص المعلمين، قبل أن تتسع لتشمل الاعتراض على ارتفاع تكاليف المعيشة وعدم المساواة وخفض الإنفاق العام.

وشارك أكثر من نصف مليون شخص في مسيرات في عشرات المدن، وفق تقديرات وزارة الداخلية، وتخللت التحركات أعمال عنف ونهب وحرائق في عدد من المدن.

وفي أنحاء فرنسا، ذكرت وزارة الداخلية أن الشرطة اعتقلت نحو 2400 شخص في الإجمال وأصيب أكثر من 997 من عناصر الشرطة والدرك، جروح سبعة منهم خطيرة.

وتجددت المواجهات الأحد في ساحة الجمهورية بباريس، حيث نشرت الشرطة فرقة «سي آر إس 8» المتخصصة في مكافحة العنف في المناطق الحضرية، واستخدمت الغاز المسيل للدموع لتفريق متظاهرين.

وقال الرئيس إيمانويل ماكرون إن «لا شيء يبرر» العنف، مشدداً على محاسبة «من دمروا ومن نهبوا»، وداعياً إلى التمييز بين «المطالب المشروعة» للمحتجين و«مرتكبي أعمال النهب».

### إيطاليا.. مواجهات لليوم الثاني

وفي إيطاليا، اندلعت مواجهات بين شبان والشرطة وسط ميلانو، على هامش احتجاجات على غلاء المعيشة.

والقى مخربون زجاجات وألحوا أضراراً بمتاجر في حي الكاتدرائية، بينما استخدمت الشرطة الغاز المسيل للدموع وخراطيم المياه لتفريق



## Thousands rally in Portugal for higher wages, affordable housing

**T**housands of people rallied against in Portugal against rising living costs on, demanding higher wages, better pensions and affordable housing.

The General Confederation of Portuguese Workers (CGTP) union organized demonstrations in Lisbon, Porto and Coimbra. According to Anadolu.

In Lisbon, protesters set off from Cais do Sodre toward Rossio Square, led by CGTP Secretary-General Tiago Oliveira and union members carrying banners demanding higher wages.

Demonstrators chanted slogans against low pay and rising rents, while carrying signs calling for housing policies. A housing protest encampment was scheduled to begin at Rossio at 5 pm (1500 GMT)

In Porto, several thousand people marched from Praça da Batalha to Praça D. João I under demands for higher wages, better pensions and public services.

Around 100 young housing activists joined the procession, carrying placards and a tent symbolizing their campaign. They were greeted with applause upon reaching the square, where the crowd spilled onto surrounding sidewalks.

Housing movement spokesperson Cristiana Leal said the mobilization would continue until living conditions improved. A public assembly was scheduled at the square for 7 pm (1700 GMT).

The demonstrations come after a police operation that ended a housing protest encampment in Porto.

Socialist Party leader Jose Luis Carneiro expressed solidarity with protesters and urged responsible demonstrations, calling on security forces to ensure any use of force was appropriate and proportionate.

He also called for clarification of police intervention, which is being examined by the General Inspectorate of Internal Administration.



## فانس يُرجع أعمال العنف في فرنسا إلى الهجرة وسياسات «الاندماج»

إن الأمور ستصل إلى هنا لكنهم رفضوا الإصغاء». وفقا لـ «الشرق الأوسط». وأضاف فانس: «أصلي لأن تتمكن فرنسا، وهي بلد جميل وشعبها رائع، من وضع حد لهذا الجنون قبل أن تطل النيران مزيداً من معالمها». وربط فانس بين الاضطرابات في فرنسا وانتخابات التجديد النصفي للكونغرس المقررة في الثالث من نوفمبر (تشرين الثاني)، والتي يُتوقع تراجع الجمهوريين فيها. وقال: «وأمل أن يكون الأميركيون منبتهين. فهذا هو المستقبل الذي يسعى إليه الديمقراطيون في الكونغرس

عدّ نائب الرئيس الأميركي جي دي فانس أنّ الهجرة ومشكلة «الاندماج» هما السبب وراء أعمال العنف التي شهدتها فرنسا، حيث خرجت السبت مظاهرات واسعة احتجاجاً على ارتفاع تكاليف المعيشة.

وفي منشور على منصة «إكس» أرفقه بمقطع مصوّر يظهر مبنى البلدية المصنّف معلماً أثرياً في ليموج (وسط باريس) مشتعلاً، كتب فانس: «صدّر الليبراليون الغربيون العالم الثالث إلى فرنسا ودول أخرى باسم التنوع والرحمة. وتجاهلوا أسئلة جوهرية تتعلق بالاندماج والتوافق. قيل لهم

## أول ظهور بعد الجراحة.. بابا الفاتيكان يكشف خطته للعودة

وقال إنه سيبدأ العودة إلى جدول المعتاد، مضيفاً: «بعد تجاوز هذه المرحلة الدقيقة، كما تعلمون، سأستأنف نشاطاتي تدريجياً، مستعيناً دائماً بعون الرب ووصولاتهم». وكان البابا ليو قد غادر مستشفى جيميلي في روما، وظهر عند نافذة القصر من دون مساعدة وعقد لقاءه الأسبوعي المعتاد عند الظهر. وخلال خطابه، دعا البابا المصلين، الذين بلغ عددهم نحو 15 ألف شخص، وكانوا ينتظرونه إلى «نبذ الطموحات الأنانية وخدمة الرب والعيش من دون مساومات».

### مرض البابا ليو

شخصت الأطباء البابا ليو بالإصابة بمرض سرطان الرئة الغدي، وهو أكثر أشكال سرطان الرئة شيوعاً في العالم. وأثار هذا التشخيص صدمة كبيرة في الأوساط الدينية والسياسية، ولا سيما أن البابا ليو يعد أصغر بابا سناً منذ عشرات السنين، والذي انتخب لاعتلاء الكرسي البابوي في مايو 2025

وخرج بابا الفاتيكان من المستشفى، بعد أن أظهرت فحوص الدم وصور الصدر تحسناً في حالته الصحية يسمح له بالعودة إلى مقر إقامته. وقال الأطباء إن البابا قادر على ممارسة أنشطته اليومية المعتادة بشكل مستقل.

أعلن بابا الفاتيكان البابا ليو، في أول ظهور علني له منذ إجراء جراحة لاستئصال جزء من الرئة، الأحد، أنه سيعود لممارسة مهامه تدريجياً.

وتعهد البابا ليو، أمام حشود حضرت لتحيته في ساحة القديس بطرس، باستئناف أنشطته المعتادة كزعيم ديني لنحو 1.4 مليار كاثوليكي حول العالم تدريجياً.

وخضع البابا (71 عاماً) لجراحة لإزالة ورم في الرئة، إذ تمكن الأطباء من استئصال الفص السفلي من رئته اليمنى. وفقاً لـ «سكاي نيوز».

وأثارت هذه الجراحة تكهنات بشأن تأثير مرضه على قدرته على أداء مهامه البابوية، التي بدأها قبل نحو 17 شهراً، عندما أصبح أول أميركي يتولى منصب بابا الفاتيكان.

### أول خطاب للمصلين

في أول خطاب للمصلين المتجمعين أسفل نافذة القصر الرسولي في الفاتيكان، ابتسم البابا ليو للجمهور، قبل أن يوجه الشكر إلى الناس في مختلف أنحاء العالم على صلواتهم له.

صَلَّى

# فضل الصلاة على النبي يوم الجمعة.. 5 فضائل



خُلِقَ آدَمُ وَفِيهِ قُبُصٌ، وَفِيهِ النَّفْخَةُ، وَفِيهِ الصَّعْقَةُ، فَأَكْثَرُوا عَلَيْهِ مِنَ الصَّلَاةِ فِيهِ، فَإِنَّ صَلَاتَكُمْ مَعْرُوضَةٌ عَلَيْهِ، قَالَ: قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، وَكَيْفَ تُعَرِّضُ صَلَاتَنَا عَلَيْكَ، وَقَدْ أَرَمْتَ، قَالَ: يَقُولُونَ: بَلَيْتَ، فَقَالَ: «إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ حَرَّمَ عَلَى الْأَرْضِ أَنْ تَأْكُلَ أَجْسَادَ الْأَنْبِيَاءِ».

وروى الطبراني بسند حسنه الألباني عَنْ أَنَسٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «أَكْثَرُوا الصَّلَاةَ عَلَى يَوْمِ الْجُمُعَةِ؛ فَإِنَّهُ أَتَانِي جَبْرِيلُ أَنْفًا عَنْ رَبِّهِ عَزَّ وَجَلَّ فَقَالَ: مَا عَلَى الْأَرْضِ مِنْ مُسْلِمٍ يُصَلِّي عَلَيْكَ مَرَّةً وَاحِدَةً؛ إِلَّا صَلَّيْتُ أَنَا وَمَلَائِكَتِي عَلَيْهِ عَشْرًا».

## الصلاة على النبي في يوم الجمعة معروضة عليه:

روى أبو داود، وأحمد، بإسناد صحيح عَنْ أَنَسِ بْنِ أَوْسٍ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «إِنَّ مِنْ أَفْضَلِ أَيَّامِكُمْ يَوْمَ الْجُمُعَةِ، فِيهِ

في خواتيم كل أسبوع ينتظر المسلمون يوم الجمعة، بنفحاته الإيمانية، ليعيد إلى القلوب صفاءها، ويذكر الأرواح بمصدر النور والرحمة؛ سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم، فيكثرون من الصلاة والسلام عليه؛ إعلانا لمحبتته، ورغبة في تحصيل أجر الصلاة عليه.

خاصة أن يوم الجمعة هو سيد الأيام وأفضلها؛ لذا كان الإكثار من الصلاة والسلام على سيدنا رسول الله صلى الله عليه وسلم فيه يعد اغتناماً للوقت الفاضل بالعمل الفاضل، ومن فضائل الصلاة والسلام عليه صلى الله عليه وسلم في يوم الجمعة ما يأتي وفقاً لمجلة «المجتمع»:

## 5 فضائل للصلاة على النبي ﷺ يوم الجمعة

### الله يصلي على من صلى على النبي يوم الجمعة

روى البيهقي بسند حسنه الألباني عَنْ أَنَسٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «أَكْثَرُوا الصَّلَاةَ عَلَى يَوْمِ الْجُمُعَةِ وَلَيْلَةِ الْجُمُعَةِ؛ فَمَنْ صَلَّى عَلَى صَلَاةِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ عَشْرًا».

### الملائكة تصلي على من صلى على النبي يوم الجمعة

روى أحمد بسند حسن عَنْ عَاصِمِ بْنِ عُبَيْدٍ اللَّهِ، قَالَ: سَمِعْتُ عَبْدَ اللَّهِ بْنَ عَامِرٍ بْنِ رَبِيعَةَ، يُحَدِّثُ عَنْ أَبِيهِ، قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَخْطُبُ يَقُولُ: «مَنْ صَلَّى عَلَى صَلَاةٍ لَمْ تَزَلْ الْمَلَائِكَةُ تُصَلِّي عَلَيْهِ مَا صَلَّى عَلَيْ، فَلْيَقُلْ عَبْدٌ مِنْ ذَلِكَ أَوْ يُكْتَبُ».



الأرض أن تأكل أجساد الأنبياء».

وفي مصنف ابن أبي شيبة عَنْ يَزِيدَ الرَّقَّاشِيِّ قَالَ: «إِنَّ مَلَكًا مُوَكَّلَ بِمَنْ صَلَّى عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنْ يُبَلِّغَ عَنْهُ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنْ فَلَانًا مِنْ أُمَّتِكَ صَلَّى عَلَيْكَ».

## أكثر الناس صلاة على النبي يوم الجمعة أقربهم منه منزلة:

روى البيهقي بسند حسنه الألباني عَنْ أَبِي أَمَامَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «أَكْثَرُوا عَلَى مِنَ الصَّلَاةِ فِي كُلِّ يَوْمٍ جُمُعَةٍ؛ فَإِنَّ صَلَاةَ أُمَّتِي تُعَرِّضُ عَلَيَّ فِي كُلِّ يَوْمٍ جُمُعَةٍ، فَمَنْ كَانَ أَكْثَرَهُمْ عَلَيَّ صَلَاةً كَانَ أَقْرَبَهُمْ مِنِّي مَنَزَلَةً».

## شهادة النبي وشفاعته لمن صلى عليه يوم الجمعة:

روى البيهقي عَنْ أَنَسٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «أَكْثَرُوا عَلَى الصَّلَاةِ فِي يَوْمِ الْجُمُعَةِ وَلَيْلَةِ الْجُمُعَةِ، فَمَنْ فَعَلَ ذَلِكَ كُنْتُ لَهُ شَهِيدًا أَوْ شَافِعًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ»، وَرَوَى التِّرْمِذِيُّ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «أَوَّلَى النَّاسِ بِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَكْثَرُهُمْ عَلَيَّ صَلَاةً».

## هل هناك صيغة معينة للصلاة على النبي يوم الجمعة؟

تبين فيما سبق أن فضل الصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم يوم الجمعة عظيم، فعلى كل مسلم أن يكثُر من الصلاة والسلام على النبي صلى الله عليه وسلم في يوم الجمعة، بل وفي كل يوم، لكن لم يثبت التقيد بصيغة معينة في يوم الجمعة خاصة، بل تنبغي الصلاة عليه بكل صيغة، وخاصة الصيغ الماثورة مثل ما ثبت في صحيح البخاري، ومسلم، عَنْ أَبِي مَسْعُودٍ الْأَنْصَارِيِّ قَالَ: أَتَانَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَنَحْنُ فِي مَجْلِسٍ سَعْدُ بْنُ عُبَادَةَ فَقَالَ لَهُ بَشِيرُ بْنُ سَعْدٍ: أَمَرَنَا اللَّهُ تَعَالَى أَنْ نُصَلِّيَ عَلَيْكَ يَا رَسُولَ اللَّهِ فَكَيْفَ نُصَلِّي عَلَيْكَ؟

قَالَ: فَسَكَتَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ حَتَّى تَمَنَّيْنَا أَنَّهُ لَمْ يَسْأَلَهُ، ثُمَّ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «قُولُوا: اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، وَبَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ فِي الْعَالَمِينَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ».

ومن الصيغ التي حرص عليها السلف الصالح ما أورده الأصبهاني في «حلية الأولياء وطبقات الأصفياء»، عَنْ زَيْدِ بْنِ وَهْبٍ قَالَ: قَالَ لِي ابْنُ مَسْعُودٍ: «لَا تَدْعُ إِذَا كَانَ يَوْمُ الْجُمُعَةِ أَنْ تُصَلِّيَ عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَلْفَ مَرَّةٍ، تَقُولُ: «اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ».

## 7 Best Good Deeds in Islam That Multiply Your Hasanat

**T**he best good deeds in Islam are those that are consistent, sincere, and aligned with the Quran and Sunnah. From daily dhikr that takes 30 seconds to acts of charity and kindness, here are 7 powerful hasanat-earning deeds backed by authentic sources. Building these into your routine is one of the smartest spiritual investments you can make. According to quranbookonline.

### 1- Daily Dhikr and Tasbeeh

Dhikr is one of the easiest and most rewarding deeds. The Prophet ﷺ said that saying "SubhanAllah wa bihamdih" 100 times causes sins to be forgiven even if they are like the foam of the sea (Sahih al-Bukhari 6405). He also taught that saying "La ilaha ill-Allah wahdahu la sharika lah..." 100 times earns 100 hasanat and erases 100 sayyi'at (Sahih al-Bukhari 3293). These phrases take mere minutes but carry immense weight on the scale.

### 2- Reciting the Quran Daily

Every single letter of the Quran earns a minimum of 10 hasanat (Tirmidhi 2910). Those who recite the Quran while genuinely struggling receive two rewards — one for the recitation and another for enduring the difficulty (Sahih al-Bukhari 4937). This encourages beginners to continue patiently, but it does not mean they necessarily receive more reward than proficient reciters.

### 3- Charity (Sadaqah) — Even a Smile

The reward for charity in Islam is extraordinary. The Prophet ﷺ said: "Every act of kindness is sadaqah." — Sahih al-Bukhari 6021. This includes financial charity, but also a warm smile, a helpful word, and guiding someone who is lost. In Ramadan, the reward for charity is multiplied even further. No amount is too small in the eyes of Allah.

### 4- Helping Orphans and Feeding the Poor

The reward for helping orphans in Islam is Paradise itself. The Prophet ﷺ said: "I and the one who sponsors an orphan will be like this in Paradise" — and he held his index and middle fingers together (Sahih al-Bukhari 5304). Similarly, the reward for feeding the poor in Islam is mentioned repeatedly in the Quran as a defining trait of the righteous.

### 5- Patience During Hardship

The reward for patience in Islam is unlimited. Allah says: "Indeed, the patient will be given their reward without account." — Quran 39:10. Unlike other deeds that are multiplied up to 700 times, patience has no cap on its reward. Every difficulty endured with faith and steadfastness fills the believer's record with uncounted hasanat.

### 6- Honoring and Caring for Parents

Allah directly links the worship of Him to the treatment of parents: "And your Lord has decreed that you not worship except Him, and to parents, good treatment." — Quran 17:23. Caring for aging parents, speaking kindly to them, and serving them are among the most beloved deeds to Allah and among the highest rewards in Islam.

### 7- Giving Water and Removing Harm

The Prophet ﷺ told the story of a man who was forgiven all his sins because he gave water to a thirsty dog (Sahih al-Bukhari 2363). The reward for giving water in Islam is immense. Similarly, removing an obstacle from a road is recorded as a hasanah. These small, everyday acts show that hasanat in Islam are woven into the fabric of daily life.



## أفضل وقت لصلاة الضحى.. اغتتم أجر 360 صدقة في دقيقتين

### أفضلية أداء صلاة الضحى في البيت

الأصل أنَّ صلاة النوافل في البيوت أفضل منها في المساجد مطلقاً؛ لما ورد من حديث زيد بن ثابت رضي الله عنه، أن النبي صلى الله عليه وآله وسلم قال: «صَلُّوا أَيُّهَا النَّاسُ فِي بُيُوتِكُمْ، فَإِنَّ أَفْضَلَ صَلَاةٍ الْمَرْءُ فِي بَيْتِهِ إِلَّا الصَّلَاةَ الْمَكْتُوبَةَ» أخرجه الإمام البخاري في «صحيحه».

قال الحافظ ابن عبد البر في «الاستذكار» (2/ 143): [فيه دليل على أن الانفراد بكل ما يَعْمَلُهُ الْمُؤْمِنُ مِنْ أَعْمَالِ الْبِرِّ وَيَسْتَرْه وَيُخْفِيهِ أَفْضَلُ. وَلِذَلِكَ قَالَ بَعْضُ الْحُكَمَاءِ: إِخْفَاءُ الْعِلْمِ هَلَكَةٌ، وَإِخْفَاءُ الْعَمَلِ نَجَاتٌ] اهـ

وقال العلامة ابن الملك الكرمانى في «شرح المصابيح» (2/ 193، ط). إدارة الثقافة الإسلامية بكراتشي: [هذا عامٌ لجميع النوافل والسنن، إلا النوافل التي من شعائر الإسلام، كالعيد والكسوف والاستسقاء] اهـ

وقد تتابعت نصوصُ فقهاء المذاهب الأربعة المتبوعة على أفضلية أداء السنن النوافل في البيوت.

قال علاء الدين الحصكفي الحنفي في «الدر المختار»، (2/ 22، ط. دار الفكر، ومعه «حاشية ابن عابدين»): [والأفضل في النفل غير التراويح المنزل إلا لخوف شغل عنهما] اهـ  
قال العلامة ابن عابدين محشياً عليه: [وقوله: والأفضل في النفل.. إلخ] شمل ما بعد الفريضة [اهـ] وقال العلامة علي بن خلف المنوفي المالكي في «كفاية الطالب الرباني» (2/ 410، ط. دار الفكر، ومعه «حاشية العدوي»): [وهذا التفضيل الذي ذكرناه كله إنما هو (في الفرائض، وأما النوافل ف) فعلها (في البيوت أفضل) على الصحيح] اهـ

قال العلامة العدوي محشياً عليه: [وقوله: على الصحيح] ومقابلته: ما نقل عن مالك من أن صلاة النوافل في هذه المواضع الفاضلة أفضل من صلاتها في البيوت [اهـ] وقال جلال الدين المحلي الشافعي في «شرحه على منهاج الطالبين» (1/ 199، ط. دار الفكر، ومعه حاشيتا قليوبي وعميرة): [قال البغوي (وأفضله إلى بيته): لحديث «الصحيحين»] اهـ

قال العلامة أحمد القليوبي محشياً عليه: [وقوله: وأفضله إلى بيته] أي: وفعل النفل في البيت أفضل منه في المسجد، ولو المسجد الحرام، ولم يفته خارج الحرم [اهـ] وقال العلامة البهوتي الحنبلي في «شرح منتهى الإرادات» (1/ 244، ط. عالم الكتب): [وفعل (السنن (الكل) الرواتب والوتر وغيرها (ببيت) أفضل) من فعلها بالمسجد] اهـ

صلاة الضحى من الأمور المقررة شرعاً، فهي سنة مطلوبة على جهة الاستحباب؛ فعن أبي ذر رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وآله وسلم قال: «يُضَيِّحُ عَلَى كُلِّ سَلَامَى مِنْ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ، فَكُلُّ تَسْبِيحَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَحْمِيدَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَهْلِيلَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَكْبِيرَةٍ صَدَقَةٌ، وَأَمْرٌ بِالْمَعْرُوفِ صَدَقَةٌ...»، فقيل إنها صلاة تعدل الصدقة عن 360 مفصلاً من جسد الإنسان.

### فضل صلاة الضحى

السنن والنوافل -ومنها صلاة الضحى- الأصل فيها أن تؤدى في البيوت، ولا مانع شرعاً من صلاة الضحى في المسجد مع مراعاة الإجراءات التنظيمية التي تحددها الجهات المختصة بالمساجد.

ومن المقرر شرعاً أنَّ صلاة الضحى سنة مطلوبة على جهة الاستحباب؛ فعن أبي ذر رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وآله وسلم قال: «يُضَيِّحُ عَلَى كُلِّ سَلَامَى مِنْ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ، فَكُلُّ تَسْبِيحَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَحْمِيدَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَهْلِيلَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَكْبِيرَةٍ صَدَقَةٌ، وَأَمْرٌ بِالْمَعْرُوفِ صَدَقَةٌ، وَنَهْيٌ عَنِ الْمُنْكَرِ صَدَقَةٌ، وَيُجْزِئُ مِنْ ذَلِكَ رَكْعَتَانِ يَرْكُعهُمَا مِنَ الضَّحَى» رواه مسلم في «صحيحه».

قال الحافظ ابن عبد البر في «الاستذكار» (2/ 266، ط. دار الكتب العلمية): [هذا أبلغ شيء في فضل صلاة الضحى] اهـ

ووقت صلاة الضحى يبدأ من ارتفاع الشمس قدر رُوح إلى مُخَيَّنٍ في عين الناظر إليها، ويُقَدَّر بخمسين وعشرين دقيقة تقريباً بعد شروق الشمس، وينتهي وقتها قبل زوال الشمس، ويُقَدَّر بأربع دقائق قبل دخول وقت صلاة الظهر، مع مراعاة فروق التوقيت بحسب إحداثيات المكان.

### وأفضله على المختار عند

جمهور الفقهاء من الحنفية والمالكية والشافعية: بعد مُضَيِّ رُوح النهار، وهو منتصف الوقت بين شروق الشمس وصلاة الظهر؛ لما أخرجه الإمام مسلم في «صحيحه» أن زيد بن أرقم رضي الله عنه رأى قوماً يُصَلُّون مِنَ الضَّحَى، فقال: أَمَا لَقَدْ عَلِمُوا أَنَّ الصَّلَاةَ فِي غَيْرِ هَذِهِ السَّاعَةِ أَفْضَلُ، إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «صَلَاةُ الْوُأْبَيْنِ حِينَ تَرْمَضُ الْفَصَالُ»، والحكمة من كون أفضل وقتها بعد مضي ربع النهار -الذي يخلو ربع من النهار عن عبادة يؤديها المكلف، كما في «كفاية الأخيار» للإمام تقي الدين الحصيني (ص: 89، ط. دار الخير).

قال الإمام النووي في «شرح صحيح مسلم» (6/ 30، ط. دار إحياء التراث العربي): [فيه فضيلة الصلاة هذا الوقت. قال أصحابنا: هو أفضل وقت صلاة الضحى وإن كانت تجوز من طلوع الشمس إلى الزوال] اهـ



## UNESCO Adopts Two Resolutions to Safeguard Palestinian Heritage, Educational and Cultural Institutions

The Executive Board of the United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO) has unanimously adopted two resolutions on Palestine, reaffirming the need to protect Palestinian cultural heritage and safeguard educational and cultural institutions.

Adopted at the Board's 225th session, the resolutions address the situation in the occupied Palestinian territory and the implementation of UNESCO decisions concerning educational and cultural institutions in the occupied Arab territories. According to "QNA".

The resolutions call for the protection of Palestinian cultural heritage, including historic sites in Jerusalem, Hebron and Bethlehem, and the safeguarding of educational and cultural institutions amid ongoing destruction and violations. They also stress the need to ensure that UNESCO's decisions are implemented.

On July 22, UNESCO's World Heritage Committee adopted four decisions concerning the conservation of Palestinian World Heritage sites inscribed on the List of World Heritage in Danger.

Palestine's Permanent Delegate to UNESCO Adel Atieh welcomed the unanimous adoption of the resolutions, saying attacks on schools, universities, heritage sites and journalists affect not only Palestinians but also undermine UNESCO's mandate and the values it was established to uphold. Atieh warned of escalating attacks on Palestinian cultural heritage and educational institutions, as well as violations against students, journalists and farmers. He called for UNESCO to be empowered to fulfill its mandate and urged that its decisions be translated into concrete action and tangible results on the ground.



## مصر تتصدر جوائز «كتارا» للرواية العربية.. والسعودية تحصد جائزتين

شمسية»، وهاني القط من مصر عن «مملكة الحجر»، وتبلغ قيمة كل جائزة 15 ألف دولار لكل فائز، وستتم طباعتها ونشرها.

وفي فئة الرواية التاريخية غير المنشورة فازت نهى فهم من مصر عن روايتها «غروب الكازار»، بينما فاز في فئة الرواية القطرية المنشورة خلف آل خلف عن روايته «العهد والميثاق».

### من تكريم الرواية إلى صناعة ثقافية

قال الدكتور خالد السليطي، مدير عام «كتارا»، إن ارتفاع عدد المشاركات يعكس اتساع حضور الجائزة لدى الكتاب العرب، مشيراً إلى أن المؤسسة تعمل على تطوير منظومة للنشر والترجمة والترويج للأعمال الروائية.

وربط السليطي بين تجربة الجائزة والاحتفاء بـ«الأسبوع العالمي للرواية»، الذي يمتد من 13 إلى 20 أكتوبر (تشرين الأول)، بعد مبادرة تقدمت بها «كتارا» إلى منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة «اليونسكو»، بدعم من المنظمة العربية «الألكسو».

من جانبه، أكد محمد ولد أعمر، مدير عام «الألكسو»، أهمية الاستثمار في الكتاب والترجمة، وتوسيع فرص وصول الأدب العربي إلى القراء خارج المنطقة، مبيّناً أن الجائزة تساهم في دعم الإنتاج الروائي وتطوير الصناعات الثقافية.

وتشير نتائج الدورة إلى اتساع المشاركة الجغرافية في الجائزة، مع حضور كتاب من الخليج والشرق والمغرب العربي. كما يبرز العدد الكبير للروايات غير المنشورة إتاحة المسابقة فرص النشر أمام أصحاب المخطوطات الذين لم تصل أعمالهم بعد إلى الدور.

كونشيتو الهولوكوست والنكبة أنموذجاً»، والدكتور حميد الكتاني من المغرب عن «الرواية العربية على عتبة التطور دراسة في التحقيب من منظور المصطلح النقدي التصنيقي»، والدكتور محمود فرغلي من مصر عن «تمثيلات البيئة في الرواية: قراءة إيكولوجية في أعمال زهران القاسمي».



### تكريم 14 فائزاً من 9 دول عربية



وتبلغ قيمة كل جائزة في هذه الفئة 30 ألف دولار، كما تتولى لجنة الجائزة طبع الدراسات الفائزة ونشرها وتسويقها. أما في فئة رواية الفتيان، ففاز كل من: خديجة تلي من الجزائر عن روايتها «خيّاط طولقة»، والدكتورة منال الجراش من اليمن عن «نظارة

أعلنت المؤسسة العامة للحي الثقافي في قطر «كتارا» أسماء الفائزين بجائزتها للرواية العربية في دورتها الثانية عشرة لعام 2026، خلال حفل استضافته دار الأوبرا بالعاصمة الدوحة، وشهد تنويع 14 كاتباً وناقداً من 9 دول عربية، وسط حضور مصري تصدر النتائج به 4 جوائز، فيما حصدت السعودية جائزتين.

وسجّلت هذه الدورة من جائزة «كتارا» للرواية العربية رقماً قياسياً بلغ 2610 مشاركات، وهو أعلى عدد منذ تأسيسها عام 2014، بينها 1488 رواية غير منشورة و245 مشاركة من دول الخليج. وفقاً لـ«الشرق الأوسط».

### السعودية تحصد جائزتين

في فئة الروايات المنشورة، فازت الكاتبة السعودية مها اليمني عن روايتها «يداي لا ترتجفان»، إلى جانب المصرية سمر نور عن «أشا الجعران والقمر»، والسوداني مهند الدابي عن «حصار الغزالة وأو».

أما فئة الروايات غير المنشورة، فشهدت فوز السعودي ناصر الشريف عن روايته «الصوت الذي لم يبلغه زرياب»، والجزائريّة سارة سلتي عن «قد نلتقي»، والفلسطينية هدى المشهراوي عن «للموت يوم آخر».

وتبلغ قيمة كل جائزة في الفئتين 30 ألف دولار، مع ترجمة الروايات الفائزة إلى الإنجليزية، وطباعة الأعمال غير المنشورة.

### النقد الروائي وروايات الفتيان

في فئة الدراسات التي تُعنى بالبحث والنقد الروائي، فاز 3 نقاد، وهم: الدكتورة أمل إرحيم من فلسطين عن دراستها «الرواية العربية المعاصرة وفننتها السينما... رواية مصائر»

## كاتبة كندية تفوز بجائزة نوبل في الأدب لعام 2026

فازت الشاعرة والكاتبة الكندية آن كارسون بجائزة نوبل في الأدب لعام 2026؛ وذلك تقديراً لـ«أعمالها الجريئة والمبتكرة التي خلقت أشكالا جديدة للأدب المعاصر من خلال حوار مرشح مع التقاليد الكلاسيكية»، وفق ما أعلنت الجهة المانحة للجائزة، وفقاً لوكالة «رويترز».

تُمنح الجائزة من قبل الأكاديمية السويدية، وتبلغ قيمتها 12 مليون كرونة سويدية (1.2 مليون دولار). وغالباً ما تمزج أعمال كارسون - وهي شاعرة وكاتبة مقالات كندية - بين الشعر والنثر والحوار والترجمة في مزيج يتجاوز التصنيفات الأدبية التقليدية.

وتشتهر كارسون، على نطاق واسع، بترجمات الأدب اليوناني الكلاسيكي، الذي يترك أثراً كبيراً في أعمالها المتنوعة؛ إذ تتراوح هذه الأعمال بين نصوص الأوبرا (أليبيرو) والنقد الأدبي والروايات الشعرية.

ويتجلى أسلوبها بوضوح في عملها «نورما جين بيكر من طروادة» (Norma Jeane Baker of Troy)، الصادر عام 2019، وهو عمل أدائي يمزج بين قصتي هيلين الطروادية - كما وردت في مسرحية «هيلين» للكاتب يوربيديس - ومارلين مونرو. وبهذا الفوز، تنضم كارسون إلى قائمة من العمالقة الأدبيين حائزي الجائزة، أمثال ألكسندر سولجينتسين وأليس مونرو وإرنست همنغواي؛ وهي جائزة كثيراً ما تثير انقساماً في الآراء بين عشاق الأدب.

وقد واجهت الأكاديمية انتقادات لاذعة لتجاهلها بعض عمالقة الأدب على مدار المائة وعشرين عاماً الماضية، مثل ليو تولستوي وفيرجينيا وولف وخورخي لويس بورخيس، كما انتقدت لتجاهلها الكتاب الأمريكيين، رغم منحها الجائزة للمغني وكاتب الأغاني بوب ديLAN في عام 2016، واتهمت أيضاً بأن خياراتها تنسجم بالغموض الشديد. في المقابل، يرى المدافعون عن الأكاديمية أنها اختارت أسماءً تحظى بشعبية واسعة، مثل الكولومبي غابرييل غارسيا ماركيز عام 1982، ودوريس ليسينغ عام 2007، مؤكدين أن جزءاً من مهمتها يتمثل في تسليط الضوء على تقاليد أدبية أقل شهرة وتشجيع القراءة على توسيع آفاقهم. وتُمنح جوائز الإنجازات في مجالات الأدب والعلوم والسلام، التي أسست بموجب وصية رجل الأعمال السويدي ومخترع الديناميت ألفريد نوبل، منذ عام 1901. وقد فاز بجائزة العام الماضي الكاتب المجري لازلو كراسناهوركاوي.



## «مليون كتاب للبنان».. مبادرة تعيد الحياة إلى المكتبات التي دمرتها الحرب

أطلقت جهات ثقافية لبنانية حملة «مليون كتاب للبنان» بهدف جمع الكتب وإعادة بناء المكتبات العامة وشبه العامة والمكتبات التابعة للجمعيات والمؤسسات الثقافية التي تضررت أو دُمرت جراء الاعتداءات الإسرائيلية، إلى جانب مساعدة الأهالي على إعادة تكوين مكتباتهم الخاصة التي فقدوها بسبب تدمير منازلهم.

وقال منسق الشبكة الوطنية لحماية المكتبات والإرث الثقافي في لبنان، هادي بكداش، إن المبادرة أطلقت بالشراكة مع عدد من المؤسسات، بينها مؤسسة عامل الدولية، والمكتبة الوطنية في بعقلين، والرابطة الثقافية في طرابلس، ومنندى 70 في صيدا، على أن تتوسع الحملة لتشمل مختلف الأقسام والمحافظات اللبنانية. وفقاً لـ «الجزيرة نت».

وبلغ عدد الكتب التي جُمعت حتى الآن أكثر من 40 ألف كتاب في المواقع التي شملتها الحملة، وسط توقعات بارتفاع العدد إلى مستويات تقترب من الهدف المحدد بمليون كتاب، مع إطلاق الحملة مركزياً في بيروت يوم السابع من أكتوبر/تشرين الأول في نقابة الصحافة اللبنانية.

وتستهدف المبادرة مئات المكتبات العامة التي تضررت جراء الاعتداءات، لا سيما في المناطق الجنوبية التي يصعب الوصول إليها بسبب الوضع الأمني.

وتشمل المبادرة أيضاً مشروعاً لإنشاء مكتبات مؤقتة أو استئجار أماكن للمكتبات في مناطق النزوح، بما يتيح لأبناء قرى وبلدات مثل حولا والعديسة وبننت جبيل الوصول إلى الكتب والالتقاء مجدداً في أماكن النزوح، في ظل تعذر العودة إلى مناطقهم.

### تحديات لوجستية

وتواجه الحملة تحديات لوجستية تتعلق بنقل الكتب

من المترعين إلى أماكن التجميع، فضلاً عن عمليات الفرز والتصنيف، إذ تصل الكتب بلغات وموضوعات مختلفة، بينها العربية والإنجليزية والفرنسية والإسبانية والأرمنية، وتشمل الروايات والكتب السياسية والتاريخية وغيرها.

ويجري تسجيل الكتب ومسحها إلكترونياً لتسهيل تحديد أماكن وجودها وتوجيهها إلى المكتبات التي تحتاج إليها، وفقاً للموضوعات واللغات والطلبات المقدمة من الجهات المستفيدة، كما يجري فرز الكتب التي تحتاج إلى عناية أو إصلاح قبل إعادة توزيعها.

ومن بين المكتبات التي تعرضت للتدمير الكامل المكتبة العامة في بنت جبيل، ومكتبات عامة في عيترون والطيبة، في حين لحقت أضرار بمكتبات أخرى، بينها المكتبة العامة في الهرمل.

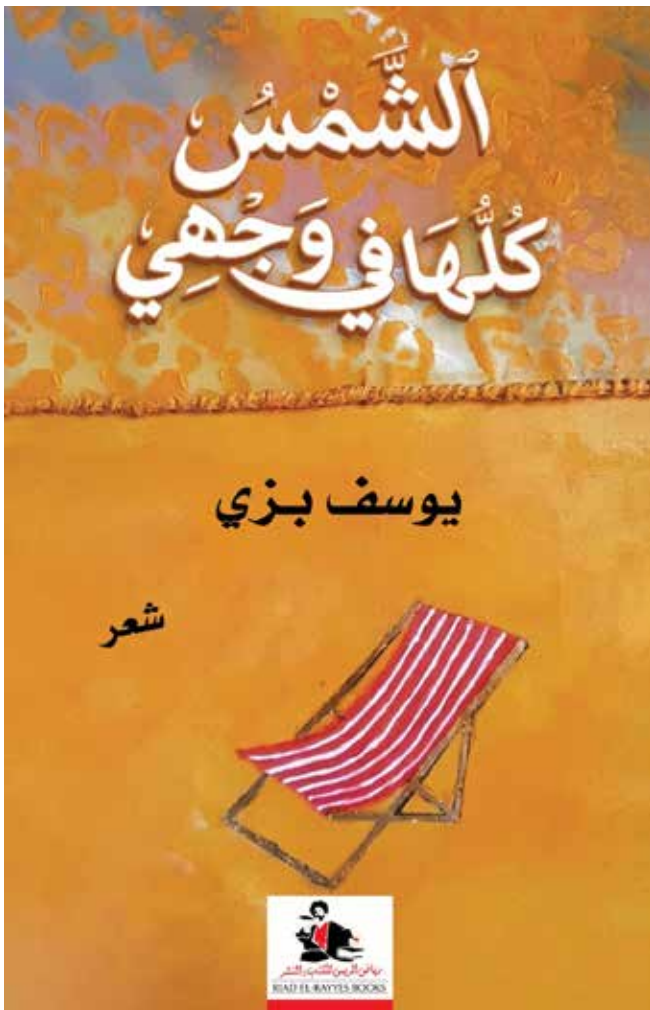
وقالت مسؤولة في إحدى المكتبات المتضررة إن مكتبة بنت جبيل، التي دُمرت بالكامل، كانت تضم أكثر من 15 ألف كتاب في مختلف المجالات، إضافة إلى أجهزة إلكترونية، وكانت تنظم أكثر من 100 نشاط سنوياً ويزورها أكثر من 1500 شخص شهرياً من أبناء المدينة والمنطقة، وكانت خدماتها مجانية، كما حصلت على جائزة المكتبة الأولى في لبنان من وزارة الثقافة عام 2012.

وأوضحت أن المكتبة مرت بمراحل عدة من الأضرار خلال الحرب، إذ أظهرت صور الأقمار الاصطناعية تعرضها لأضرار، ثم سرقة محتوياتها وإحراقها، قبل أن تظهر الصور الأخيرة -أواخر يونيو/حزيران الماضي- محو المبنى بالكامل.

وترى الجهات المنظمة أن حملة «مليون كتاب للبنان» تمثل جهداً لإعادة إحياء المكتبات المتضررة والحفاظ على حضور الكتاب في المناطق التي طالتها الاعتداءات، مع استمرار استقبال التبرعات وتنظيم حملات جمع الكتب في مناطق لبنانية مختلفة.



# من الغارات إلى البحر... يوسف بزي يكتب ما تبقى من الحرب



«تحت تمثال العذراء، المضاءة بلمبات البلدية، تصطف يخوت.. يمز مشاؤون وفي البعيد يستعد مغاوير الجيش للخروج. الإله في حضن أمه، يرمقني بنظرة يائسة».

كما يمكن للمشاعر أن تكون على سجيبتها، محزنة من بلاغتها المعتادة، أعني أن تجرؤ على أن تصف مأوى النازحين من دون أن تتخيل تعاطفا. هي «رائحة بربرية» تطلع من هناك. «رائحة سميكة كأنها ستأخذ لونا». ولا تخلو من السخرية تلك الجملة التي يزعم أنها مما يصفون به أنفسهم، «من أجل البقاء، علينا أن نستهلك كمية أكبر من الخيال والبطاطا المقلية».

لكن سيتحول الكلام إلى أن يكون عذبا في القصيدة الصغيرة التي بعنوان «لوحة». «البحر كله، نقطة نقطة على لوحتك»، أعني خصوصا تلك الكسرة تحت حرف الكاف، تحت الأنثى، وإن باقيا ذلك في مديح البحر «بفضته الزرقاء المتحوّلة والخالدة».

هي، ببديها، بأصابعها الملونة بالأزرق، وضعت في اللوحة مياه البحر كلها، ولا يقتصر ذلك على الآن فهي جلبت العرب والروم من زمنهم إليه. هذه القصيدة هي شيء من الروح الباقية التي لم تستهلكها الحرب، ولا يقلل من ذلك الكلام الذي ينتهي بـ «ركبتك المرتجفتين جزعا الآن / إذ يبدأ صوت الأسلحة».

«الشمس كلها في وجهي» مجموعة شعرية ليوسف بزي صدرت عن «دار الرئيس للتوزيع والنشر» في 110 صفحات - سنة 2026.

\*كاتب لبناني

## حسن داوود

تقطع النفس رحلة الهرب شمالا من بيروت. «تلاحقني أصدا الغارات، وتسابقني شاحنات وباصات متهوة»، ثم يضيف المنام الكابوسي ما قد يراه الماز مسرعا، أو يسمعه: «المطر يضرب الأرماط والطريق الزلقة والهاتف يضح بالأخبار العاجلة؟». وفجأة ينط «حامل الأر. بي. جي من الذاكرة إلى منتصف الشارع. ثم أشياء كثيرة ستحصل ليس أخطرها أن «تطاردني المخابرات السورية، وأركض حافيا في مرمى قناص إسرائيلي». وهي أمور سريعة التلاحق حتى إن ما يلي منها يراحم ما كان سبقة. والأزمة كثيرة في ما تأتي به اللحظات، حتى ليبدو ما تحمله صفحات المنام، وهي القصيدة الأولى في الكتاب، سيرة حياة سريعة شبيهة بما قد يدلي به مريض لطبيب، أو سجين لمعذبة.

في القصيدة التالية يكمل «الأرق»، وهذا اسمها، ما كانت قد غفلت عنه القصيدة الأولى. وهي تختصر الحياة، أو مرحلة منها، في محطات أو بدايات مثل تذوقه، هو الشاعر، طعم الهمبرغر لأول مرة، ثم إمساكه الأول بخصر فتاة، ثم فضوله في مجالسة الصحفيين الأجانب، ثم مجيء دبابات شارون، لكن، فجأة يخطر في الذاكرة مشهد من خارج السياق، وهذا ما يدفع المتذكر إلى التساؤل «لماذا أتذكر الآن الصراف المتجول بشعره الهمجي وجه زوج أمي، وملصق فيلم بورسولينو أند كو».

لكن، إذ تخطى الذاكرة في إدخال أشياء من عندها، يظل ما تأتي به جارية «في ترتيب مثالي»، كما يقول الشاعر في قصيدة ثالثة، هدير طائرة حربية

أو، كما في قصيدة أخرى:

## حين يدور الأسطراب ولا يحسم: «رسالة اللاغفران» ومازق النقد الثقافي

### خلدون الشمعة

يضع حسام الدين محمد كتابه «رسالة اللاغفران» على تخوم مضطربة، لا لأن المعرفة عنده مستحيلة، بل لأن موضوعاته نفسها تقع في مناطق تتداخل فيها الثقافة بالسياسة، والخاص بالعام، والماضي بالحاضر. ومن هنا تأتي صورة الأسطراب: أداة للاهتداء داخل المتاهة، لا آلة تمنح صاحبها يقينا نهائيا. أما «اللاغفران» في العنوان فيمثل الوجه الآخر للمشروع: إذ يقابل التردد المعرفي في تفسير الظواهر حسم أخلاقي في مساءلة الاستبداد والتواطؤ الثقافي.

غير أن اتساع مجال الكتاب وكثرة أنشغالاته قد يجعلان الأسطراب يدور أحيانا بين إشارات كثيرة من دون أن يستقر على وجهة واضحة. هنا يتحول الانفتاح، في بعض المواضع، إلى تردد، وتصبح الحاجة إلى الحسم النقدي أكثر إلحاحا. يحيل الكتاب، بطرق شتى، إلى محيي الدين بن عربي وقوله:

«لقد صار قلبي قابلاً كل صورة  
فمرعى لغزلان ودير لرهبان  
وبيت لأوثان وكعبة طائف  
وألواح توراة ومصحف قرآن  
أدين بدين الحب أنى توجهت  
ركائبه، فالحب ديني وإيماني».

يحيل كتاب محمد، أيضا، إلى مفهوم اللاأدرية Agnosticism، وهو مصطلح جدد إيليا أبو ماضي سياقه العربي عندما قال: «أي سر فيك إنني لست أدري». وفي تقديري أن أبا ماضي يحيل

الكبرى هي الاشتباك مع الإشكاليات على الحدود الحقيقية والمنتخبة للعالم، «فضلاً عن أنه «عمل شخصي بقدر ما هو عام».

هذا الإلحاح على قيام النقد الثقافي على «تخوم مضطربة» يعيد القارئ، كما قلنا، إلى مفهوم اللاأدرية المستجد على اللغة العربية. وبدلاً من اعتراف حسام الدين محمد أنه لا يعرف إلى أين تقودنا المشكلة فإنه يكتفي بعرض الآراء من دون حسم، وهذه هي بؤرة الكتاب: «تجنب حسم اللاحسم». وهذا يفسر استخدام المؤلف للأسطراب الذي يعلق بلوغ الحسم. وكانت الترجمة المشوهة لنظرية أرسطو في الشعر قد أبدعت فكرة رائعة هي فكرة التخيل التي قفزت بالشعر العربي من الميدان العروضي البلاغي الجامد إلى حقل الصور المؤثرة في النفس. وهذا القفز يوحى بتجنب الحسم، كما فعل المؤلف.

وتجنب الحسم ظهر أولاً على يد عبد القاهر الجرجاني، الذي لم يبد كبير العناية بالفلسفة، بل يوصف بأنه ذو ميل أدبي وذائقة فنية رفيعة المستوى وثقافة عربية إسلامية سمحت له أن يمتح هذه الفكرة اليونانية المصادر طابعاً عربياً أبعدا كل البعد عن جذورها. وبعبارة أخرى ثمة

ضمناً إلى علاقة الكتابة بالغزل (بالسكون على الزاي)، ولا شك أن عبد السلام المسدي، الذي أشرف على رسالة لأحد طلابه، حول حداثة الفجوة بين ماضي الشعر وحاضره، رأى أن هذه المقولة تنكرر كها الغزل بين لحمه Weft وبين سداة Warp. اللحمة تذكر أيضاً بـ «منهاج البلاغة وسراج الأدباء»، صنعة أبي الحسن حازم القرطاجني (تقديم وتحقيق محمد الحبيب ابن الخوجة)، وبهذا تربط بين منهاج القرطاجني والمعادل الموضوعي لدى ت. إس. إليوت، فضلاً عن انتمائها إلى المخزون الصوفي. ولا شك عندي أن وصف حسام الدين محمد للنقد الثقافي، وعده قائماً على تخوم مضطربة، يذكّرنا - كما يوحي اسمه (المسدي) - بعلاقة الكتابة بالغزل، وبالبحيرة، كما يعبر عنها القرآن الكريم: «يسألونك عن الروح. قل الروح من أمر ربي». وكذلك بحيرة أبي العلاء المعري حين قال: «والذي حارت البرية فيه / حيوان مستحدث من جماد».

هذا التأجيل في الحسم هو جوهر «رسالة اللاغفران» وروية المؤلف للنقد الثقافي. وقيامه على «تخوم مضطربة». وهو يرى أن «مهمة النقد



وصف ابن رشد للمنطق الشعري، وهذا الوصف صيغة من صيغ إرجاء الحسم. فقد جعل ابن رشد، وهو كاتب لاحق على الجرجاني، الصورة الشعرية بمثابة المقدمة في القياس والتأثير في المتلقي بمثابة النتيجة. وهذا، في رأي مصطفى الجوزو، أمر شديد القرب إلى العقل، ومقبول جداً، ويعد حلاً وسطاً بين من ينفي المنطق عن الشعر، ومن يقحم الشعر في حومة المنطق الشكلي.

في نقضه لمنطق مظفر النواب في «وتريات ليلية»، شرح أحمد نسيم برقاي، كيف يظهر الشاعر بكل تناقضاته، عندما ينحدر «من الوجدان الجمالي إلى القاع السياسي بكل قبحه»، وهو يكاد يطابق تجنب حسام الدين محمد لاعتبار هذا المنطق حسماً (أي طائفة النواب من عدم طائفته)، وعلى الرغم من أن هذا المنطق يبدو مقنعاً إلا أن المؤلف يحوم مع الأسطراب ليظل نقده الثقافي قائماً على تخوم مضطربة. وهذه التخوم المضطربة، سبق أن طرحتها في مقارباتي لمفهوم النقد الثقافي انطلاقاً من منظور متضمن في استعارة كعب أخيل، والمجاز الذي ابتكره الشاعر والناقد كولبرج في عام 1810. هذا المجاز يتيح لنا بتأويله الثقافي الشائع في الأدب الإنكليزي فرصة تظهير فسحة افتراضية تجبر، بحثاً عن يقين نقدي عربي يتحقق بإحلال المعرفي محل الأدبي، فالنقد تأويل والنقض برهان، ولكن المؤلف خلافاً لذلك يتجنب باستخدامه الأسطراب أسطورة مفادها «تجنب حسم اللاحسم».

ناقد من سوريا يقيم في لندن

# أسوأ ما في الإنسان

الصغير

هنيئاً لخييط الحرير الذي  
في زركشة الثوب  
هذه الإبادة.  
ماموث  
الكربونة التي أضاءت في عضبة  
الدماغ  
كانت في معدة بعوضة شرهة  
الدم في البعوضة من قار حفل  
الفار الغارق في البسكوطة شعر  
بوخزة في الجلد  
البسكوطة سقطت من أصابع عالم  
أحياء في الثلاثين  
هوسه عظمة ماموث سليمة  
راح يحاول إحصاء عمرها في  
دماغه القديم  
في جسدي  
القادم.  
لا تريدنا  
وقد تسببنا للكائنات بالانقراض  
ها نحن نبحت عن أحماضها  
النوية في أراضي الجليد  
نفكر كيف نبعت ثانية الروح فيها  
دون أن نهتدي

إنها لا تريدنا

تعرف أن أسوأ ما في الإنسان  
أنه الإنسان.

دلو شمس صغير  
ذرة من غبار في الفسيح  
تستقبل على نفسها كل هذه  
الحماقات  
منذ الطوفان والحصان الخشبي  
المحشو بالجنود البلهاء  
إلى نار الله في هزمجيدون  
كم سترتاح  
لو تعثر رجل كوني بدلو شمس  
صغير  
فانسكب شيء من مائها  
وتبللنا.

\* شاعر من فلسطين.



## علي مواسي

حضارة  
تتقدم أظافري بانتظام  
لا تردعها القصاصات البراقة  
ولا الطرقات الأبدية على لوحة  
المفاتيح والشاشات  
لا ترونها المستحضرات المحشوة  
بالمعادن والأملاح والزيت  
العالم الأنيق يكذب بلا انتهاء  
إنه بحاجة إلى وحشية تليق  
بالشبهات التي  
تفور من دمه  
الحديث

من لحمنا  
القديم.

خمسة آلاف عام  
في الأغاني وصور الشعراء  
متون الصلاة وأفلام صناع محتوى  
الأسفار  
في إعلانات محلات الأثاث  
وصالونات العرائس  
وأخبار الطريق الممتدة من الصين  
إلى روما

تربليونات الأجنحة الملقاة إلى الماء  
المغلي  
المشوية في الأفران، المذابة خوفاً  
من لحظة التفتح، فيتنفس الشمس  
طفلاً الفراش

## Song

forgot to proofread my book  
failed to break a fall  
forgot to call my friend  
failed to answer the call

failed to challenge the state  
forgot to state the cause  
forgot the lost, the least  
failed to change those laws

forgot to welcome strangers  
failed to stage a coup  
failed to cool the earth  
forgot to follow through

remember now the call  
let cause infuse the song  
remember the lost, the earth  
let truth defuse the wrong



By Martha Collins

# يا كون الأكوان في...



## هالة نهرا

من طقوس تأويل الخريف  
وهرطقات السخفاء.  
كزينوفانييس توسد موج شغفه  
وبالنباية عن رعيان المعنى  
طفلاً فوقه خفيفاً كالشعاع.  
الآن بعد ظلالهم الشاردة في مرايا  
السحرة  
لا وقت لآلهة الملاحم المقبلة  
والأمانى تبتلثها الوعود بزهر العصفور...  
«كم مرة يهطل علينا الحب  
وتعتمرت التهاليل مجد لاءاتنا  
وكم مرة يزور النسيان كنية العاشق؟»،  
سأل المسافر الفضولي.  
ها قد استوى المطر الأول  
والمواعيد هجرت الغروب  
حتى افترش الصدى ضواحي الحنين...  
هبت لكم؛ جئنا نكرع نسبنا من أباريقكم  
الكونية  
«مرحى»، قال المدى  
وترك الغياب موارباً وراءنا.

\*\*\*

أفرك شعري بزهر الأساطير البري  
وغذاء ملكات النحل؛  
كل الجهات يروى فيها الوقت  
هنا الشمس تحيط صوتها.  
مساوينا يحمل لافتات الروح  
والنجمة الزاهدة تلتك بطحين القلب

حين شمّر الهواء عن ساقه  
عجن أبولودورس قلبه على مائدة  
الأغاني،  
وصار الإيقاع جاز الرب.  
لدى أهل الشمال حكايات خرافية  
عن أهل الجنوب  
أولئك الذين حرسوا الشمس والأحلام  
السرية  
كانت أسماؤهم حركية  
واستولنت غمزاتهم السماء.  
ثيوقريطس تناول حروقه فطورا  
ورفع سوفوكليس كأس النبيذ علامة  
في أزقة القصائد الهاربة

## اخلع نعليك



## عبد اللطيف عدنان

دمعة  
لكي يغني أطفال اشبيلية  
لأطفال المضيق  
«اين المفاتيح يا موتى الرحلة؟  
في عمق البحر يا موتى الرحلة؟»

نعلاي على عادة  
الطرح في جدول الكرامة  
لم تعبر في قوارب  
يحولها البحر لتوابيت  
كي يدمن شرب الخوف  
والحلم دون شعور بالذنب.  
لا حركة فيهما لقدم  
تمر كما يمر دمشق  
بأندلس.

ولا بلل فيهما  
لدمع الكمنجات التي تبكي  
على عرب احتكروا حق  
الخروج من الأندلس.

لا سيف فيهما  
يرابط في ثغور الحنين  
كي يؤدب الموري ملوك  
الطوائف،  
أو خيطا يرتق  
الثقب الأوسط  
في ثوب طليطلة.

ليس لنعلي بلاغة  
الحذاء في إشارات  
الفيلسوف.  
هي مجرد عهدة بين  
الخطوة والهدف  
خانها يقين الجاذبية.  
كانت ذات حلم  
متقلبة بجسد انهكتته  
المساومة بين الحياة  
ورصيف مستحيل.  
في نعلي مشى المسيح  
على الماء،  
وعلى وجنتيه تالأت سبعون

فقيرتان  
من زهو زليج،  
مزركش بالبرتقالي  
والأخضر،  
يحضن الماء  
في بلاط الحمراء.

نعلاي شرطين  
في معادلة الجرح والحجرة  
لموشح يرتقي  
لصحنه الغرناطي،  
في وصال الخرقه والغيوم  
إلى أن يفيض  
غويا بغضبه الأسود  
مرة أخرى،  
في قبلة القلم لبرقات الليل  
حتى يعاود لوركا مناجاة  
القمر.

هما جسدي المالح  
مستسلما لهياة  
الطيب  
في صورة يتقمص  
فيها البحر قداسة  
العتبات في مداخل  
المساجد.

\* شاعر مغربي

## Mystery Buyer of \$9 Million Misattributed Rembrandt Unmasked

The buyer of a formerly misattributed Rembrandt that hammered for \$9 million at a Sotheby's London sale in December 2025 has been revealed to be the world's largest collector of the artist, the Art Newspaper reports. Thomas Kaplan, an American businessman and philanthropist, purchased Rembrandt's ca. 1661 St. John on Patmos for his Leiden Collection, one of the most internationally significant private troves of seventeenth-century Dutch and Flemish art. The work is the eighteenth by the Dutch master bought by Kaplan in the past two decades.

The painting was mistakenly attributed to Carel Fabritius in 1904 by an American dealer and sold for \$160 (equivalent to about \$6,000 today). In 1913, Wilhelm Valentiner, a curator at the Metropolitan Museum of Art, New York, identified it as a Rembrandt—one that he believed depicted the artist's son Titus—and purchased it for himself, paying just \$525 (roughly \$18,000 in 2026 dollars).

Sold in the 1920s to German steel heir Fritz Thyssen, the canvas was among those seized by the Nazis in 1940. It was restored to Thyssen a decade later and passed to his grandson, Federico Zichy Thyssen, on whose 2014 death the painting landed with a charitable family foundation. As the foundation prepared it for auction last year, the work was discovered to instead show St. John on Patmos. Seventeenth-century Dutch art specialist Arthur Wheelock affirmed that Sotheby's attribution of the painting to Rembrandt is now widely accepted.

Kaplan earlier this year sold Rembrandt's ca. 1638–42 drawing Young Lion Resting for nearly \$18 million, also through Sotheby's, using the proceeds to endow a big-cat conservation fund, which rendered his unmasking as the buyer of the late canvas a bit surprising.

"When a painting as intensely personal as St John on Patmos emerges after a hundred years in private hands," Kaplan told the Art Newspaper, "the enthusiasm is already built into the sheer rarity of the moment."

The Leiden Collection is expected to announce an autumn 2027 European exhibition that will feature St. John on Patmos in its public debut.



## «رسالة حبّ كبرى» عمرها قرنان تعود إلى روما

وخدوش سكين الألوان على اللوحة بطريقة لا تكاد تُرى في أي عمل آخر للفنان. وانتقلت اللوحة بين مالكيها فقط منذ أن كُلف بها هيو أندرو جونستون مونرو، من نوفار، وهو فنان بريطاني هاو كان يرافق تيرنر في جولاته لرسم الاستكشافات، في أواخر عشرينات القرن التاسع عشر.

وبدأ تيرنر العمل على اللوحة في روما وأنتمها في لندن، حيث عُرضت للمرة الأولى في الأكاديمية الملكية عام 1836، وسط آراء متباينة.

وظلّت ضمن مقتنيات مونرو حتى عام 1878، حين اشتراها أرشيبالد بريمرور، إيرل روزبري الخامس ورئيس الوزراء البريطاني البارز في القرن التاسع عشر، لتكون هدية زفاف لعروسه هانا دي روتشيلد. وزار تيرنر روما للمرة الأولى عام 1819، ثم عاد إليها في أواخر عشرينات القرن التاسع عشر، حين كان جزءاً من مجتمع فني ناشط يضم رسامين ونحاتين وكتاباً وشعراء اتخذوا من منطقة «الدرج الإسباني» موطناً لهم.

وأنتج تيرنر، الذي توفي عام 1851، لوحات عدّة للمدينة. وقال غاسكوين: «وإنما هذه اللوحة هي العمل الوحيد للفنان الذي يصوّر روما كما بدت في عصره. فكل لوحاته الأخرى عن روما كانت استحضاراً لحقبة غابرة. أما هذه فهي اللوحة الوحيدة التي تجسّد المدينة في صورة حيّة. وهي، بكل المقاييس، رسالة حبّ الكبرى إلى المدينة التي ألهمته طوال حياته».

من جهته، أعرب رئيس «دار سوندي أوروبا»، ماريو تافيللا، عن أمله في أن تنتقل اللوحة إلى متحف عام «حيث يستطيع الجميع الاستمتاع بها».

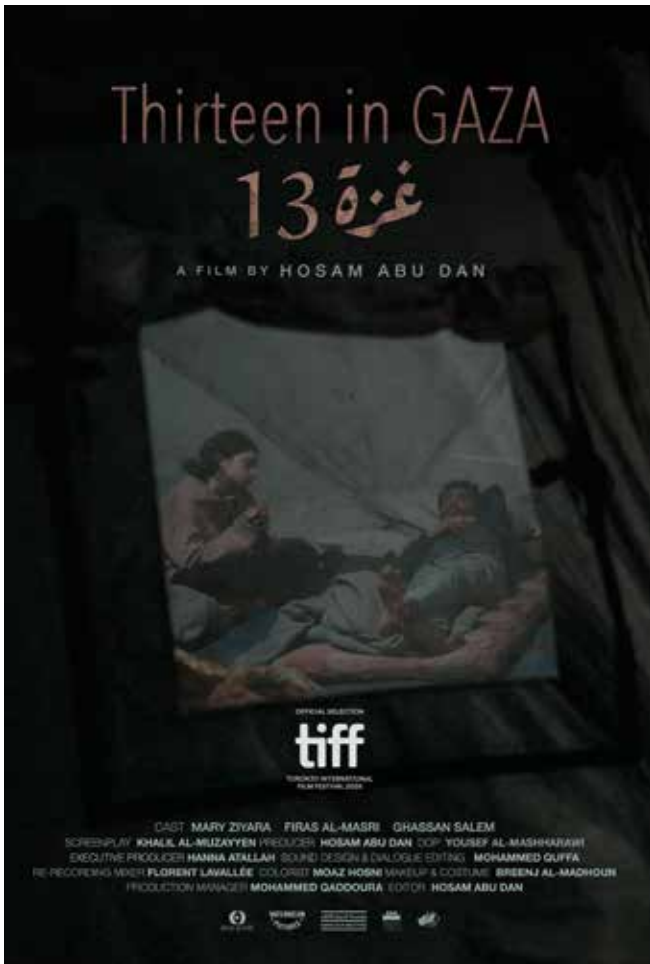
عادت إلى روما، بعد قرابة 200 عام ولادة وجيزة، لوحة للفنان البريطاني جيه إم ديليو تيرنر، تصوّر المدينة، ووُصفت بأنها «رسالة حبّ الكبرى» إليها، قبل طرحها في مزاد في ديسمبر (كانون الأول) المقبل، إذ يُتوقع أن تُحقّق سعراً قياسياً. وستُعرض «روما من تل أفنتينو»، وهي من أعمال تيرنر النادرة التي لا تزال ضمن مقتنيات خاصة، في قصر «رونديني» بوسط روما، لأيام. وبعد ذلك، ستُعرض في هونغ كونغ ونيويورك، قبل أن تُنقل إلى لندن، حيث يُتوقع أن تحقّق 50 مليون جنيه إسترليني لدى طرحها في مزاد «دار سوندي» في 9 ديسمبر. وفقاً لـ«الشرق الأوسط».

وذكرت «الغارديان» أنّ المرة الأخيرة التي بيعت فيها اللوحة كانت عام 2014، حين دفع أحد هواة جمع الأعمال الفنية 30.3 مليون جنيه إسترليني لقاءها، لتغدو بذلك أغلى لوحة لتيرنر تُباع حتى ذلك الحين. وتُصوّر اللوحة، التي تتميز بمسحة ذهبية، نهر التير في روما كما يبدو من تل أفنتينو، ولا تزال على قماشها الأصلي وفي إطارها الأصلي. كما أنها لم تخضع قط لعملية تبطين أو ترميم، ولا تزال آثار سكين الألوان وفرشاة تيرنر ظاهرة على سطحها، فضلاً عن بصمات أصابعه من حين كان يرفعها لنقلها داخل مرسمه.

وصرّح كبير المختصين في «دار سوندي» في لندن، جولييان غاسكوين، للصحافيين في روما: «لأنها غير مبطنّة، فإن سطح اللوحة محفوظ بصورة استثنائية. ويمكن رؤية جميع طبقات الطلاء الرقيقة والشفافة التي تراكمت عبر جلسات رسم متعاقبة، والتي تمنح اللوحة هذا الإحساس الاستثنائي بالضوء والعمق والتوهج. ويمكن كذلك رؤية شعيرات الفرشاة



# السينما الفلسطينية في الدوحة.. «حوار مع البحر» و«غزة 13» يستحضران الحرب والنزوح



الدوحة للأفلام، وصندوق هوبرت بالس (Hubert Bals)، وصندوق هولندا للأفلام، وصندوق البحر الأحمر. وتدور أحداث الفيلم في القدس حول «كمال»، وهو رجل فلسطيني يبلغ من العمر 60 عامًا، يتلقى أمرًا من محكمة إسرائيلية يُلزمه بسداد مبلغ كبير للتأمين الوطني، بدعوى أن ابنه «وائل» مدين به. ويعتقد كمال أن ابنه توفي غرقًا في البحر الأحمر قبل عقود، لكنه يكتشف أن السلطات لا تملك سجلًا رسميًا يثبت وفاته، فيبدأ رحلة للبحث عن الحقيقة ومعرفة ما حدث لابنه. والفيلم من تأليف وإنتاج مؤيد عليان ورامي عليان، وإخراج مؤيد عليان، ويشارك في بطولته كامل الباشا، وعامر حليحل، وربي بلال، وهيثم العمري، وبهيرة العباسي، وماريا زريق، وربيكا إزميرالدا تلحمي، وإبلا ماري.

## غزة 13.. حكاية من قلب النزوح

ويشارك «غزة 13» للمخرج الفلسطيني حسام أبو دان، ضمن المسابقة الدولية لمهرجان الدوحة السينمائي، مسجلاً عرضه العربي الأول، بعد انطلاقة العالمية من مهرجان تورنتو السينمائي الدولي.

ويتناول من خلال تفاصيل الحياة اليومية الآثار النفسية والاجتماعية للنزوح، حيث تجري أحداث الفيلم عام 2025، حيث تفقد «رغد»، الفتاة البالغة

يشهد مهرجان الدوحة السينمائي في دورته المقبلة عرض الفيلم الفلسطيني «حوار مع البحر» للمخرج مؤيد عليان و«غزة 13» للمخرج حسام أبو دان، وذلك ضمن المسابقة الدولية للمهرجان، في أول عرض لهما بمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا.

ويقام المهرجان في الدوحة خلال الفترة من 19 إلى 27 نوفمبر/تشرين الثاني 2026، ويأتي عرض الفيلم بعد مشاركتهما في مهرجان تورنتو السينمائي الدولي، ليواصل حضورهما في المهرجانات السينمائية الدولية. وفقا لـ «الجزيرة نت».

## من فينيسيا إلى الدوحة

وعُرض فيلم «حوار مع البحر» للمخرج مؤيد عليان للمرة الأولى عالمياً ضمن فعاليات مهرجان فينيسيا السينمائي الدولي، قبل أن ينتقل إلى مهرجان تورنتو السينمائي الدولي، حيث سجل عرضه الأول في أمريكا الشمالية، ليشارك حالياً في المسابقة الدولية لمهرجان الدوحة السينمائي، في عرضه العربي الأول.

والفيلم إنتاج مشترك بين فلسطين وهولندا والسعودية وقطر، وقد حصل على دعم من عدد من المؤسسات والصناديق السينمائية، منها مؤسسة

## المحطة.. فيلم الافتتاح

وكانت مؤسسة الدوحة للأفلام قد أعلنت أن الفيلم اليمني «المحطة» للمخرجة اليمنية-الأسكتلندية سارة إسحاق سيكون فيلم افتتاح الدورة المقبلة من مهرجان الدوحة السينمائي. وتدور أحداثه حول مجموعة من النساء اليمنيات تجمعهن محطة وقود مخصصة للنساء، تتحول مع مرور الوقت إلى مساحة للقاء وتبادل الأحاديث، في ظل ظروف فرضتها الحرب. ويتناول الفيلم من خلال قصته قضايا العائلة والنضام والصمود في مواجهة تداعيات الحرب. وقالت فاطمة حسن الرميحي، الرئيسة

وأضافت أن تجربة سارة إسحاق تنتج من خلال السينما الاقتراب من قضايا إنسانية أوسع، معتبرة أن افتتاح المهرجان بالفيلم يمثل فرصة للتعرف إلى تجربة مختلفة وفتح مساحة للحوار حولها.

التنفيذية لمؤسسة الدوحة للأفلام ومديرة مهرجان الدوحة السينمائي، إن اختيار «المحطة» لافتتاح الدورة يعكس الرغبة في تقديم حكاية يمنية تنطلق من واقع محلي، لكنها تحمل موضوعات إنسانية يمكن أن تصل إلى جمهور من خلفيات مختلفة.

## Saudi Arabia Selects "A Matter of Life and Death" for Oscars Race

**A**nas Ba Tahaf's romantic black comedy "A Matter of Life and Death" ("Masalat Hayat aw Mmot") will represent Saudi Arabia in the Best International Feature Film category at the 99th Academy Awards.

The quirky movie marks the directorial debut of Tahaf, who previously worked as co-producer, editor, and first assistant director on Mahmoud Sabbagh's groundbreaking rom-com "Barakah Meets Barakah," which represented Saudi Arabia at the 89th Academy Awards a decade ago.

"A Matter of Life and Death" pairs actors Sarah Taibah ("Mandoob") and Yaqoub Alfarhan ("Norah," "Rashash") and is set in Jeddah, the city on the eastern shore

of the Red Sea known for vibrant youth culture, a mix of modern and ancient architecture and for being the gateway to Mecca.

The film's plot involves a superstitious young woman named Hayat who is convinced she's cursed and wants to end her life. She intersects with Yousef, an introverted heart surgeon who suffers from slower than average heartbeats that seem to quicken when he comes close to death or to killing. "She wants to die; he wants to kill, and they should be perfect for each other. Then, inconveniently, they fall in love," says the synopsis.

"A Matter of Life and Death" had its world premiere at the Red Sea Interna-



tional Film Festival in Jeddah in December last year, then opened theatrically in June across Saudi Arabia, where it pulled a decent roughly \$600,000 in grosses, according to Rentrak.

The indie film later received a jury special mention at the Saudi Film Festival, where Taibah won an acting award for her performance as Hayat.

"A Matter of Life and Death" is produced by Mohamed Hefzy for Film Clinic, Gianluca Chakra for Front Row

Filmed Entertainment, and Abdulelah Alahmary and Ahmad Taema for Arabia Pictures, with support from the Red Sea Fund. Front Row Filmed Entertainment is handling international sales.

The shortlist for the 2027 Oscar nominations will be announced by the Academy of Motion Picture Arts and Sciences on December 15, with the final selection revealed on January 21. The 99th Academy Awards ceremony is scheduled to take place on March 14 in Los Angeles.

# «تاريخ أثرياء العالم»... المال في دهاليز السياسة والإعلام

وأهميتها للمجتمع، وإلا فإن التوترات بين الشعب ونخبه المختلفة لن تزداد إلا حدة».

يذكر أن المؤلف فابريس دالميدا من أبرز المتخصصين المعاصرين في تاريخ وسائل الإعلام، والدعاية السياسية، والتلاعب بالصور، إلى جانب أبحاثه المعمقة في تاريخ النازية والثقافة السياسية الأوروبية. يعمل أستاذًا للتاريخ المعاصر في جامعة باريس بانتيون أسا (باريس 2). نال عدة أوسمة رفيعة من الدولة الفرنسية تقديرًا لإسهاماته العلمية، منها وسام الفنون والآداب (برتبة فارس) عام 2022، ووسام الاستحقاق الوطني الفرنسي عام 2023.

ولطفي السيد منصور، مترجم مصري، من أهم ترجماته: «تقرير بروديك» و«الغسق» للروائي فيليب كلوديل، و«نوتردام النيل» للروائية سكولاستيك موكسونجا، و«النشوة المادية» لجوستاف ماري لوكليزيو، و«سيكولوجية الحمامة» و«تاريخ عالمي للهراء» من إشراف وتحرير جان فرانسوا مارميون. يعد من أبرز الناشطين في مجال الترجمة عن الفرنسية، حيث ينشر اختياراته المترجمة من الأدب والفلسفة والفكر الفرنسي بانتظام في عدد من الدوريات والمجلات المصرية والعربية.



توجه النقاش العام، لكن منذ بضعة عقود أصبح الجميع يتفقون على تعريف (خط الفقر)، وعلى ضرورة توفير الإعانات الاجتماعية لمساعدتهم. في المقابل، لا يوجد إجماع بشأن الثروات الضخمة، إلا أن إدارة هذه الثروات الهائلة وأصحابها لها آثار إيجابية أو سلبية على الاقتصاد. ولا يمكن التعامل معهم ككتلة واحدة دون مخاطر، فقد أصبحوا فاعلين أساسيين في النظام الاقتصادي؛ لذا علينا التفكير مليًا في استراتيجيات الضرائب والاستثمار العام، ويجب على الحكومات أن تدرس على أساس كل حالة على حدة، أفضل الخيارات المتاحة، وفقًا لمجالات العمل

صدر حديثًا، عن دار «الرافدين» العراقية، ترجمة كتاب «تاريخ أثرياء العالم»، تأليف المؤرخ والأكاديمي الفرنسي فابريس دالميدا، ويتناول فيه تاريخ الثروة والنفوذ، وكيف تحول المال عبر العصور إلى سلطة تؤثر في السياسة والإعلام، وترجمه إلى العربية لطفي السيد منصور.

الكتاب دراسة معمقة لواقع الأثرياء، ويسعى إلى الكشف عن مكانتهم الحقيقية في تاريخنا، واستكشاف مدى تأثيرهم في تطورنا، وفي تحولات مجتمعاتنا، وطبيعة حياتهم الحقيقية، وإسهاماتهم، والأخطاء التي ربما ارتكبوها، وكيفية تعاملهم مع الإخفاقات، ويوضح أن مشكلة الأثرياء أصبحت أكثر حدة مع انزلاق الخيالات نحو المبالغة والخلط ونظريات المؤامرة؛ إذ يتصور الناس أن جميع الأثرياء ينصرفون بالطريقة نفسها، مدفوعين بالأنانية والطمع الجامح. إلا أن وراء كل صاحب ثروة طائفة مغامرة شخصية؛ فيغض النظر عن المال لا يوجد اثنان متشابهان.

يهدف الكتاب، حسب مقدمة المترجم، إلى «تقديم تأمل حول ماهية الأثرياء حقًا؛ ففي مواجهة تحدي الشعبوية تُعدُّ طريقة تعامل أصحاب السلطة معهم أمرًا بالغ الأهمية. غالبًا ما كانت السياسات المتعلقة بالفقر هي التي

## One of most expensive books in world, weighing more than 200 kg, stolen in France

A rare art book designed by Spanish surrealist master Salvador Dalí has been stolen from a museum in central France, adding another high-profile theft to concerns over the protection of the country's cultural treasures.

The work, known as The Book of the Apocalypse (L'Apocalypse), was taken from the contemporary art centre in Issoire, prosecutors in nearby Clermont-Ferrand said on. According to AFP.

Authorities described the artwork as "highly valuable". The theft involves a work that is unusual not only for its artistic provenance but also for its sheer physical scale. A 150-kg Dalí cover

The Book of the Apocalypse is a rare monumental art book produced by publisher Joseph Forêt between 1958 and 1961, drawing on the biblical Book of Revelation. Dalí designed the book's elaborate bronze cover. The heavy cover alone weighs around 150 kg (330 lbs) and features gold, seashells and precious stones, making the artwork a particularly distinctive object for investigators trying to determine how it was removed from the museum.

The book was privately owned and displayed alongside other works at the small contemporary art museum in Issoire. Issoire mayor Bertrand Barraud told AFP that he had spoken with the owner, who was deeply distressed by the loss.

The mayor described the theft

as the loss of a lifetime's work and said the owner believed that a piece of France's heritage had been stolen. 'No Sign of a break-in'

The circumstances surrounding the theft remained unclear. Barraud said he was unable to establish whether the museum had been broken into. The disappearance is likely to raise fresh questions about security at smaller museums and private collections holding valuable works of art. France has experienced a series of museum and gallery thefts in recent years, increasing scrutiny over how cultural assets are protected.

For investigators, the unusual nature of Dalí's work could become an important element of the search. Unlike a small painting or easily concealed artefact, the stolen book contains a massive bronze component weighing roughly 150 kg.

Authorities have not publicly disclosed details about when the theft was discovered, how the work was removed or whether any suspects have been identified. For now, one of Dalí's most unusual creations has disappeared from public view — and French investigators are left trying to determine how a work of such size and value could have been taken from the museum.



## الدين والهوية على صفتي المتوسط في بواكير العصر الحديث

حرب كريت، فيما يتناول جورجيو روتا التحول الديني في سياق العلاقات بين النخب الجورجية والدولة الصفوية والإمبراطورية العثمانية.

ويخصص القسم الثاني لدراسة تشكيل الهويات، حيث تظهر عملية التحول بوصفها مسارًا متشابكًا مع الاندماج الاجتماعي والتهديدات السياسية والبحث عن الأمان

وتثبيت الانتماء. ويتوقف الكتاب عند تجارب التحول إلى الإسلام ومنه، وحالات الأسر والافتداء، وتجارب الموريسكيين، وما رافقها من تفاوض مستمر حول الهوية والمكانة الاجتماعية والدينية.

أما القسم الثالث، «ترجمة الذات»، فيركز على الهويات المركبة والقدرة على الجمع بين عناصر دينية وثقافية متعددة. ومن نماذجه دراسة آدم نوبير، الذي تحول إلى الإسلام في القرن السادس عشر، وتجربة أنسلم تورميديا، الذي انتقل إلى تونس وواصل إنتاج نصوص ترتبط بهويته المسيحية والإسلامية.

وتبرز أهمية الكتاب أيضًا في اعتماده على طيف واسع من المصادر الأولية بلغات متعددة، من بينها العثمانية والفارسية والعربية واللاتينية والألمانية والمجرية والإنجليزية، فضلًا عن الرسائل والمراسلات الدبلوماسية والمذكرات الشخصية والوثائق الرسمية والنصوص القانونية وسجلات المحاكم والأدبيات الدينية.

ويقدم «التحول الديني في بواكير الحقبة الحديثة بالبحر الأبيض المتوسط» قراءة متعددة الأصوات في علاقة الدين بالهوية والحركة والحدود، وأضعا تجارب الأفراد والجماعات ضمن فضاء متوسطي كثيف التداخل، تتقاطع فيه القناعة الدينية مع الظروف الاجتماعية والسياسية، وشبكات المصالح، ومسارات التهجير والأسر والحرب والتجارة والدبلوماسية.

صدر حديثًا عن دار قرطاس في أربيل كتاب «التحول الديني في بواكير الحقبة الحديثة بالبحر الأبيض المتوسط: إغواء الآخر»، من تحرير المؤرخة البريطانية كليل نورتن، وترجمة إسلام سعد وأحمد عبد المنعم، في 315 صفحة. ينطلق الكتاب من ظاهرة التحول الديني بوصفها مدخلا لفهم شبكة واسعة من العلاقات التي تشكلت في فضاء البحر الأبيض المتوسط خلال بواكير

العصر الحديث. وتعيد كليل نورتن والمشاركون في الكتاب النظر في التصورات التقليدية التي تربط الانتقال من دين إلى آخر بقناعة روحية فردية فحسب، إذ تكشف الدراسات عن حضور عوامل اجتماعية وسياسية وجغرافية واقتصادية، إلى جانب قضايا الانتماء والهوية والتفاعل بين الجماعات. وتشير مقدمة الكتاب إلى أن التحول الديني ارتبط، في حالات عديدة، بممارسات اجتماعية مشروطة بظروفها التاريخية، وأسهم في إعادة تشكيل الهويات وإنتاج صلات جديدة بين

الجماعات والثقافات. ومن هذا المنظور، ينظر الكتاب إلى التحول دينيًا بوصفه وسيطًا بين الثقافات والإمبراطوريات، وشخصية تتحرك داخل فضاء متوسطي تتقاطع فيه الحدود السياسية والدينية والعائلية والتجارية والدبلوماسية.

ويتوزع الكتاب على ثلاثة أقسام رئيسية. يتناول الأول، «النبلاء عابرو الإمبراطورية»، العلاقة بين التحول الديني والحركة عبر الحدود والارتقاء السياسي وشبكات الرعاية. ومن دراساته بحث توبياس ب. غراف حول كارلو سيغال، الذي يتناول توظيف الروابط العائلية العابرة للإمبراطوريات في مسارات الصعود الاجتماعي والسياسي. كما يبحث دومينغو مادونيتش في التحولات الدينية خلال



# 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

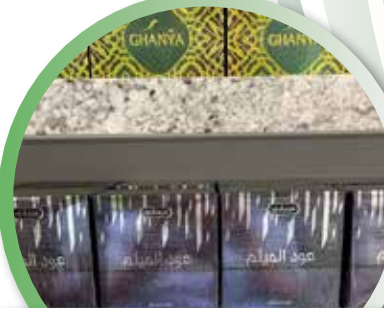
**PSORIASIS - ECZEMA  
RASH - CUPPING**



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**



# نافي بيلاي

## من مقاومة الفصل العنصري إلى نوبل للسلام

في مواجهة الظلم، من حقبة الفصل العنصري إلى جرائم الإبادة الجماعية في رواندا، ووصفتها بأنها مدافعة عن المضطهدين والفقراء المستضعفة وعن سيادة القانون في مواجهة منطلق القوة.

### رسالة تتجاوز شخص الفائزة

يمنح التباين بين الترحيب الأممي والأوروبي والانتقاد الإسرائيلي الجائزة أبعاداً تتجاوز السيرة الشخصية للفائزة. فاختيار بيلاي يأتي في وقت تواجه فيه المؤسسات القضائية الدولية ضغوطاً سياسية، من بينها العقوبات الأمريكية المفروضة على بعض مسؤولي المحكمة الجنائية الدولية، وانتقادات إدارة ترامب لدورها في القضايا المرتبطة بإسرائيل.

ومع ذلك، قال هاكون جيرلوف، المدير بالإدارة لمعهد أبحاث السلام في أوسلو، إن قرار اللجنة لا ينبغي تفسيره باعتباره هجوماً مباشراً على ترامب، بل بوصفه محاولة لتعزيز النظام الدولي القائم على القانون. وهذا التمييز مهم لفهم دلالة الجائزة: فهي لم تمنح، وفق إعلان اللجنة، لمعاقبة دولة أو زعيم، وإنما تقديرًا لمسار يرتبط بمحاسبة مرتكبي الجرائم وتعزيز القانون الدولي.

وبالنسبة إلى بيلاي نفسها، بدا أن الجائزة لا تعني نهاية عملها. فقد أكدت أنها لا تزال منخرطة في عمل قضائي يتعلق بالقضية التي رفعتها غامبيا ضد ميانمار أمام محكمة العدل الدولية، بشأن اتهامات بارتكاب إبادة جماعية بحق الروهينغا. وعندما أثنى زملاؤها على شجاعتها في التعامل مع ملف غزة، تساءلت عن الحاجة إلى الشجاعة في قول الحقيقة، معتبرة أن مهمة القاضي تتمثل في تفسير القانون وفحص الوقائع بصورة محايدة. ومن المقرر تسليم جائزة نوبل للسلام، التي تبلغ قيمتها 12 مليون كرونة سويدية، في أوسلو يوم العاشر من ديسمبر المقبل.

وبين دربان التي شهدت بداياتها المهنية في ظل الفصل العنصري، ورواندا التي شكلت إحدى محطات العدالة الدولية، وغزة التي أعادت اسمها إلى صدارة الجدل العالمي، تختصر مسيرة بيلاي تحولاً من الدفاع عن المظلومين أمام المحاكم المحلية إلى السعي لمساءلة الدول والمسؤولين أمام المؤسسات الدولية. أما تكريمها، فيضع القانون الدولي أمام سؤال يتجاوز شخصها: هل تستطيع المؤسسات التي أنشئت لمنع الإفلات من العقاب الحفاظ على دورها حين تتصادم أحكامها واستنتاجاتها مع مصالح القوى السياسية الكبرى؟

الفلسطينية المحتلة وإسرائيل، بين عامي 2021 و2025، من أبرز محطات مسيرتها الأخيرة وأكثرها إثارة للخلاف. ففي سبتمبر 2025، أصدرت اللجنة تقريراً خلص إلى أن إسرائيل ارتكبت إبادة جماعية في قطاع غزة، وأن مسؤولين إسرائيليين كباراً، بينهم رئيس الوزراء بنيامين نتنياهو، حرضوا على تلك الأفعال.

ورفضت إسرائيل استنتاجات التقرير بشدة، ووصفتها بأنها اتهامات مشينة ومتحيزة. ومن المهم التمييز هنا بين استنتاجات لجنة تحقيق أممية وبين حكم قضائي نهائي صادر عن محكمة مختصة، لكن التقرير وضع بيلاي في قلب واحدة من أكثر المواجهات السياسية والقانونية حساسية على الساحة الدولية.

وبعد إعلان نوبل، أصدرت وزارة الخارجية الإسرائيلية رداً حاداً، اتهمت فيه بيلاي بالمشاركة في ما وصفته بحملة لتشويه صورة إسرائيل، واعتبرت أن منحها الجائزة يوظف التكريم لتبرير الكراهية والتحيز ضد البلاد. كما وصفت الوزارة نتائج التحقيق بشأن غزة بأنها أكاذيب وافتراعات، في موقف يعكس عمق الخلاف بين إسرائيل واللجنة التي ترأسها بيلاي.

وعلى الجانب الآخر، رحب مكتب مفوض الأمم المتحدة السامي لحقوق الإنسان بالجائزة. وقالت المتحدثة شايبا مانتو إن الخبر رائع، وإن العالم يحتاج إلى مزيد من التفاني والالتزام بحقوق الإنسان، معربة عن أملها في أن يشجع التكريم آخرين على رفع أصواتهم دفاعاً عن الحقوق والحريات في مختلف أنحاء العالم.

كما هذا الرئيس الجنوب أفريقي سيريل رامافوزا، معتبراً أن الجائزة تمثل تكريماً لمسيرتها الطويلة في الدفاع عن العدالة. وأشادت رئيسة المفوضية الأوروبية أورسولا فون دير لاين بإسهاماتها

الشخصية مع التمييز. فقد واجهت، بحكم خلفيتها، الحواجز التي فرضها النظام العنصري، ثم انتقلت من ساحات الدفاع القانوني المحلية إلى مؤسسات العدالة الدولية، حيث أصبحت أول امرأة غير بيضاء تتولى منصبا قضائياً في المحكمة العليا لجنوب أفريقيا.

ورأت لجنة نوبل أن ثمة خيطاً مشتركاً يربط بدايات بيلاي في الدفاع عن معارضي الفصل العنصري بعملها اللاحق في بعض أبرز القضايا الدولية، وهو الإصرار على أن السلطة لا تعفي أصحابها من المساءلة القانونية.

وفي عام 1995، انضمت بيلاي إلى المحكمة الجنائية الدولية لرواندا، التي أنشأتها الأمم المتحدة لمحكمة المسؤولين عن الإبادة الجماعية التي شهدتتها البلاد عام 1994. وتولت رئاسة المحكمة بين عامي 1999 و2003، في مرحلة اتجهت فيها العدالة الدولية إلى بناء سوابق قانونية لمحاسبة المسؤولين عن الجرائم الجماعية، بما في ذلك العنف الجنسي المستخدم في سياق النزاعات.

ثم عملت قاضية في المحكمة الجنائية الدولية، قبل أن تتولى منصب المفوضة السامية للأمم المتحدة لحقوق الإنسان بين عامي 2008 و2014. وخلال هذه المسيرة، ارتبط اسمها بتوسيع النقاش بشأن مسؤولية الدول والأفراد عن الانتهاكات، وبالدفاع عن استقلال المؤسسات القضائية الدولية.

### غزة في قلب الجدل

كان دور بيلاي في رئاسة لجنة التحقيق الدولية المستقلة المعنية بالأرض

القاضية الجنوب أفريقية التي دافعت عن ضحايا الاضطهاد وقادت لجنة التحقيق الأممية بشأن غزة تنال الجائزة وسط ترحيب دولي وانتقاد إسرائيلي حاد.

لم تكن نافى بيلاي تصدق في البداية أنها أصبحت الفائزة بجائزة نوبل للسلام لعام 2026. وحين تلقت الخبر من زملائها خلال وجودها في نورمبرغ بألمانيا، حيث كانت تشارك في فعالية قانونية، اعتقدت أن الأمر قد يكون مزحة، قبل أن تتأكد من صحة الإعلان. وقالت القاضية الجنوب أفريقية البالغة 85 عاماً، في تعليق عفوي أعقب التصفيق لها، إنها ما زالت تريد التحقق من الخبر، مضيفة، في إشارة مازحة إلى الرئيس الأمريكي دونالد ترامب الذي سعى إلى نيل الجائزة، أنها قد تشاركه إياها إذا ازداد التصفيق. وفقاً لصحيفة «العرب».

لكن وراء هذه اللحظة الطريفة مسيرة قانونية طويلة جعلت بيلاي واحدة من أبرز الشخصيات المرتبطة بالدفاع عن حقوق الإنسان وملاحقة الجرائم الدولية. فقد منحتها لجنة نوبل الترويجية الجائزة تقديراً لجهودها في تعزيز السلام والقانون الدولي، معتبرة أنها أسهمت في ترسيخ نظام قانوني عالمي أكثر شمولاً، وفي الدفع نحو محاسبة مرتكبي جرائم الحرب والجرائم ضد الإنسانية والإبادة الجماعية.

وقالت اللجنة إن القانون الدولي ومؤسساته يتعرضان لضغوط هائلة، وإن العالم يشهد تحولا نحو سياسة القوة على حساب الأطر القانونية واحترام العدالة. وبذلك لم يقتصر الإعلان على تكريم شخصية قضائية، بل حمل رسالة بشأن أهمية حماية المؤسسات التي يفترض أن تحد من استخدام القوة وتوفر آليات لمساءلة المسؤولين عن الانتهاكات.

### من دربان إلى المحاكم الدولية

ولدت نافانثيم «نافي» بيلاي عام 1941 في مدينة دربان بجنوب أفريقيا، لأسرة من أصول تاميلية هندية، في ظل نظام الفصل العنصري الذي فرض التمييز على أساس العرق وأقصى الأغلبية السوداء ومجموعات أخرى من المشاركة المتكافئة في الحياة العامة.

في هذا السياق، اختارت دراسة القانون والعمل في مهنة كانت أبوابها محدودة أمام النساء غير البيض. وفي عام 1967 أصبحت أول امرأة تمارس المحاماة في إقليم ناتال، قبل أن تنتقل إلى العمل الحقوقي والقضائي، وتدافع عن ناشطين مناهضين للفصل العنصري، بينهم شخصيات ارتبطت بالنضال السياسي الذي قاده نيلسون مانديلا. ولم يكن مسارها المهني منفصلاً عن تجربتها



# اليمن ليس الحوثي



عبد الملك المخلافي

الحوثي» وكأنه حصارٌ لليمن، ويتجاهل ما فعله الحوثي باليمنيين في مدنه في الداخل. تعز وحدها عاشت حصارين؛ أولهما منذ عام 2015؛ إذ أغلقت طرقها، وعزلت عنها الأدوية والأكسجين ومستلزمات المستشفيات والغذاء والماء والوقود والكهرباء، وقصفت أحيائها وسكانها. واليوم تتعرض المدينة للاعتداء والحصار مرة أخرى، كأن الحوثي لم يتعلم أن تعز لا تستسلم، وأن أهلها لا يقبلون أن تتحول مدينتهم إلى رهينة لمشروع.

ودفع المدنيون في مأرب وتعز والحديدة ولحج وعدن والبيضاء وشبوة والجوف وغيرها ثمن الصواريخ والقذائف والألغام، من نساء وأطفال ونازحين ومدنيين لا علاقة لهم بأي معركة. ولا يمكن أن تصبح بضعة صواريخ تطلق خارج اليمن نحو العدو الصهيوني صك براءة من الجرائم التي ارتكبت في اليمن. القضية الفلسطينية قضية العرب جميعاً، ولا يملك الحوثي ولا غيره حق احتكارها أو استخدامها ستاراً لمشروعه. وأي موقف ضد إسرائيل لا يمنح ميليشيا حق قصف المدن اليمنية، أو تجنيد الأطفال، أو زرع الألغام، أو مصادرة الدولة، أو إخضاع الناس بالقوة. ولا يجعل من قتل اليمنيين أو حصارهم عملاً وطنياً أو مقاومة. فالمقاومة لا تكون بقتل الشعب، ولا بتحويل معاناة اليمنيين إلى ورقة دعائية، ولا باستخدام أساليب الاحتلال ذاتها ضد الشعب اليمني.

في المناطق التي يسيطر عليها الحوثي، لا توجد دولة حقوق وقانون، بل سلطة سلاح بلا دستور ولا انتخابات ولا مؤسسات مستقلة. تصدر الحريات، ويُعتقل السياسيون والصحافيون والناشطون، ويُحرم الموظفون من رواتبهم، وتُفرض الجبايات على الناس لقمعة عيشهم. هُدمت بيوت، واعتُدي على مساجد وممتلكات، وشُرك ملايين اليمنيين في الداخل والخارج نتيجة الحرب التي أشعلها والانتهاكات التي مارسها. إنه مشروعٌ يصنع الفقر والجهل والتخلف، ويقف ضد كل ما يصنع الحياة: التعليم، والاقتصاد، والحرية، والمدينة، والدولة. لم يبن مصنعاً ولا

مؤسسة وطنية ولا اقتصاداً يحمي الناس، لكنه يدعي تصنيع الصواريخ والطائرات المسيّرة. والحقيقة أن ما يملكه من أسلحة متقدمة يرتبط بتقنيات وخبرات خارجية، وفي مقدمتها الخبراء والتقنيات الإيرانية، تُستخدم لخدمة مشروع إيران، وتهديد الشعب اليمني ودول الخليج، وتعريض سلامة الملاحة الدولية للخطر.

واحتلال الحوثي للساحل الغربي و«باب المندب» لم يكن من أجل اليمن ولا دفاعاً عن سيادته، بل كان خدمة مباشرة للمشروع الإيراني في تحويل الممرات المائية العربية إلى أوراق ضغط وإبتراز. «باب المندب» ليس ملكاً لجماعة ولا ساحة للمغامرات؛ إنه شريان للتجارة الدولية وأمن المنطقة، وأمنه مصلحةٌ يمنية وعربية ودولية.

الحوثي، في جوهر مشروعه، لا يرى السياسة تنافساً بين مواطنين متساوين، ولا يرى الدولة عقداً وطنياً يحكمه الدستور والانتخابات. وليس مشروعاً سياسياً يمكن الاتفاق معه، بل هو مشروع عسكري عقائدي يقوم على السلاح، ويستند إلى فكرة تفصيل السُلالة على المواطن. وحين تُستبدل المواطنة بدرجات النسب، ويُفرق بين الناس في بعض أدبيات هذا المشروع بأوصاف مثل «القناديل» و«الزناجيل»، فنحن لسنا أمام خلاف سياسي عادي، بل أمام منطق عنصري يناقض الجمهورية ومعنى اليمن الحديث.

وهذه اللغة تكشف جوهر الفكرة التي يستخدمها الحوثي لتبرير امتيازاته واحتكائه للسلطة. فعبد الملك الحوثي لا يقلل أن يكون مواطناً ينافس غيره، بل يتحدث ويتصرف بوصفه صاحب حق إلهي مزعوم في الحكم، وهو ما يرفضه اليمنيون بكل فئاتهم وطوائفهم وأحزابهم وقبائلهم. السعودية تقف اليوم مع الجمهورية اليمنية والشريعة المعترف بها دولياً، وتدعم استعادة الدولة التي انقلب عليها الحوثي. ومساندة مصر أو أي دولة عربية للسعودية في مواجهة الحوثي ليست مساندة ضد اليمنيين، كما يزعم البعض؛ لأن اليمنيين، بحكومتهم الشرعية وأحزابهم وقواهم

الوطنية، هم الذين يدعمون التحالف العربي بقيادة المملكة العربية السعودية في مواجهة الانقلاب واستعادة الدولة. إن السعودية تتعرض لاعتداءات الحوثي؛ لأنها تقف إلى جانب الشعب اليمني وشرعيته، لا لأنها تعادي اليمن. ومن العجيب أن يُنظر إلى الاعتداء على مدن المملكة ومطاراتها ومنشأتها المدنية وكأنه تفصيل يمكن تجاوزه؛ فقط لأن بعض الناس ينظرون إلى دول الخليج بعين مسبقة، لا تراها دولاً عربية لها شعوبها وسيادتها وحقوقها في الأمن.

ويستحق موقفٌ مصر، بقيادة الرئيس عبد الفتاح السيسي، كل التقدير. فقرارها دعم السعودية يؤكد أن أمن المملكة من أمن مصر والأمن القومي العربي، وأن القاهرة والرياض، حين تتوحدان في مواجهة التهديدات، تحميان اليمن والمنطقة ومصالح الأمة العربية.

وفي المقابل، فإن التعاطف مع خطاب إيران المعادي لإسرائيل لا يبرر الصمت عن مشروعها الإقليمي القائم على بناء الميليشيات خارج الدولة، وتمزيق الدول الوطنية، وإضعاف الجيوش والمؤسسات. لقد دفع السوريون واللبنانيون والعراقيون واليمنيون أثماناً فادحة حين قدمت الميليشيات بوصفها «مقاومة»، ثم تحولت إلى سلطات فوق أوطانها وشعوبها.

من يريد أن ينصف اليمن، عليه أولاً ألا يخلط بين اليمن والحوثي. اليمنيون ليسوا تابعين لمشروع إيراني، ولا وقوداً لصراع إقليمي، ولا جماعة يمكن تجاوز إرادتهم باسم فلسطين أو «المانعة»، أو أي شعار آخر. إنهم شعبٌ ثار على «الإمامة»، ويقاوم عودتها، ويريد دولة واحدة، وحيشاً واحداً، وسلاحاً واحداً، ودستوراً واحداً. والوقوف مع اليمن الحقيقي يبدأ من هذه الحقيقة البسيطة: لا مقاومة حقيقية من دون حرية، ولا فلسطين تتحرر بقتل اليمنيين، ولا عروبة تُصان عبر هدم الدول العربية وتسليمها للميليشيات.

- الشرق الأوسط

## A Legitimate Right



Sawsan al-Shaer

In this war, many cards have been shuffled together in the virtual world. Shuffling them in the media does not make them reality on the ground, and it confers no legitimate right on whoever did the shuffling. Nor should it stop us, as the states of the Gulf Cooperation Council, from asserting our own.

The entry of a regional power, Israel, and an international one, the United States, into the war on Iran does not give Iran the right to drag the Gulf states into its battle in the name of self-defense. Iran knows the Gulf states are not, and never were, a party to this war. Blending its flimsy justifications into the Israeli-American war on it does not turn them into facts, and it gives Iran no right to attack the Gulf states, directly or through its proxies.

By the same token, the war's having begun as an Israeli-Iranian one does not make the GCC states a party on Israel's side. Some of them have agreements with Israel, but none of those agreements is military.

What the GCC states are doing is exercising their legitimate right of self-defense. That is the reality. Their measures are the ones the international community supports, whether

through individual states or through the Security Council.

The same confusion is at work elsewhere. That Europe is at odds with the American administration is no reason for European states to abandon their interests and accept a reality imposed by Iran, in which the energy and resources they need are blocked from reaching them through the waterways. Defending those interests, through security cooperation with the states bordering the waterways, does not mean joining a war started by Israel or the United States. It is the legitimate right of every state that depends on those waterways, and its duty to its own interests.

The same holds for East Asia. Condemnation alone does not absolve its states of responsibility for protecting their interests, and taking a larger role in securing the waterways does not make them partners

of a rival such as the United States. The responsibility falls on everyone harmed by this illegitimate blackmail.

That is where the Gulf states' leverage lies. Their legitimate right of self-defense includes the right to tie their shared interests with these states to their own security, and to hold those states to their responsibilities. This is not blackmail of the kind Iran practices. It is a refusal to wait on, or accept excuses from, states that are slow to do their part.

Shuffling these cards together in the media does not make them fact. The shared interests between the Gulf states and the states that depend on the waterways are the fixed point from which Gulf diplomacy should proceed. Those interests call for a joint Gulf diplomatic campaign, one that turns them into leverage and presses those states to face their responsibilities in this bitter reality.

## UN experts warn Palestinian farmers face escalating violence by occupiers as olive harvest underway

**U**N experts warned that Palestinian farmers in the occupied West Bank face escalating violence, land destruction and access restrictions by Israeli occupiers as the annual olive harvest begins.

"Palestinian farmers must be protected and able to access their land safely. Yet, year after year, the violence, destruction and restrictions intensify," the experts said in a statement, urging Israel to ensure their protection. According to Anadolu.

During the 2025 olive harvest, 178 occupier attacks linked to the harvest were documented across 88 Palestinian towns and villages, the highest number of affected locations since 2020, according to the experts.

More than 6,000 olive trees and saplings were vandalized, nearly double the 2024 figure and the highest number in six years, they said.

The experts also raised alarm over Israeli military orders issued in September 2026 to remove vegetation from approximately 339,000 square meters (84 acres) of Palestinian agricultural land, including olive groves in Jenin, Qabatiya and Beit Rima.

The orders allow olive trees to be uprooted and give landowners extremely limited time to remove vegetation or file objections, according to the experts.

They also warned that Israeli authorities have increasingly denied farmers permits to access their land.

A revised military policy also prevents Palestinians from harvesting olives on land Israel classifies as "state land," including plots cultivated for generations, they said.

"The olive harvest is an essential source of food, income and livelihood for thousands of Palestinian families, and is deeply rooted in Palestinian cultural and agricultural heritage," the experts said.

They urged Israel to protect farmers from attacks by occupiers, guarantee access to agricultural land and comply with its obligations under international law.

"The international community, especially States with power and influence, must exercise maximum pressure to protect Palestinian civilians, halt and reverse the rapidly expanding policies and practices of annexation and ensure accountability for decades of violations of Palestinian rights under international law," they concluded.



## من الشارع إلى الصندوق.. هل يغيّر الغلاء خريطة أوروبا السياسية؟

الاتحاد الأوروبي. ومن جانب آخر، يرى مراقبون أن العنف قد يخلط الحركة الاحتجاجية، بيد أن إرخيا يرى أن التنظيم الجيد والمسيرات السلمية هما ما يصنعان الفارق لا التخريب، مؤكداً أن درجة التنظيم في إسبانيا مبنية على تقاليد عريقة تطالب برفاهية العيش.

وفي تباين واضح مع الأسباب الاقتصادية، يشير ثوابتس إلى أن صراع الأجيال يلعب دوراً محورياً، حيث تخصص موازنات للرعاية الاجتماعية والمتقاعدين على حساب الأجيال الشابة، مما يزيد من إحباط جيل الشباب في أوروبا رغم أنه أصغر حجماً من نظرائه في آسيا وأفريقيا.

### مخاوف وتحذيرات

وحسب الأكاديميين إرخيا وثوابتس، فإن استمرار هذا الغضب قد يفتح الباب أمام صعود «اليمين المتطرف» و«اليسار المتطرف»، وإقصاء أحزاب الوسط التي كانت مركز ثقل السياسات الأوروبية لعقود.

فقد حذر إرخيا من أن الانتخابات الإسبانية المبكرة ستكون بمثابة امتحان للحكومة الاشتراكية التي فشلت في بناء تحالف برلماني لدعم إصلاحات السكن. كما يلفت إلى أن ملف الهجرة غير الشرعية قد يلعب دوراً في تراجع شعبية الحزب الحاكم، وسط مساندة مجموعات من المسنين والمتقاعدين للاحتجاجات.

أما ثوابتس فيحذر من أن هذا الإحباط قد يدفع الشباب في المملكة المتحدة للتصويت لصالح «اليمين المتطرف» الذي يركز على أجندة التعليم والرعاية الاجتماعية، في ظل تنافس الأطراف السياسية «المتطرفة» على استغلال هذا الغضب، مما ينذر بإقصاء أحزاب الوسط التي كانت مركز ثقل السياسات الأوروبية لعقود.

أثارت موجات الاحتجاج الغاضبة التي شهدتها عدة دول أوروبية النقاش حول أزمة معيشية متفاقمة، حيث خرج مئات الآلاف في مظاهرات غير منسقة ضد ارتفاع تكاليف المعيشة وأسعار الوقود وتردي الخدمات، مما يزيد الضغط على الأحزاب الحاكمة وينذر بتحويلات سياسية يصعب التنبؤ بها. وامتدت الاحتجاجات الغاضبة من فرنسا إلى إسبانيا والبرتغال وبلجيكا وإيطاليا وألمانيا، مما يندرج تحت القارة الأوروبية على شفا «خريف غضب». وتصدرت فرنسا المشهد بأدنى الاحتجاجات، حيث قدر المنظمون أعداد المتظاهرين بنحو 800 ألف، في حين أحصت الداخلية 550 ألفاً، وتحوّلت المظاهرات إلى اشتباكات وحرائق ونهب، وفقاً لـ «الجزيرة نت».

وتنوعت أسباب الغضب، ففي البرتغال وإسبانيا تظل أزمة المساكن وارتفاع الإيجارات هي العنوان الرئيسي، بينما تنقسم بلجيكا وإيطاليا وفرنسا أزمة المدارس والجامعات وتكاليفها. ووفق خبراء فإن جيل «زد» يمثل القطاع الأكبر وراء هذه الاحتجاجات، مع تراجع فرص العمل وتزايد البطالة، بسبب سعي الحكومات بمختلف مشاربها إلى خفض النفقات العامة للحد من الديون الوطنية.

### أسباب مشتركة

وفي إسبانيا، أشار الأستاذ المحاضر في جامعة مدريد الفونسو إرخيا إلى أن الوضع تغير منذ إعلان الحكومة عن إصلاحات خاصة مع الانتخابات المبكرة المنتظرة في نوفمبر/تشرين الثاني المقبل، مشيراً إلى أن النقابات طالبت بإضراب عام للمطالبة بإصلاح التعليم لا أزمة السكن فقط.

وفي السياق ذاته، يوضح أستاذ الاقتصاد في جامعة نوتنغهام غريغوري ثوابتس أن الجذور الأساسية للاحتجاجات مشتركة بين الدول الأوروبية، وتتعلق بارتفاع أسعار الطاقة وتكاليف الموازنة، مؤكداً أن المشكلة قارية ولا تقتصر على الاتحاد الأوروبي، إذ تعاني المملكة المتحدة منها أيضاً رغم خروجها من



# تهريب المخدرات من إسرائيل إلى الأردن بالأرقام.. من يسهله؟

بإحداثيات مواقع التسليم، مما يسمح للطائرات بالوصول إلى أماكن محددة. ويقول القضاة إن هناك مستقبليين من الجانب الأردني للطائرات المسيّرة يتلقون الشحنات بناء على تزويد تجار المخدرات في النقب بمواقعهم، حيث تهبط الطائرات داخل منازلهم.

ويؤكد أن إدارة مكافحة المخدرات الأردنية، بالتعاون مع القوات المسلحة، تابعت قضايا من هذا النوع، وتمكنت من ضبط متورطين في استقبال الشحنات. ويحذر القضاة من انتشار «الحشيش الأسود والكريستال» داخل المملكة، مشيراً إلى أن جانباً من الكميات المهربة يستهدف السوق المحلية، وليس المرور إلى دول أخرى.

كما تحدث عن إسقاط نحو 350 طائرة مسيّرة خلال فترة من عام 2025، وعن قضية تهريب بلغت كميتها 400 طن خلال عام واحد.

## التزامات متبادلة

ويربط الدبوبي تنامي نشاط الشبكات بتغيرات في انتشار القوات على الحدود، نتيجة الحروب في غزة ولبنان والجزولان، مما أتاح، برأيه، مجالاً أوسع لتحرك المهربين.

لكن الدبوبي يستبعد تورط القيادة السياسية أو العسكرية الإسرائيلية في إدارة هذه العمليات أو دعمها، مشدداً على ضرورة التمييز بين تصرفات بعض الوحدات الميدانية وسياسات الدولة الإسرائيلية.

ويستند في ذلك إلى وجود معاهدة السلام الموقعة بين الأردن وإسرائيل عام 1994، وما تتضمنه ملاحقها من ترتيبات أمنية والتزامات متبادلة بضبط الحدود ومنع التهريب، معتبراً أن ثبوت تورط رسمي إسرائيلي في هذه الأنشطة من شأنه أن يثير أزمة بشأن الالتزام بتلك الترتيبات.

في المقابل، يرفض الجيش الإسرائيلي الاتهامات بالتساهل في مكافحة التهريب، ويؤكد تعزيز إجراءاته الأمنية على الحدود مع الأردن، وإنشاء الفرقة 96 المتخصصة في حماية الحدود الشرقية، والعمل على إقامة حاجز أمني جديد. وكانت صحيفة «تايمز أوف إسرائيل» قد ذكرت في أبريل/نيسان 2025 أن إسرائيل تعتزم بناء سياج حدودي جديد بتكلفة تقدر بنحو 1.4 مليار دولار.

ويوضح أن مجموعات تنشط في بئر السبع والنقب تمتلك إمكانات مالية كبيرة، وتستخدم وسائل تهريب متطورة، أبرزها الطائرات المسيّرة، مشيراً إلى وجود تعاون بينها وبين عناصر من وحدات حرس الحدود وقصاصي الأثر الإسرائيلية المنتشرة في المنطقة.

ويؤكد أن هذا التعاون، وفق معلوماته، يرتبط بالعلاقات العائلية والاجتماعية التي تجمع أفراداً من تلك الوحدات بالمهربين، باعتبارهم من أبناء المنطقة نفسها، مشيراً على وجه الخصوص إلى الوحدة 300 المختصة بقصاصي الأثر، ووحدات حرس الحدود المعروفة بالعبرية باسم «مشار غفول»، معتبراً أن هذه العلاقات تفسر

تسهيل بعض العناصر العسكرية أنشطة التهريب أو غرض الطرف عنها، مؤكداً أن حديثه يستند إلى ما يصفها بوقائع على المستوى الميداني، وليس مجرد اتهامات عامة للجيش الإسرائيلي.

## شبكات ممتدة

يوضح القضاة أن شبكات التهريب ترتبط بعصابات أخرى داخل الأردن وسيناء والنقب، وتعتمد مساراً يبدأ من سيناء مروراً بالنقب وصولاً إلى وادي عربة، إلى جانب مسارات أخرى تشمل الحدود اللبنانية مع إسرائيل ومنطقة الجليل باتجاه سوريا.

وحسب القضاة، يستخدم المهربون بالونات مملوءة بغاز الهيليوم ومزودة بأجهزة تحديد المواقع، إضافة إلى طائرات مسيّرة تستطیع حمل نحو 50 كيلوغراماً من المواد المخدرة، خصوصاً ما يُعرف بـ«الحشيش الأسود والكريستال ميث». ويكشف أن هذه العمليات تعتمد على تنسيق مباشر مع أشخاص داخل الأردن، يزودون المهربين

وكشفت وسائل إعلام إسرائيلية عن إحباط عملية تهريب وضبط نحو 70 كيلوغراماً من الحشيش، مؤكدة أن السلطات الإسرائيلية أحبطت 6 عمليات مماثلة، صادرت خلالها أكثر من 200 كيلوغرام.

## تورط أجهزة إسرائيلية

لكن عضو مجلس الأعيان الأردني عمار القضاة يذهب أبعد من تفسير الظاهرة بالمكاسب المالية، إذ يتهم أجهزة رسمية تابعة للجيش الإسرائيلي «حرس الحدود» بالتورط في تسهيل عمليات التهريب ودعم العصابات المنظمة لهذه الغاية. ويقول القضاة وهو لواء متقاعد من الأمن العام، للجزيرة نت، إن الجيش الإسرائيلي لا يكتفي بغض الطرف عن أنشطة المهربين، بل إن بعض أجهزته الأمنية توفر، حسب اتهاماته، الإمكانيات اللازمة لهذه الشبكات، وهي اتهامات لم يتسنّ التحقق منها بصورة مستقلة.

كما يتهم القضاة الأجهزة الأمنية الإسرائيلية باتباع نهج يقوم على تهريب الأسلحة والمخدرات إلى أوساط فلسطيني الداخل، المعروفين بـ«عرب 48»، بهدف نشر الإدمان وتأجيج الجريمة المنظمة داخل التجمعات العربية.

ويشير إلى أن عصابات منظمة في النقب حصلت على أكثر من ألف طائرة مسيّرة كانت تُستخدم لأغراض زراعية وأمنية، قبل نقلها أو بيعها لتلك العصابات.

من جانبه، يقول الخبير الإستراتيجي والعسكري العميد المتقاعد ضيف الله الدبوبي للجزيرة نت إن الأردن يشهد ما يسميها «هجرة معاكسة للمخدرات»، تبدأ من شبه جزيرة سيناء المصرية، مروراً بمنطقة النقب، وصولاً إلى الأراضي الأردنية.

تتزايد المخاوف الأردنية من تحوّل الحدود مع إسرائيل إلى مسار رئيسي لتهريب المخدرات، في ظل تصاعد عمليات التهريب باستخدام الطائرات المسيّرة والبالونات، وظهور شبكات منظمة تنشط في منطقة النقب وترتبط بأطراف داخل الأردن وشبه جزيرة سيناء المصرية، وسط اتهامات أردنية بوجود تسهيلات تقدمها عناصر في الأجهزة الأمنية والعسكرية الإسرائيلية لهذه الشبكات.

ويأتي هذا التصاعد بالتزامن مع تغيرات شهدتها تجارة المخدرات في المنطقة، خصوصاً بعد سقوط نظام بشار الأسد في سوريا أواخر عام 2024، وما تبعه من تحولات في شبكات تهريب الكبتاغون التي اتخذت من الجنوب السوري ممراً رئيسياً باتجاه الأردن ودول الخليج. بحسب «الجزيرة نت».

وأظهر رصد أولي لبيانات الجيش الأردني تسجيل 17 عملية اعتراض مرتبطة بطائرات مسيّرة خلال النصف الأول من عام 2026، في حين أعلنت القوات المسلحة التعامل مع 231 محاولة تهريب وتسلسل وإسقاط 56 طائرة مسيّرة على مختلف الحدود خلال الفترة ذاتها.

وأكد وزير الداخلية الأردني مازن الفراية، في تصريحات للجزيرة نت، تزايد عمليات تهريب المخدرات من إسرائيل إلى الأردن باستخدام الطائرات المسيّرة، مشدداً على استمرار الجهود الأمنية لمنع وصولها إلى المملكة. وكشف الفراية عن أن عدد قضايا المخدرات المضبوطة خلال العام الجاري بلغ 15 ألفاً و342 قضية، شكلت قضايا الاتجار نحو 28% منها، مقابل 72% لقضايا التعاطي.

## من يدير شبكات التهريب؟

تشير تقارير إعلامية إسرائيلية إلى أن عصابات تنشط في منطقة النقب تتف وراة جانب من عمليات تهريب المخدرات إلى الأردن، مستفيدة من فروق الأسعار الكبيرة بين السوقين. وحسب «ديلي تلغراف» البريطانية، تستغل عصابات التهريب ارتفاع أسعار المخدرات في الأردن، إذ تشير تقديرات إسرائيلية إلى أن سعر كيلوغرام الحشيش في المملكة يصل إلى 7500 جنيه إسترليني، بعد ارتفاع حاد خلال العام الماضي، في حين تقدر أجهزة الأمن الإسرائيلية أن قيمته في السوق الأردنية تزيد بنحو 15 مرة على سعره في إسرائيل.

## IMF announces policy advisory program for war-ravaged Yemen

**T**he International Monetary Fund said on it had approved an 18-month program to help war-ravaged Yemen achieve economic stabilization and strengthen its macroeconomic frameworks, even as its civil war rages on.

The IMF's "Staff-Monitored Program" offers technical assistance but does not have a financial component. According to AFP.

Yemen is among the poorest countries in the world and has been combatting the Houthi militia for years, with an international coalition that has been fighting the Iran-backed group since 2015.

The war has caused a humanitarian crisis that has left most of the population dependent on aid to survive. The Houthis, who control most of northwest Yemen, captured swathes of coastal land from Yemen's pro-government forces in September after the civil war reignited in July.

The new fighting has displaced more than 200,000 people within the country, the United Nations said on

Wednesday. In total the country has more than 5.2 million internally displaced people, with nearly two-thirds of the total population in need of humanitarian aid.

Yemen's government says it is aiming to retake all Houthi-controlled territory.

The IMF noted that Yemen's economic outlook was "challenging," after five straight years of contraction.

Real GDP contracted by 1.5 percent in 2026 "amid deteriorating terms of trade linked to the conflict in the Middle East, persistent energy shortages, and weak domestic demand," the Fund said in its statement.

The IMF noted that the country remained heavily dependent on remittances and donor assistance to finance its humanitarian-driven import bill.

The country's reserves are slated to remain below adequate levels, even with Saudi budgetary support.

The Fund said the new program aims to "strengthen public finances" in the next year, focusing on increasing do-



mestic revenue mobilization and rationalizing government spending. Even before the latest round of violence and displacement, Yemeni faced one of the most serious humanitarian crises in the world, according to the UN.

More than 18 million people nationwide face acute food insecurity, with

around 2.2 million children under five classified as acutely malnourished, as per World Food Program figures. The WFP warned on Friday of an "absolutely devastating" food crisis and said it needed \$109 million to provide emergency food and nutrition assistance for up to 1.5 million people affected by the escalation.



## الحكومة الأميركية: ازدياد عجز موازنة 2026 الى نحو تريليوني دولار

في الوقت ذاته، لم تتحقق الإيرادات المتوقعة من الرسوم الجمركية الشاملة التي فرضها ترامب خلال ولايته الثانية. فقد ألغت المحكمة العليا الرسوم الجمركية العالمية التي فرضها، مما أدى إلى موجة من عمليات استرداد الأموال.

وأظهرت بيانات وزارة الخزانة التي صدرت الجمعة أن مبالغ الاسترداد الجمركي خلال العام بلغت 145 مليار دولار، علماً أنها تتصل في المقام الأول بتلك الرسوم الجمركية، مما أدى إلى تبديد مكاسب كبيرة كانت تحققت من فرضها.

وفي شكل عام، ارتفعت الإيرادات الحكومية بنسبة 3% لتصل إلى 5,40 تريليون دولار في السنة المالية الأخيرة، التي انتهت في 30 أيلول/سبتمبر. إلا أن الإنفاق كان أعلى بكثير، إذ سجل زيادة بنسبة 6% ليصل إلى 7,40 تريليون دولار. وكانت إدارة ترامب تعهدت خفض العجز والإنفاق الحكومي منذ عاد الملياردير الجمهوري إلى البيت الأبيض العام الماضي.

أظهرت بيانات حكومية أميركية أن عجز الموازنة ارتفع إلى نحو تريليوني دولار خلال العام الماضي ليصل بذلك إلى أعلى مستوى له منذ عام 2021، رغم وعود الرئيس دونالد ترامب بخفض الإنفاق العام وتقليص العجز المالي. وفقاً لـ «أ ف ب».

وذكرت وزارة الخزانة أن العجز، وهو مقدار تجاوز الإنفاق الحكومي للإيرادات، بلغ 1,99 تريليون دولار في السنة المالية 2026، بزيادة قدرها 12 في المئة عن العام السابق.

وأحد العوامل الرئيسية لارتفاع النفقات هو ازدياد الفوائد المدفوعة على الدين العام، والتي قفزت بمقدار 144 مليار دولار لتصل إلى مستوى قياسي بلغ 1,36 تريليون دولار.

وشهدت تكاليف الفائدة على الدين العام الأمريكي البالغ نحو 32 تريليون دولار تضخماً كبيراً في السنوات الأخيرة. كما أدى ارتفاع عوائد السندات إلى تصاعد المخاوف على هذا الصعيد.

مركز العمود الفقري الصحي  
Spine Rehab Center

# SPINE REHAB CENTER

Specializing In Auto & Work Injuries

Call today for an appointment  
**313-582-2225**

**WE TREAT نحن نعالج**

- الظهر Neck & Back Pain
- الساقين Arm & Leg Pain
- آلام الرقبة Disc Related Injuries
- الصداع المزمن Headaches
- إصابات العمل Dizziness
- حوادث السير Auto Accidents
- آلام الحسك Work Related Injuries

**SPECIAL OFFER**  
**FREE CHIROPRACTIC CONSULTATION**

**Dr. Riyad Almasmani**  
الدكتور رياض المسمري

**DID YOU KNOW?**  
**WHY RISK SURGERY?**

13323 Michigan Ave, Dearborn, MI 48126 | 313-582-2225 | 313-582-8482 | spinerehab@outlook.com

## الاستثمارات الصناعية بدول مجلس التعاون الخليجي تسجل 426 مليار دولار

أظهرت بيانات المركز الإحصائي لدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية نمو وتوسع القاعدة الصناعية في دول المجلس، حيث بلغ حجم الاستثمارات الصناعية نحو 426 مليار دولار، فيما بلغ عدد المصانع نحو 22 ألف مصنع، ويعمل في القطاع الصناعي أكثر من 1.7 مليون عامل، وفق أحدث البيانات الإحصائية المتاحة حتى يوليو 2026م.

وبلغت مساهمة الصناعات التحويلية نحو 13.0% من الناتج المحلي الإجمالي لدول مجلس التعاون في عام 2025م، بما يؤكد أهمية القطاع الصناعي في دعم اقتصادات دول المجلس، وتعزيز جهود التنويع الاقتصادي وزيادة مساهمة الأنشطة غير النفطية. بحسب «العربية نت».

وتتركز نحو 40% من الاستثمارات الصناعية في مجموعة من الصناعات الأساسية، من أبرزها اللدائن، والمنتجات النفطية المكررة، والألومنيوم، والوقود الغازي، والحديد والصلب، وهي صناعات تمثل قاعدة مهمة للصناعات التحويلية والوسيلة وتدعم تكامل سلاسل القيمة الصناعية، وفقاً لوكالة الأنباء السعودية «واس».

وفي مجال التجارة الخارجية، تمثل المنتجات الصناعية نحو 69% من إجمالي صادرات دول مجلس التعاون، ومن أبرزها الغازات النفطية والهيدروكربونات، والزيوت البترولية، والسيارات، والمركبات العضوية، والألومنيوم، والسفن والقوارب، والآلات والمعدات الكهربائية.

وعلى جانب الواردات، تستحوذ الصين على نحو 20% من إجمالي واردات دول المجلس، باعتبارها أكبر مصدر للموارد، وتتركز أبرز السلع المستوردة في المعدات والمكائن، والسيارات، والمنتجات الدوائية، والحديد والصلب، واللدائن، مع تنوع مصادر التوريد.

وتعكس هذه المؤشرات اتساع وتنوع القاعدة الصناعية الخليجية وتفاوت حجم النشاط الصناعي بين دول المجلس من حيث

الاستثمارات وعدد المصانع، في ظل توسع الطاقة الإنتاجية وتنامي الاستثمارات واتساع شبكة الأسواق التجارية، بما يعزز دور الصناعة في دعم النمو الاقتصادي وتطوير سلاسل القيمة والإنتاج، ويفتح فرصاً أكبر لتعزيز التكامل الصناعي الخليجي، وتوطيد سلاسل القيمة، وتنويع القاعدة الاقتصادية، ورفع تنافسية المنتجات والصناعة الخليجية.



## «موديز» ترفع تصنيف مصر الائتماني درجة وتبدي نظرة مستقبلية إيجابية

على التصنيف الائتماني.

لكنها بررت نظرتها الإيجابية في الوقت الراهن بأن مواصلة الإصلاحات من شأنها أن تتيح خفض المديونية بوتيرة أسرع مما كان متوقعا في تقديراتها الأولية.

ونشر صندوق النقد الدولي الثلاثاء تقريره حول آفاق الاقتصاد العالمي للعام الحالي والعام المقبل، وتوقع فيه أن يحقق الاقتصاد المصري نمواً بنسبة 5,1% خلال العام الجاري، وبنسبة 4,7% في عام 2027.

كما توقع الصندوق ارتفاعاً طفيفاً في معدل التضخم عام 2027 ليصل إلى 14,8%، يليه تراجع سريع في عامي 2028 و2029.

وبالإضافة إلى برنامج صندوق النقد الدولي، حصلت مصر على دعم مالي بقيمة 7,4 مليارات يورو من الاتحاد الأوروبي، للفترة الممتدة بين عامي 2024 و2027.

فوائده على مسار تنازلي، وإن كان لا يزال عند مستويات مرتفعة.

وقد أنهت مصر خصوصاً تدابير للدعم الغذائي كانت تعد أوسع نطاقاً من اللازم، فيما يُتوقع أن يتجاوز معدل التضخم 13% على أساس سنوي هذا العام، بعد أن تجاوز 33% في عام 2025.

ومثلت برامج الدعم الغذائي سابقاً عبئاً مالياً على الدولة بقيمة 2,75 مليار يورو.

أشادت وكالة «موديز» في بيان بـ«زيادة تحسين الإيرادات وترشيد الإنفاق» باعتبارهما عاملين دعماً للتقدم المحرز، كما قدرت أن «الانتقال نحو سعر صرف مرن وسياسة نقدية أكثر صرامة قد عزز قدرة الاقتصاد على امتصاص الصدمات».

غير أن وكالة التصنيف الائتماني أشارت إلى أن «تراجع التزام الحكومة بالانضباط المالي، وتحقيق تقدم محدود، من شأنهما أن يفرضا ضغوطاً سلبية

رفعت وكالة التصنيف الائتماني

«موديز» تصنيف ديون مصر طويلة الأجل بدرجة واحدة، ليصل إلى «بي3» بدلاً من «سي-إيه-1»، مع منحها نظرة مستقبلية إيجابية، ما يشير إلى إمكانية رفع التصنيف مجدداً خلال الأشهر المقبلة.

وتواجه مصر منذ سنوات خطر أزمة ديون، فهي من بين الدول التي تتلقى أكبر برامج المساعدة من صندوق النقد الدولي، ويناهز إجمالي قيمتها ثمانية مليارات دولار.

وتتضمن هذه القروض تدابير التزمته الحكومة المصرية بتنفيذها، لا سيما لتعزيز المالية العامة وضمان استدامة الدين العام، فضلاً عن تقليص ثقل الدولة والجيش في الاقتصاد.

وهذه «الإصلاحات الهيكلية» وتدابير الضبط المالي هي تحديدًا ما استشهدت به وكالة «موديز» لتبرير قرارها، معتبرة أنها أتاحت «وضع الدين العام وعبء

## العراق خسر نحو 60 مليار دولار بسبب حرب الشرق الأوسط

محدودة عبر سوريا من خلال شاحنات الصحاري، وتركيا عبر خط أنابيب.

وبعد تراجع حاد في الصادرات النفطية العراقية، عادت لترتفع مؤخرًا لتصل إلى 2,6 مليون برميل يوميًا في الفترة بين 1 و21 أيلول/سبتمبر، بحسب وزارة النفط.

ولفت صندوق النقد الدولي إلى أن العراق من الدول الأكثر تضرراً من الاضطرابات التي طالت حركة النقل جراء الحرب.

ومع تفاقم الأزمة الاقتصادية، رفع البنك المركزي العراقي الأسبوع الماضي السعر الرسمي لصرف الدولار لأول مرة منذ أكثر من ثلاثة أعوام.

ويعتمد العراق إلى حد كبير على العملات الأجنبية الناتجة عن مبيعات النفط، لتمويل الواردات وتحقيق استقرار الدينار ودفع رواتب موظفي القطاع العام والمتقاعدين الذين يشكلون نحو 20 في المئة من السكان الذين يزيد عددهم عن 46 مليوناً.

ويسعى العراق إلى تنويع موارده الاقتصادية ورفع الإيرادات غير النفطية من 10% إلى 45% بحلول العام 2037، بحسب السلطات.



لكن منذ بدء الحرب، قيّدت إيران حركة الملاحة في الممر الحيوي لإمدادات الطاقة العالمية، ما اضطر العراق إلى وقف الإنتاج في معظم حقوله بعدما امتلأت الخزانات، واللجوء إلى التصدير بكميات

خسر العراق نحو 60 مليار دولار منذ اندلاع حرب الشرق الأوسط والتراجع الحاد في إيراداته النفطية بسبب اضطراب الملاحة عبر مضيق هرمز، بحسب ما قال وزير الخارجية فؤاد حسين.

ويعاني العراق أزمة اقتصادية منذ نشوب الحرب في شباط/فبراير، إذ تراجعت بشكل حاد ولعدة أشهر صادراته النفطية التي تؤمن 90% من إيراداته، ما اضطر الحكومة إلى الاقتراض الداخلي. وارتفعت أسعار المواد الاستهلاكية، وتدنّت احتياطات العملات الأجنبية بحوالي 20 مليار دولار. وفقاً لـ«أ ف ب».

وفي اجتماع في روما مع نظيره الإيطالي، أشار حسين إلى أن «العراق تكبد خسائر تقدر بنحو 60 مليار دولار خلال الحرب الأخيرة بين الولايات المتحدة الأميركية والجمهورية الإسلامية الإيرانية»، بحسب بيان صدر عن مكتبه.

وكان العراق، وهو عضو في منظمة «أوبك»، يُنتج قبل الحرب نحو أربعة ملايين برميل من النفط يومياً، ويصدر منها نحو 3,5 ملايين معظمها من جنوب البلاد عبر مضيق هرمز.

# Iranian lawmaker says indirect talks with US continuing through Qatar, Oman: Report

Indirect talks between Iran and the US are continuing through mediation by Qatar and Oman, an Iranian lawmaker said, as Tehran-Washington tensions remain high, according to local media. According to Anadolu.

Yaqoub Rezazadeh, a member of the Iranian parliament's National Security and Foreign Policy Committee, told the ILNA news agency that both sides had presented conditions through the mediators.

"We have presented a set of conditions, and the other side has also presented a set of conditions. We are now waiting to see whether the conditions we announced will be accepted by the Americans," Rezazadeh said.

He said the contacts were being conducted with the involvement of Qatar and Oman.

Rezazadeh said the negotiations were being overseen by Iran's Supreme National Security Council, adding that issues under discussion were handled with the council's approval.

The lawmaker also played down speculation about an imminent new conflict between Iran and the US, saying predictions based on betting markets or reports of a possible preemptive Iranian attack were unfounded.

He said he did not expect another war before US congressional elections and elections in Israel, while acknowledging that renewed fighting remained possible.

Rezazadeh said Iran would not launch a preemptive attack but would respond if attacked, claiming that Tehran's military, air defense, and naval capabilities had significantly improved compared with the previous two rounds of fighting.

The latest reported contacts come after Iran and the US reached an understanding in Islamabad in June aimed at ending hostilities and opening the way for negotiations, with Pakistan and Qatar involved in mediation.

Under the understanding, the sides were expected to pursue further talks, but tensions subsequently resurfaced amid disputes over implementation and continuing military activity in the region.

Qatar and Oman have also maintained diplomatic contacts with Tehran and Washington as regional actors seek to prevent another escalation between the two sides.



## تقرير: إيران تحصّن منشآتها النووية وتهيئ شعبها للعودة إلى القتال

العربي الأمريكي اليوم

المواجهات السابقة، وعرضت صاروخ «توماهوك» أميركياً قالت إنها تمكنت من تحييده.

### تحركات عسكرية أميركية

في المقابل، تعزز الولايات المتحدة وجودها العسكري في المنطقة، مع توجه مجموعة ثالثة من حاملات الطائرات ووحدة استكشافية إضافية من مشاة البحرية إلى الشرق الأوسط، فيما يدرس «البنيتاغون» إرسال مزيد من أنظمة الدفاع الجوي والذخائر إلى قواعد الإقليم.

وكان الرئيس الأميركي دونالد ترمب قد استبعد شن هجوم قبل انتخابات التجديد النصفي للكونغرس المقررة في نوفمبر (تشرين الثاني)، لكنه تحدث علناً عن احتمال استهداف المنشأة النووية الإيرانية في جبل الفأس، في حين أكد مسؤولون أميركيون أن الجيش يجهز خيارات متعددة لتنفيذ ضربات جديدة.

وأشار التقرير إلى أن المخاوف الأميركية تشمل أيضاً استهداف السفن الحربية والطائرات، بعدما اقترحت صواريخ إيرانية من سفن أميركية خلال هجمات وقعت في سبتمبر (أيلول)، كما نقل البنيتاغون نحو 12 طائرة قاذفة من طراز «بي-1» من قاعدة عسكرية بريطانية الأسبوع الماضي، وسط مخاوف من هجوم بطائرات مسيرة خطط له «الحرس الثوري» الإيراني.

صرف الانتباه عن الأزمات الداخلية ويشير التقرير إلى أن إيران تمتلك قدرة محدودة على الدفاع عن نفسها ضد هجمات تنشأها الطائرات الأميركية المتطورة، أو القاذفات التي تحلق على ارتفاعات شاهقة، أو صواريخ «كروز»، مما يدفعها إلى محاولة ردع مثل هذه الهجمات عبر التهديد بتوسيع نطاق المواجهة.

كما لفت التقرير إلى أن هذه النبرة العدائية تخدم غرض صرف الانتباه عن الأزمات الداخلية والمعاونة الاقتصادية المتفاقمة التي يعيشها الإيرانيون، في ظل تشديد الولايات المتحدة العقوبات وممارستها ضغوطاً على شركات الطيران لعدم تسخير رحلات إلى البلاد، مما يزيد من إحكام الحصار.

وفي هذا السياق، تقول مديرة برنامج الشرق الأوسط في مركز «تشاتام هاوس» للأبحاث في لندن، سنام وكيل: «إن حالة التأهب للحرب تخدم مصالحهم في الوقت الراهن، نظراً إلى وجود طريق مسدود على جبهات عدة: دبلوماسياً واقتصادياً وسياسياً. فمن خلال حرب جديدة، قد تتمكن طهران من الخروج من المأزق الذي أوقعت نفسها فيه».

كشف تقرير نشرته صحيفة «وول ستريت جورنال» عن أن إيران تعمل في الوقت الحالي على تكثيف استعداداتها لاحتمال استئناف المواجهة العسكرية مع الولايات المتحدة، عبر تعزيز التحصينات حول المنشآت النووية والمواقع الحساسة، وإعادة بناء قدراتها الصاروخية، وذلك في إطار استعدادها لهجمات أميركية محتملة قد تلي انتخابات التجديد النصفي للكونغرس. وقد حذر مسؤولون إيرانيون، سواء علناً أو في محادثات خاصة مع مسؤولين إقليميين، من أن طهران ستزد بمزيد من التصعيد في أنحاء الشرق الأوسط إذا ما شنت الولايات المتحدة ضربات جديدة.

### تحصينات نووية

وحسب التقرير، فقد أظهرت صور الأقمار الاصطناعية أن إيران تعكف على تحصين مواقع حساسة، بما في ذلك منشآت نووية ومناطق حدودية، لجعلها أكثر قدرة على الصمود أمام الهجمات.

فقد عززت الإجراءات الدفاعية حول موقعي جبل الفأس ونطنز، من خلال إقامة حواجز ترابية وتدابير دفاعية تهدف إلى إعاقة أي محاولة لشن هجوم بري.

كما أشار التقرير إلى أن طهران تعمل على إعادة تأهيل منشآت إنتاج الصواريخ والطائرات المسيرة، وتعويض ما استهلك من ترسانتها خلال المواجهات السابقة.

وفي السياق ذاته، أعلن العميد غلام رضا جلال، المسؤول عن خطط الطوارئ في إيران، أن المطارات والموانئ ومحطات الكهرباء استعدت للعمل في ظروف الحرب، من خلال تجهيز الملاحي وتوفير الإمدادات الاحتياطية لضمان استمرار تشغيل المرافق الحيوية خلال الأزمات.

### تهيئة الجبهة الداخلية

بالإضافة إلى ما سبق، أشار تقرير «وول ستريت جورنال» إلى أن الحكومة الإيرانية تعمل على تهيئة شعبها لاحتمال نشوب حرب جديدة، من خلال تنظيم تجمعات مؤيدة للنظام، وإطلاق دورات تدريبية للمدنيين على استخدام البنادق والقذائف المضادة للطائرات المحمولة على الكتف.

كما أعلن «الحرس الثوري» تدريب أولى وحداته النسائية على تكتيكات حرب العصابات واستخدام الأسلحة النارية والطائرات المسيرة.

وفي خطوة تعكس امتداد التعبئة إلى الفئات العمرية الصغيرة، زارت وحدة من «الحرس الثوري» روضة أطفال في مدينة سبزوار شمال شرقي البلاد، وقدمت إلى الأطفال قصصاً عن



## ما دلالات مطالبة موريتانيا بترسيم الحدود مع الصحراء

الغموض بشأن نطاق الاختصاصات الإقليمية والبحرية، وحماية المصالح الاقتصادية والأمنية الموريتانية»، ولفت إلى «تزايد الأهمية الاستراتيجية للمجال الممتد من الداخل إلى الكركرات والحدود الموريتانية، في سياق تنامي المبادرات التجارية والربط الطرقي والتوجه المغربي نحو تعزيز الواجهة الأطلسية للأقاليم الجنوبية».

وقال الأندلسي: «من منظور موريتاني، فإن أي تحول في البنية التحتية، أو الترتيبات الأمنية، أو حركة التجارة قرب الحدود يستدعي وضوحاً أكبر في الاختصاصات والمسؤوليات وتحركاً استباقياً في هذا الاتجاه». وأضاف: «يبدو أن نواكشوط تسعى إلى تحصين موقعها داخل مسار التسوية الأممية ملف الصحراء، وإثارة مسألة الحدود في سياق المفاوضات تعكس رغبة موريتانية في ألا تترك الترتيبات الترابية والأمنية إلى مرحلة ما بعد التسوية». ولفت إلى أنه كلما انتقل المسار الأممي من المبادئ العامة إلى التفاصيل العملية، ازدادت الحاجة إلى تحديد المجالات التي قد تتأثر بنتائج الاتفاق النهائي. غير أن ذلك، لا يعني بالضرورة، بحسب الأندلسي، تخلي موريتانيا عن الحياد الذي تبنته في النزاع، بل قد يكون تعبيراً عن سعيها إلى حماية مصالحها الوطنية مع الاستمرار في دعم الحل السياسي الذي ترعاه الأمم المتحدة.

ووفق الأندلسي فإنه «ينبغي قراءة الموقف الحالي في ضوء التحول الذي عرفته السياسة الموريتانية سنة 1979، حين انسحبت نواكشوط من النزاع وتخلت عن مطالبتها الإقليمية في الجزء الذي كانت تطالب به من الصحراء». واعتبر أنه «إذا جرى اعتماد مقترح تشكيل لجنة لتوضيح الحدود، فإن الأثر السياسي والقانوني للمبادرة سيتحدد وفق اختصاصاتها، ومرجعيتها القانونية، والأطراف المشاركة فيها، ومدى ارتباط عملها بالتسوية النهائية للنزاع». ولفت الأندلسي إلى أن «اللجنة قد تسهم في توضيح المجالات الحدودية وتقليص مصادر الاحتكاك، لكنها قد تثير أيضاً نقاشاً حول الصلة بين ترسيم الحدود وتسوية الوضع النهائي للإقليم (الصحراء). لذلك، فإن التحدي الأساسي يتمثل في ضمان ألا يتحول الملف الحدودي إلى مسار مواز يسبق الحل السياسي أو يستيق نتائج، بل أن يُعالج ضمن إطار أممي واضح يحترم القانون الدولي ومصالح دول المنطقة والالتزامات السابقة للأطراف».

بالمقابل، قال الباحث في تاريخ العلاقات الدولية، بوبكر أونغير، إن التحرك الموريتاني لترسيم الحدود «يبين أن ملف الصحراء المغربية في طريقه إلى الحل، وأن الساسة الموريتانيين استشعروا ضرورة التسريع بترسيم الحدود قبل أن يشرع المغرب وفق قرارات مجلس الأمن في تطبيق خطة الحكم الذاتي تحت السيادة المغربية، كما نص على ذلك القرار الأممي (2797)». ورأى أونغير أن «الرباط لا ترى في الخطوة الموريتانية أي إشكال، بل هي تدخل في صميم القرار السيادي الموريتاني»، معتبراً أن هذه الخطوة «لا يمكنها النجاح إلا بالتنسيق والتعاون مع الجانب المغربي باعتباره صاحب القرار السياسي السيادي في الصحراء المغربية، وأن أي قرار موريتاني أحادي الجانب محكم بالفشل ولن يؤدي الغرض المطلوب منه».

أممية تعكف على حل ملف الصحراء نحو موضوع آخر للبت في ترسيم الحدود»، لافتاً إلى أن عرف التقاضي لا يسمح بمناقشة قضية جديدة لم يطلب منه مناقشتها من قبل، وهو ما يعني أن ترسيم الحدود يقتضي مساراً قانونياً جديداً. وتساءل الفاتحي: «هل ترسيم الحدود سيكون مع موريتانيا وحدها وليس مع الجزائر مثلاً؟ على كل، أرجح أن يكون التحرك ملاحظة موريتانية تقنية تخص ضبط الوضع المستقبلي لمدينة الكويرة لطبيعتها الجغرافية كجيب داخل التراب الموريتاني، حتى إن الوصول إليها برأ يلامس كثيراً التراب الموريتاني. وهو ما قد يطرح نزاعاً حدودياً لا تريده موريتانيا المهووسة بأمن شريان حياتها الاقتصادية في ميناء مدينة نواذيبو المتاخمة للحدود».



### موريتانيا تحاول استباق أي اتفاق

من جهته، قال رئيس المركز المغربي للأبحاث والدراسات الإستراتيجية، نبيل الأندلسي، إن «إثارة موريتانيا لمسألة تحديد الحدود الدولية النهائية للصحراء تعكس إدراك نواكشوط أن مآلات التسوية لن تقتصر على تحديد الوضع السياسي للإقليم، بل ستمتد إلى إعادة ترتيب المجال الجغرافي والأمني والاقتصادي في المنطقة». وتبعاً لذلك، رأى الأندلسي أن «هذا المطلب يُقرأ باعتباره محاولة لاستباق تداعيات أي اتفاق مستقبلي، وضمان ألا تظل الحدود ومجالات الاختصاص مصدر غموض أو توتر بين الأطراف المعنية». وأوضح أنه «لا يمكن فهم الحساسية الموريتانية تجاه مسألة الحدود بمعزل عن المكانة الاستراتيجية لمدينة نواذيبو، باعتبارها مركزاً اقتصادياً وتجارياً حيواً لموريتانيا، بحيث إن القرب الجغرافي من منطقة الكويرة، والتداخل في المجال الساحلي، وأهمية الممرات البحرية، كلها عناصر تجعل نواكشوط معنية بأي تحول في الوضع القانوني أو الأمني للمنطقة».

واعتبر أن «ترسيم الحدود قد يُنظر إليه بوصفه وسيلة لتقليص

فتح تحرك موريتانيا لترسيم الحدود مع الصحراء قبل تطبيق خطة الحكم الذاتي المغربي، باب الأسئلة عن دلالته وأهدافه وتأثيراته، في ظل التطورات المتسارعة للنزاع، وما يرافقها من تفاعلات إقليمية ودولية، خصوصاً بعد صدور قرار مجلس الأمن رقم 2797 في 31 أكتوبر/تشرين الأول 2025.

وبينما تتوجه الأنظار إلى مجلس الأمن مع اقتراب موعد تجديد ولاية بعثة الأمم المتحدة في الصحراء (المينورسو) نهاية أكتوبر الحالي، برز تفصيل بالغ الأهمية في تقرير الأمين العام للأمم المتحدة أنطونيو غوتيريس الأخير حول الصحراء، بعدما كشف عن مطالبة موريتانيا بتشكيل لجنة لتوضيح الحدود الدولية النهائية والدائمة مع الصحراء، على أن يتم ذلك بطريقة توافقية. وفقاً لـ «العربي الجديد».

وتأتي الخطوة الموريتانية بالحديث عن ملف ترسيم الحدود البحرية والبرية، في وقت دخلت فيه المفاوضات التي ترعاها الأمم المتحدة مرحلة أكثر تفصيلاً، بعدما انتقلت من مناقشة المبادئ العامة للتسوية إلى بحث عدد من الترتيبات السياسية والأمنية والمؤسسية المرتبطة بأي حل مستقبلي.

كذلك، يأتي التحرك الموريتاني في وقت تتسم فيه العلاقات المغربية الموريتانية بحساسية، خاصة في ظل التزام نواكشوط بالحياد الإيجابي في نزاع الصحراء، وهو الموقف الذي يثير أحياناً تساؤلات مشروعة في الأوساط المغربية حول أسبابه ومآلاته المعقدة، خصوصاً في ظل تجذب الرباط استخدام أي ضغوط سياسية أو اقتصادية على موريتانيا لدفعها نحو تبني موقف مغاير وأكثر وضوحاً.

وبحسب مراقبين، يراهن المغرب على خروج نواكشوط من حيادها السلبي، وتعديلها للكفة المائلة نحو «جبهة البوليساريو» والجزائر، وإدارة الدفة قليلاً نحو الرباط، التي ترغب في «علاقات استثنائية» مع الجارة الجنوبية على أسس واقعية وعملية، يكون الجانب الاقتصادي الفاعلة المحركة لها.

### لا خلاف حول حدود الصحراء مع موريتانيا

ووفق مدير مركز الصحراء أفريقيا للدراسات الاستراتيجية، عبد الفتاح الفاتحي، فإن جوهر المطلب الموريتاني بشأن لجنة ترسيم الحدود ليس سياسياً، لكنه أمني واقتصادي، حيث تتخوف موريتانيا من واقع قد يهدد أمنها الاقتصادي في مناطق استخراج الحديد وتأمين تصديره. وقال الفاتحي: «عملياً وطبوغرافياً، فإن حدود إقليم الصحراء المتنازع عليه مضبوطة في لوائح الأمم المتحدة ولا اختلاف حولها. كما أن موريتانيا حين وقعت اتفاق السلام مع جبهة البوليساريو سنة 1980 قبلت بتلك الحدود. إن موريتانيا كانت على الدوام طرفاً في ملف الصحراء، ولم تبد أي مطلب أو نيات بخصوص أي جزء في خريطة الصحراء، وهو ما يجعل العديد من المراقبين يستغربون مطلباً (ترسيم الحدود) كهذا».

وأوضح أنه «من الناحية القانونية لا يستقيم تحويل مهام أجهزة

## Iraq vows not to allow attacks on Saudi Arabia from its territory: Prime minister

**Iraqi Prime Minister Ali al-Zaidi said that Baghdad would not allow its territory to be used to launch attacks threatening Saudi Arabia or other countries in the region, as he met Saudi Crown Prince Mohammed bin Salman in Riyadh.**

Al-Zaidi reaffirmed Iraq's commitment to regional security and good-neighborly relations during the talks, according to statements from the Iraqi prime minister's office and the official Saudi Press Agency (SPA). The Iraqi premier arrived in Riyadh for his first visit to Saudi Arabia since taking office in May, with discussions focusing on regional developments, bilateral relations and security coordination.

The crown prince received al-Zaidi at the Royal Court at Al-Yamamah Palace, SPA reported.

The two sides discussed regional developments and coordination of efforts aimed at strengthening security and stability in the region, it added. Al-Zaidi strongly condemned recent attacks on King Khalid International Airport in Riyadh and other civilian and critical infrastructure in Saudi Arabia, describing them as a "threat to regional security and stability." Since Oct. 5, five Saudi airports, including King Khalid International Airport, have been targeted in attacks claimed by Yemen's Houthis, leaving 20 people dead and hundreds injured, as well as causing damage and disrupting air traffic.

Al-Zaidi stressed that Iraq would not allow its territory to serve as a launchpad for attacks or other actions threatening the security of Saudi Arabia or neighboring countries.

He also reaffirmed Baghdad's commitment to respecting the sovereignty of Saudi Arabia and other states in the region.

Mohammed bin Salman expressed Saudi Arabia's desire to strengthen cooperation with Iraq, particularly in security coordination, according to the Saudi statement.

He also voiced support for Baghdad's efforts to promote dialogue and stability in the region, the Iraqi prime minister's office said.

Al-Zaidi and Mohammed bin Salman also discussed bilateral relations. The Saudi crown prince stressed the Kingdom's desire to strengthen cooperation with Iraq in various fields, particularly security coordination. He also voiced Saudi Arabia's support for the Iraqi government's efforts to promote dialogue and achieve stability in the region, according to the Iraqi statement.

Al-Zaidi returned to Baghdad later Wednesday following a visit lasting several hours, according to the official Iraqi News Agency (INA). Previous attacks linked to Iraqi territory

The meeting came amid heightened regional tensions following the outbreak of the US-Israeli war against Iran in February.

Several Arab countries, including Saudi Arabia, have reported attacks launched from Iraq by armed groups aligned with Tehran.

Al-Zaidi had been scheduled to visit Riyadh on July 29, but the trip was postponed after joint US-Saudi strikes on facilities belonging to Iraq's state-affiliated Popular Mobilization Forces in seven provinces killed 20 people and injured 32 others.

Washington and Riyadh said the strikes targeted logistical facilities and weapons depots belonging to Iran-aligned groups in response to drone attacks on oil installations and military bases in several countries, including Saudi Arabia.

Saudi Arabia later said it had acted after exhausting political and diplomatic options and exercising maximum restraint for months.

<https://www.trtworld.com/>



## مصر ودعم السعودية... تحركات سياسية لكبح الاندفاع نحو التدخل العسكري في اليمن

ومقدراتها. ويرر الحزب موقفه بغياب المعلومات الكافية بشأن طبيعة المهام العسكرية المحتملة، وحذر من أن المشاركة المصرية قد تعرض المصالح والمنشآت المصرية لمخاطر، لا سيما حركة الملاحة في البحر الأحمر وباب المندب وقناة السويس. كما ظهرت مواقف برلمانية تدعم حماية السعودية، لكنها تتحفظ على إرسال جنود مصريين إلى داخل اليمن. فقد طرح النائب رضا عبد السلام تصوراً يقوم على اقتصر الدور المصري على الدفاع عن الأراضي والمنشآت الحيوية السعودية، بما يشمل المطارات ومحطات المياه والكهرباء، مع تجنب المشاركة في عمليات قتالية داخل الأراضي اليمنية، ومواصلة جهود الوساطة.

### بين التأييد والرفض

في المقابل، أبدت أحزاب أخرى التفويض معتبرة أن أمن السعودية يرتبط بالأمن القومي المصري والعربي، وأن حماية المملكة تستلزم الاستعداد لتقديم الدعم اللازم. وأعلنت الهيئات البرلمانية لأحزاب الوفد والشعب الجمهوري والعدل تأييدها طلب التفويض، ما يوضح أن النقاش السياسي لا يدور حول رفض الدعم السعودي من حيث المبدأ، وإنما حول طبيعة الدعم وحدوده وشروطه، ومدى كفاية المعلومات المتاحة بشأن المهمة المحتملة.

وقال نائب رئيس حزب العدل عضو مجلس النواب محمد فؤاد، في تصريحات له، «العربي الجديد»، إن التعامل مع قرار بحجم التفويض المتعلق بدعم السعودية يتطلب من الأحزاب والقوى السياسية تجاوز المواقف العامة المؤيدة أو الراضية، والانخراط في نقاش جاد بشأن أهداف التحرك وحدوده والنتائج المترتبة عنه، بما يضمن حماية المصالح المصرية والحفاظ على استقرار المنطقة. وأضاف فؤاد أن مسؤولية القوى السياسية لا تنتهي بإبداء موقف خلال المناقشات البرلمانية، وإنما تمتد إلى متابعة تطورات الملف وممارسة دورها الرقابي والتشريعي، وطرح التساؤلات المتعلقة بطبيعة المهام المحتملة للقوات المصرية، والظروف التي قد تستدعي المشاركة، ومدى ارتباطها بتعهدات مباشرة للأمن القومي والمصالح الاستراتيجية للدولة.

وشدد فؤاد على أن مساندة السعودية تنطلق من اعتبارات الأمن القومي العربي والعلاقات الاستراتيجية بين البلدين، لكن التعامل مع التحديات القائمة ينبغي أن يستند إلى حسابات دقيقة تأخذ في الاعتبار طبيعة المخاطر والتداعيات المحتملة لأي تحرك عسكري، أمنياً واقتصادياً وسياسياً، وأشار إلى أن تجارب الصراعات الإقليمية السابقة تؤكد أهمية وضوح الأهداف منذ البداية، وعدم ترك مسار العمليات مفتوحاً من دون تصور بشأن نطاقها والنتائج المطلوب تحقيقها، محذراً من الانزلاق إلى مواجهات ممتدة تستنزف الموارد البشرية والاقتصادية. ورأى أن حماية الأمن القومي المصري تتطلب الجمع بين الاستعداد للتعامل مع التهديدات التي تمس المصالح الاستراتيجية للدولة، والعمل السياسي والدبلوماسي لاحتواء الأزمات، مؤكداً أن دعم الدول العربية لا يتعارض مع السعي إلى خفض التصعيد، وأن التنسيق والبحث عن حلول سياسية يظلان من الأدوات الضرورية لمنع اتساع المواجهات وتقليل كلفتها.

أرجأ البرلمان المصري قراره حول مشاركة بلادهم الرسمية في الحرب دفاعاً عن السعودية، في وقت تلقت فيه قوى سياسية وشخصيات عامة مصرية دعوة شيخ الأزهر أحمد الطيب إلى تشكيل لجنة وساطة عاجلة من حكماء الأمة العربية والإسلامية لإنهاء الحروب والصراعات في المنطقة، لتدفع باتجاه تغليب الحل السياسي في الأزمة اليمنية، بالتزامن مع تصاعد الجدل بشأن طلب الرئيس المصري عبد الفتاح السيسي تفويضاً برلمانياً لاتخاذ إجراءات عسكرية محتملة لدعم السعودية في مواجهة هجمات الحوثيين. وبينما تؤكد هذه القوى تضامنها مع الرياض ورفض الاعتداء على أراضيها، تتزايد الدعوات إلى وقف التصعيد، والتحفيز على التوسط العسكري قبل اتساع أهدافه وتكاليفه، ما يعكس محاولة سياسية لفتح مسار بديل عن الحرب أو على الأقل إبطاء الانتقال إليها. وفقاً لـ «العربي الجديد».

### دعوة الأزهر تتفاعل في مصر

جاءت دعوة الأزهر، التي صدرت مؤخراً، في توقيت بالغ الحساسية، إذ تزامن مع إعلان مجلس الدفاع الوطني المصري استعداد القاهرة لتقديم أشكال الدعم اللازمة والممكنة للسعودية، ومع مناقشات مجلس النواب طلب التفويض الذي طرحه السيسي. ودعا شيخ الأزهر إلى الوقف الفوري والشامل لأعمال الحرب والقتال والتدمير، وتشكيل لجنة تضم حكماء وشخصيات من مختلف الدول العربية والإسلامية، تعمل على نزع فتيل الأزمات وتقريب وجهات النظر بين الأطراف المتنازعة، مؤكداً استعداد الأزهر لتقديم الدعم اللازم لإنجاح المبادرة.

لم تبق الدعوة في حدود المؤسسة الدينية، إذ سارعت أحزاب وشخصيات سياسية إلى تبني مضمونها أو تقديم مقترحات تتقاطع معها، في وقت تتباين فيه المواقف من التفويض العسكري بين التأييد المباشر والتحفظ والامتناع عن التصويت، وصولاً إلى رفض إرسال قوات مصرية إلى ساحة القتال داخل اليمن.

في السياق، ثمن مفتي الجمهورية نظير عباد مبادرة شيخ الأزهر، داعياً إلى إعلاء لغة الحوار ونشر ثقافة السلام وتقريب وجهات النظر، فيما رحبت شخصيات عامة بالمبادرة باعتبارها فرصة لنزع فتيل الأزمات وتعزيز فرص التسوية السياسية.

وعلى المستوى الحزبي، أعلن حزب الدستور، في بيان، تضامنه مع السعودية في مواجهة أي تهديد يمس أمنها وسيادتها، لكنه شدد في الوقت نفسه على ضرورة دراسة أي قرار قد يتربط عنه دخول مصر في مواجهة عسكرية إقليمية، مع تحديد نطاق التفويض وأهدافه وحدوده. ودعا الحزب إلى إعطاء الأولوية لوقف الحرب واحتواء التصعيد، والعمل على إنهاء الخلافات بين السعودية والأطراف اليمنية عبر الحوار والوساطة والجهود الدبلوماسية.

أما الحزب المصري الديمقراطي الاجتماعي، فقد اتخذ موقفاً أكثر ارتباطاً بالإجراءات البرلمانية، إذ قرر مكتبه السياسي توجيه هيئته البرلمانية إلى الامتناع عن التصويت على طلب التفويض، مع تأكيد تضامنه الكامل مع السعودية ورفض أي اعتداء على أراضيها.



## أمريكا تعلن موافقتها على مساعدات عسكرية لمصر بقيمة 300 مليون دولار

أعلنت وزارة الخارجية الأمريكية أنها قررت تجاوز شروط حقوق الإنسان المتعلقة بتقديم مساعدات عسكرية لمصر تتجاوز قيمتها 300 مليون دولار، وذلك في ضوء «الدور البناء» الذي تؤديه القاهرة منذ بدء التوتر بين أمريكا وإيران، وفق وكالة سيوتنيك الروسية.

وكانت مصر بدأت في تلقي دعم أمريكي كبير عقب توقيع معاهدة السلام مع إسرائيل عام 1979، وهي تتلقى



مساعدات عسكرية أمريكية تبلغ قيمتها نحو 1.3 مليار دولار سنوياً، منذ أواخر ثمانينيات القرن الماضي. ويخضع جزء من تلك المساعدات لشروط تتعلق بحقوق الإنسان والديمقراطية، وهي شروط يمكن التفاوض

عنها لدواعي الأمن القومي، وقد تسبب حجب الأموال - بما في ذلك خلال فترة ولاية الرئيس الأمريكي السابق جو بايدن - في توتر العلاقات بين القاهرة وواشنطن في الماضي.

قال المستشار في الأكاديمية العسكرية للدراسات العليا والاستراتيجية، اللواء الدكتور أحمد كامل، إن «قرار الإدارة الأمريكية الإفراج عن جزء من المساعدات العسكرية المخصصة لمصر، والتي كانت خاضعة لبعض القيود المرتبطة بملفات الديمقراطية وحقوق الإنسان، يأتي في إطار إدراك أمريكا للدور المحوري الذي تقوم به مصر في دعم الأمن والاستقرار الإقليمي».

وأوضح، أن «المساعدات الأمريكية لمصر تبلغ نحو 2.1 مليار دولار سنوياً، منها 1.3 مليار دولار مساعدات عسكرية، إضافة إلى نحو 850 مليون دولار في صورة دعم اقتصادي وبرامج تعاون مختلفة»، مشيراً إلى أن «أمريكا تعد أحد أكبر المستفيدين من استمرار هذه الشراكة الاستراتيجية».

وأضاف أن «البيان الصادر عن وزارة الخارجية الأمريكية ركّز على أهمية هذه المساعدات لدعم جهود مكافحة الإرهاب وتأمين الحدود ومنع انتشار التهديدات الأمنية».

## طوكيو وواشنطن تراجعان قواعد سلوك القوات الأميركية في اليابان بعد جريمة أوكيناوا

قال وزير الخارجية الياباني توشيميتسو موتيجي، إن المسؤولين يراجعون مدونة قواعد السلوك الخاصة بالقوات الأميركية في اليابان خارج القواعد العسكرية، وذلك بعد مقتل امرأة في أوكيناوا على يد جندي من مشاة البحرية الأمريكية.

ولطالما أثار الجرائم التي يرتكبها أفراد الجيش الأمريكي والتي تشمل عمليات اغتصاب واعتداءات وحوادث دهس وفراق وقيادة تحت تأثير الكحول، احتجاجات في الجزيرة الجنوبية اليابانية، التي دعت منذ سنوات مناطق أخرى في البلاد إلى تقاسم عبء استضافة القوات الأمريكية. وفقاً لوكالة الصحافة الفرنسية.

وقال موتيجي «نخطط لإجراء محادثات تشمل ما إذا كانت القواعد الحالية فعالة»، مضيفاً أن «مسائل مثل



الدوريات وإدارة حظر التجول» ستخضع للمراجعة في المحادثات مع الولايات المتحدة. وأشار إلى أن المشاورات الثنائية رفيعة المستوى ستتناول سلوك الأفراد العسكريين الأمريكيين خارج أوقات العمل وسياسة «الحرية» التي تحكم أنشطتهم الخاصة خارج القواعد العسكرية.

وألقت الشرطة اليابانية القبض على جندي في مشاة البحرية الأمريكية متمركز في أوكيناوا للاشتباه في قتله امرأة تبلغ من العمر 39 عاماً في فندق في العاصمة ناها. وفرض الجيش الأمريكي وفقاً لعملياتاً لمدة يومين بعد توقيف الجندي، لتعزيز الانضباط والمعايير، تلاه حظر تجول لمدة شهر بدءاً من منتصف الليل.

وقالت رئيسة الوزراء اليابانية ساناى تاكاشيتي، «بدأنا مشاورات رفيعة المستوى على صعيد العمل بين اليابان والولايات المتحدة الأسبوع الماضي، بشأن التدابير الفعالة التي ينبغي اتخاذها».

وأضافت أمام جلسة للجنة تشريعية «ستواصل الحكومة اليابانية بذل كل ما في وسعها لمعالجة هذه القضية وضمان عدم تكرارها».

وشكّلت الجرائم التي ارتكبها جنود أمريكيون توتراً في العلاقات بين الحليفين الأمنيين المقربين.

والعام الماضي، حكمت محكمة يابانية على جندي من مشاة البحرية الأمريكية متهم بخنق ومحاولة اغتصاب امرأة في العشرينات من عمرها بالسجن لمدة سبع سنوات. ويتمركز في اليابان حوالي 54 ألف جندي أمريكي، معظمهم في أوكيناوا.



## ترامب يثني على موقفى روسيا والصين بشأن إيران ويبتعد ماكرون

قائلاً: «ربما حان الوقت لكي يكلف زيلينسكي شخصاً آخر بالتفاوض».

وتابع «زيلينسكي لا يعرف ما الذي يتحدث عنه وأعتقد أنه حان الوقت أن يتفاوض شخص آخر نيابة عن أوكرانيا»، مؤكداً أنه يتفاوض مع روسيا بشأن إيران وأوكرانيا واتفاق الديزل، وأضاف أن الولايات المتحدة تواصل تبادل المعلومات الاستخباراتية مع أوكرانيا، وأنه سيدرس السماح للأوكرانيين بالبقاء في الولايات المتحدة بموجب وضع الحماية المؤقتة حتى انتهاء الحرب.

وتأتي هذه التصريحات قبيل توجه كل من المبعوث الأمريكي إلى الشرق الأوسط، ستيف ويتكوف، وجاريد كوشنر صهر ترامب، إلى الترويج لإجراء جولة محادثات أكرانية ينتظر أن يحضرها زيلينسكي، بحسب وكالة رويترز.

### زيلينسكي: قرارات واشنطن يصعب تفسيرها

قال زيلينسكي إن القرارات التي اتخذتها الولايات المتحدة بشأن الحرب في أوكرانيا، بما في ذلك التأخير في شحنات أسلحة والقيود المفروضة على تبادل المعلومات الاستخباراتية، «يصعب تفسيرها». وأضاف زيلينسكي في لقاء مع وفد من الكونغرس الأمريكي «لأن الأمر كله يرجع إلى رفض (الرئيس الروسي فلاديمير) بوتين إنهاء هذه الحرب، وإلى قرارات من الجانب الأمريكي يصعب تفسيرها بين الأصدقاء».

وتابع أن أوكرانيا لم تتلق تفسيرات كاملة بشأن القيود المفروضة على استخدام نظام ستارشيلد الضروري لتنفيذ بعض الضربات بالطائرات المسيّرة والتصدي للهجمات الروسية، ولا سيما تلك التي تشنها الطائرات المسيّرة النفثة عالية السرعة. وفي تصريحات نشرت في مقطع فيديو على تطبيق تليغرام، قال الرئيس الأوكراني إن بلاده لم تتلق في ثلاث مناسبات خلال الأسبوع الماضي إنذارات مسبقة عن هجمات، وهو ما يقدمه شركاؤها عادة.

وقال «نعلم أيضاً أن البنتاغون، للأسف، يؤخر تسليم الصواريخ التي دفع شركاؤنا ثمنها بالفعل من خلال برنامج قائمة متطلبات أوكرانيا ذات الأولوية». وأضاف أنه، حسب علمه، هناك شحنة صواريخ واحدة تنتظر توقيع وزير الدفاع الأمريكي بيت هيجسبيث. وقال «كل هذا يشير إلى أنه تم اتخاذ قرار سياسي ما لإبطاء وتيرة الدعم المقدم لنا».

أشاد الرئيس الأمريكي، دونالد ترامب، بما اعتبره «التصرف الجيد» لظهيره الروسي، فلاديمير بوتين، في ملف إيران، كما أثنى على موقف الصين في الشأن نفسه، بينما دعا إلى استبدال الرئيس الأوكراني، فولوديمير زيلينسكي، بمفاوض آخر في المحادثات بشأن الأزمة الأوكرانية. وفقاً لـ «العربي الجديد». وفي تصريحات صحافية، قال ترامب إنه «تصرف بشكل جيد للغاية بخصوص ملف إيران»، لأن «روسيا كان بإمكانها أن تفعل الكثير لمساعدة إيران، ولكنها لم تقدم سوى القليل جداً، وكذلك الصين كان بإمكانها مساعدة إيران كثيراً. الصين لم تفعل ذلك. ربما لا شيء تقريباً. أرى أن ذلك أمر إيجابي»، بحسب تعبيره.

وجدد ترامب تأكيد انفتاحه على المشاركة في اجتماع ثلاثي مع الرئيس الصيني شي جين بينغ والرئيس الروسي، وأنه يمكن أن يركز هذا الاجتماع على نزع السلاح النووي. وأضاف «إذا رغب الرئيس شي في ذلك، فأنا موافق». وكان الكرملين قد ذكر في وقت سابق الاثنين أن بوتين وترامب وشي قد يعقدون اجتماعاً ثلاثياً على هامش قمة منتدى التعاون الاقتصادي لآسيا والمحيط الهادئ (أبيك) الشهر المقبل في الصين.

من جهة أخرى، انتقد ترامب، تعليقات الرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون التي أشار فيها إلى أن الحرب الأميركية على إيران، أحد أسباب اندلاع المظاهرات في البلاد، وقال «باريس ستصبح مدينة إسلامية في القريب العاجل»، مضيفاً: «سبق أن أخبرت ماكرون وقادة آخرين أنه من الأفضل أن تراقبوا حدودكم لأنه يتم تدمير بلادكم». وكان ترامب قد كتب في وقت سابق على منصة تروث سوشال أن «ما يحدث في فرنسا ليس سوى هجرة جماعية خارجة عن السيطرة. الأمر لا يتعلق بالمدارس، بل برغبة الإسلام في السيطرة على بلد كان عظيماً ذات يوم!». وجاءت تصريحاته في وقت تتواصل الاحتجاجات الطلابية في فرنسا على تزدري أوضاع المؤسسات التعليمية وتهالك مرافقها والنقص في أعداد المعلمين.

### ترامب لا يريد زيلينسكي في مفاوضات أوكرانيا

عبر الرئيس الأمريكي عن اعتقاده بأن شخصاً آخر غير الرئيس الأوكراني هو من ينبغي أن يتولى التفاوض نيابة عن كييف لإنهاء الحرب مع روسيا، مدافعاً عن رفع العقوبات الأميركية التي سبق أن أقرها على روسيا خلال الأشهر الماضية، ومضى



## Axios: Trump and Netanyahu weighed new Iran strikes ahead of polls

**U**S President Donald Trump and Israeli Prime Minister Benjamin Netanyahu discussed launching a major new operation against Iran ahead of upcoming elections in both countries, the Axios news site reported.

The report, citing two US officials and other sources with knowledge of the matter, said the discussions took place before Trump publicly stated that he would not strike Iran before the US midterms. Netanyahu raised Israeli intelligence suggesting that Iran was working to rebuild its nuclear program, including possibly operating the Pickaxe Mountain site for uranium enrichment, according to one source.

A White House official called it "false" that the two leaders discussed resuming the war, claiming that Trump has ruled out attacks before the midterms in November.

Both militaries remain on alert and are finalizing preparations in case Trump changes course, sources said. One US official described Trump's stance as noncommittal, saying he told Netanyahu to prepare without making a commitment.

According to the report, US Defense Secretary Pete Hegseth and the US Central Command leadership are the strongest advocates of renewed strikes, while most advisers favor continued sanctions and economic pressure.

Israeli Army Chief of Staff Lt. Gen. Eyal Zamir reportedly told US Joint Chiefs Chairman Gen. Dan Caine that fighting within three weeks could force the postponement of Israel's Oct. 27 vote, given likely Iranian missile retaliation.

Qatari mediators are still awaiting Iran's response to the latest US counterproposal, the report added.



## فورين بوليسي: الحرب على إيران غيرت العالم إلى الأبد

قدرتها على إظهار قوتها العسكرية في الخليج وبحر العرب، مستفيدة من توسع أسطولها البحري وحاملات الطائرات. ومن شأن هذا التحول - إن تحقق - أن يغير التوازن العسكري والعلاقات الأمنية في المنطقة، ويضع واشنطن أمام منافس جديد في مجال ظلت تهيمن عليه لعقود.

### إسرائيل والحروب الدائمة

وفي مقال بمجلة فورين بوليسي، قال كينيث بولاك - نائب رئيس السياسات في معهد الشرق الأوسط - إن الحرب على إيران قد تشكل نقطة تحول تاريخية تعيد رسم قواعد الجغرافيا السياسية، محذرا من أن نتائجها الإستراتيجية طويلة الأمد ربما تكون أكثر خطورة من تداعياتها العسكرية المباشرة.

وحسب الكاتب - وهو محلل عسكري سابق في وكالة الاستخبارات المركزية الأمريكية (سي آي إيه) - فإن الحرب أظهرت فعالية أنظمة الدفاع الغربية في اعتراض معظم الصواريخ والمسيرات الإيرانية، لكن تسرب نسبة محدودة منها كان كافيا لإلحاق أضرار كبيرة، وإثارة مخاوف اقتصادية ونفسية في دول الخليج.



ويرى بولاك أن اعتراض نحو 90% من الهجمات لا يوفر الحماية الكافية، لأن الأضرار المتبقية تهدد قطاعات الطاقة والتجارة والاستثمار والسياحة، وتقوض صورة الخليج بوصفه ملاذا آمنا للأعمال والاستقرار.

### إيران قد تفرج أقوى

وبعدما اكتشفت محدودية الاعتماد على الحماية الأمريكية والإسرائيلية، بدأت دول المنطقة شراء طائرات مسيرة تركية، فيما تسعى دول أخرى إلى تطوير قدراتها الإنتاجية بالتعاون مع شركات أمريكية وإسرائيلية وصينية وأوكرانية.

على صعيد آخر، يرى بولاك أن صعود من وصفهم بالمتشددين قد يجعل التوصل إلى اتفاق نووي أكثر صعوبة، خصوصا إذا اقتنعوا بأن امتلاك السلاح النووي وحده هو الذي سيمنع هجمات مستقبلية.

ويشير الكاتب إلى أن الدعم الروسي والصيني قد يساعد إيران على إعادة بناء ترسانتها وتحسينها. لذلك، فإن إنهاء الحرب دون ردة قدرتها على تعطيل الملاحة وتهديد الخليج قد يجعلها أكثر تأثيرا إقليميا ودوليا، رغم خسارتها العسكرية.

وفي مقال بمجلة فورين بوليسي، قال كينيث بولاك - نائب رئيس السياسات في معهد الشرق الأوسط - إن الحرب على إيران قد تشكل نقطة تحول تاريخية تعيد رسم قواعد الجغرافيا السياسية، محذرا من أن نتائجها الإستراتيجية طويلة الأمد ربما تكون أكثر خطورة من تداعياتها العسكرية المباشرة.

وحسب الكاتب - وهو محلل عسكري سابق في وكالة الاستخبارات المركزية الأمريكية (سي آي إيه) - فإن الحرب أظهرت فعالية أنظمة الدفاع الغربية في اعتراض معظم الصواريخ والمسيرات الإيرانية، لكن تسرب نسبة محدودة منها كان كافيا لإلحاق أضرار كبيرة، وإثارة مخاوف اقتصادية ونفسية في دول الخليج.

ويرى بولاك أن اعتراض نحو 90% من الهجمات لا يوفر الحماية الكافية، لأن الأضرار المتبقية تهدد قطاعات الطاقة والتجارة والاستثمار والسياحة، وتقوض صورة الخليج بوصفه ملاذا آمنا للأعمال والاستقرار.

وبعدما اكتشفت محدودية الاعتماد على الحماية الأمريكية والإسرائيلية، بدأت دول المنطقة شراء طائرات مسيرة تركية، فيما تسعى دول أخرى إلى تطوير قدراتها الإنتاجية بالتعاون مع شركات أمريكية وإسرائيلية وصينية وأوكرانية.

### الصين والقوة العسكرية

من جهة أخرى، أشار الكاتب إلى أن الحرب كشفت محدودية قدرة الصين على حماية مصالحها وشركائها في المنطقة، رغم اعتمادها الكبير على نفط الخليج الذي يوفر ما يصل إلى نصف وارداتها النفطية، وتجاوز تجارتها مع دول المنطقة خمسمئة مليار دولار سنويا.

ويطرح بولاك احتمال أن تدفع هذه التطورات الصين إلى تعزيز



## غارديان: لهذه الأسباب يحتج الناس في مختلف أنحاء أوروبا

في سياق موجة الاحتجاجات المتصاعدة في أوروبا، حاولت صحيفة غارديان تقديم تفسير لهذه التحركات التي تقودها شرائح واسعة من الشباب، مشيرة إلى تدهور الأوضاع التعليمية، وارتفاع تكاليف المعيشة، وأزمة السكن التي باتت تثقل كاهل الأسر ولا سيما ذوي الدخل المحدود.

وتكشف هذه التحركات -وفق تقرير الصحيفة البريطانية- عن تدخل الأزمات الاجتماعية والاقتصادية مع التوترات السياسية، في وقت تجد فيه الحكومات نفسها أمام مطالب متزايدة بالإصلاح، وضغوط تدفعها إلى اتخاذ إجراءات عاجلة لاحتواء الغضب الشعبي. وتقول الصحيفة إن هذه التحركات -في مجملها- تعكس اتساع الاستياء من الأوضاع الاقتصادية والخدمات العامة، وسقط غياب مؤشرات واضحة على قرب انتهائها، واحتمال استمرارها ما لم تُترجم الوعود الحكومية إلى حلول ملموسة.

وتتصدر فرنسا مشهد الاحتجاجات، حيث خرج طلاب المدارس الثانوية إلى الشوارع أواخر سبتمبر/أيلول، بعد أسبوع واحد من بداية العام الدراسي، احتجاجاً على طول ساعات الدراسة، ونقص المدرسين، وتهالك الفصول الدراسية، وعموض نظام القبول الجامعي.

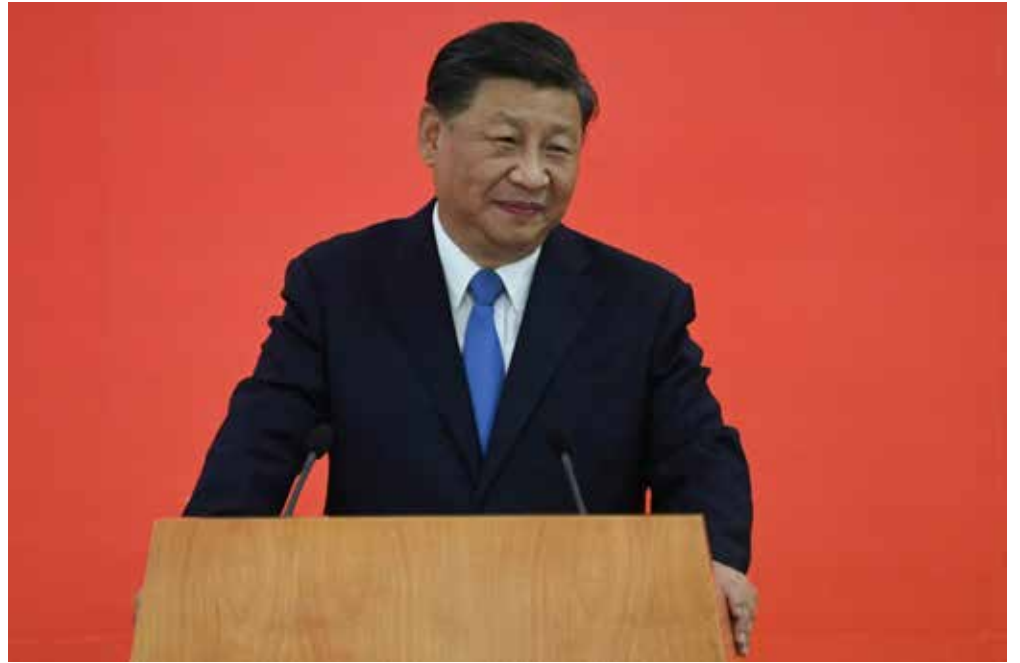
وأعلنت السلطات إجراءات لمعالجة النقص في المدرسين ودعم بعض القطاعات المتضررة من ارتفاع أسعار الوقود، لكن المواجهات مع الشرطة تصاعدت، وتجاوز عدد المعتقلين 1800 شخص، وفق عنوان تقرير صحيفة غارديان المنشور في 18 أكتوبر/تشرين الأول 2026.

وفي إسبانيا والبرتغال، تتركز الاحتجاجات على أزمة السكن وارتفاع الإيجارات وأسعار العقارات، وقد أثار إلقاء امرأة إسبانية مسنة من منزلها -بعد زيادة إيجارها بنسبة 230% غضبا واسعا، بينما ارتفعت أسعار المساكن في البرتغال بنسبة 124% بين عامي 2015 و2024.

الضغوط المعيشية والسكن وفي إسبانيا، تعثر مشروع قانون طارئ لحماية المستأجرين، مما دفع رئيس الوزراء بيدرو سانشيز إلى الدعوة لانتخابات مبكرة في 29 نوفمبر/تشرين الثاني، سعياً للحصول على أغلبية برلمانية تمكنه من تمرير الإصلاحات.

وامتدت التحركات إلى إيطاليا وبلجيكا احتجاجاً على الضغوط المعيشية، فيما تشهد ألبانيا احتجاجات ضد رئيس الوزراء إيدي راما، على خلفية اتهامات بالفساد ونقص فرص العمل وتراجع مستوى التعليم، فضلاً عن الجدل بشأن مشروع تطوير ساحلي فاخر يحظى بدعم جاري كوشنر صهر الرئيس الأمريكي دونالد ترامب.

وتواجه الحكومات الأوروبية تحدياً مزدوجاً يتمثل في الاستجابة للمطالب الاجتماعية والحفاظ على النظام العام، ففي فرنسا تتجه السلطات إلى التشدد في مواجهة الاحتجاجات، بينما قد تُحدد الانتخابات الإسبانية المقبلة مصير الإصلاحات المتعلقة بالسكن.



## لوموند: من قمة إلى أخرى.. الصين تصوغ عالماً مواتياً لتفوقها

الذين تستند إليهما الصحيفة -إلى تصور لعالم يتمحور حول قوة مركزية تقبل الدول الأخرى بتفوقها مقابل استفادتها من العلاقات والتبادلات معها.

وترى الصحيفة أن الصين تسعى اليوم إلى بناء صيغة حديثة من هذا التصور، بحيث تصبح مكانتها المركزية مقبولة دولياً من دون الحاجة إلى إنشاء منظومة تحالفات شبيهة بالمنظومة الأمريكية.

وتلفت لوموند كذلك إلى أن النفوذ السياسي الذي تبنيه بكين يساعدها على حماية مصالحها الاقتصادية،

وحتى عندما تفرض

دول مثل البرازيل وتشيلي وجنوب أفريقيا واندونيسيا رسوما جمركية على بعض المنتجات الصينية لحماية صناعاتها المحلية، فإن العلاقات السياسية الوثيقة تساعد -وفق التحليل- على احتواء هذه الخلافات التجارية ومنعها من التحول إلى نزاعات أوسع.



وتكتسب المسألة أهمية خاصة بالنسبة للصين بسبب اعتماد اقتصادها بدرجة كبيرة على الصادرات، في ظل ضعف الاستهلاك الداخلي مقارنة بحجم الإنتاج.

وفي المقابل، يتيح هذا الحضور الدبلوماسي للصين الوصول إلى الموارد الحيوية التي تحتاج إليها صناعاتها، من الكوبالت في جمهورية الكونغو الديمقراطية والليثيوم الأرجنتيني إلى النفط الروسي والسعودي والأنغولي وفول الصويا البرازيلي.

وتخلص لوموند إلى أن الصين، التي تنتج نحو ثلث السلع المصنعة عالمياً، أصبحت بالفعل الشريك التجاري الأول لمعظم دول آسيا وأفريقيا وأمريكا اللاتينية، وأن بناء شبكة واسعة من العلاقات السياسية والاقتصادية حول العالم يشكل جزءاً من مسار طويل نحو ترسيخ موقعها كقوة دولية محورية.

ترى صحيفة لوموند الفرنسية أن القمم والاجتماعات الدولية المتتالية التي يشارك فيها الرئيس الصيني شي جين بينغ قد تبدو للوهلة الأولى محدودة النتائج، لكنها تخدم إستراتيجية أوسع لبكين تتمثل في ترسيخ موقع الصين كقوة مركزية في النظام الدولي.

وأوضحت الصحيفة -في تحليل يقلم مراسلها في بكين هارولد تيبو- أن الصين تستثمر هذه اللقاءات لتقديم نفسها بوصفها طرفاً داعياً إلى إعادة التوازن في النظام العالمي ومناهضة للهيمنة الغربية، مع تجنب بناء تحالفات عسكرية ملزمة على غرار تلك التي أقامتها الولايات المتحدة مع حلفائها.

وتقدم الصين نفسها خلال هذه اللقاءات بوصفها «الأخ الأكبر» البتاء، في وقت تتخبط فيه الولايات المتحدة في عمليات عسكرية جديدة تفتقر إلى الشرعية الدولية، من فنزويلا إلى إيران، وبالتالي ومن اجتماع دولي إلى آخر، تعمل الصين على صياغة عالم موات لصعودها

إلى موقع الهيمنة، عالم يقبل بمكانتها المحورية ويقرّ بها من دون الاعتراض عليها.

وتشير لوموند إلى أن بكين لا تسعى بالضرورة إلى انتزاع حلفاء واشتد منها، بل إلى الحصول على أكبر قدر ممكن من الدعم السياسي غير الملزم من الدول، خصوصاً فيما تسميه الصحيفة «الجنوب العالمي».

وتستفيد الصين في ذلك من شبكة واسعة من العلاقات الدبلوماسية والاقتصادية والعسكرية، تشمل المناورات المشتركة ومبيعات الأسلحة والدعم المادي لبعض شركائها، مع الحرص على عدم التورط المباشر في أزمات بعيدة عنها، مثل أزمات الشرق الأوسط.

ويربط التحليل هذه الإستراتيجية بمفهوم صيني تاريخي هو «تيانشيا» أي «ما تحت السماء»، وهو يشير -بحسب الباحثين ستيف تسنغ وأوليفيا تشيونغ



المركز الإسلامي لمدينة ديترويت  
Islamic Center of Detroit

14350 Tireman Ave., Detroit, MI 48228 | Tel: (313) 584-4143



# المركز الإسلامي في ديترويت (ICD) يطلق خطه الجديد للدعم النفسي

## العربي الأمريكي اليوم

ديترويت - الأمة برس - أطلق مركز MY Mental Wellness رسميًا خطه الجديد للدعم النفسي من خلال الأقران، تحت اسم: (GET-HOPE) (313-438-4673)، لتوفير مورد جديد لأفراد مجتمع مترو ديترويت ممن يبحثون عن الدعم العاطفي وشخص يستمع إليهم بتفهم وتعاطف. ويعمل الخط من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة السادسة مساءً حتى العاشرة مساءً، بالتعاون مع مؤسسة Naseeha، وبمشاركة مستجيبين محليين من منطقة مترو ديترويت، لديهم فهم لاحتياجات المجتمعات التي يخدمونها وتجاربها. ومن خلال الجمع بين البنية التحتية الراسخة لخط المساعدة التابع لمؤسسة Naseeha والدعم المجتمعي المحلي، تهدف هذه المبادرة إلى جعل خدمات الصحة النفسية أكثر سهولة في الوصول إليها، وأكثر قربًا من أفراد المجتمع، واستجابة لاحتياجاتهم.



ويمثل إطلاق هذا الخط محطة مهمة في مسيرة المركز الإسلامي في ديترويت (ICD)، إذ يأتي بعد نحو عامين من احتفال مركز MY Mental Wellness بمراسم افتتاحه الرسمية في أكتوبر 2024. فما بدأ التزامًا بتسهيل الوصول إلى خدمات الدعم النفسي، تطور باستمرار ليصبح مجموعة من الخدمات المجتمعية الهادفة. ويشكل إطلاق خط 313-GET-HOPE خطوة مهمة أخرى في تحقيق هذه الرسالة، من خلال توفير وسيلة إضافية للأفراد للحصول على الدعم عندما يكونون في أمس الحاجة إليه.

ومن خلال هذه المبادرة، يؤكد مركز MY Mental Wellness والمركز الإسلامي في ديترويت مجدداً التزامهما ببناء مجتمع يولي الصحة النفسية أهمية قصوى، ويشجع أفرادها على طلب الدعم دون تردد أو حرج، ويحرص على ألا يضطر أي شخص إلى مواجهة اللحظات الصعبة بمفرده.

للمزيد من المعلومات والاطلاع على أحدث ساعات عمل خط المساعدة، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني:

[www.mymentalwellnessicd.org/helpline](http://www.mymentalwellnessicd.org/helpline)



MY Mental  
Wellness

When you need  
a listening ear.

A Peer-Support helpline with local responders



313-GET-HOPE  
(313) 438-4673

Monday–Friday  
6 PM–10 PM

Learn more at  
[mymentalwellnessicd.org/helpline](http://mymentalwellnessicd.org/helpline)

Powered by  
Naseeha  
Mental Health

# 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

بقلوب مؤمنة بقضاء الله وقدره، نتقدم بخالص التعازي وصادق  
المواساة في وفاة المغفور له بإذن الله، الشيخ/

**علي عبد الرزاق صالح مجلي**

إلى أبنائه/ مجلي ومحمد وصلاح وعبد الله

والى كافة أشقائه والى آل مجلي كافة

في الوطن وفي المهجر

سائلين المولى عز وجل أن يتغمد الفقيد بواسع رحمته وأن يغفر له  
ويسكنه فسيح جناته.

إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ



نحن هنا **لنستمع** إليكم. **Here to Talk.**  
نحن هنا **لنساعدكم**. **Here to Help.**

الشبكة الصحية التكاملية في مقاطعة وين ويدترويت



نخدم قرابة 123 ألف شخص ، في المجالات التالية

**DWIHN Helps Nearly 123,000 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](http://www.dwihn.org)



@DetroitWayneIHN

**Do You Need Help? Contact Us. 24-Hour HelpLine 800-241-4949**

## FIFA fines Spain over anti-Muslim chants at Egypt game

**F**IFA has fined world champions Spain \$20,000 over Islamophobic chants by supporters during a friendly against Egypt earlier this year.

The chants were heard during Spain's 0-0 draw with Egypt at Espanyol's RCDE Stadium in Barcelona on 31 March. According to The New Arab.

Sections of the crowd chanted "Whoever doesn't jump is Muslim", while Egypt's national anthem was also jeered before kick-off.

Spain winger Lamine Yamal, who is Muslim, condemned the chants after the match as disrespectful and intolerable.

"Using a religion as a taunt on the field makes you look ignorant and racist," he said.

FIFA said its appeals committee had upheld the sanction following an earlier ruling by its disciplinary committee.

The Spanish Football Federation has been ordered to pay a \$20,000 fine and must also close at least 15% of the seating at Spain's next home friendly.

FIFA said the affected seats could instead be allocated to groups including families, students and anti-discrimination organisations.

The governing body's disciplinary judges said "harsh sanctions were necessary", while acknowledging that it was the Spanish federation's first offence and that officials had acted quickly after the chants began.

Stadium announcements were made during the match calling on supporters to stop discriminatory behaviour.

The Spanish federation also condemned the chants and co-operated with authorities seeking to identify those responsible. Spanish police opened an investigation the following day into what they described as "Islamophobic and xenophobic" chanting.

The incident came amid wider debate over racism and discrimination in football. FIFA's current anti-racism framework includes a crossed-arm gesture allowing players and officials to report racist abuse during matches.

FIFA rejected the Spanish federation's argument that the word "Muslim" was not inherently insulting, ruling that otherwise neutral language can become discriminatory when used as a taunt or marker of inferiority.

The federation said on that it considered the punishment disproportionately severe and would appeal to the Court of Arbitration for Sport.

FIFA has also imposed sanctions elsewhere this year for breaches of anti-discrimination rules, including a fine against the Israeli Football Association over its handling of racist behaviour by Beitar Jerusalem supporters.

The March incident came before Spain went on to win the 2026 World Cup, defeating Argentina in the final in July.

The Egypt match had already drawn wider attention to anti-Muslim sentiment in European football, an issue TNA has examined in the context of the growing far-right backlash against Muslim players and supporters.



## مجلس حقوق الإنسان يعتمد مشروع قرار لمكافحة العنصرية والتمييز العنصري

عن التصويت، مستندتين إلى مخاوف قانونية تتعلق ببعض العناصر الجديدة في المشروع، لا سيما ما يرتبط بقرار الجمعية العامة للأمم المتحدة 80/250، ومساائل تتعلق بالأثر الرجعي للقانون والتعويضات وتصنيف بعض الأفعال باعتبارها جرائم ضد الإنسانية. وأشارت هولندا كذلك إلى الخطوات التي اتخذتها على المستوى الوطني للتعامل مع إرث العبودية، بما في ذلك الاعتذار الرسمي عن الدور الهولندي في تاريخ العبودية.

وطلبت المملكة المتحدة إجراء تصويت مسجل على مشروع القرار، لتنتهي عملية التصويت باعتماده بأغلبية 30 صوتاً مقابل 17 امتناعاً، دون أصوات معارضة.

وعقب الاعتماد، أعربت جنوب إفريقيا عن أسفها لعدم تمكن المجلس من اعتماد القرار بتوافق الآراء، بينما أكدت كينيا تمسكها بالموقف الذي قدمته المجموعة الإفريقية.

ويعكس اعتماد القرار استمرار الانقسام داخل المجلس بشأن كيفية التعامل مع القضايا التاريخية المرتبطة بالعنصرية والاستعمار والعبودية، في مقابل اتفاق واسع على ضرورة مكافحة العنصرية والتمييز العنصري والتعصب بمختلف أشكالها.

العنصري يمكن أن يتجلى في صور متعددة، من بينها عدم المساواة الاقتصادية، والإقصاء السياسي، والتفاوت في فرص الحصول على التعليم، فضلاً عن التحديات المرتبطة باستخدام التكنولوجيا والمنصات الرقمية.

وأكدت المجموعة الإفريقية أهمية معالجة الأسباب الهيكلية للعنصرية والتمييز، بدل الاكتفاء بالتعامل مع مظاهرها، مشيرة إلى أن العدالة الإصلاحية تمثل أحد العناصر المطروحة في هذا السياق.

وبأنتي القرار في عام تحل فيه الذكرى الخامسة والعشرون لاعتماد إعلان وبرنامج عمل ديربان، بما أعاد ملف مكافحة العنصرية والتمييز العنصري إلى صدارة النقاش داخل المجلس.

وأعربت المجموعة الإفريقية عن أسفها لعدم التوصل إلى توافق بشأن المشروع بعد جولات التفاوض، مشيرة إلى أن بعض الصياغات التي كانت محل اتفاق في مراحل سابقة لم تحظ بالتوافق في الصيغة النهائية.

وأيدت مصر المشروع، إلى جانب إثيوبيا وكوبا والصين، في حين أكدت دول أوروبية التزامها بمكافحة العنصرية والتمييز العنصري، مع إبداء ملاحظات على بعض عناصر النص. كما أعلنت اليابان وهولندا امتناعهما

اعتمد مجلس حقوق الإنسان التابع للأمم المتحدة مشروع القرار L.30 المعلن «من الخطاب إلى الواقع»:

دعوة عالمية لاتخاذ إجراءات ملموسة لمكافحة العنصرية والتمييز العنصري وكراهية الأجانب وما يتصل بذلك من تعصب، بأغلبية 30 صوتاً مؤيداً، مقابل امتناع 17 دولة عن التصويت، ودون تسجيل أي صوت معارض.

وجاء اعتماد القرار ضمن فعاليات الدورة الثالثة والستين لمجلس حقوق الإنسان في جنيف، خلال مناقشات البند التاسع من جدول الأعمال، الذي يتناول العنصرية والتمييز العنصري وكراهية الأجانب وأشكال التعصب المرتبطة بها.

وقدّمت كينيا مشروع القرار نيابة عن المجموعة الإفريقية، التي أكدت أن مكافحة العنصرية لا يمكن أن تظل في إطار البيانات والمواقف السياسية، وإنما تتطلب إجراءات عملية لمعالجة جذور الظاهرة وأثارها المستمرة.

ويركز القرار على الإرث التاريخي للعبودية وتجارة الرقيق والاستعمار، وما ارتبط بهذه الممارسات من آثار لا تزال حاضرة في عدد من المجتمعات، داعياً إلى اتخاذ خطوات لمعالجة هذا الإرث وتعزيز العدالة الإصلاحية وجبر الضرر.

كما يقر النص بأن العنصرية والتمييز

## الهند تعترض على وصف فانس للعمالة الهندية بـ«الخدم»

ردت الهند على تصريحات نائب الرئيس الأمريكي جي دي فانس، على وصف العمالة الهندية في الولايات المتحدة بـ«الخدم»، معتبرة أنه مسيء ويتجاهل إسهام المهنيين الهنود المتعلمين والمهرة في الاقتصاد الأمريكي ومنظومة الابتكار فيه.

وأضافت وزارة الخارجية الهندية أن استخدام مصطلحات ذات إرث استعماري مؤلم أمر مسيء للغاية، مذكّرة بأن الولايات المتحدة تشكلت عبر أجيال من المهاجرين، وأن تنقل المواهب يفيد واشنطن ونيودلهي معا عبر الابتكار والإنتاجية وفرص العمل، وفق وكالة سيونتيك الروسية.

وجاء الرد بعد إعلان فانس ووزير العمل الأمريكي كيث سوندرلينغ، تعليق برنامج شهادة العمل الدائمة لـ8 شركات كبرى في تكنولوجيا المعلومات، مع اتهامها بالاحتيايل في التاشيرات.



## Amnesty Accuses Bamako and Russia's Africa Corps of War Crimes

**A**mnesty International has accused the Malian armed forces and members of the Russian group "Africa Brigade" of committing war crimes during joint operations carried out between June 2023 and December 2025.

According to the organization, the crimes included the killing, torture, and enforced disappearance of civilians, as well as looting and destruction of property.

It confirmed that the majority of the victims were from the Fulani, Arab, and Tuareg communities. It clarified that some individuals were suspected of collaborating with armed groups "based solely on their ethnic background and their presence in areas where these armed groups operate."

In a report released, it documented the killing of at least 34 civilians in seven regions of the Segou, Mopti, and Timbuktu regions.

According to the report, none of these victims were directly involved in combat at the time of their deaths. Amnesty stated that some were shot while attempting to flee or after being arrested, while others were slaughtered or burned alive, or their bodies were burned after they were killed.

In the village of Tin Edanda in the Timbuktu region, the organization documented the killing of four people on February 12, 2025, during a joint patrol by the Malian army and members of the "Africa Brigade." A woman who survived the incident and sought refuge in the Ambera camp in Mauritania reported that she lost two of her sons and a relative after they were arrested and subsequently killed. Drone Strikes

The report also documented two drone strikes carried out by the Malian army, one targeting a market in Ijder on March 16, 2025, and the other targeting a family home in Tangata in November of the same year.

Amnesty stated that the strikes resulted in the deaths of at least 23 people, including at least five children, and found no evidence of fighters or military targets at either site.

In the Ijder market, the organization noted that the attack occurred during the day and without warning, while the Malian army announced the next day that it had targeted "terrorist gatherings" in a transit camp northwest of Lery, claiming to have killed 11 "terrorists."

However, seven individuals interviewed by Amnesty, including victims and relatives of the deceased, as well as civil society organizations, stated that all 16 dead and the seven injured in the market were civilians.

Torture and Electric Shocks

The organization also interviewed 15 men who reported being tortured and mistreated during joint patrols by the Malian army and the "Africa Brigade" or while being held at the Lery and Nambala military bases.

Witnesses reported that 30 individuals were subjected to torture, with five of them dying in the bases due to torture and poor detention conditions.

Documented methods included suspending detainees by their arms on a metal rod so that their feet did not touch the ground, waterboarding, beating with metal rods and sticks, and electric shocks.

The organization stated that these practices were largely attributed to members of the "Africa Brigade" in the presence of Malian soldiers, some of whom acted as translators or stood by without intervening, while others threatened the detainees. Detainees were not presented to a judge and were denied contact with lawyers or their families during detention periods ranging from one day to four months.

The report was based on research conducted between 2025 and 2026 in ten areas of the Eastern Hodh region of Mauritania, where approximately 290,000 Malian refugees are registered with the United Nations High Commissioner for Refugees. The organization interviewed 119 refugees from the Segou, Timbuktu, and Mopti regions.



## مقررة أممية: نساء فلسطينيات مسنات يتعرضن لعنف المستوطنين في الضفة

لواجهة العنف، ما يجعل الانتهاكات التي يتعرضن لها أقل ظهوراً ويضعف فرص وصولهن إلى الحماية والعدالة.

وأضافت أن العنف ضد النساء في سن متقدمة لا يقتصر على الاعتداء الجسدي، بل يمكن أن يشمل العنف النفسي والجنسي والاقتصادي والرقمي، إلى جانب الإهمال والهجر والسيطرة القسرية والاستيلاء على المعاشات والممتلكات والميراث.

ولفتت إلى أن النساء فوق سن 75 عاماً يستبعدن أحياناً من الدراسات والاستطلاعات، فيما قد تجري المقابلات مع بعضهن بحضور أفراد العائلة أو مقدمي الرعاية، ما قد يمنعهن من الحديث بحرية عن الانتهاكات التي يتعرضن لها. كما أكدت أن العنف الذي تتعرض له النساء في مرحلة الشيخوخة قد يكون امتداداً لانتهاكات وتجارب بدأت في مراحل سابقة من حياتهن، بما فيها العنف الأسري والزواج القسري والعنف في أوقات النزاعات، إضافة إلى الفقر والتبعية الاقتصادية.

ودعت السالم الدول إلى تعزيز استقلال النساء المسنات وأهليتهن القانونية، وتحسين آليات تقديم الشكاوى والمساءلة، وتشديد الرقابة على مؤسسات الرعاية وتطوير خدمات صحية واجتماعية ملائمة لاحتياجاتهن، مؤكدة أن التقدم في العمر لا يلغي حقوق المرأة.

وتعمل ريم السالم بصفتها مقررة خاصة وخبيرة مستقلة ضمن منظومة الإجراءات الخاصة لحقوق الإنسان، ولا تتحدث باسم الأمم المتحدة.

قالت المقررة الخاصة المعنية بالعنف ضد النساء والفتيات، ريم السالم، إن نساء فلسطينيات مسنات يتعرضن للعنف، ولا سيما خلال اعتداءات المستوطنين في الضفة الغربية المحتلة، مشيرة إلى توثيق حالات تعرضت فيها نساء للأذى داخل منازلهن أو في محيطها. وجاءت تصريحات السالم خلال إحاطة صحافية في مقر الأمم المتحدة بنيويورك، عقب تقديم تقريرها إلى اللجنة الثالثة للجمعية العامة، والذي يتناول أشكال العنف التي تواجه النساء في سن الستين فما فوق. وفقاً لـ المسار الاخباري.

وقالت السالم إن تقارير صادرة عن منظمات حقوقية ومصادر أممية وثقت تعرض نساء فلسطينيات مسنات للعنف في سياق هجمات المستوطنين، موضحة أن هذه القضية تمثل أحد أشكال العنف التي تواجهها النساء الفلسطينيات حالياً، وخصوصاً في الضفة الغربية.

وفي ما يتعلق بالعنف الذي تتعرض له الفلسطينيات بصورة أوسع، أشارت السالم إلى أنها تناولت القضية في تقارير وبيانات سابقة، بما في ذلك العنف القائم على الجنس والاعتداءات التي تتعرض لها النساء في قطاع غزة والضفة الغربية ومراكز الاحتجاز. وأوضحت أن تقريرها الجديد استند إلى أكثر من 108 إفادات مكتوبة قدمتها دول ومنظمات وخبراء، إضافة إلى مشاورات مع 58 خبيراً والاستماع إلى نساء لديهن تجارب مباشرة ومقدمي خدمات.

### النساء المسنات خارج نطاق الحماية

وحذرت السالم من أن النساء المسنات غالباً ما يغيبن عن السياسات العامة والبيانات والخدمات المخصصة

# تقنية جديدة تستخدم الأكسجين لتدمير جينات مقاومة المضادات الحيوية

الناتج إلى إتلاف هذه القواعد، وتفكيك البنية الجزيئية للمادة الوراثية.

وقال الباحثون إنهم اختبروا التقنية في سلسلة من التجارب باستخدام جزيئات مرتبطة بالحمض النووي أضيفت إلى الماء، مع محفزات ثاني أكسيد التيتانيوم، وتمكنت المحفزات من تحليل هذه الجزيئات بالكامل في ظروف التجربة.

ويرى الباحثون أن النتائج توضح كيف يمكن تحويل ما يعتبر عادة «عيوباً» داخل المواد إلى عناصر وظيفية تتحكم في مسار التفاعلات الكيميائية.

وقال الباحث المشارك في الدراسة، تشي سونج، من جامعة شمال مينزو، إن العيوب الموجودة في بنية المحفزات لا ينبغي النظر إليها باعتباره مجرد عيوب تصنيع، مضيفاً أن تصميمها بعناية يمكن أن يغير طريقة تفاعل الجزيئات مع سطح المادة، ويحدد المسارات التي تسلكها التفاعلات الكيميائية.

ويأمل الباحثون أن تستخدم هذه الآلية مستقبلاً للحد من انتشار جينات مقاومة المضادات الحيوية عبر شبكات المياه، وربما ضمن مراحل معالجة مياه الشرب قبل وصولها إلى المنازل.

## مرحلة البحث المختبري

لكن التقنية لا تزال في مرحلة البحث المختبري، ولم يثبت بعد أنها قابلة للاستخدام الآمن والفعال داخل محطات معالجة المياه على نطاق واسع. وقال الباحثون إن الدراسات المقبلة ستحتاج إلى تقييم أدائها في المياه الحقيقية التي تحتوي على خليط معقد من المواد العضوية والأملاح والكائنات الدقيقة، إلى جانب دراسة آثارها المحتملة على الإنسان والبيئة.

كما ستكون هناك حاجة إلى تحديد كفاءة النظام على المدى الطويل، وكمية الضوء والطاقة المطلوبة لتشغيله، ومدى قدرة البلورات على الاحتفاظ بنشاطها بعد الاستخدام المتكرر. ويقول الباحثون إن ميزة محتملة لهذا النهج تكمن في إنتاج المادة المؤكسدة النشطة داخل النظام نفسه وبصورة محكمة، بدلاً من إضافة كميات مستمرة من المواد الكيميائية إلى المياه، لكن إثبات تفوقه من حيث السلامة والكلفة والفاعلية على تقنيات التطهير المستخدمة حالياً سيحتاج إلى دراسات إضافية وتجارب على نطاق أكبر.

وقد تستطيع ميكروبات أخرى التقاط أجزاء من هذه المادة الوراثية واستخدامها، وهي عملية قد تسهم في انتقال جينات مقاومة المضادات الحيوية بين أنواع مختلفة من البكتيريا.

وقالت الباحثة المشاركة في الدراسة، بوكسيا ليو، من جامعة شمال مينزو في الصين، إن استمرار الحمض النووي خارج الخلايا يمثل مصدر قلق بيئي؛ لأن كائنات دقيقة أخرى قد تستوعبه، بما قد يساعد على انتشار صفات مقاومة المضادات الحيوية.



وتستخدم تقنيات تطهير المياه الحالية وسائل متعددة لقتل الكائنات الدقيقة، منها الأشعة فوق البنفسجية، ومواد مؤكسدة كيميائية. لكن الباحثين يقولون إن القضاء على الخلايا البكتيرية لا يعني بالضرورة التخلص الكامل من مادتها الوراثية، وهو ما دفعهم إلى تصميم نظام يستهدف الحمض النووي نفسه.

ويعمل الأكسجين الأحادي، الناتج عن البلورات، على مهاجمة أجزاء من الحمض النووي الغنية بالإلكترونات، ومنها القواعد الكيميائية التي تحمل المعلومات الوراثية. ويؤدي تفاعل الأكسدة

طور مهندسون بلورات خاصة من ثاني أكسيد التيتانيوم تستطيع استخدام الأكسجين الموجود طبيعياً في الماء، لتكوين صورة شديدة التفاعل منه، قادرة على مهاجمة الحمض النووي للبكتيريا، وتدمير الجينات التي قد تسهم في نشر مقاومة المضادات الحيوية، في نهج قد يفتح مستقبلاً طريقاً جديداً لتعقيم مياه الشرب.

وقال الباحثون، في دراسة نشرت دورية Chem Catalysis، إن التقنية لا تستهدف البكتيريا وحدها، وإنما أيضاً المادة الوراثية التي قد تبقى في المياه حتى بعد موت الخلايا البكتيرية، وهي مشكلة تمثل تحدياً متزايداً أمام أنظمة معالجة المياه. وفقاً لـ «الشرق نيوز».

وتعتمد الطريقة على بلورات مصممة من ثاني أكسيد التيتانيوم، تحتوي على عيوب مجهرية في بنيتها تعرف باسم «فجوات الأكسجين». وعند تعريض هذه البلورات للضوء، تتفاعل جزيئات الأكسجين العادية الموجودة في البيئة مع هذه المواقع، ما يدفع سلسلة من التفاعلات الكيميائية التي تحول الأكسجين إلى صورة أكثر نشاطاً تعرف باسم «الأكسجين الأحادي».

اكتشف باحثون آلية معقدة كانت غير معروفة مسبقاً يستخدمها نوع من البكتيريا لمقاومة بعض المضادات الحيوية.

ويختلف الأكسجين الأحادي عن الصورة الأكثر شيوعاً للأكسجين الموجودة في الهواء، والمعروفة بالأكسجين الثلاثي، في ترتيب إلكتروناته، وهو ما يجعله أكثر قدرة على الدخول في تفاعلات كيميائية سريعة مع جزيئات أخرى.

وقال الباحث المشارك في الدراسة، شينجيان شي، من جامعة خنان في الصين إن النظام يعتمد على الأكسجين المتاح طبيعياً في البيئة لتعقيم المياه، بدلاً من الحاجة إلى إضافة مواد كيميائية مؤكسدة بصورة مستمرة، كما يحدث في بعض وسائل التطهير التقليدية.

وتعد مقاومة المضادات الحيوية واحدة من أبرز التحديات الصحية العالمية؛ إذ تستطيع بعض البكتيريا تطوير آليات تجعل الأدوية المستخدمة عادة لعلاج العدوى أقل فاعلية، أو عديمة التأثير. ولا تقتصر المشكلة على وجود البكتيريا المقاومة نفسها، إذ يمكن لجزيئات الحمض النووي التي تحمل جينات المقاومة أن تستمر في البيئة بعد موت البكتيريا.

نجحت نماذج ذكاء اصطناعي في تحديد أدوية تكافح بكتيريا تسبب الالتهاب الرئوي، والتهاب السحايا في نهج يسرع البحث عن علاج لمواجهة مقاومة المضادات الحيوية.

## Singapore scientists create world's most precise atomic clock

Scientists at the National University of Singapore have developed an atomic clock so accurate that it would take more than 260 billion years to lose a single second.

The clock uses a single charged atom of lutetium, a rare-earth element, to measure time with record accuracy, according to findings published in the journal Nature. Researchers measured its frequency to 19 decimal places, achieving the lowest uncertainty ever reported for an optical atomic clock. The device is about four times more accurate than the previous record holder, which was based on calcium ions.

"I am confident that what we have now is the most accurate clock in the world," said Murray Barrett, an NUS physicist who led the research.

Atomic clocks measure time using a fixed frequency produced when electrons in atoms move between energy levels. A laser is matched to that frequency, with its rapid oscillations acting as the clock's "ticks," according to SciTech Daily.

The second has been defined using cesium atoms since 1967, with atomic clocks helping power GPS and synchronize communications and transportation networks. Team of scientists at the National University of Singapore with the world's most accurate atomic clock. Photo courtesy of NUS

Team of scientists at the National University of Singapore with the world's most accurate atomic clock. Photo courtesy of NUS

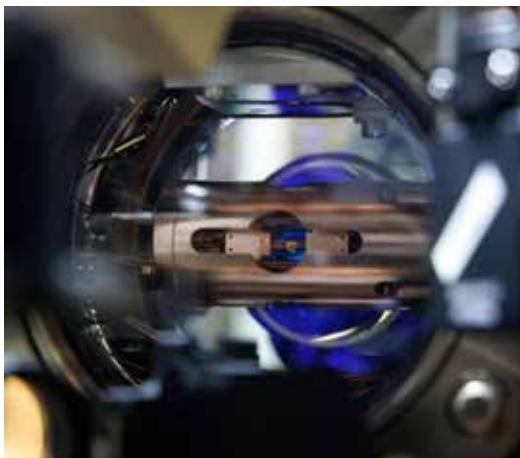
Lutetium has an advantage over elements used in other atomic clocks because it is less affected by changes in temperature and magnetic fields, helping the clock remain highly accurate. Barrett compared precise time-keeping to an ultramarathon, with the element at the heart of the clock acting as the runner.

"Our job is to make sure the runner can go the distance. Lutetium, as it turns out, is a natural born endurance athlete," he told Live Science.

To confirm its accuracy, the researchers built two lutetium clocks and compared them for 200 hours, producing the most precise atomic-clock comparison ever reported. The clocks are so sensitive they can detect tiny differences in the passage of time between objects just five millimeters apart because of changes in gravity.

Such precision could help scientists measure changes in Earth's gravity and eventually redefine the second. International timekeeping experts are considering replacing the current cesium-based standard with more accurate optical atomic clocks in or after 2030.

The Singapore team now plans to develop a smaller, portable version of the clock.



## علماء روس يطورون بديلاً فعالاً (التفلون) في دعائم الجسور

ظروف تشغيل واقعية ومتغيرة.

أظهرت الاختبارات أن المادة المركبة المبنية على التفلون المعدل بالإشعاع مع ألياف الكربون حققت أفضل النتائج مقارنة بالتفلون العادي. وقد تميزت هذه المادة الجديدة بالمزايا التالية:

انخفاض الإجهاد الداخلي: قللت المادة من الإجهادات داخل الهيكل بنسبة تصل إلى 15% في المتوسط.

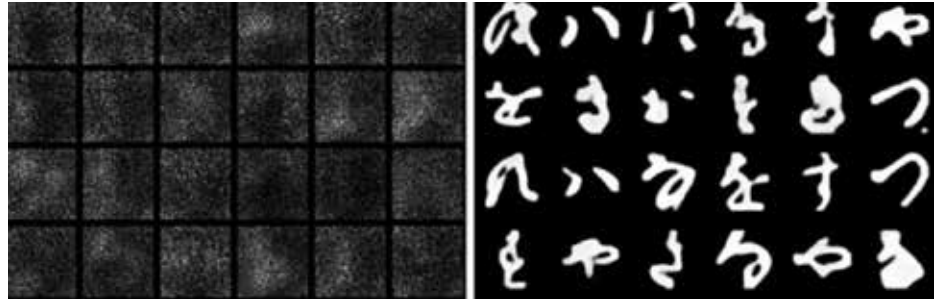
المرونة الحرارية المحسنة: حافظت على مرونتها حتى انخفاض درجات الحرارة إلى -9 درجة مئوية، حيث حدث الانتقال إلى الحالة الهشة عند درجات حرارة أقل بـ 20-25 درجة مقارنة بالتفلون التقليدي.

توفر البيانات الناتجة عن هذه الدراسة القدرة على التنبؤ المسبق بمدى تشوه طبقة الانزلاق في الواقع الزمني، وتحديد نقاط بداية التلف بدقة، مما يمهد الطريق لتطوير جسور أكثر متانة وأماناً في المناطق ذات المناخات القاسية.

نجح فريق بحثي من جامعة بيرم الوطنية للبحوث (PNNPU) في تطوير مادة مركبة مبتكرة تهدف إلى استبدال التفلون التقليدي المستخدم في الهياكل الداعمة للجسور، مما يعد بحل جذري لمشكلة هشاشة المواد في درجات الحرارة المنخفضة، بحسب سبوتنيك.

تُعد الهياكل الداعمة عنصراً حيوياً في أي جسر، إذ تربط الامتدادات بالأساسات، وتمتص الاهتزازات، وتوزع الأحمال الهيكلية. وعلى الرغم من الانتشار الواسع لاستخدام التفلون في هذه التطبيقات بفضل خصائصه الانزلاقية، إلا أنه يعاني من عيب جوهري: فدرجات حرارة أقل من +14 درجة مئوية تجعله هشاً وعرضة للتشوه البطيء تحت الضغط، مما يقلل من عمر الافتراضي وكفاءته في المناخات الباردة.

وللتغلب على هذا التحدي، أجرى الباحثون دراسة شاملة للمواد الحديثة المقاومة للاحتكاك والبلى، وقاموا بإنشاء نموذج حاسوبي دقيق لهيكل دعم الجسر لمحاكاة سلوك المواد تحت



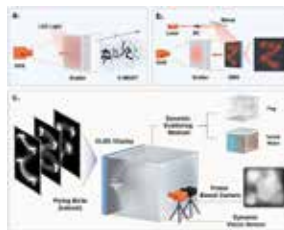
## تطوير نظام تصوير مستوحى من الدماغ للرؤية عبر الضباب

المتحركة وتتبع مساراتها في أجزاء من الثانية بدقة تشابه هيكلية تصل إلى 96%.

وأثبتت الاختبارات المعملية داخل غرف الضباب وخزانات المياه العكرة جداً كفاءة النظام في رصد أشكال متحركة لا تستطيع العين البشرية أو الكاميرات العادية تمييزها، فضلاً عن تميزه باستهلاك منخفض للغاية للطاقة.

ورغم بعض القيود المتمثلة في ضرورة حركة الأجسام واكتفائه بتقديم صور ظلّية، يفتح هذا الابتكار آفاقاً واسعة لتطبيقات عملية مهمة تشمل تطوير منظومات السيارات ذاتية القيادة، وطائرات البحث والإنقاذ المسيرة في ظروف الطقس القاسي، ومجالات الملاحة تحت الماء والرعاية الصحية.

السطوع والوميض والحركة، ما يتيح له تصفية الضباب المحيط الذي يتغير ببطء شديد مقارنة بالأهداف المتحركة.



أما العنصر الثاني فهو «شبكة عصبية نبضية» تحاكي القشرة البصرية للدماغ، وتتولى معالجة النبضات غير المتزامنة الصادرة عن المستشعر لإعادة بناء صور الأهداف

باحثون بجامعة براون طوروا نظام تصوير يحاكي الدماغ لرؤية وتتبع الأجسام عبر الضباب والمياه العكرة بدقة 96% وطاقة منخفضة وتطبيقات واسعة طوّر باحثون في كلية الهندسة بجامعة براون الأمريكية، نظام تصوير متطوراً مستوحى من بنية الدماغ البشري، يتمتع بقدرة فريدة على «الرؤية» وتتبع الأجسام المتحركة بدقة داخل البيئات شبه المعتمة، مثل الضباب الكثيف أو المياه الموحلة التي تعجز الكاميرات التقليدية عن اختراقها.

تعتمد هذه التقنية على دمج عنصرين أساسيين، أولهما «مستشعر رؤية ديناميكي» يعمل بطريقة مشابهة لشبكة العين، حيث يتجاهل التقاط الإطارات الكاملة ويستجيب حصراً لتغيرات

## Honor officially intros phone with 11,000mAh sili-con-carbon battery

**H**onor has officially introduced a new mid-range smartphone in Malaysia: the X9e Pro. The phone's key highlight is an 11,000mAh sili-con-carbon battery.

The Honor X9e Pro supports 80W wired charging and 27W wired reverse charging. According to Honor, the phone can provide up to 66.8 hours of video playback. According to Notebook check.

The phone features a 6.8-inch AMOLED display with a resolution of 2,788 × 1,280 pixels and a 120Hz refresh rate. Honor lists a typical brightness of 800 nits and a high-brightness mode of 2,000 nits. The company also claims that the display can reach a peak brightness of 10,000 nits during full-screen playback of supported video content.

The phone is powered by the Qualcomm Snapdragon 6 Gen 5 chipset, paired with 8GB of RAM and up to 512GB of storage. On the rear, the X9e Pro has a 108MP primary camera with a 1/1.67-inch sensor and OIS. A 16MP front-facing camera handles selfies and video calls. The rear camera supports video recording at up to 4K resolution.

The X9e Pro carries IP66, IP68, IP69, and IP69K ratings for dust and water resistance. It has also received an SGS five-star certification for drop resistance.

Other specifications include Wi-Fi 6E, Bluetooth 6.0, NFC, and Corning Gorilla Glass Victus 2. On the software side, the device ships with MagicOS 10 based on Android 16.

Notably, the Honor X9e Pro resembles the Honor X80 Pro Max, which launched in China in June 2026. The X80 Pro Max (curr. \$394.87 on TradingShenzhen) also features an 11,000mAh battery and the Snapdragon 6 Gen 5 chipset. However, it has a single 50MP rear camera.



## «آيفون 18 برو» يطرح حلاً لمعضلة الثقة بالصور في عصر الذكاء الاصطناعي

(التنظيف)، التي تتيح للمستخدمين إزالة العناصر المشتتة للانتباه من خلفية الصورة.

وتزداد المسألة تعقيداً مع التطور الكبير الذي شهدته تقنيات معالجة الصور المدمجة في الهواتف الذكية. فقد أصبحت العديد من كاميرات الهواتف اليوم تعتمد على أدوات معالجة وتحرير بالغة التطور، مما يجعل الصورة النهائية في بعض الحالات مختلفة بدرجة كبيرة عن المعلومات التي التقطتها مستشعر الكاميرا في الأصل.

وعلى سبيل المثال، اكتشف مستخدمو هواتف «سامسونغ» في عام 2023 أن أدوات المعالجة المدعومة بالذكاء الاصطناعي، والتي صُممت لتحسين مظهر الصور، يمكن أن تستبدل بعض العناصر الأصلية بعناصر مصنوعة بالكامل. فعندما يحاول المستخدم، مثلاً، التقاط صورة للقمم، يمكن للهاتف التعرف على ما يحاول تصويره، ثم استبدال الصورة التي التقطها المستشعر بنسخة مصنوعة وأكثر وضوحاً للقمم، مما يؤثر تساؤلات حول مدى تعبير الصورة النهائية عن المشهد الذي التقطه المستخدم فعلياً.

وفي ورقة بيضاء نُشرت حول «صورة أبل المرجعية» (Apple Reference Image)، أقرت شركة «أبل» بأن الإتاحة السهلة لأدوات الذكاء الاصطناعي أتاحت تقديم «ميزات مفيدة»، من بينها الأدوات الموجودة في هواتفها الخاصة. لكنها أشارت في الوقت نفسه إلى أن هذه الأدوات ذاتها «تجعل من الصعب التمييز بين الصور التي توثق أحداثاً حقيقية والصور المصنوعة التي خضعت لتعديلات جوهرية أو تم إنشاؤها بالكامل».

وتوضح الشركة أن «هذه المشكلة ليست سهلة الحل»، مشيرة إلى أن الكاميرات الحديثة تتضمن مجموعة من «خوارزميات معالجة الصور المتطورة لإنتاج الصورة النهائية القابلة للعرض». ومن ثم، فإن أي نظام يهدف إلى التحقق من صحة الصور يجب ألا يكتفي بفحص الصورة النهائية، بل ينبغي أن يكون قادراً أيضاً على التحقق من البرمجيات المستخدمة في معالجتها، إلى جانب البيانات التي وصلت فعلياً من مستشعر الكاميرا.

ومن هذا المنطلق، تسعى «صورة أبل المرجعية» إلى توفير وسيلة تساعد في الفصل بين الصورة التي التقطتها الكاميرا فعلياً والصورة التي خضعت لاحقاً لتعديلات أو تغييرات كبيرة.

في وقت أصبحت فيه تقنيات الذكاء الاصطناعي قادرة على إنتاج صور شديدة الواقعية وتعديل الصور الفوتوغرافية بطريقة يصعب معها التمييز بين الحقيقي والمصطنع، تبرز مسألة جديدة تتجاوز جودة الصورة نفسها: كيف يمكن إثبات أن ما نراه في صورة ما حدث بالفعل؟ ويبدو أن شركة «أبل» تحاول الإجابة عن هذا السؤال من خلال ميزة جديدة أضافتها إلى هاتف «آيفون 18 برو» (iPhone 18 Pro)، تتيح إنشاء نسخة من الصورة يمكن التحقق من أصالتها ومصدرها. وتتضمن كاميرا هاتف «آيفون 18 برو» الجديد من شركة «أبل» ميزة غير بارزة تهدف إلى معالجة إحدى أكبر المشكلات المرتبطة بالذكاء الاصطناعي، وفقاً لصحيفة «إندبندنت». وكشفت «أبل» النقاب عن الهاتف الجديد الأسبوع الماضي خلال حدث ركزت فيه الشركة بصورة كبيرة على الكاميرا باعتبارها إحدى الميزات الرئيسية للجهاز. وسلطت «أبل» الضوء على ميزة جديدة لفتحة العدسة المتغيرة، تتيح للكاميرا العمل بكفاءة أعلى بكثير في ظروف الإضاءة المنخفضة، إلى جانب مجموعة من الأدوات البرمجية الجديدة التي تمنح المستخدمين تحكماً أكبر في الصور.

غير أن هناك ميزة أخرى لم تحظ إلا بإشارة عابرة خلال الحدث، رغم أنها قد تمثل تغييراً أكثر أهمية في الطريقة التي تُشارك بها الصور عبر الإنترنت. وتحمل هذه الميزة اسم «صورة أبل المرجعية» (Apple Reference Image)، وتهدف إلى تمكين المصورين من إنشاء نسخة غير معدلة وقابلة للتحقق من صحتها للصور التي يلتقطونها بواسطة كاميرا «آيفون». وبذلك، يمكن للمصور أن يقدم دليلاً على أن الصورة توثق مشهداً حقيقياً شاهده والتقطه بالفعل، بدلاً من أن تكون صورة مولدة أو معدلة بصورة جوهرية باستخدام أدوات الذكاء الاصطناعي.

وتستهدف هذه الخطوة مشكلة واسعة النطاق تزداد تعقيداً مع التطور السريع لأدوات الذكاء الاصطناعي، تتمثل في صعوبة إثبات أن الصورة حقيقية بالفعل، وأنها تعكس الواقع كما يُفترض أن تفعل. فمع تزايد قدرات هذه الأدوات وانتشارها على نطاق واسع، تنامت حالة عدم الثقة تجاه المحتوى المرئي بمختلف أنواعه، بما في ذلك الصور الفوتوغرافية، نتيجة سهولة تزويرها أو تعديلها بطرق تبدو مقنعة للغاية.

ولا تقتصر هذه الإشكالية على الأدوات الخارجية المخصصة لتوليد الصور أو تعديلها؛ إذ توفر شركة «أبل» نفسها بالفعل بعض الأدوات التي تتيح إجراء تعديلات على الصور. فعلى سبيل المثال، تتضمن هواتفها الحديثة أداة «Clean Up»

## سامسونج تكشف عن سماعات Galaxy Buds On بتصميم مفتوح

أعلنت شركة سامسونج رسميًا إطلاق سماعات الأذن اللاسلكية الجديدة Galaxy Buds On، لتدخل بها سوق السماعات ذات التصميم المشبكي المفتوح، الذي يتيح للمستخدم الاستماع إلى المحتوى الصوتي مع البقاء أكثر وعيًا بالأصوات المحيطة.

وتعتمد السماعات تصميمًا مريحًا يثبت حول الأذن بدلاً من إغلاق قناة الأذن، مع توزيع الضغط على مساحة أوسع من الأذن لضمان ثباتها أثناء الحركة. وتقول سامسونج إنها درست أشكال الأذن المختلفة وطوّرت مواضع السماعات والبطاريات والحزام المرن وفقًا لذلك. بحسب ما نشرته «البوابة التقنية».

وتتضمن Galaxy Buds On أدوات تحكم باللمس في الجزء الخلفي من السماعات، تتيح تشغيل الموسيقى وإيقافها وإدارة المكالمات دون الحاجة إلى إخراج الهاتف.

وتعتمد السماعات على مكبرات TwinBoost لتحسين إخراج الترددات المنخفضة،

بالإضافة إلى ميزة لضبط مستوى الصوت تلقائيًا وفقًا للبيئة المحيطة.

وأدمجت سامسونج نظام Audio Leakage Reduction

للحد من تسرب الصوت إلى الخارج، في محاولة لمعالجة أحد أبرز

تحديات تصميم السماعات المفتوحة.

وتعمل السماعات بمعالج Qualcomm

Snapdragon S7 Gen 1 Sound Platform مع مضخم صوت من الفئة D، وتوفر ما يصل

إلى 9.5 ساعات من تشغيل الصوتيات بشحنة واحدة.

ولتحسين جودة المكالمات، تضم Galaxy Buds On ثلاثة ميكروفونات،

بالإضافة إلى مستشعر Voice Pickup Sensor يعتمد على توصيل الصوت عبر عظام الجمجمة، مع تقنيات تعلم آلي لتمييز صوت المستخدم عن

الضوضاء المحيطة.

وتدعم السماعات مزايا Galaxy AI، ومنها الوصول إلى Gemini Live عبر

الأوامر الصوتية. كما يمكن للمستخدم تسجيل الملاحظات الصوتية عبر

الضغط المطول، ثم البحث عنها لاحقًا باستخدام Bixby.

وتتيح السماعات كذلك استخدام إيماءات الرأس لتنفيذ بعض الأوامر، مثل

الرد على المكالمات أو إنهاؤها، وإغلاق التنبيهات، والاطلاع على الإشعارات.

وتطرح سامسونج سماعات Galaxy Buds On بلونها الأسود في الأسواق

نهاية شهر أكتوبر بسعر يبلغ نحو 220 دولارًا.

## آبل تطلق تحديثًا عاجلاً لمعالجة ثغرة أمنية في (آيفون) و(آيباد)

أصدرت شركة آبل تحديثًا أمنيًا عاجلاً لأجهزة «آيفون» و«آيباد»، بهدف معالجة ثغرة أمنية قد تسمح للمهاجمين بتنشغيل برمجيات خبيثة عبر ملف مصمم خصيصًا لذلك، ودعت المستخدمين إلى تنصيبه، بحسب ديلي ميل.

ويحمل التحديث رقم iOS 26.7.1، ويتوفر لهواتف «آيفون 11» والطرازات

الأحدث التي تعمل بإصدارات أقدم من نظام iOS.

وتؤثر الثغرة على مكون «CoreGraphics» المسؤول عن معالجة وعرض

الصور والرسومات على أجهزة «آيفون» و«آيباد».

وأفادت آبل بأن الثغرة ربما استُغلت في «هجوم متطور للغاية استهدف أفراداً

محدد»، دون الكشف عن

تفاصيل إضافية حول طبيعة

الهجوم، وهو نمط استهداف

قد يشير إلى احتمال استخدام

برمجيات تجسس لمراقبة

الأجهزة وجمع المعلومات

منها.

ويمكن تثبيت التحديث عبر

فتح «الإعدادات»، ثم اختيار

«عام» و«تحديث البرامج»،

والضغط على «تنزيل وتثبيت» أو «تحديث الآن»، مع نصح المستخدمين

قبل ذلك بأخذ نسخة احتياطية من البيانات، وتوصيل الهاتف بالشاحن،

والاتصال بشبكة Wi-Fi موثوقة.

كما أصدرت آبل تحديثاً لـ iPadOS 26.7.1 لعدد من طرازات «آيباد»، من

بينها iPad Pro مقاس 11 بوصة و12.9 بوصة، iPad Air من الجيل الثالث

والإصدارات الأحدث، و«آيباد» من الجيل الثامن والإصدارات الأحدث، و iPad mini

من الجيل الخامس والإصدارات الأحدث.

وفي تحديث منفصل، أطلقت الشركة نظام iOS 27.0.1 لهواتف «آيفون 18

برو» و«آيفون 18 برو ماكس»، لمعالجة عدد من المشكلات البرمجية التي

ظهرت بعد طرح هذه الأجهزة، إذ يعالج التحديث مشكلة كانت تتسبب في

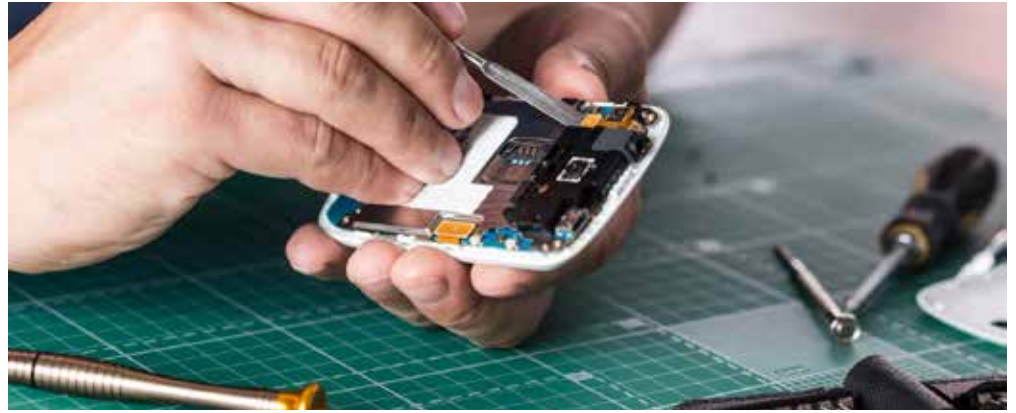
إعادة تشغيل الهاتف تلقائياً بعد فشل نظام «فيس آي دي» (Face ID) في

التحقق من هوية المستخدم، إلى جانب خلل في الكاميرا قد يؤدي إلى ظهور

ألوان غير طبيعية عند استخدام التكبير بمقدار مرتين في ظروف إضاءة معينة،

كما يتضمن إصلاحاً لمشكلة قد تؤدي إلى توقف شاشة اللمس عن الاستجابة

عند فتح «مركز الإشعارات» و«مركز التحكم» في الوقت نفسه.



## قبل أن تترك هاتفك في الصيانة.. 7 خطوات لحماية بياناتك الخاصة

الإصلاح في بيكسل صمم بحيث يستطيع الفني إجراء الفحوصات اللازمة دون رؤية بيانات المستخدم، وهو ما يقلل الحاجة إلى مسح الجهاز قبل الإصلاح.

### 3. لا تسلّم رمز فتح الهاتف أو كلمة المرور

توصي آبل صراحة بعدم مشاركة رمز دخول الجهاز أو كلمة مرور حساب آبل أو معلومات أمان الحساب مع أي شخص، بما في ذلك الفنيين. وإذا احتاج الفني إلى إدخال رمز الجهاز

قد يبدو تسليم الهاتف إلى مركز الصيانة إجراء روتينياً، لكن الجهاز يحمل في الوقت نفسه صوراً ورسائل وملفات وحسابات وبيانات شخصية قد لا يرغب المستخدم في كشفها. ومع توفر أدوات مخصصة للصيانة في أنظمة تشغيل حديثة، أصبح بالإمكان تقليل تعرض هذه البيانات دون الحاجة دائماً إلى مسح الهاتف بالكامل. وفيما يلي 7 خطوات تساعد على حماية البيانات قبل تسليم الهاتف للفني. وفقاً لـ «الجزيرة نت».

### 1. أنشئ نسخة احتياطية وتحقق منها

توصي آبل بإنشاء نسخة احتياطية لهاتف آيفون أو جهاز آيباد قبل الصيانة، والتأكد من اكتمال مزامنة البيانات مع «أي كلاود» وتحذر الشركة من أن الجهاز قد يعود من الصيانة بعد مسحه، مما يجعل وجود نسخة احتياطية سابقة ضرورياً لاستعادة البيانات.

وفي أندرويد، تتيح خدمة النسخ الاحتياطي من غوغل حفظ بيانات مثل التطبيقات وبياناتها وسجل المكالمات وجهاً الاتصال وإعدادات الجهاز ورسائل «إس إم إس» (SMS) و«إم إم إس» (MMS) بينما تحفظ الصور ومقاطع الفيديو عبر صور غوغل عند تفعيل النسخ الاحتياطي الخاص بها، وتوضح غوغل أن بعض البيانات قد تحتاج إلى إعدادات أو تطبيقات محددة حتى تحفظ.

### 2. فقل وضع الصيانة أو الإصلاح

إذا كان الهاتف يدعم هذه الميزة، فهي من أهم الخطوات قبل تسليمه، ففي هواتف سامسونج غلاكسي التي تعمل بإصدارات مدعومة من واجهة «وان يو أي» يخفي وضع الصيانة البيانات الشخصية، بما فيها الصور ومقاطع الفيديو وجهاً الاتصال والرسائل، وينشئ بيئة منفصلة يستطيع الفني استخدامها لإجراء عمليات الفحص والإصلاح.

أما هواتف غوغل بيكسل المدعومة، فيتتيح وضع الإصلاح تشغيل نظام أندرويد نظيف داخل قسم آمن ومخصص، مع وظائف محدودة تسمح بإجراء الصيانة دون الوصول إلى بيانات المستخدم الشخصية، وتؤكد غوغل أن الميزة متاحة على أجهزة بيكسل المؤهلة التي تعمل بإصدار أندرويد 14 مع تحديث ديسمبر/كانون الأول 2023 أو أحدث.

وتشير أندرويد أثوريتي إلى أن وضع

الرقمية ووسائل الدفع المخزنة على الهاتف. وتوصي آبل، ضمن خطوات تجهيز آيفون للخدمة، بإيقاف آبل كاش وإزالة البطاقات والتذاكر من آبل وولت قبل تسليم الجهاز لمركز الخدمة. ولا يعني ذلك أن كل هاتف يحتاج بالضرورة إلى إزالة جميع وسائل الدفع، فالخطوات تختلف بحسب الجهاز ونظام التشغيل وطبيعة الإصلاح.

### 6. إذا لم يتوفر وضع صيانة ففكر في المسح الكامل

في الهواتف التي لا توفر وضعاً آمناً للصيانة، يمكن أن يكون إعادة ضبط المصنع بعد إنشاء نسخة احتياطية موثوقة الخيار الأكثر تحفظاً للبيانات، خصوصاً إذا كان الجهاز سيبقى لدى مركز الصيانة لفترة طويلة. وتوضح غوغل أن إعادة ضبط المصنع تحذف البيانات الموجودة على الجهاز، بينما تشير إرشادات إصلاح بيكسل إلى إمكانية اللجوء إليها إذا تعذر حذف البيانات قبل إرسال الهاتف للصيانة.

### 7. افحص الهاتف بعد استلامه

بعد انتهاء الإصلاح، لا ينبغي الاكتفاء بالتأكد من عمل الشاشة أو البطارية، وعلى المستخدم مراجعة الحسابات والإعدادات والتطبيقات، والتأكد من عودة ميزات الحماية إلى وضعها الطبيعي.

وتنبه آبل إلى أن بعض الأجهزة قد تعود من الصيانة بعد مسحها، وفي هذه الحالة يمكن استعادة البيانات من نسخة أي كلاود أو نسخة احتياطية محفوظة على الحاسوب. كما توصي الشركة بإعادة تفعيل «الغور علي» إذا جرى تعطيله ضمن إجراءات الخدمة.

### حماية البيانات تبدأ قبل الصيانة

تسليم الهاتف إلى فني لا يعني تلقائياً أن البيانات ستعرض للوصول غير المصرح به، لكن الجهاز يجمع كمية كبيرة من المعلومات الشخصية في مكان واحد، لذلك تظل الخطوات الأساسية هي النسخ الاحتياطي، واستخدام وضع الصيانة أو الإصلاح إن توفر، وعدم مشاركة رموز الدخول، وإزالة الشرائح والوسائط الخارجية، ومراجعة الجهاز بعد عودته.

وتختلف الإجراءات الدقيقة بحسب الشركة المصنعة وطراز الهاتف وإصدار نظام التشغيل، لذلك ينبغي الرجوع إلى تعليمات الشركة الخاصة بالجهاز قبل بدء عملية الصيانة.



خلال عملية دعم معينة، تنصح الشركة بأن يبقى المستخدم حاضراً أثناء وصوله إلى الهاتف. وبوجه عام، لا ينبغي كتابة رمز القفل على الهاتف أو إرساله إلى مركز الصيانة عبر رسالة، ما دام بالإمكان استخدام وضع الصيانة أو إجراء الفحص بحضور صاحب الجهاز.

### 4. أزل شريحة الاتصال وبطاقة الذاكرة

تنصح غوغل بإزالة شريحة الاتصال من هاتف بيكسل قبل إرساله للإصلاح، أو نقل شريحة الاتصال الإلكترونية (إي سي إم) عند الحاجة. ويستحسن كذلك إخراج بطاقة الذاكرة الخارجية، إذا كان الهاتف يستخدمها، خصوصاً إذا كانت تحتوي على صور أو ملفات شخصية لا تدخل ضمن حماية وضع الصيانة الداخلي.

### 5. راجع وسائل الدفع والبطاقات الرقمية

قبل الصيانة، ينبغي مراجعة المحافظ



## للرجال فقط.. لو تحب تلبس البنطلون الزيتي اعرف الملابس المناسبة له

قد يظن البعض أن اللون الأخضر أو الزيتي صعب تنسيقه مع الملابس وذلك غير صحيح، فيمكن للسروال الأخضر أو الزيتي أن يتم تنسيقه مع ألوان علوية مختلفة ومتنوعة، فهو لون تناسبه الألوان المحايدة أو درجات اللون الأصفر والأزرق، ولمعرفة كيفية تنسيق البنطلون الزيتي في إطلالة مثالية يمكن متابعة التقرير التالي، وفقاً لموقع «theadultman».

### ما الألوان التي تتماشى مع السروال الزيتي اللون:

#### بالنسبة للقمصان:

من السهل ارتداء قميص محايد مع سروال زيتوني أخضر، أو قميص رمادي اللون مع سروال أخضر، مما يعطي إيحاء بأن اللون عملي بشكل كبير، مثل قطعة الجينز الزرقاء العملية، ويمكن ارتداء السروال الزيتي مع قميص باللون الأصفر أو الأزرق، فسهل على الشاب تنسيق ملبسه مع الألوان، فيمكن اختيار قميص أبيض اللون مع سروال من اللون الزيتي يعتبر أكثر من مدهش، وملفت للنظر ويعطى طلة لا تقاوم.

يعتبر اللون البني متناغم بشكل كبير مع اللون الزيتي، وأكثر احترافي، ويمكن اختيار سروال من الجينز الزيتوني مع قميص بني فاتح.

يعتبر اختيار قميص باللون الأزرق أمر رائع مع السروال الأخضر، مما يعطي جاذبية ويزيد القميص بشكل أكبر، لأن اللون الزاهي من فوق سيخفف لون السروال الهادئ من حدته، ويمكن ارتداء سروال أخضر زيتي مع قميص أورك غامق اللون مما يعطي طلة مذهلة وأنيقة لأقصى درجة، تصلح للعديد من المناسبات المختلفة.

ويصلح السروال الزيت مع العديد من الأحذية مثل اللون الرمادي أو البني الغامق أو حذاء رسمي أو حذاء رياضي، باللون الأبيض أو بني اللون.



## أناقة الرجل العصري.. الإكسسوارات أصبحت بطلّة موضة 2026

### أساور وخواتم

وتستمر موضة تكديس الأساور والخواتم في الانتشار خلال صيف 2026، مع الاعتماد على المزج بين المعادن المختلفة والأشكال غير التقليدية، ما يمنح كل شخص فرصة لصناعة أسلوبه الخاص بعيداً عن القواعد الصارمة التي كانت تفرضها الموضة سابقاً.

### البساطة تكسب

ورغم كثرة الاتجاهات الجديدة، يبقى شعار «الأقل أفضل» حاضراً بقوة هذا العام، فالمبالغة لم تعد هي الطريق الأسرع للفت الانتباه، بينما تستطيع قطعة واحدة مختارة بعناية أن تمنح اللوك كله قيمة وأناقة أكبر.

وفي النهاية، تبدو موضة الإكسسوارات في 2026 أكثر حرية وتنوعاً من أي وقت مضى، حيث لم يعد الهدف هو ارتداء أكبر عدد من القطع، بل اختيار ما يعبر عن شخصيتك ويمنحك الثقة، لأن الأناقة الحقيقية لا تتعلق بما ترتديه فقط، بل بالطريقة التي تقدم بها نفسك للعالم.



لم تعد الإكسسوارات مجرد تفاصيل صغيرة تضاف في اللحظات الأخيرة قبل الخروج من المنزل، بل أصبحت في 2026 جزءاً أساسياً من أي إطلالة ناجحة، خصوصاً مع تأثير السوشيال ميديا السريع على عالم الموضة وظهور تريندات جديدة بشكل شبه يومي.

### النظارات أولاً

تأتي النظارات الشمسية في مقدمة الإكسسوارات الأكثر انتشاراً هذا الموسم، خاصة الموديلات ذات العدسات الملونة والإطارات العريضة المستوحاة من أجواء الأفينيات، حيث تجمع بين الطابع العملي واللمسة العصرية التي يفضلها جيل «Gen Z» الباحث دائماً عن الاختلاف والتميز.

### عودة السلاسل

كما تشهد السلاسل المعدنية عودة قوية سواء حول الرقبة أو كإضافة للشنط والملابس، مع انتشار التصاميم الكبيرة والجريئة التي تمنح الإطلالة حضوراً واضحاً دون الحاجة إلى ملابس معقدة أو مزدحمة بالتفاصيل.

### الشنط الصغيرة

أما الشنط الصغيرة «Mini Bags»





# How to Choose a Tie for a Suit

**A** well-chosen tie can help you transform your good suit into a great one while turning heads and leaving a lasting impression. But with so many options available, it often gets difficult to choose a tie for a suit.

Whether you are gearing up for a wedding in a stylish men's suit or considering a matching vest and tie set, it is important to select the perfect tie that shows off your personality and style. In this blog, learn more about the secrets to pairing your tie perfectly with your suit while making sure that you look sharp and sophisticated in every event. According to Step style Menswear.

## Understand the Occasion

Before you think about anything else like patterns or colors, it is important to consider the event. Because every event comes with its own specialties. For instance, at weddings, especially if it is a formal affair, you will want a tie that fits the formality of the occasion. Traditional weddings can often call for classic ties, while a more relaxed setting might allow you bolder choices.

## Match the Tie to Your Suit

When you select a tie, one of the first rules is to ensure it complements your suit. Considering a men's wedding matching tie set could be an adequate option to achieve a coordinated look. But if you are picking them separately, here are some of the tips to help you:

**Color Coordination:** Choose a tie that helps you in complimenting the color of your suit. For instance, a navy suit pairs well with a burgundy or dark green tie, while a grey suit can be enhanced with a rich blue or deep purple tie.

**Pattern Play:** If your suit is plain, you

can certainly experiment with patterns on your tie like stripes, polka dots, or paisley designs to add interest. However, if your suit has a pattern, keep your tie simple to avoid any kind of clashing.

## Consider Your Shirt

The shirt you will wear under your suit also plays an important role in the tie selection. For instance, a white shirt is versatile and can match virtually any tie, but if your shirt has a pattern or color, ensure your tie does not compete with it. For a patterned shirt, opt for a solid tie as it will help you maintain the balance.

## Tie Width and Suit Style

The width of your tie matters a lot and it should align with the width of your suit lapels. For modern suits with slim lapels, a narrow tie works best. But again if you are wearing a classic suit with wider lapels, a wider tie is more appropriate for them. This proportion helps you keep your look cohesive and polished.

## Material Matters

The material of your tie plays an important role as it affects the appearance and feel. For instance, silk ties are a classic choice for their sheen and elegance which makes them ideal for stylish men's suits for weddings and formal events. While wool or knit ties offer you a more casual or textured look, which can be suitable for less formal occasions.



## Perfecting the Knot

The way you knot your tie can make a significant difference in your overall appearance. A simple knot like the four-in-hand is versatile and works for most occasions, while a more formal knot like the Windsor adds a class to your suit. So try to practice your knot to ensure it is neat and

proportional to your collar.

## Bottom Line

Choosing the right tie for a suit is very important as it will help you enhance your overall look. A right tie involves considering the occasion, matching it with your suit, selecting the appropriate width and material, and more. These tips will help you find the perfect tie for your suit, which will help you enhance your style and make a lasting impression on any special event.

# Iran says it may not endorse OIC resolution on Yemen

Iran said it may not endorse a resolution on Yemen being discussed at a meeting of the Organization of Islamic Cooperation (OIC) in Baghdad unless what Tehran considers "fairness and balance" is reflected in the text.

Speaking on the sidelines of the OIC Council of Foreign Ministers meeting, Iranian Foreign Minister Abbas Araghchi said "serious discussions" had taken place on Yemen, according to the Iranian Foreign Ministry. According to Anadolu.

"Saudi Arabia had its views, and we and other countries also expressed our views," Araghchi said, adding that the proposed resolution had not yet been finalized.

"We hope that fairness and balance will be observed in this resolution and the final statement. Naturally, if this does not happen, the Islamic Republic of Iran cannot join this resolution," he said.

Araghchi said a significant bloc of OIC members holds positions close to Saudi Arabia, adding that Tehran had conducted extensive consultations with other member states and that his speech at the meeting had emphasized a solution to the Yemen issue.

Yemen has been mired in conflict since the Iran-backed Houthis seized Sanaa and several provinces in 2014, prompting a Saudi-led coalition to intervene in 2015 in support of Yemen's internationally recognized government.

The conflict has recently spilled into Saudi Arabia, with Houthi attacks targeting the kingdom, including its oil infrastructure, following the group's declaration of a maritime blockade in July.

Turning to relations with the US, Araghchi said Iran's conditions had been presented to Washington as part of what he described as a "7-day plan," and that the US had submitted its views, to which Tehran was still preparing a response.

"From our point of view, the 7-day plan is on the table," he said.

"If there is sincerity on the American side — which there is not — the path is clear. If they fulfill those conditions, the strait will reopen on the sixth day and negotiations will begin on the seventh day," he added, referring to the Strait of Hormuz.

The remarks came during the 52nd session of the OIC Council of Foreign Ministers in Baghdad, where Iraq assumed the rotating presidency of the council from Türkiye.

The meeting brings together foreign ministers and representatives of the 57-member organization to discuss regional and international issues, including developments in Yemen and Palestine.

Araghchi also said Iran attaches particular importance to neighboring Iraq and expressed hope that Baghdad's presidency, along with the appointment of a new OIC secretary-general, would give the organization "new momentum." He said Tehran expects the OIC to play a constructive role in resolving disputes among Muslim countries.



## الخليج يدعو للحوار بشأن أزمة واشنطن وطهران واستعادة الملاحة بهرمز

### تحميل إيران المسؤولية

وفيما يتعلق بالتصعيد العسكري، أدان الوزراء استمرار ما وصفوه بـ«الاعتداءات الإيرانية بالصواريخ والطائرات المسييرة» على دول مجلس التعاون والأردن، مباشرة أو عبر جماعات حليفة لطهران. وقالوا إن الهجمات استهدفت منشآت مدنية وخدمية ومناطق سكنية وبعثت دبلوماسية، وخلفت أضراراً مادية كبيرة. وحملوا إيران «المسؤولية الكاملة عن هذه الاعتداءات وتدابيراتها»، مطالبين بوقفها فوراً ودون شروط، والامتنثال لقرار مجلس الأمن رقم 2817 الصادر عام 2026. كما دعوا مجلس الأمن إلى ضمان تنفيذ القرار ومساءلة المسؤولين عن الهجمات، وإلزام إيران بالتعويض عن الأضرار الناجمة عنها.

### الدفاع الجماعي عن السعودية

وبشأن الهجمات الحوثية على السعودية، أدان الوزراء استمرار استهداف الجماعة للحرمين الشريفين ومحيطهما والمطارات المدنية والمنشآت الحيوية، وما أسفرت عنه الهجمات من قتلى وجرحى مدنيين، وفق البيان. وأكدوا تضامن دول المجلس الكامل مع السعودية، ودعم إجراءاتها لحماية أمنها وسيادتها ومصالحها. وشددوا على أن «أي اعتداء تتعرض له أي دولة عضو هو اعتداء مباشر على جميع دول المجلس»، وفق اتفاقية الدفاع المشترك. وأكدوا احتفاظ الدول الأعضاء بحق الدفاع عن نفسها فردياً وجمعياً، بموجب المادة 51 من ميثاق الأمم المتحدة.

ودعوا إلى تصنيف جماعة الحوثي «جماعة إرهابية»، ووقف الدعم الذي يمكنها من امتلاك الصواريخ والطائرات المسييرة، وتنفيذ حظر توريد الأسلحة إليها بموجب قرارات مجلس الأمن.

ورحب الوزراء بالبيان الرئاسي الصادر عن مجلس الأمن في 15 أكتوبر/تشرين الأول الجاري، الذي أدان الهجمات الحوثية على السعودية، بما فيها استهداف منشآت شركة «أرامكو»، وأكد حق المملكة في الدفاع عن نفسها.

وفي الشأن اليمني، جدد الوزراء دعم سيادة اليمن ووحدته أراضيها، والتوصل إلى حل سياسي وفق المبادرة الخليجية ومخرجات الحوار الوطني الشامل وقرارات مجلس الأمن ذات الصلة.

ويأتي ذلك في ظل تصعيد عسكري متواصل من الحوثيين ضد السعودية منذ يوليو/تموز الماضي، شمل استهداف مرافق للطيران المدني ومنشآت للطاقة في المملكة. ومنذ مارس/آذار 2015، تقود السعودية تحالفاً عسكرياً لدعم الحكومة اليمنية المعترف بها دولياً، في مواجهة جماعة الحوثي التي تسيطر على العاصمة صنعاء ومحافظات عدة منذ سبتمبر/أيلول 2014.

دعا وزراء خارجية دول مجلس التعاون الخليجي، إلى استئناف الحوار والدبلوماسية لإنهاء الأزمة بين الولايات المتحدة وإيران، مطالبين بإشراك دولهم في أي مفاوضات تمس أمنها ومصالحها، وضمان حرية الملاحة في مضيق هرمز. جاء ذلك في البيان الختامي للدورة الـ168 للمجلس الوزاري لمجلس التعاون الخليجي، التي عقدت بالعاصمة البحرينية المنامة، برئاسة وزير الخارجية البحريني عبد اللطيف الزباني، ومشاركة وزراء خارجية الدول الأعضاء والأمين العام للمجلس. وفقاً لـ«الأناضول».

ودعا الوزراء إلى «العودة إلى مسار الحوار والدبلوماسية لتجاوز الأزمة الراهنة، والحفاظ على أمن المنطقة واستقرارها وسلامة شعوبها». وأعربوا عن دعم جهود الوساطة الإقليمية والدولية للتوصل إلى حل سياسي.

وشدد الوزراء على ضرورة معالجة القضايا العالقة، وفي مقدمتها البرنامج النووي الإيراني والصواريخ والطائرات المسييرة ودعم الجماعات الحليفة لطهران، مع احترام سيادة الدول وعدم التدخل في شؤونها.

وأكدوا ضرورة «إشراك دول مجلس التعاون في أي مفاوضات أو ترتيبات تمس أمنها ومصالحها». وتأتي الدعوة وسط استمرار المواجهة بين واشنطن وطهران منذ 28 فبراير/شباط الماضي، وتعتبر الجهود الدبلوماسية لإنهاء، جراء خلافات بشأن البرنامج النووي الإيراني والعقوبات الأمريكية وإعادة فتح مضيق هرمز أمام الملاحة الدولية.

وفي تطور متزامن، جدد وزير الخارجية الإيراني عباس عراقجي، عرض بلاده إعادة فتح مضيق هرمز خلال أسبوع، حال قبول واشنطن شروط طهران، التي تشمل رفع الحصار عن الموانئ الإيرانية والعقوبات على صادرات النفط.

### استعادة الملاحة بهرمز

وبشأن الملاحة البحرية، أكد الوزراء «ضرورة استعادة أمن الملاحة وحريةها، وعودة الأوضاع في مضيق هرمز إلى ما كانت عليه قبل يوم 28 فبراير 2026»، وفق القانون الدولي، مع احترام سيادة الدول المشاطئة وحقوق الدول المعنية. وشددوا على أهمية ضمان حرية الملاحة في مضيق هرمز وباب المندب والبحر الأحمر، باعتبارها ممرات حيوية للتجارة العالمية وإمدادات الطاقة.

وحذروا من إغلاق هذه الممرات أو عرقلة الملاحة فيها، واستهداف السفن التجارية وطواقمها وزرع الألغام، أو فرض رسوم وقيود غير مشروعة على العبور. ورفض الوزراء إخضاع حق المرور العابر لإذن مسبق أو مسارات مفروضة، بما يخالف اتفاقية الأمم المتحدة لقانون البحار لعام 1982 والقانون الدولي العرفي.

# إريتريا وإثيوبيا تتبادلان الاتهامات بالعدوان مع تراجع متمردي تيغراي



ونالت إريتريا استقلالها عن إثيوبيا عام 1993، وخاض البلدان حرباً حدودية دامية بين عامي 1998 و2000. وتحسّنت العلاقات مع وصول أبيي أحمد إلى السلطة عام 2018، وقامت إريتريا إلى جانب إثيوبيا خلال الحرب الأهلية التي خاضتها بين عامي 2020 و2022 ضد الجبهة الشعبية لتحرير تيغراي. لكن العلاقات تدهورت بعد الحرب، إذ أثارت الطريقة التي انتهت بها غضب إريتريا التي باتت تخشى غزواً إثيوبيا.

وأعرب عن خشيته من أن رئيس الوزراء الإثيوبي أبيي أحمد «لن يتوقف عند الحدود»، بل سيواصل الهجوم داخل إريتريا. وشدّت إثيوبيا، الدولة التي لا تملك منفذاً بحرياً، ماراً على حفها في منفذ مباشر إلى البحر، وهو ما تعتبره إريتريا تهديداً بغزوها والاستيلاء على ميناء عصب. وقال وزير الإعلام الإريتري «يجب أيضاً النظر إلى الهوس الهستيري بالبحر الأحمر في ضوء النوايا السابقة لشنّ حرب غزو على إريتريا». ولم تردّ سلطات البلدين على طلبات فرانس برس للتعليق.

الجوية الإثيوبية استنفاً رحلاتها إلى المدينة اعتباراً من 11 تشرين الأول/أكتوبر. وتشير معطيات أيضاً إلى أنّ القوات الفدرالية أجبرت القوات الإريتريّة على التراجع بضربات مكثفة بطائرات مسيّرة.

## - المتمرّدون يخسرون مدناً -

وقال شهود لفرانس برس الجمعة إن المتمردين فقدوا السيطرة على مدينتيّ أخريين في تيغراي، هما شيري وأديغرات. وأفاد عامل إغاثة في شيري بأنّ مقاتلي الجبهة الشعبية لتحرير تيغراي ومسؤولي الإدارة المحلية غادروا المدينة الأربعاء. وقال «ينشط ناهبون في المدينة، وقُتل أربعة أشخاص وأصيب 11 في تبادل لإطلاق النار على خلفية أعمال النهب»، مضيفاً أنّ القوات الموالية للحكومة لم تدخل المدينة بعد. وشوهدت قوات إريتريّة في أديغرات خلال الأيام الأخيرة قبل أن تستهدفها ضربات إيثيوبية بطائرات مسيّرة، بحسب جهة تراقب النزاع وشهود. وكان المتمرّدون يتراجعون نحو شيرارو، وهي بلدة قريبة من الحدود الإريتريّة، وفق مسؤول من تيغراي ينتمي إلى فصيل منشق عن الجبهة الشعبية لتحرير تيغراي. وقال شبيثيل ترونقول، الخبير في شؤون المنطقة في كلية «أوسلو نيو يونيفرسيتي» في النروج، لفرانس برس إن الجبهة «تتآكل»، في ظل تدني معنويات مقاتليها واستيائهم من قادتهم. وأضاف «ينشقّ كثيرون ويعودون إلى قراهم».

تبادلت إثيوبيا وإريتريا الاتهامات بشنّ حرب عدوانية، في وقت يهدّد نزاع داخلي إثيوبي بالتحوّل إلى حرب إقليمية. وتدهورت العلاقات بشكل حاد في الآونة الأخيرة بين البلدين الجارين اللذين خاضا حرباً حدودية بين عامي 1998 و2000. وتتهم إثيوبيا إريتريا بدعم المتمردين في إقليم تيغراي (شمال)، وقطعت الجارتان علاقتهما الدبلوماسية مؤخراً. وفقاً لـ «أ ف ب» ونشرت إريتريا «بين خمسة آلاف وثمانية آلاف» جندي في تيغراي، بحسب مصدر أمني طلب عدم الكشف عن هويته. وعلى خلفية ذلك، اتهمت إثيوبيا جاريتها إريتريا، بارتكاب «عدوان صارخ»، وقالت إنها مضطرة إلى «الدفاع المشروع عن النفس»، وفق رسالة وجهتها السلطات الإثيوبية إلى أعضاء مجلس الأمن الدولي واطلعت عليها وكالة فرانس برس الجمعة. وندد وزير الخارجية الإثيوبي غيديون تيموثيوس، في الرسالة إلى البعثة الفرنسية لدى الأمم المتحدة والتي أكد مصدر دبلوماسي صحتها، بوجود قوات إريتريّة على عمق يتراوح بين 30 و60 كيلومتراً داخل تيغراي، معتبراً ذلك «عملًا عدوانياً صارخاً يبرّز ممارسة إثيوبيا حقها الأصلي في الدفاع المشروع عن النفس». وردّ وزير الإعلام الإريتري يمانى غيريمسكل عبر منصة أكس قائلًا إن بلاده تواجه «حرباً عدوانية غير مبرّرة» تشنّها إثيوبيا. ومؤخراً، أجبر الجيش الإثيوبي متمرّدي الجبهة الشعبية لتحرير تيغراي على التراجع وسيطر على عاصمتهم ميكيلى، فيما أعلنت الخطوط

## تصاعد المواجهات بين جماعات جهادية متنافسة على النفوذ في منطقة الساحل الإفريقي

### - 2200 قتيل منذ 2019 -

وقال نصيبيا إن المجموعتين الجهاديتين خاضتا أكثر من 320 معركة بين عام 2019 وسبتمبر الماضي، أسفرت عن مقتل نحو 2200 شخص. وبحسب «واماباس»، وهي مجموعة تضم صحافيين من غرب إفريقيا، اندلعت أحدث الاشتباكات بين مقاتلي جماعة نصرة الإسلام والمسلمين وتنظيم

شهدت المناطق الحدودية بين بوركينا فاسو ومالي والنيجر في الآونة الأخيرة اشتباكات غير مسبوقّة بين مجموعتين جهاديتين متنافستين مرتبطتين بتنظيمي القاعدة و«داعش»، وسط إعلان سقوط مئات القتلى في صفوف المقاتلين. وتتنافس المجموعتان المتطرفتان على النفوذ في المناطق نفسها والسيطرة على طرق الإمداد والسكان المحليين، وقد خاضتا مواجهات متكررة منذ عام 2019. وفقاً لـ «أ ف ب».

ويغذي هذا التنافس توسعهما المستمر في منطقة الساحل، في وقت تواجه فيه السلطات العسكرية الحاكمة في واغادوغو وباماكو ونيامي صعوبات في احتواء تمددهما. ووصف تقرير لخبراء الأمم المتحدة قُدم إلى مجلس الأمن مطلع آب/أغسطس الاشتباكات بأنها «أعنف مواجهة مباشرة على مستوى العالم» بين فرع لتنظيم القاعدة ومجموعة مرتبطة بتنظيم «داعش». وتحوّلت منطقة الساحل الإفريقي، وهي حزام شبه قاحل يمتد من المحيط الأطلسي بمحاذاة الحافة الجنوبية للصحراء الكبرى وصولاً إلى البحر الأحمر، إلى بؤرة رئيسية للنشاط الجهادي في العالم. ووسّعت الجماعات المتطرفة نفوذها تدريجياً خارج المناطق الريفية التي تركزت فيها بداية، متسببة بمقتل الآلاف وزعزعة استقرار الحكومات ونشر الرعب.

ومنذ أيلول/سبتمبر، تصاعدت المواجهات بين تنظيم «داعش» في ولاية الساحل وجماعة نصرة الإسلام والمسلمين المرتبطة بالقاعدة إلى مستويات غير مسبوقّة. وأعلن تنظيم «داعش» في ولاية الساحل مقتل أكثر من 400 مقاتل من جماعة نصرة الإسلام والمسلمين، بينهم «عدد من القادة»، في اشتباكات وقعت قبل أربعة أيام في إقليم أودالان في بوركينا فاسو، قرب الحدود مع مالي والنيجر. وقال هيني نصيبيا، المحلل في منظمة «أكليد» المتخصصة في رصد النزاعات، «إذا تأكدت حصيلة القتلى المعلنة، فستكون هذه المعركة الأكثر دموية على الإطلاق بين المجموعتين». ولم يتسنّ التحقق من الحصيلة بشكل مستقل. وفي حال تأكدها، فإنها ستتجاوز حصيلة أكثر من 200 قتيل أعلنتها تنظيم «داعش» في المنطقة نفسها مطلع أيلول/سبتمبر.



«داعش» في التاسع من تشرين الأول/أكتوبر في المنطقة الحدودية بين الدول الثلاث. وقال الخبير في الجماعات الجهادية والباحث المشارك في مركز صوفان وسيم نصر، في دراسة حديثة، إن المجموعتين تتنافسان على «المجال الحيوي المحتمل نفسه ومصادر التجنيد نفسها»، في إطار «سباق للسيطرة على الحدود بين الدول الثلاث». وأوضح نصيبيا أن المواجهات التي ظلت لفترة طويلة محصورة في مالي وبوركينا فاسو امتدت خلال الأشهر الأخيرة إلى غرب النيجر وحتى شمال غرب نيجيريا.

وأشار نصر في دراسته إلى أن تنظيم «داعش» في ولاية الساحل وسّع نفوذه انطلاقاً من معقله في منطقة مينكا في مالي، ليشمل مناطق تاهوا ودوسو ومارادي في النيجر، وصولاً إلى الحدود مع نيجيريا. وأضاف أن هذا التوسع يسهّل تبادل المقاتلين والمعدات والخبرات مع تنظيم «داعش» في غرب إفريقيا، الناشط في حوض بحيرة تشاد.

### - رؤى متباينة -

وتقف وراء هذه المواجهات رؤى متباينة للفكر الجهادي لهذه المجموعات. فعلى الرغم من ارتكاب جماعة نصرة الإسلام والمسلمين انتهاكات بحق المدنيين، فإنها تركز على ترسيخ وجودها محلياً وبناء تحالفات مع المجتمعات المحلية، وتوجّه معظم هجماتها ضد القوات الحكومية والقوات الأجنبية. في المقابل، يتبنّى تنظيم «داعش» نهجاً أكثر تشدداً وعبيراً للحدود، ولا يتزدد في استهداف المدنيين الذين يرفضون الخضوع لسلطته، بحسب المتخصص في شؤون الساحل حسرت كارغين. وأشار خبراء الأمم المتحدة في تقريرهم إلى أن هذه «التوترات الأيديولوجية والاستراتيجية المستمرة» بين المجموعتين تنعكس في حالات انشقاق من جماعة نصرة الإسلام والمسلمين وانضمام عناصر منها إلى تنظيم «داعش»، وإن ظلت محدودة. وفي تموز/يوليو، أعلنت جماعة نصرة الإسلام والمسلمين أنها قتلت أحد قادتها بعدما انشق عنها وانضم إلى تنظيم الدولة الإسلامية. لكن رغم الخسائر الكبيرة التي يقول تنظيم «داعش» إنه أحققها بمنافسته، لا تزال جماعة نصرة الإسلام والمسلمين تشكل التهديد الإرهابي الرئيسي في منطقة الساحل، وفق تقرير خبراء الأمم المتحدة. ويقول كارغين إن «معلومات كثيرة تشير إلى أن جماعة نصرة الإسلام والمسلمين نقلت تعزيزات كبيرة إلى المنطقة من مناطق أخرى». وأضاف أنه بالنظر إلى عدد مقاتلي الجماعة المنتشرين في أنحاء الساحل وتقوّمها العددي على فرع تنظيم «داعش» في المنطقة، فإنها تتوقع أن تشن «هجمات مضادة شرسة في الأيام المقبلة».



**مقهى ومطعم غالاتا**  
Galata sweets Turkish coffee

تجربة الفطور و الحلويات والمعجنات  
التركية في مدينة ديربورن الامريكية

1035 Mason St. Suite 102, Dearborn Mi, 48124  
313.914.7059 info@galatasweetsusa.com

galatasweetsusa.com



FOLLOW US ON



grocery - produce nuts - coffee  
خضار - فواكه - سمانة - قهوة

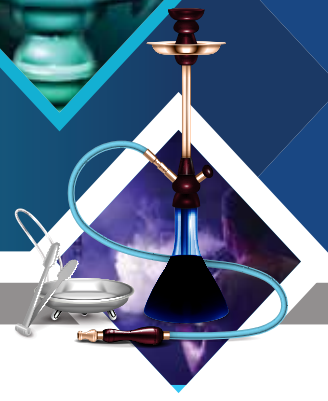



**V.I.P MARKET**

**أسواق الخيمة**



Many Varieties Of Hookahs  
Tobacco - Charcoal

**27275 Ford Rd.**  
**Dearborn Hgts, MI 48127**

**Tel: 313.565.6655**  
**Fax: 313565.1120**

## تعزية ومواساة

نتقدم بخالص التعازي القلبية الحارة الى الوالد الشيخ /

### جمال علي مجلي

وذلك في وفاة المغفور لها بإذن الله شقيقته الحجة /

### بلقيس علي مجلي

نسأل الله العلي القدير أن يتغمد الفقيد بواسع رحمته ومغفرته، وأن يسكنها فسيح جناته، وأن يجعل قبرها روضة من رياض الجنة، وأن يلهم أهلها وذويها ومحبيها الصبر والسلوان.

والله اعلم

**الأمم**  
...نضع العالم بين يديك

أكثر من 100K  
مليوناً وأكثر من  
الأسبوع على  
السوشيال ميديا

ضع إعلانك  
معنا..  
شاركنا  
الريادة

أكثر من  
100,000  
متصفح  
يوميًا

الموقع  
الأخباري اليومي  
الأول في  
شمال أمريكا  
منذ  
2006

أكثر من  
100 مليون  
متصفح  
حتى  
الآن

قم  
بزيارتنا الآن  
لترى الفرق

شعباً قرابة الـ 4  
مليوني متصفح

[www.thenationpress.net](http://www.thenationpress.net)

**ترقبونا كل ثلاثاء**  
every Tuesday from 9 am to 10 am  
من الساعة 9 حتى الساعة 10 صباحاً

With Your Host  
Abdulnasser Mugali

اذاعة صوت  
اليمن

في ضيافة عبد الناصر مجلي

**Yemen American Radio**  
صوت العربي الأمريكي اليوم بوابتك الواسعة على العالم

على محطة **WNZK 690 / 680 AM**

**313-409-9541** لعلاناتكم تواصلوا معنا  
(Text Message)



# السياحة في الخريف.. تعرّفوا إلى أغرب المهرجانات حول العالم

بليقيس عبد الرضا

قرية Beuvron-en-Auge، وهي واحدة من أجمل القرى في فرنسا التي تتميز بطابعها التقليدي وبيوتها القديمة وطرق العيشة. منذ مئات السنين كانت البلدة محط أنظار العالم نظراً لجودة التفاح الذي تنتجه مزارعها. مع مرور السنين، بدأ السكان بالاحتفال بعيد التفاح في شهر أكتوبر، ليتحول إلى واحد من أهم المهرجانات حول العالم.

تبدأ الساحة الرئيسية للقرية بالتحول إلى مسرح خريفي مفتوح؛ إذ تُنقل إليه ثمار التفاح من بساتين القرية ليُشاهد الزوار عملية عصرها يدوياً بالطريقة التقليدية، ثم يتذوقون العصير الطازج الذي ينتج أمامهم. وحول الساحة تنتشر أكشاك المنتجين والحرفيين، فتظهر منتجات المنطقة من عصير التفاح إلى الجبن الفرنسي، والمربيات والبسكويت واللحوم المحفوظة والخضر والفاكهة.

لكن متعة الرحلة لا تنتهي عند حدود المهرجان. فالسائح يستطيع أن يحول زيارته إلى جولة كاملة في ريف نورماندي عبر ما يعرف بطريق عصير التفاح الذي يمر بين بساتين التفاح والقرى الريفية ومزارع المنتجين في مسار يمتد إلى نحو 35 كيلومتراً.

## تماثيل بشرية

في مشهد يبدو أقرب إلى عروض السيرك الحية تتحول العديد من شوارع إسبانيا إلى ساحات لعروض بهلوانية شيقة، تجذب الصغار والكبار وتحديداً في بداية شهر أكتوبر. إذ تتجمع فرق من الرجال والنساء والأطفال في ساحات كتالونيا لبناء أبراج بشرية متعددة الطبقات، ضمن تقليد محلي يُعرف باسم Castells ويعود إلى أكثر من قرنين وتحديداً إلى القرن الثامن عشر، وأصبح جزءاً بارزاً من الهوية الثقافية في كتالونيا، حتى أدرجته يونسكو عام 2010 ضمن قائمة التراث الثقافي غير المادي للبشرية.

وفي هذا المهرجان يصعد المشاركون فوق أكتاف بعضهم بعضاً طبقة بعد أخرى، بينما يصل أصغر المشاركين إلى القمة، وسط تشجيع الجمهور وموسيقى الاحتفالات، وعادة ما يجذب المهرجان الكثير من السياح حول العالم، خاصة وأن إسبانيا في هذا التوقيت تتميز بطقسها المعتدل، كما يتضمن الاحتفال أيضاً احتفالات لتقديم أشهى الأطعمة. ومن المرجح بحسب تقارير سياحية أن يصبح هذا المهرجان من أبرز المهرجانات في السنوات المقبلة.

والنمسا وألمانيا وغيرها من الدول الأوروبية. كما أن موقع لوفران بين البحر الأدرياتيكي ومنحدرات جبل أوتشكا يمنح الزائر إمكانية الجمع بين حضور المهرجان والاستمتاع بالساحل والمناظر الطبيعية والقرى المحيطة.

عادة ما يبدأ المهرجان في الأسبوع الثاني من شهر أكتوبر. يجمع المهرجان بين الكستناء المحلية، المأكولات والحلويات والمشروبات المصنوعة منها، الموسيقى والرقص والفعاليات الشعبية، ويستمر الاحتفال في قرى مجاورة خلال عطلات نهاية الأسبوع التالية. وتجذب هذه الفعالية بحسب

الطعام الموسمي، التصوير، الترفيه، الأسواق والفعاليات الليلية. وبحسب السلطات المحلية، فإن المهرجان سيساعد على جذب السياح المحليين والدوليين، خاصة وأن المملكة المتحدة بدأت بتسويق مفهوم السياحة الزراعية والريفية.

## مهرجان الكستناء

على جانب آخر من أوروبا، تستقبل كرواتيا العديد من السياح في فصل الخريف، من خلال سلسلة من المهرجانات وأبرزها مهرجان الكستناء. يقام



تقديرات ناشيونال جيوغرافيك ما يقارب 600 ألف زائر سنوياً، خاصة وأن الزوار يعمدون ليس فقط إلى زيارة البلدة وحضور المهرجان، بل أيضاً الانخراط في العديد من النشاطات. إذ تتحول البلدة خلال فترة المهرجان إلى مساحة للاحتفال بالطعام المحلي، إلى جانب عروض الموسيقى والرقص والأنشطة الثقافية.

## السياحة بقصد مهرجان التفاح

في قلب منطقة نورماندي الفرنسية، يتحول الخريف إلى موسم للاحتفال بالتفاح وتحديداً في

رب ضارة نافعة. فعلى الرغم من أن قطاع الطيران يشهد تدنّيات واضحة، نتيجة الارتفاع المستمر في أسعار التذاكر، إلا أن ذلك، دفع السلطات في العديد من الدول إلى الترويج لبرامج السياحة الخريفية ومنها بريطانيا والترويج واليابان والهند وإيطاليا والمكسيك، باعتبارها مدخلاً لتنشيط القطاع وزيادة العائدات المالية مع انطلاق واحد من أحد أكبر مهرجانات الخريف على مستوى القارة الأوروبية، في بريطانيا، إذ يستقبل مهرجان حقول القرع، والذي يمتد حتى شهر نوفمبر/تشرين الثاني هذا العام، الزوار وسط أكثر من مليون ثمرة قرع، وفعاليات ترفيهية وتجارب جديدة، فيما تبدأ أسعار الدخول من نحو 9.95 جنيهات إسترلينية. وفقاً لـ «العربي الجديد».

ويبدو أن الخريف لم يعد مجرد فترة فاصلة بين صيف مزدحم وشتاء بارد، بل أصبح موسماً سياحياً قائماً بذاته من أوروبا إلى آسيا والقوقاز وأمريكا الشمالية، فتتحوّل أشهر سبتمبر/أيلول وأكتوبر/تشرين الأول ونوفمبر إلى موسم للمهرجانات والحصاد والطبيعة واللوان الخريف، بالتزامن مع بحث المسافرين عن وجهات أقل ازدحاماً وتجارب مختلفة عن عطلات الصيف التقليدية.

## مهرجان القرع

ينطلق مهرجان القرع هذا العام في مزرعة توليز جنوبي المملكة المتحدة في سبتمبر ويستمر حتى 31 أكتوبر 2026، ويقدم هذا العام كواحد من أبرز فعاليات الخريف في بريطانيا، مع أكثر من 1.5 مليون ثمرة قرع ويقطن أكثر من 100 نوع، إلى جانب عروض ترفيهية ومأكولات موسمية وأسواق وحفلات موسيقية وتجارب تصوير. وتبدأ أسعار تذاكر مهرجان القرع من 10 دولارات.

والجميل في هذا الحدث أنه ليس مجرد مهرجان قرع للتسلية وحسب، بل يمكن تقديمه كجزء من تحول الخريف نفسه إلى موسم سياحي وتجاري، حيث تتحول المزارع والريف إلى وجهات ترفيهية مؤقتة تستقطب العائلات والسياح من خلال

المهرجان في بلدة لوفران في منطقة إستريا خلال موسم حصاد الكستناء. ويُعد هذا المهرجان جزءاً من تاريخ المنطقة، إذ تشير هيئة السياحة المحلية إلى أن الكستناء كانت في الماضي من المنتجات التي اشتهرت بها البلدة وتم إيطاليها

# 10 Items You Should Never Pack in Your Checked Luggage

**W**hen packing your luggage for vacation, you'll want to include appropriate attire and items that will make your travels comfortable. Packing the wrong things in your checked bag has the potential to turn a relaxing trip into a stressful experience. Once your suitcases are checked at the airport, you have minimal control over situations where it may get lost, broken, or roughed up by baggage handlers. However, you can prepare for these scenarios by making sure you never pack these 10 items into your checked luggage: According to Smarter Travel.

1- Essential Travel Documents – Do not pack documents such as your passport, license, and boarding pass in your checked bag because you will need them to go through security. Keep your itinerary, travel and health insurance papers, as well as any confidential documents in your carry-on luggage. While you may keep copies in your luggage as backup, the originals should be accessible to you at all times during your travels.

2- Cash and Credit Cards – Cash, other currency, credit cards, and travelers checks should remain with you at all times. Checked suitcases pass through many hands and it is possible that these items could go missing. In the event that your bags are lost or delayed to your destination, you will have all your money with you.

3- Jewelry – Valuable jewelry such as rings, earrings, and necklaces are best tucked away in your hand luggage. If you pack jewelry in a suitcase that later gets lost, your airline will only pay out the maximum amount per lost bag, which is likely to be much lower than the value of your lost jewelry.

4- Laptops and Expensive Electronics – Laptops, tablets, digital cameras and other expensive electronics are fragile items that are more likely to break during the journey to your destination. Additionally, you can avoid the chance of burglary when you keep these items with you on the plane. No matter how many layers of clothing you've wrapped around your laptop, it is still at the mercy of

baggage handlers.

5- Medication – Don't jeopardize your health by tucking your medicines in your suitcase. All essential medication and medical devices should go onto the aircraft with you because if your bag gets lost, it could be days before you have access to them. Medications are not subject to the limited liquid rules, and you can simply tell TSA agents about the quantity you have during the security check. A note from your doctor and labels on your medications will also help limit any confusion during your security screening.

6- Keys – Avoid the temptation to toss your house and car keys into your checked luggage for safekeeping. Even if you will not need them until the end of your trip, you may not have access to your car or house if your luggage gets lost or delayed. Pack your important keys in a safe spot in your carry-on where you will not forget them.

7- All of your Clothing – In the event that your luggage does not make it to the destination when you do, keep one or two outfits in your carry-on bag, including socks and undergarments. Additionally, keep any essential toiletries in travel-sized bottles.

8- Lighters, Matches, and Flammable Items – The TSA prohibits many flammable objects. Don't risk your safety and the safety of other passengers by packing these prohibited items in your luggage.

9- Breakable Items – It is possible that when your luggage goes from the luggage trolley to the plane, fragile items may break. And if something does break in your luggage, the sharp edges may also tear your clothing and scratch your shoes, etc. When possible, pack these items in your carry-on to ensure they get home with you in one piece.

10- Camera Film – Going through an X-ray machine multiple times can ruin film. If you have used film during your vacation, keep it in your carry-on and ask security officers to hand-inspect it.



## احذر تركها في حقبتك.. خطأ بسيط يؤخر وصول أمتعتك

قد يهتم المسافر بتجهيز جواز السفر وتذاكر الطيران والتأكد من وزن حقبيته، لكنه قد يغفل عن تفصيل صغير في أمتعته يمكن أن يسبب ارتباكاً أثناء عملية فرز الحقائب، وهو ترك بطاقات الأمتعة والملصقات القديمة على الحقبيّة.

وتحمل بطاقات الأمتعة معلومات ورموزاً مرتبطة بالرحلة والمطار الذي تتجه إليه الحقبيّة، لذلك فإن الاحتفاظ ببطاقات الرحلات السابقة قد يزيد احتمالات حدوث التباس أثناء التعامل مع الأمتعة. بحسب صحيفة «البيان».

### لماذا يجب إزالة بطاقات الأمتعة القديمة؟

عند تسجيل الحقبيّة، تحصل على بطاقة جديدة تتضمن معلومات الرحلة الحالية، وتستخدم هذه البيانات في عملية فرز الأمتعة وتوجيهها إلى الرحلة الصحيحة. أما وجود بطاقات أو ملصقات من رحلات سابقة، خصوصاً تلك التي تحمل رموز مطارات مختلفة، فيمكن أن يجعل الحقبيّة أكثر صعوبة في التمييز، كما قد يؤدي إلى ارتباك عند التعامل معها.

وتشير تقارير سفر إلى أن إزالة هذه البطاقات بعد كل رحلة تعد من الخطوات البسيطة التي تساعد على تجنب الالتباس أثناء نقل الأمتعة.

### لا تترك ملصقات الرحلات السابقة

ولا تقتصر المشكلة على بطاقة الأمتعة الكبيرة التي تثبت عادة في مقبض الحقبيّة، إذ قد تبقى أيضاً ملصقات صغيرة توضع على جانب الحقبيّة أو سطحها بعد رحلات سابقة.

وقد تحتوي هذه الملصقات على رموز أو بيانات مرتبطة بوجهات سابقة، ولذلك من الأفضل إزالة جميع الملصقات القديمة قبل التوجه إلى المطار.

### صوّر حقبتك قبل تسجيلها

ومن الإجراءات المفيدة التي ينصح بها خبراء السفر التقاط صور واضحة للحقبيّة قبل تسليمها لموظف شركة الطيران.

ويُفضل أن تظهر الصورة شكل الحقبيّة ولونها وأي علامات مميزة عليها، لأن هذه التفاصيل يمكن أن تساعد في التعرف إليها إذا تأخرت الأمتعة أو لم تصل مع الرحلة. كما يمكن الاحتفاظ بصورة لمحتويات الحقبيّة، وهو ما قد يكون مفيداً عند تقديم مطالبة في حال فقدان الأمتعة.

### بطاقة تعريف إضافية

ومن الأفضل أيضاً وضع بطاقة تعريف داخل الحقبيّة وخارجها تتضمن اسم المسافر ووسيلة للتواصل معه، إلى جانب بطاقة الأمتعة التي تصدرها شركة الطيران. ولا يعني ترك بطاقة قديمة أن الحقبيّة ستُفقد حقناً، لكن إزالتها خطوة بسيطة تقلل احتمالات الالتباس وتترك على الحقبيّة المعلومات المتعلقة بالرحلة الحالية فقط. لذلك، قبل مغادرة المنزل، افحص حقبتك جيداً، وأزل بطاقات وملصقات الرحلات السابقة، ثم التقط صورة لها قبل تسجيل الوصول.



## Ancient Henna Tradition Remains Central to Makkah Wedding Celebrations

**G**hamrat Al-Henna" remains one of the most enduring social traditions passed down through generations of families in Makkah. Held before wedding celebrations, the occasion reflects an important aspect of the city's cultural heritage, bringing together the values of joy and social solidarity in an atmosphere enriched by traditional customs and folk songs. According to the Saudi Press Agency (SPA).

Ghamrat Al-Henna is one of the main stages of wedding preparations. During the celebration, the bride's female relatives and friends gather for a special evening where traditional henna designs are applied to the hands and feet, reflecting the authenticity of Makkah's customs and the community's commitment to preserving them.

The celebration also features a variety of traditional dishes, local sweets, Arabic coffee, and the exchange of symbolic gifts.

Despite the evolution of modern wedding celebrations, Ghamrat Al-Henna continues to hold a special place in many families as an integral part of Makkah's cultural and social identity. At the same time, it has incorporated contemporary touches in event organization and decoration.

Women dedicated to traditional crafts and the art of henna decoration have helped preserve this custom by maintaining Makkah's traditional henna patterns while developing new designs inspired by Islamic motifs and local artistic elements. These efforts appeal to younger generations and help ensure the continuity of this traditional art.



## 5 تقاليد مشتركة لاتزال محورًا أساسيًا في الثقافة العربية بين كل الدول: من الخليج إلى شمال أفريقيا

والرعاية.

### 3- الاجتماع حول موائد الطعام المشتركة

لطالما كان الطعام محور الحياة الأسرية العربية، حيث تجمع الوجبات الكبيرة الأقارب والأصدقاء حول مائدة واحدة. ورغم اختلاف الأطباق، إلا أن تقليد إعداد كميات وفيرة من الطعام وتشجيع الضيوف على تناول الطعام الشهير موجود في الكويت والسعودية ولبنان ومصر والمغرب وتونس، مما يجعل الاجتماع حول المائدة تعبيرًا هامًا عن المودة والانتماء.

### 4- تكريم لمات العائلة

لا تزال لمات العائلة محورًا أساسيًا في الثقافة العربية، خاصة في الأعياد الدينية وحفلات الزفاف والمناسبات الهامة. سواء جتمع الأقارب في مجلس خليجي، أو منزل شامي، أو بيت تقليدي في شمال إفريقيا، فإن هذه المناسبات تتيح فرصة لتقوية الروابط الأسرية وتبادل القصص والحفاظ على العادات التي قد تندثر مع مرور الزمن.

### 5- مشاركة القهوة والشاي

للقهوة والشاي في العالم العربي دلالات تتجاوز مجرد كونهما مشروبين، إذ أصبح تقديمهما طقسًا اجتماعيًا هامًا في معظم أنحاء العالم العربي. تختلف طرق التحضير والتقديم من منطقة لأخرى، إلا أنهما غالبًا ما يرافقان الأحاديث والاحتفالات والزيارات، مما يؤكد أهمية التروّي وإتاحة الوقت للآخرين.

في أرجاء العالم العربي، تربط التقاليد بين مجتمعات قد تختلف في لهجتها وجغرافيتها وعاداتها المحلية. فمن الخليج وبلاد الشام إلى شمال أفريقيا، توارثت الأجيال العديد من الممارسات الثقافية، متأثرة بالحياة الأسرية والدين وكرم الضيافة والتقدير العميق للمجتمع. ورغم اختلاف أشكال هذه التقاليد من بلد لآخر، إلا أن جوهرها يبقى متقاربًا إلى حد كبير، عاكسًا قيمًا مشتركة استمرت في توحيد المجتمعات العربية لقرون. فمن طريقة استقبال الضيوف إلى الطقوس المصاحبة للاحتفالات والطعام والتجمعات العائلية، تتيح هذه العادات لمحة عن تراث ثقافي يمتد إلى ما وراء الحدود الوطنية. في ما يلي، نعرض خمسة من هذه التقاليد وكيف تسهم في توطيد الروابط بين المجتمعات العربية.

### 1- الاحتفال بالحناء

لا تزال الحناء جزءًا أساسيًا من الاحتفالات في العديد من المجتمعات العربية، لاسيما في حفلات الزفاف والمناسبات الخاصة الأخرى. تختلف التصاميم والتقنيات والطقوس بين المناطق، لكن عادة تزيين اليدين والقدمين بالحناء لا تزال ترمز إلى الجمال والاحتفال والتمنيات الطيبة، رابطة الأجيال من خلال طقوس عريقة.

### 2- استقبال الضيوف بكرم

تعدّ الضيافة من أعرق التقاليد في المجتمعات العربية، حيث يُنظر إلى استقبال الضيوف كمسؤولية اجتماعية وتعبير عن الكرم. ففي منطقة الخليج، يُستقبل الضيوف بالقهوة العربية والتمر، بينما في بلاد الشام وشمال أفريقيا، قد يحتل الشاي والحلويات أو الوجبات الفاخرة مكانة بارزة، إلا أن الرسالة الأساسية تبقى واحدة: أن يشعر الزوّار بالترحيب والاحترام

## Oldest Mosque in France Rewriting History of Islam's Arrival

**F**ar from the European mainland and thousands of kilometers away from it, precisely on the western coast of the island of "Mayotte" in the Indian Ocean, the "Tsingoni" Mosque still stands. The oldest mosque in France that is still in use and where prayers are held.

According to Agence France-Presse, the importance of this building is not limited to its religious function, but its walls and architectural layers have become a stone document that reveals the long and deep history of human settlement and cultural exchanges in the Comoros archipelago.

In line with documenting this heritage, the French National Institute for Preventive Archaeological Research (Inrap) conducted precise excavations inside the mosque in 2023. This action was part of an extensive project to restore the building after the mosque was officially listed in the French historical monuments registry in 2015. The results of these excavations confirmed previous archaeological findings and clarified the precise chronological sequence of this site. Evidence shows that the roots of settlement in this place go back to the 12th century AD.

Islam Before the Sultans

Traditional narratives had always suggested that it was the sultans who brought Islam and civilization to the island of Mayotte in the 16th century, when they made the city of "Tsingoni" the capital of their rule.

But the archaeologists' shovels told a completely different story. They proved that the mosque and Islam had been present in this region centuries before the emergence of the sultanate rule.

"Martial Pauly," a historian and researcher at the French National Institute of Oriental Languages and Civilizations (Inalco), explains that Islam gradually entered the island of Mayotte during the 11th and 12th centuries through maritime trade networks.

He suggests that sailors from Oman and perhaps Iran may have brought the new religion to this region, during a period when traditional "animist" beliefs were dominant in the area.

Coral Architecture; The Memory of the Ocean

Over time, the architectural structure of this place also changed in step with religious and social developments.

After the initial settlement in the 12th century AD, a stone mosque was built at this site, the remains of which date back to the 14th century AD. Materials such as coastal sandstone, basalt, and coral were used in its construction. A material that archaeologists consider a regional time indicator, because its use in mosques on the East African coast in the same period has also been observed.

In the 16th century AD, simultaneously with political and economic developments and the prosperity resulting from sultanate rule, this building reached the peak of its architectural development, its area multiplied, and in 1538 AD, a historic mihrab was built in it bearing the name of the ruler of that period, "Sultan Ali Muhammad."

Quran and Nail; Coexistence of Beliefs

Researchers, through examining the discovered artifacts, found that the inhabitants of the island of Mayotte followed the Shafi'i school of thought.

The mosque and the city of Tsingoni remained among the main centers of the region until the 18th century AD. But after regional tensions with the neighboring island of "Anjouan" and then the transfer of the island of Mayotte to French sovereignty after the sale of this island in 1841 AD, their status declined.

But the most astonishing discovery from an anthropological perspective relates to a finding that "Justine Saadi," the scientific director of this project, raised about the nature of cultural coexistence between Islam and local beliefs.



## مصر.. مقابر «كُوم الشُّقافة» تروي تاريخ الإسكندرية وحضارتها

المصرية الانتهاء من مشروع لحفض منسوب المياه الجوفية في المنطقة، بلغت تكلفته آنذاك 5.7 ملايين دولار. وأتاح المشروع فتح المستوى السفلي من مقابر الكتاكومب أمام الزوار للمرة الأولى منذ اكتشاف الموقع قبل 119 عاما. وقال وزير الآثار المصري آنذاك خالد العناني إن مشكلة ارتفاع المياه الجوفية رافقت الموقع منذ اكتشافه. وأوضح أن العمل على المشروع بدأ في مايو/أيار 2016 بعدما تسببت المياه الجوفية في سقوط جزء يبلغ نحو سنتيمترين من أحد جدران المقبرة. وقال العناني حينها إن المشروع أتاح رؤية الطابق السفلي جافا للمرة الأولى منذ عام 1900.

### تاريخ يجمع حضارتين

وبدوره، وصف كبير الأثريين في مصر مجدي شاکر «مقابر كُوم الشُّقافة» بأنها واحدة من أهم وأبرز المقابر التاريخية المتكاملة في الإسكندرية، لما تعكسه من طراز معماري يجمع بين خصائص الفن المصري القديم والفن اليوناني الروماني. وقال شاکر إن هذه المقابر -المنحوتة في الصخر والممتدة عبر عدة طوابق تحت الأرض- تضم نظاما معماريا يشمل سلال حلزونية وصلات للزيارة وتناول الطعام الجنائزي.

وأضاف أن الموقع يضم كذلك نقوشا وزخارف تعكس معتقدات المصريين القدماء والرومان بشأن الموت والخلود. ورأى شاکر أن الخصائص المعمارية والبصرية للموقع تمنحه إمكانات أكبر لجذب السياح من مختلف أنحاء العالم، داعيا إلى رفع كفاءة الترويج له باستخدام تقنيات عرض حديثة. كما اقترح استخدام الإضاءة التفاعلية ثلاثية الأبعاد والعروض الصوتية والموسيقية -إلى جانب تقنيات الذكاء الاصطناعي- لإعادة تجسيد قصة اكتشاف المقابر وتاريخها بأسلوب سينمائي يواكب مستويات العرض العالمية.

وأشار إلى أن تصميم المقابر ودرجها الحلزوني وسراييب الموتى يمكن أن يشكل مادة سياحية جاذبة، داعيا الزوار الأجانب إلى اكتشاف ما يحمله الموقع من تاريخ وفنون تمتد لنحو ألفي عام.

ثرية عاشت في الإسكندرية القديمة خلال القرن الثاني الميلادي، قبل أن تتحول لاحقا إلى مقبرة عامة مع تقلص عدد المدافن، خصوصا في القرنين الثالث والرابع الميلاديين. وظلت المقابر مستخدمة حتى نهاية القرن الرابع الميلادي، وتتكون من 3

عبر درج حلزوني يمتد لأكثر من 10 أمتار نحت سطح الأرض، تبدأ رحلة داخل مقابر «كُوم الشُّقافة» بمدينة الإسكندرية شمالي مصر، حيث تكشف 3 طوابق منحوتة في الصخر عن عالم جنائزي يعود تاريخه إلى نحو ألفي عام. الممرات تقود إلى قاعات واسعة وغرف للدفن تزيينها نقوش وزخارف، في موقع يعود إلى القرن الثاني الميلادي، ويجمع في تصميمه بين التأثيرين المصري والروماني. وفقا له، الأناضول. وبعد الموقع أحد أبرز نماذج العمارة الجنائزية الرومانية من طراز الكتاكومب، أي المقابر أو الممرات المحفورة تحت سطح الأرض، بما تضمه من سراييب وغرف منحوتة في الصخر.

### سر الاسم

يحمل الموقع اسم «كُوم الشُّقافة» نسبة إلى كثرة الشقق الفخارية التي تراكمت في المنطقة، وفق وزارة السياحة والآثار المصرية.

وبحسب كبير الأثريين في مصر مجدي شاکر، فقد كان زوار المقابر يتزكرو قديما بقايا الأواني الفخارية المستخدمة ضمن الطقوس الجنائزية في العصر الروماني، مما أدى إلى تراكم الشقق الفخارية في المكان واشتهاره باسم «كُوم الشُّقافة». ويطلق على الموقع أيضا اسم الكتاكومب، وهي كلمة لاتينية تشير إلى المقابر والممرات المحفورة تحت سطح الأرض أو سراييب الموتى. وتعد مقابر كُوم الشُّقافة أحد أهم نماذج هذا الطراز المعماري، إذ تمتد على 3 مستويات منحوتة في الصخر.

### عالم للموت والخلود

وبحسب معلومات وزارة السياحة والآثار المصرية، فإن مقابر كُوم الشُّقافة تعود إلى القرن الثاني الميلادي، وتتميز بمزج تصميميها وأسلوب زخرفتها بين الحضارتين المصرية والرومانية. وتكشف النقوش والزخارف وغرف الدفن جانبا من المعتقدات الجنائزية في تلك الحقبة، وكيف انعكست تصورات الموت والخلود على العمارة والفنون داخل المقابر. وكانت في البداية مقبرة خاصة بأحد أعيان المدينة، تعود إلى أسرة رومانية



طوابق منحوتة في الصخر ويربط بينها سلم حلزوني. وتوضح معلومات منشورة على موقع الرئاسة المصرية أن درجات السلم السفلى أكثر ارتفاعا، ثم يتناقص ارتفاعها تدريجيا كلما اقتربت من سطح الأرض.

كما تعكس المقابر بصورة واضحة امتزاج الفن المصري بالفن الروماني، فيما تزيد زخارفها وتعدد غرفها وتعقيد تخطيطها من أهميتها الأثرية.

### اكتشاف بالمصادفة

بقيت تلك السراييب مخفية تحت الأرض قرونا، قبل العثور عليها مصادفة في عام 1900، بحسب الرئاسة المصرية. ومنذ اكتشافها، واجه الموقع تحديا آخر تمثل في ارتفاع منسوب المياه الجوفية، ولا سيما في مستوياته السفلى. وفي مارس/آذار 2019، أعلنت وزارة الآثار



## من أصول مغربي.. رشيدة داتي من أحياء المهاجرين إلى وزارات السيادة في فرنسا

من أسرة مغربية جزائرية محدودة الدخل إلى وزارتي العدل والثقافة في فرنسا، قطعت رشيدة داتي مساراً مهنيًا وسياسيًا نقلها من العمل في الشركات والقضاء إلى واجهة الحياة العامة. ولدت رشيدة داتي في فرنسا، لأب مغربي وأم جزائرية، ونشأت في أسرة كبيرة ذات إمكانات اقتصادية محدودة. وبعد سنوات من الدراسة والعمل في القطاع الخاص والقضاء، وجدت طريقها إلى السياسة عبر العمل مع الرئيس الفرنسي الأسبق نيكولا ساركوزي، لتصبح عام 2007 وزيرة للعدل، ثم عضواً في البرلمان الأوروبي، قبل أن تعود إلى الحكومة وزيرة للثقافة في عام 2024. واستمرت في المنصب ضمن حكومات فرنسية متعاقبة، قبل أن تستقيل في شباط/فبراير 2026 للتفرغ للانتخابات البلدية في باريس. وفقاً لوكالة «29sec».

على امتداد مسيرتها، ارتبط اسم داتي بأسئلة الحراك الاجتماعي والاندماج والتمثيل السياسي، كما ارتبط بإصلاحات حكومية أثارت جدلاً، وبقضايا قانونية تصدرت التغطية الإعلامية. وبين هذه المحطات، برزت بوصفها واحدة من الشخصيات التي جمعت بين الحضور المحلي في باريس والمشاركة في دوائر صنع القرار على المستوى الوطني والأوروبي.

### من سان ريمي إلى الحياة المهنية

في 27 نوفمبر/تشرين الثاني 1965، ولدت رشيدة داتي في مدينة سان ريمي، بإقليم سون ولوار شرقي فرنسا. وكان والدها مبارك داتي يعمل في قطاع البناء، فيما تنحدر والدتها فاطمة الزهراء من أصول جزائرية. ونشأت رشيدة بين أحد عشر طفلاً في الأسرة، في مدينة شالون سور سون، حيث عاشت سنواتها الأولى قبل أن تبدأ مسارها الدراسي والمهني.

عملت داتي في بداية حياتها المهنية مساعدة في الرعاية الصحية، قبل أن تنتقل إلى وظائف في القطاع الخاص. وعملت لاحقاً في شركات ومؤسسات اقتصادية، من بينها شركة ألف أكيتين، ومانترا للاتصالات، والبنك الأوروبي لإعادة الإعمار والتنمية، ومجموعة ليونيز دي زو. وبالتوازي مع العمل، درست الاقتصاد والقانون، ثم التحقت بالمدرسة الوطنية للقضاء عام 1997. وكان انتقالها إلى الدراسة القانونية بداية مرحلة جديدة في حياتها، أتاحت لها العمل في مؤسسات العدالة الفرنسية بعد سنوات قضتها في بيئة الشركات والإدارة.

وبعد تدريبها القضائي، عملت في محاكم فرنسية، وتولت مهام مرتبطة بإجراءات الإفلاس والشؤون المالية والنيابة العامة. وقد وفرت لها هذه التجربة معرفة عملية بالمؤسسات القضائية، قبل أن تنتقل إلى العمل السياسي في مطلع الألفية الجديدة.

انتُخبت داتي عضواً في البرلمان الأوروبي عام 2009، واستمرت في عضويته حتى عام 2019، ضمن مجموعة حزب الشعب الأوروبي. وخلال تلك السنوات، شاركت في أعمال برلمانية تناولت قضايا العدالة والحريات المدنية والشؤون الداخلية، إلى جانب ملفات اقتصادية وصناعية.



## مريم المعاضيد.. عالمة قطرية تركت بصمتها في البوليمرات والنانوتكنولوجيا

وعلم المواد، في وقت كانت فيه إمكانات البحث في هذا المجال محدودة. وعملت على تجارب في النانوتكنولوجيا وعلم المواد، ونشرت نتائج أبحاثها في دوريات علمية دولية محكمة. ومع توسع النشاط البحثي في الجامعة، حصلت مجموعتها البحثية على دعم مكثف من تطوير العمل المخبري وتوسيع نطاق الأبحاث. كما ساهمت في تأسيس برنامج الماجستير في علوم وتكنولوجيا المواد، ليصبح التخصص جزءاً من منظومة الدراسات العليا والبحث العلمي في الجامعة. وشملت أبحاثها استخدام النانومواد في تطوير البوليمرات والمواد المركبة، إلى جانب دراسة خصائص هذه المواد وتحسين أدائها.

### أكثر من 200 بحث وأربعة كتب

نشرت مريم المعاضيد أكثر من 200 بحث علمي في المجلات والمؤتمرات الدولية، إلى جانب فصول في كتب علمية وبراءات اختراع، كما شاركت في تحرير أربعة كتب. بحسب ما ذكرت جامعة قطر في ملفها الأكاديمي.

### جوائز وتكريمات

وحصلت مريم المعاضيد خلال مسيرتها على جوائز وتكريمات تقديراً لإسهاماتها في البحث العلمي والابتكار والقيادة الأكاديمية. كما حظيت بتكريمات مرتبطة بدورها في تطوير البحث العلمي في قطر وبمشاركتها في مجالات التكنولوجيا والمواد المتقدمة.



مريم علي المعاضيد عالمة وأكاديمية قطرية ارتبط اسمها بعلم المواد والبوليمرات والمواد المتقدمة وتطبيقات النانوتكنولوجيا، وشغلت أدواراً أكاديمية وبحثية في جامعة قطر، من بينها منصب نائب رئيس الجامعة للبحث والدراسات العليا، إلى جانب عملها في مركز المواد المتقدمة.

بدأت رحلتها الأكاديمية من الفيزياء، قبل أن تتجه إلى علوم المواد، المجال الذي أصبح محوراً رئيسياً في مسيرتها البحثية، وامتد عملها فيه إلى البوليمرات والمواد المركبة وتطبيقات النانوتكنولوجيا وتقنيات معالجة المياه والطاقة والاستدامة.

### من الفيزياء إلى علوم المواد

حصلت مريم المعاضيد على درجة البكالوريوس في الفيزياء من جامعة قطر، ثم واصلت دراستها العليا في علوم المواد بجامعة الإسكندرية في مصر، حيث حصلت على الماجستير والدكتوراه عام 2001.

وخلال فترة الدكتوراه، عملت لفترة في مدينة شيفيلد البريطانية وأجرت تجارب مرتبطة بأبحاثها في علوم المواد. وتحدثت في مقابلة مع منصة «Women of Qatar» عن تلك المرحلة، وعن الجمع بين الدراسة ومسؤولياتها الأسرية، إذ كانت أمًا لثلاثة أطفال خلال دراستها للدكتوراه.

بدأت مريم المعاضيد عملها في جامعة قطر في مجال الفيزياء

# How to Be a Good Mother: 5 Tips to Becoming a Better Mom

**L**earning how to be a good mother doesn't happen overnight, nor is there a winning formula. Becoming a good mother requires practice, patience, and support from loved ones.

Occasionally, the journey is tough, and motherhood comes with ups and downs. What matters is making your child feel safe, heard, and loved. Here are tips on how to be the best mom for your child. According to Mental Health Center Kids. What Makes Someone a Good Mom?

The essence of a good mom goes beyond providing your child with their basic needs. A great mom will go above and beyond to nurture their child's interests and understand their emotions, quirks, and nuances.

Some qualities of a good mom include:

Patience. Moms can't always be forgiving, but patience can create open communication and empathy between a mom and a child.

Sacrifice. Sometimes, moms must sacrifice personal desires to be present for their children. A good mom will make tough decisions for her child's benefit.

Resilience. Motherhood demands a lot of work, and good mothers know to keep going, even when times are hard. They'll model strength and endurance for their children.

Flexibility and adaptability. Parenting is unpredictable, but a good mother will learn to adapt.

Good sense of humor. Authoritarian parenting may keep your child disciplined, but it can also make children fearful of making mistakes. Kids want to have fun, and a good mom will know how to balance guidance with a sense of humor.

How to Be a Good Mother

What makes a "good" mother is subjective, but you can practice these habits to give your child—and yourself—a more enriching environment.

## 1. Explore a parenting style that works

Choosing the best parenting style can be confusing, but it's essential to balance what you're most comfortable with and what your child responds to best. Whatever style you choose, most therapists recommend being fair and consistent. You can always adjust your parenting style as you familiarize yourself with your child's inherent traits and unique potential.

## 2. Take time for self-care

As a parent, it can be hard to be "switched on" constantly. Pushing yourself too hard can be more harmful than beneficial for you and your child. Roughly 50% to 80% of moms experience "mommy brain" or brain fog associated with motherhood. Take time to recover through self-care.

## 3. Say sorry when you should

Parents—especially first-time parents—make mistakes and should know how to apologize to their children when necessary. Apologizing to your child when you've hurt their feelings makes them feel valued and communicates that making up for certain behaviors is an integral part of life.

Apologizing when you should also teaches children to do the same thing. Implement aspects of positive parenting, such as offering praise when your child does the right thing, to keep them motivated and inspired.

## 4. Spend quality time together

Connecting with your child means spending time with them. Find ways to bond by engaging in activities you and your child are interested in. Being a mindful parent can make you feel more in tune with your child and improve their social-emotional health.

You can dedicate half an hour each day to a shared activity or plan family outings once a week. Whatever you decide, don't forget to enjoy the moment.

## 5. Embrace imperfection

There is no such thing as a perfect parent, and the earlier you embrace imperfection, the easier it'll be to dedicate yourself to what good motherhood really means. If something about your parenting style bothers your child, don't hesitate to ask them.

Talk with your children about improving your relationship over time and embracing the journey, no matter how many mistakes you make.



# كيف تعلمين طفلك تحمل المسؤولية منذ الصغر؟ 10 نصائح للأمهات

المشاركة على تعليمه التعاون والشعور بأن له دورًا مهمًا داخل الأسرة.

## 7- امدحي مجهوده ولا تشرطي الكمال:

عندما يحاول طفلك إنجاز مهمة بنفسه، شجعيه على المحاولة حتى لو لم تكن النتيجة مثالية، يمكنك أن تقولي له: «أعجبتني أنك حاولت القيام بالمهمة بنفسك»، فالتشجيع يساعد الطفل على اكتساب الثقة بالنفس ويجعله أكثر استعدادًا لتحمل مسؤوليات جديدة.

## 8- كوني قدوة له:

يتعلم الطفل الكثير من خلال مشاهدة والديه، لذلك احرصي على أن يراك ملتزمة بمسؤولياتك ووعودك ومنظمة في أداء مهامك. ويمكنك التحدث معه بطريقة بسيطة عن كيفية تنظيم وقتك وإنجاز واجباتك، حتى يدرك أن تحمل المسؤولية جزء طبيعي من الحياة اليومية.

## 9- علميه الاعتراف بالخطأ وإصلاحه:

تحمل المسؤولية لا يقتصر على ترتيب الأشياء والقيام بالمهام، وإنما يشمل أيضًا الاعتراف بالأخطاء، وإذا أخطأ الطفل في حق شخص آخر، علميه الاعتذار ومحاولة إصلاح ما حدث، بدلًا من إنكار الخطأ أو إلقاء اللوم على الآخرين، وبذلك يتعلم أن المسؤولية تعني أيضًا تحمل نتائج التصرفات والتعامل معها بطريقة صحيحة.

## 10- تحلي بالصبر وتجنبي المقارنة:

يحتاج الطفل إلى وقت حتى يكتسب مهارات المسؤولية، لذلك لا تتوقعي منه أن يتغير بين ليلة وضحاها، وقد ينسى أحيانًا أو يحتاج إلى التذكير، وهذا أمر طبيعي خلال مرحلة التعلم. وتجنبي مقارنته بإخوته أو زملائه، وركزي بدلًا من ذلك على تطوره هو وتشجيعه على تحسين أدائه تدريجيًا.

## 4- علميه تحمل نتائج أفعاله:

ساعد طفلك على فهم أن لكل تصرف نتيجة، دون استخدام العقاب المستمر، فإذا نسي مثلًا ترتيب ألعابه، ذكره بهدوء بأن عليه ترتيبها، وإذا أهمل تجهيز حقيبة، اجعليه يتعلم من الموقف ويستعد في اليوم التالي بصورة



يُعد تعليم الطفل تحمل المسؤولية من المهارات الأساسية التي تساعد على بناء شخصية مستقلة وقادرة على الاعتماد على النفس مع مرور الوقت، ولا يحتاج الأمر إلى انتظار وصول الطفل إلى سن كبيرة، إذ يمكن للأب والبدء في تعويده على المسؤولية من خلال مهام بسيطة تتناسب مع عمره وقدراته. وتبدأ المسؤولية من تفاصيل صغيرة داخل المنزل، مثل ترتيب الألعاب وتجهيز حقيبة المدرسة والحفاظ على أغراضه، ثم تتطور تدريجيًا مع نمو الطفل. وفيما يلي 10 نصائح تساعد الأمهات والآباء على غرس هذه القيمة لدى أطفالهم، وفقًا لـ «مبتدأ».

## 1- ابدئي بمهام بسيطة:

لا تطلبي من طفلك القيام بمهام تفوق قدراته، بل ابدئي بأشياء بسيطة يستطيع تنفيذها بمفرده، مثل ترتيب ألعابه بعد الانتهاء من اللعب، أو وضع ملابسه المتسخة في المكان المخصص لها، ومع مرور الوقت، يمكن زيادة المهام تدريجيًا وفقًا لعمره وقدرته على تحمل المسؤولية.

## 2- اجعلي المسؤولية مناسبة لعمره:

يختلف ما يستطيع الطفل القيام به من مرحلة عمرية إلى أخرى، لذلك يجب اختيار المهام المناسبة له، فالطفل الصغير يمكنه ترتيب ألعابه وكتبه، بينما يستطيع الطفل الأكبر تجهيز حقيبة المدرسة وترتيب غرفته والمساعدة في بعض الأعمال المنزلية البسيطة.

## 3- لا تفعلي كل شيء بدلًا منه:

قد تميل الأم إلى إنجاز المهام بدلًا من طفلها لتوفير الوقت أو لأنها ترى أن أداءها سيكون أفضل، لكن ذلك قد يحرمه من فرصة التعلم. امنحي طفلك فرصة للمحاولة، حتى إذا لم ينفذ المهمة بشكل مثالي من المرة الأولى، وساعديه فقط عندما يحتاج إلى المساعدة.

أفضل، والهدف هو أن يفهم الطفل المسؤولية، وليس أن يشعر بالخوف من الخطأ.

## 5- أعطيه اختيارات بسيطة:

منح الطفل فرصة لاتخاذ بعض القرارات المناسبة لعمره يساعده على بناء شخصيته وتحمل المسؤولية، ويمكنك مثلًا أن تسأليه: «هل تريد ارتداء القميص الأزرق أم الأبيض؟» أو «هل تفضل ترتيب ألعابك قبل العشاء أم بعده؟»، وتساعد هذه الاختيارات البسيطة الطفل على التفكير واتخاذ القرار.

## 6- شجعيه على المشاركة في الأعمال المنزلية:

يمكن إشراك الطفل في بعض المهام المنزلية البسيطة، مثل ترتيب المائدة، أو جمع ألعابه، أو تنظيم كتبه، أو المساعدة في وضع الملابس في مكانها، وتساعد هذه

## Setting Boundaries at Work: 4 Practical Skills Every Woman Needs

**F**or many women, the workplace comes with an unspoken expectation: be helpful, be agreeable, don't rock the boat. While collaboration and kindness are strengths, they can easily turn into overwork, resentment, and burnout when boundaries are missing.

Setting boundaries at work isn't about being difficult or disengaged. It's about protecting your time, energy, and self-respect so you can do your best work – without sacrificing yourself in the process. Below are four practical skills to help you set and maintain healthy boundaries at work, no matter your role or industry. According to courageouscounselingatl.

### 1) Get Clear on Your "Yes" and Your "No"

Before you can communicate boundaries to others, you need clarity with yourself. Many boundary issues stem from saying yes automatically out of habit, guilt, or fear of disappointing others.

Take time to define:

Your core responsibilities (what you are actually paid to do)

Your capacity (how much you can realistically handle)

Your non-negotiable (lunch breaks, end-of-day stop times, personal commitments)

When you know your limits, it becomes easier to recognize when a request crosses them. Boundaries aren't rigid rules; they're informed decisions. You're allowed to say no or "not right now" without over-explaining.

Practice: Before responding to a request, pause and ask: Do I have the time, energy, and authority to do this well?

Example: Your boss asks you to stay late to work on a project due soon but not immediately.

Ask yourself: "Does the project require skill or responsibility outside my role?" "Do you have the time and energy in my schedule to take this on?" "Do I want to set a precedent of being willing to work late?"

### 2) Communicate Boundaries Clearly and Calmly

You don't need a dramatic confrontation to set a boundary. In fact, the most effective boundaries are often communicated simply and neutrally. Clear boundary language sounds like:

"I don't have the capacity to take this on today."

"I can help with this next week, but not before then."

"That's outside my role. Who else should we loop in?"

Avoid excessive justifications. Over-explaining can make your boundary sound like a negotiation instead of a statement. Calm, respectful communication signals confidence and professionalism.

Practice: Prepare one or two boundary phrases you can rely on when you're caught off guard.

Example: Your boss asks you to stay late to work on a project due soon, but not immediately.

Response: "Thank you for thinking of me, I am not available to stay after hours but I can take some time tomorrow to work on it."

OR

Response: "I appreciate your confidence that I could handle it, however this project is outside my scope of practice, so I am unable to assist."

### 3) Your Don't Need to Over-Functioning for Others

Many women unconsciously take responsibility for problems that aren't theirs such as fixing mistakes, managing emotions, or stepping in "just to help." While this can feel productive, it often reinforces unhealthy dynamics and keeps you stuck in roles you didn't choose.

Ask yourself:

Am I doing this because it's my responsibility or because I feel uncomfortable not doing it?

What would happen if I let someone else own this task or consequence?

<https://www.courageouscounselingatl.com/>



## نصائح للزوجة العاملة لمنع الصدام المالي مع الزوج

الخلافات المالية بين الزوجين من أكثر الأسباب شيوعاً لتوتر العلاقات الزوجية، وغالباً ما يعكس الصدام المالي اختلافاً في الأولويات، ولتجنب الخلافات المادية الشائعة، ولتجنب الصدام المالي مع الزوج، من الضروري بناء نظام مالي مبني على الشفافية، والتخطيط المشترك، وتوزيع الأدوار الوظيفية داخل الأسرة، حول هذا السياق تقدم خبيرة العلاقات الأسرية لمياء عبد المقصود؛ نصائح للمرأة العاملة لمنع الصدام المالي مع الزوج. وفقاً لـ «سيدتي».

الإدارة المالية المشتركة والذكية هي الأساس لحماية الاستقرار الأسري

تقول خبيرة العلاقات الأسرية لمياء عبد المقصود لـ «سيدتي»: «تعد الخلافات المالية بين الزوجين ناتجة في الغالب عن غياب الوضوح، اختلاف أولويات الإنفاق، وسوء إدارة الميزانية الشهرية، أو تفاوت الطريقة التي نشأ بها كل طرف في التعامل مع المال،

ولتجنب الصدام المالي بين الزوجة العاملة وزوجها، يتطلب وضع قواعد مالية واضحة والاعتراف بالشفافية كأساس للتعامل،

تعتمد على الصراحة المتبادلة وتحديد مسؤولية كل طرف في المصاريف اليومية والأدخار،

فالإدارة المالية المشتركة والذكية هي الأساس لحماية الاستقرار الأسري والعاطفي.

### نصائح أساسية لتجنب الخلافات المادية مع الزوج

#### الصراحة المطلقة

الصراحة المطلقة هي الأساس

الأول لتجنب الخلافات المادية بين

الزوجين، فتكون بناءة إذا اقتربت بالحكمة

والذكاء العاطفي، فالمال ليس مجرد أرقام، بل

يرتبط بالأمان، الثقة، والرؤية المستقبلية، ولذلك

فإن الغموض فيه غالباً ما يؤدي إلى سوء الفهم والمشاكل،

فالمصارحة بمصادر الدخل والديون والالتزامات الأساسية، تمنع

الشكوك وتؤسس لعلاقة شفافة بين الزوجين.

#### تحديد الأولويات المشتركة

تحديد الأولويات المشتركة بوضوح وبناء ميزانية متفق عليها هما

الأساس لتجنب الخلافات المادية بين الزوجين، لذلك اتفقا

مسبقاً على الأشياء الضرورية، والتي لا يمكن الاستغناء عنها

مثل السكن، الفواتير، والأقساط، والغذاء وما يمكن الاستغناء عنه،

يمنع سوء التفاهم ويحمي استقرار الأسرة المالي، مثال: «تصنيف

الربحيات من الأكثر أهمية إلى الأقل أهمية لخدمة الهدف الأكبر

للأسرة».

#### تقسيم المسؤوليات

تقسيم المسؤوليات المالية بوضوح بين الزوجين يعتمد على

الشفافية التامة وتحديد النسب والأدوار بناءً على الدخل والقدرة

لكل طرف، كالاتفاق على نسبة مشاركة كل طرف في الميزانية،

وتقسيم دفع الفواتير والالتزامات بناءً على نسبة الدخل، فإذا

كان أحد الطرفين يتقاضى دخلاً أعلى، تكون مساهمته بالنسبة

والتناسب لضمان العدالة وعدم إرهاق طرف دون الآخر.

#### الحساب البنكي المشترك

الحساب البنكي المشترك يساعد في تقليل الخلافات المالية، ويعزز

الشفافية والترابط بين الزوجين؛ إذا تمت إدارته بقواعد واضحة ومحددة، حيث يتيح للطرفين الاطلاع بوضوح على المدخلات والمصروفات العائلية دون أسرار مالية، مما يعمل على تقليل النزاعات حول المال، كما يساعد على اتخاذ قرارات مالية أفضل.

#### صندوق الطوارئ

صندوق الطوارئ العائلي هو رصيد مالي مخصص ومستقل يجذب الزوجين الوقوع في فخ الديون أو الخلافات عند مواجهة أي أزمات أو نفقات غير متوقعة، كبناء مدخرات مشتركة للآزمات المفاجئة

لتجنب الضغوط والاتهامات المتبادلة وقت الأزمات، كما يمنع اللجوء للاستدانة بأساليب محرجة أو بقرارات فردية قد تفضي الطرف الآخر.

ويمكنك من السياق التالي التعرف إلى المزيد من خلال الرابط: كيف تمنعان المشاكل المادية من إفساد علاقتكما؟

#### احترام الاستقلالية

تجنب الخلافات المادية بين الزوجين يبدأ من الاستقلالية المالية بين الزوجين واحترام الذمة المالية الخاصة بكل طرف،

وترك مساحة من الحرية لكل

طرف للتصرف في جزء من ماله

الخاص دون رقابة خانقة، فلا

يحق لأحدهما السيطرة على

مال الآخر أو أخذه بغير طيب

نفس.

#### النقاش الدوري

النقاش المالي الدوري هو

جلسة هادئة ومحددة بزم

يحددها الزوجان مرة شهرياً

لمراجعة المصروفات والخطط

المالية بمنأى عن لحظات الغضب

أو الأزمات الطارئة وتخصيص وقت

شهري هادئ لمراجعة الميزانية وتعديل

الخطة المالية دون انفعال.

#### الشفافية والتواصل الهادئ

شاركي زوجك الالتزامات الشهرية، والديون السابقة إن

وجدت دون إخفاء أي تفاصيل، وتحدثي بصراحة عن الالتزامات،

واختاري أوقات الراحة بعيداً عن أوقات الضغط أو المشاحنات

لمناقشة المصروفات بشكل دوري، وقسما الدخل إلى فئات واضحة

«ثابتة، متغيرة، ادخار» مع تخصيص «مصروف شخصي» لكل

طرف لا يحاسبه عليه شريكه الآخر.

#### تجنب العتاب الحاد والانتقاد

يساعد وجود ميزانية واضحة ومتفق عليها مسبقاً في تقليل

الحاجة إلى العتاب الحاد؛ لأن الأرقام والحدود المسموح بها تكون

معلنة ومفهومة للطرفين، لذلك اتبعي أسلوباً حوارياً هادئاً،

يبتعد عن اللوم والاتهامات المباشرة للزوج أو إهانته بسبب طريقة

إنفاقه، واعتمدي أسلوب النقاش الهادئ والتوضيح اللطيف عند

الرغبة في ترشيد الاستهلاك.

#### الاستعانة بمختص

للجوء إلى استشارات أسرية أو مالية متخصصة عند تفاقم

الأزمات وتكرار النزاعات تعد خطوة إستراتيجية حاسمة لحماية

العلاقة الزوجية من التصعد بسبب الضغوط الاقتصادية؛ حيث

يضمن المختص إدارة الحوار دون أن يطغى طرف على آخر، مما

يتيح لكل شريك التعبير عن مخاوفه المالية دون خوف من الأحكام.



# كيف تحمين أثاث منزلك من التلف؟ دليل شامل للعناية والصيانة



الخلفي من الأريكة. انتظري حتى يجف. تأكد من أن اللون يبقى مشرقاً وأن القماش يبقى ناعماً. يعدّ تخطي هذا الاختبار خطأ فادحاً يمكن أن يسبب تغييرات غير مرغوب فيها في اللون.

**الخطوة الرابعة هي تطبيق الرذاذ.** أمسكي العلبة على بعد ستة إلى ثمانية بوصات من الأريكة. رشي في ضوء، خطوطاً متساوية. لا تنفقي القماش. افتحي نوافذك للسماح للهواء النقي بالدخول أثناء جفافه.

**الخطوة الخامسة هي شراء بعض البطانيات الجميلة.** ضعها في الأماكن التي يجلس فيها الناس أكثر.

**الخطوة السادسة هي تعيين تذكير لمدة ستة أشهر من يوم تنظيف الكتب.** عندما ينطلق المنبه، افحصي أثاثك. إذا غرق بالماء بعد رش القليل منه من زجاجة ذات بخاخ، فهذا دليل على انتهاء صلاحية الحماية، بالتالي فقد حان الوقت لرش الأريكة مرة أخرى ببخاخ الحماية.

اختيار أقمشة متينة للأثاث: هناك أقمشة صُممت خصيصاً لتلائم المنازل التي تكثر فيها الحركة والاستخدام، مثل ألياف «الميكروفيبر» ذي النسيج المحكم؛ مما يمنع تسرب الأوساخ إلى الداخل بسهولة. قماش «كريبتون» بدوره، أكثر متانة وقوة؛ إذ صُمم ليقاوم البقع والروائح الكريهة بشكل دائم.

## تنظيف الأثاث المنجد خطوة بخطوة

**الخطوة الأولى هي تنظيف أثاثك بالكامل** بواسطة المكينة الكهربائية، مع ضرورة نزع الوسائد وتميرير المكينة الكهربائية تحتها.

**الخطوة الثانية هي التخلص من البقع القديمة.** إذا رأيت بقعة داكنة، نظفها أولاً بقطعة قماش، ثم بقطعة ثانية مبللة برغوة الصابون اللطيف، مع أهمية التريث للداخل. دعي البقعة تجف تماماً.

**الخطوة الثالثة هي اختبار الرذاذ الجاهز** الخاص بتنظيف الأثاث. إذا اختبرت رذاذاً للأقمشة؛ فقمي برش القليل منه على الجزء

الرطوبية: الرطوبة العدو صامت آخر؛ فإذا كان منزلك رطباً، يظل القماش رطباً؛ مما يؤدي إلى نمو العفن والفطريات. وللعفن رائحة كريهة، كما أنه قد يسبب لك الأمراض.

## نوع أقمشة التنجيد

تختلف سرعة حدوث هذه الأضرار الموضحة أعلاه باختلاف نوع القماش؛ فالألياف الطبيعية - مثل القطن - تتميز بنعومتها الفائقة وقدرتها الجيدة على التهوية. لكن الألياف الطبيعية تمتص السوائل المنسكبة بسرعة كبيرة وتتلطخ بسهولة بالغة. بالمقابل، تقاوم الأقمشة الصناعية البهتان والتمزق بشكل أفضل بكثير عن القطن الطبيعي. ومع ذلك، لا يوجد قماش محصن تماماً؛ فكل نوع من المواد يحتاج إلى حماية جيدة ليصمد أمام ظروف الاستخدام المكثف في المنزل المزدحم.

## ما أفضل الطرق لحماية قماش تنجيد الأثاث؟

استخدام بخاخ حماية الأقمشة: عند رشه على الأريكة، وبعد جفافه، ستلاحظين تشكل طبقة حماية غير مرئية؛ مما يحافظ على ملمس ومظهر الأريكة الجديدة من خلال منع تغلغل الأوساخ والبقع الشائعة. فعند انسكاب الماء على أريكة تمت معالجتها بهذه الطريقة، يتجمع الماء على شكل قطرات صغيرة (خرزات)، ويمكنك ببساطة مسح هذه القطرات باستخدام منشفة ورقية. الأغشية الخارجية: هي عبارة عن قطع قماش كبيرة توضع مباشرة فوق الأريكة، ويمكن إزالتها بسهولة وغسلها ببساطة في الغسالة.

شراء قطع أثاث منجدة جديدة، أمر ممتع ويضيف مظهراً رائعاً على مناطق المنزل، لاسيّما مجلس استقبال الضيوف، وغرفة المعيشة. إلا أن الحفاظ على نظافة هذا الأثاث ليس بالأمر السهل؛ فسرعان ما تظهر بقع داكنة على القماش وتتلاشى الألوان. ولهذا السبب، أنت بحاجة إلى خطة فعالة لحماية التنجيد. وفقاً لـ «سيدتي - نت».

## لماذا يتعرض تنجيد الأثاث للتلف في المنازل؟

تواجه أقمشة التنجيد مخاطر عديدة يومية تتمثل في: انسكاب السوائل: عندما ينسكب العصير أو المياه الغازية على الكنب، سرعان ما يتسرب السائل إلى الحشوة الداخلية؛ ليصبح من الصعب تنظيفه وإزالته. الأوساخ: عند الجلوس على الأريكة، تنتقل زيوت الجسم الطبيعية إلى القماش. ومع مرور الوقت، تعمل هذه الزيوت على جذب الغبار وتجميعه؛ مما يجعل مساند الذراعين والرأس تبدو داكنة اللون وغير نظيفة. كما يتغلغل كل من: وبر الحيوانات الأليفة، وبقع الطعام، وزيوت الجسم بسرعة داخل الأقمشة غير المحمية؛ مما يسبب أضراراً دائمة لأثاث منزلك. ضوء الشمس: يتسبب بأضرار جسيمة؛ فإذا وضعت كرسيّاً أحمر زاهياً بالقرب من نافذة كبيرة؛ فإنه سيتعرض للأشعة فوق البنفسجية التي تبهرت لونه. وبعد مرور عام، يتحول ذلك اللون الأحمر الزاهي إلى وردي باهت. كما تُضعف أشعة الشمس خيوط القماش؛ مما يجعلها عُرضة للتمزق بسهولة.



# 5 Savvy Ways to Create Big Design Moments in Small Spaces your home

**D**ecorating a small space can certainly feel like a daunting task. Ensuring that you're able to fit in everything you need and make your home a well-designed abode can be even more of a challenge, but that doesn't mean it can't be done. In fact, decorating smaller spaces are often the most fun, and the clever tricks you'll use to beautify your home look makes the process all the more rewarding in the end. Discover five of our best small space design ideas that'll boost your home's style without compromising on functionality. According to Empire Homes.

## 1. Take Advantage of Vertical Space

The most functional small spaces all have this in common: they make good use of their vertical real estate, whether for decoration or to increase storage space. This condo bedroom is a great example of vertical space done right, with a gallery wall that boost's the room's visual appeal and a pair of sconces on either side of the bed that keeps the room well-lit without sacrificing floor space to a lamp.



## 2. Don't Shy Away from High-Shine Finishes and Dark Colours

Using dark colours or high-shine pieces



in a small space is often thought of as a design faux pas, when in reality, they're perfectly suited to smaller homes. Lacquered walls, glossy tiles and mirrored furniture bounce more light than matte furniture, making the room feel airier. And as for dark colours, they're great for imparting a high-impact look and help ground a space.

## 3. Have Statement Lighting in Every Room

Want to make your space feel memorable? Look to a beautiful chandelier, pendant, flush mount or sconce. Lighting is the jewellery of a room and one of the

most effective ways to give a small space a big design moment. Be sure not to neglect smaller spaces, either — rooms like a bathroom or laundry room greatly benefit from good lighting.

## 4. Make Every Wall Count

Much like how you should take advantage of vertical space in a home, be sure not to neglect long stretches of wall space. In this entryway, a narrow console table adds storage and functionality, while also creating another design opportunity. For an extra hit of interest and dimension, paint your walls in contrasting colours or add statement wallpaper.

## 5. Leave Room for Dramatic Design Moments

In smaller spaces, artwork and accents are often an afterthought to larger furniture pieces — but they shouldn't be. No matter how small a space is, a room can always benefit from decor. Open shelving provides a great opportunity for display, while large artwork can add a high dose of personality to a space.

# قبعات الخريف.. إكسسوار يكمل أناقتك في هذا الموسم

بعد مواسم طويلة، احتلت فيها الأقواس، ومشابك الشعر، وعصبات الرأس، وربطات الشعر، المشهد في «إطلالات الشارع»، يبدو أن خريف 2026 يفتح الباب أمام عودة أكثر جرأة إلى عالم القبعات، بحسب زهرة الخليج.

وخلال أسبوع الموضة في نيويورك، لفتت قبعات الـ «Pillbox» الأنظار؛ باعتبارها أحد أبرز تفاصيل الإطلالات، التي رافقت عروض الموسم.

هذا التصميم الصغير، المستدير أو شبه المستدير، يستعيد روحاً كلاسيكية مرتبطة بأناقة الستينيات، ويعيد إلى الواجهة صورة القبعة، التي اشتهرت بها جاكى كينيدي، لكن بلمسات أكثر معاصرة تتناسب مع أسلوب الشارع الحديث.

ولم تظهر القبعات موحدة الشكل أو الخامة، بل تنوعت الخيارات التي اختارتها الحاضرات أمام عروض خريف 2026، بين الجلد والمخمل والقرو والصوف، لتمنح الإطلالة النهائية درجات مختلفة من الفخامة والدفء والحضور.

وفي ما يتعلق بالألوان، كان للدرجات الحبيبية حضور واضح، خصوصاً تلك التي يمكن تنسيقها بسهولة مع معاطف وبدلات الخريف.

وفي المقابل، اختارت بعض النساء الخروج من منطقة الألوان الآمنة، واعتمدن قبعات بألوان لافتة، أو بنقوش مستوحاة من جلود الحيوانات، وأحياناً بطريقة متناسقة مع بقية الإطلالة؛ لتكوين مظهر أحادي اللون يبدو مدروساً من الرأس إلى القدمين.

## اللباد بحواف عريضة.. أناقة الخريف الكلاسيكية:

تعود القبعات ذات الحواف العريضة إلى الواجهة، خصوصاً تلك المصنوعة من اللباد والصوف، مع حواف أكبر قليلاً وانحناء ناعمة إلى الأسفل، ويمنح هذا الشكل الإطلالة حضوراً واضحاً من دون أن يفقدها أناقتها الكلاسيكية. وتبدو القبعة مثالية مع المعاطف الطويلة والأحذية الجلدية أو الإطلالات ذات الطبقات.

أما الألوان، فتتحرك نحو البني الدافئ، لا سيما درجات الكونيك والبني الغني، ويأتي ذلك منسجماً مع لوحة الخريف، التي تميل هذا العام إلى البني

الشوكولاتي، والدرجات الترابية.

## البني الشوكولاتي يستحوذ على إكسسوارات:

إذا كان هناك لون يصعب تجاهله في خريف 2026،

تضيف التفاصيل الجلدية، أو الأشرطة المنسوجة أو الريش لمسة أكثر تميزاً؛ وهي خيار مناسب خصوصاً لفترة الانتقال بين الصيف والخريف، عندما لا تكون الأجواء باردة بما يكفي للباد الثقيل.

## «الفيديورا» تلتقي بالأسلوب الغربي:

في اتجاه آخر، تلتقي ملامح قبعة الفيديورا الكلاسيكية مع الخطوط الغربية. والنتيجة قبعة بحافة أقصر نسبياً، وتاج أكثر استرخاءً، ويمكن ارتداؤها مع الملابس اليومية أو الإطلالات الأكثر أناقة.

وتبرز هنا درجات الرمادي الحجري، إلى جانب البني والأسود، لتمنح القبعة مظهراً عصرياً يتناغم مع ألوان، مثل:

فهو البني الشوكولاتي. ولم يقتصر حضوره على المعاطف والكنزات والحقائب، بل امتد إلى القبعات أيضاً، ليمنحها مظهراً أكثر فخامة ودفئاً. والجميل في هذه الدرجة أنها لا تحتاج إلى إطلالة معقدة. فيمكن تنسيق قبعة بنية داكنة مع معطف بلون كريمي، أو ملابس بدرجات البيج، أو حتى إطلالة كاملة بالأسود لمنح الوجه نقطة تركيز أكثر دفئاً.

## قبعة القش تجد مكانها في الخريف:

لا يعني انتهاء الصيف أن قبعات القش تختفي تماماً؛ ففي خريف 2026 تظهر الخامة نفسها، ولكن بدرجات أغمق، وتشطيبات أكثر ثراءً، لتصبح أقرب إلى روح الموسم. الألوان التبعية والبنية الداكنة تمنح قبعة القش مظهراً مختلفاً، فيما



العنابي والكحلي. وفي الوقت نفسه، تشير تغطيات اتجاهات القبعات في عام 2026 إلى عودة الفيديورا ذات الحواف العريضة، خصوصاً المصنوعة من اللباد، باعتبارها قطعة هيكلية تضيف حضوراً واضحاً إلى الإطلالة.

## كيف تختارين قبعة الخريف؟

الاختيار لا يرتبط بالموضة وحدها، بل بشكل الوجه وطبيعة الملابس أيضاً. فالقبعات ذات الحواف العريضة تمنح الإطلالة حضوراً قوياً، بينما تبدو الفيديورا أكثر مرونة للاستخدام اليومي. أما القبعات الغربية فتتناسب من ترغب في إضافة شخصية واضحة إلى مظهرها، في حين يمكن للقبعة البنية أو الكاميل أن تكون خياراً عملياً لخزانة الخريف؛ لأنها تنسجم بسهولة مع المعاطف والكنزات والجينز.



## شياكة وأناقة.. 3 تريندات للمعاطف تتصدر موضة 2026

منطقة الخصر. ويتميز هذا الموديل بسهولة تنسيقه مع مختلف الملابس، سواء الإطلالات الكاجوال أو الأكثر أناقة، كما يمنح المظهر طابعاً بسيطاً وغير متكلف.

## معطف شيرلينج يعود بقوة

مع عودة اتجاهات التسعينيات وبداية الألفية، يستعيد معطف شيرلينج حضوره في خريف 2026. ويتميز هذا النوع بالخامات ذات الملمس الفروي، والقصات الواسعة، والياقات الكبيرة.

وبجانب مظهره العصري، يعد الشيرلينج من الخيارات المناسبة للأجواء الباردة، ويمكن تنسيقه مع العديد من الإطلالات اليومية.



ويمكن تنسيقها مع البنطلونات أو التنانير والقمصان، إلى جانب الأحذية ذات الكعب للحصول على إطلالة كلاسيكية أنيقة.

## معطف الـ Wrap

لم تفضل الإطلالات المريحة، يأتي معطف الـ Wrap خيار عملي وأنيق في الوقت نفسه، وهو تصميم فضفاض يتميز بقصة ناعمة وحزام يحدد

مع بداية فصل الخريف، تبدأ النساء في البحث عن قطع تجمع بين الدفء والأناقة، ويبدو أن موسم خريف 2026 يشهد عودة واضحة إلى بعض اتجاهات موضة التسعينيات وبداية الألفية الجديدة، مع تنوع في تصميمات المعاطف التي تناسب الإطلالات الكلاسيكية والكاجوال. ووفقاً لتقرير نشره موقع «newsukraine»، هناك 3 اتجاهات من المعاطف موضة هذا الخريف، وهي:

## معطف محدد للخصر مع أكتاف بارزة

بعد انتشار المعاطف ذات القصات الواسعة خلال المواسم الماضية، تعود التصميمات التي تحدد شكل الجسم إلى الواجهة، خاصة المعاطف الطويلة المصنوعة من الصوف والمزودة بأكتاف واضحة.

وتبرز هذه التصميمات بألوان مناسبة للخريف، من بيننا الأسود والرمادي والبني والبرجندي،

## 7 Style Hacks to Make Simple Outfits Look Expensive

**W**hen it comes to fashion, you don't always need luxury labels to look chic. This morning on the Style Edit, I thought I'd share some secrets on how to look expensive without breaking the bank.

Whether you're a student or a professional, these 7 style hacks that make you look expensive and elevate your wardrobe. For even more wardrobe hacks and outfit ideas, don't miss this guide on wardrobe hacks every. According to Shining Study.

### 1. Prioritize Perfect Fit

The first hack to make a simple outfit look expensive is to choose clothes that fit you well. Oversized or poorly fitted suits make you look cheap, while tailored suits make you look elegant and expensive. Even the most basic white T-shirt makes you look and hug your body shape correctly.

### 2. Choose Neutral and Classic Colors

Colors play a massive role in your life to make you look elegant and play a massive role in your styling. Neutral shades like blue, beige, white and black are classic colors that appear timeless and expensive looking. Avoid fleshy neon colors unless you know how to style them. Monochrome outfits are a fashion hack that look expensive.

### 3. Add Structured Pieces

Add structure pieces to make simple outfits look expensive. Such as a structured blazer, a crisp button-down or a classic trench coat to make your look expensive. These essentials bring sharpness and polish to your style. Investing in fashion staples like a blazer, handbag and coats to transform your look. Browse Trends

### 4. Accessorize Smartly

A game changer of styling is accessories when it comes to a style hack. A minimalist watch, layered necklaces, or a leather belt can instantly upgrade your look. Choosing quality over quantity, one elegant handbag looks far more luxurious than five flashy bags.

### 5. Invest in Quality Shoes

When it comes to looking expensive in simple outfits then shoes speak louder than words. Polished leather shoes, clean white sneakers, or nude heels make even casual outfits look expensive. On the other hand, worn-out or cheap shoes can ruin an otherwise elegant outfit.

### 6. Pay Attention to Grooming

Grooming is an essential part of your body and your look. Clean nails, neat hair, and ironed clothes create a polished appearance. Personal grooming is a secret hack that turns basic outfits into sophisticated styles.

### 7. Mix High and Low Fashion

The ultimate style hack to make outfits look expensive is balancing affordable basics with one statement piece. Pair a budget T-shirt with a designer handbag or high-street jeans with premium shoes. This high-low mix creates a fashion-forward vibe without overspending.



## الأحذية ثنائية اللون.. صيحة أنيقة لا تفقد رونقها أبداً!

تعود الأحذية ثنائية اللون إلى واجهة الموضة من جديد، لتثبت أن بعض صيحات الأذية لا تحتاج إلى إعادة ابتكار كاملة حتى تستعيد حضورها؛ فيكفي أن يعاد تقديمها بتفاصيل عصرية، تتناسب مع روح الموسم.

وفي خريف 2026، تحظى الأحذية ذات المقدمة المتباينة، المعروفة باسم «Cap-Toe Shoes»، باهتمام واضح من دور الأزياء، ومدونات الموضة، بعدما ظهرت بأساليب متنوعة في مجموعات خريف هذا العام، مثل: «شانيل»، و«فيراغمو»، و«إيزابيل ماران». بحسب «زهرة الخليج».

### من أين جاءت الأحذية ثنائية اللون؟

يرتبط تاريخ هذا التصميم بصورة وثيقة بدار «شانيل Chanel»، بعدما قدمت غابرييل شانيل، عام 1957، الحذاء الشهير باللونين: البيج، والأسود، الذي جمع بين جسم الحذاء الفاتح، ومقدمة سوداء متباينة. ولم يكن الاختيار اللوني مجرد تفصيل جمالي؛ فقد صمم الشكل؛ ليمنح الساق مظهراً أكثر امتداداً، بينما تساعد المقدمة الداكنة على إعطاء القدم مظهراً أكثر رشاقة.

وبمرور السنوات، أصبح هذا التصميم من أكثر رموز «الدار» ارتباطاً بالأناقة الفرنسية، وانتقل من الأحذية ذات الكعب إلى تصميمات الأحذية المفتوحة من الخلف «Slingback»، والأحذية المسطحة والبالية، ليحافظ على الفكرة الأساسية نفسها؛ وهي لوان متباينان يجتمعان في تصميم واحد بسيط ولافت.

وفي ثمانينيات القرن الماضي، اكتسبت الأحذية ثنائية اللون حضوراً إضافياً لدى «شانيل»، بينما ساهمت عروض التسعينيات في ترسيخها كقطعة مرتبطة بالأناقة العملية والأثونة العصرية. وفي مجموعة ربيع وصيف 1992، على سبيل المثال، ظهرت عارضات الأزياء بأحذية ثنائية اللون، من بينها تصميم أسود وأبيض، ارتبط لاحقاً بصورة عارضة الأزياء، ليندا إيفانجيليستا، على منصة العرض.

### عودة قوية في موضة 2026:

وفي ضوء عودة الأزياء إلى الحنين للماضي، قدمت دور الأزياء العالمية أشكالاً، وألواناً، وخامات مختلفة في الأحذية ثنائية اللون. وفي مجموعة «Chanel»، لربيع وصيف 2026، أعيد تقديم التصميم الأيقوني بأشكال جديدة، من بينها: الأحذية ذات المقدمة المربعة، والكعب المرتفع، وتصميمات الأحذية المفتوحة من الخلف، بالإضافة إلى درجات لونية تتجاوز التراكيب التقليدية للبيج، والأسود. وخطف هذا الحذاء الأنظار في هذا الموسم بالتحديد، مع رؤية ماثيو بلانزي الجديدة لإكسسوارات «شانيل»، حيث ظهرت التصميمات بروح الأنافة الكلاسيكية، والتفاصيل الأكثر حداثة.

أما في خريف 2026، فقد توسعت الصيحة؛ لتشمل تفسيرات مختلفة لدى عدد من دور الأزياء، مع ظهور الأحذية ذات المقدمة المتباينة إلى جانب خامات، مثل: الجلد اللامع، والجلد ذي النقوش المستوحاة من جلود الحيوانات، وتصميمات أكثر حدة في شكل المقدمة، والكعب.

### لماذا لا تفقد هذه الصيحة جاذبيتها؟

السري استمرار الأحذية ثنائية اللون لا يكمن فقط في ارتباطها باسم «شانيل»، وإنما في قدرتها على تحقيق معادلة يصعب الوصول إليها

في عالم الإكسسوارات: «التفاصيل اللافتة من دون مبالغة». ووجود لون مختلف عند مقدمة الحذاء يضيف جذاباً بصرياً واضحاً، لكنه لا يحول التصميم إلى قطعة يصعب تنسيقها. وعلى العكس، يصبح الحذاء وسيلة سهلة؛ لإضفاء لمسة أكثر أناقة على إطلالة بسيطة.

إضافة إلى ذلك، يعد الحذاء نفسه قطعة كلاسيكية وعصرية معاً، حيث يسهل تنسيقه مع العديد من الإطلالات على مدار اليوم، بداية من البدلات الرسمية في الصباح، وساعات العمل، وحتى النزهة الليلية مع صديقاتك على بنطال جينز، وقميص أبيض بسيط. أحذية ثنائية تستحق الاقتناء.. هذا الموسم:

### حذاء «Ballet Flats».. من «Chanel»:

يأتي هذا التصميم من «شانيل Chanel»؛ ليجسد واحدة من أكثر صور الحذاء ثنائي اللون ارتباطاً بالدار الفرنسية؛ إذ يقدم بدرجات اللونين العاجي الهادئة، والمقدمة السوداء المتباينة، مع رباط رفيع يضيف لمسة أنثوية إلى التصميم، ويظهر هذا الإصدار ضمن مجموعة ربيع وصيف 2026، وهو مصنوع من جلد الحمل بارتفاع كعب يبلغ نحو (20 ملم).

ويتميز الحذاء بقدرته على الظهور بطابع كلاسيكي وعملي، إذ يمكن تنسيقه مع البنتلونات الجينز؛ لإطلالة يومية راقية، أو مع تنورة «ميدي»، وبدلة؛ للحصول على مظهر أكثر أناقة.

### حذاء «Varina ballet».. من «Ferragamo»:

من الأحذية ثنائية اللون، الشهيرة في عالم الموضة، حذاء «Varina ballet»، من «Ferragamo»، الذي يأتي بتصميم الرافيا المنسوجة باللون البيج؛ ليتناسب مع الكثير من الأوقات، سواء في الصيف أو الشتاء، بالإضافة إلى تفاصيل الجلد المتباينة عند المقدمة والحواف، التي تعزز أناقة الحذاء، فضلاً عن فيوينة «Vara» الشهيرة، المثبتة بمشبك معدني يحمل شعار «العلامة».

ويتميز هذا التصميم، أيضاً، بقدرته على الانتقال بسهولة بين الإطلالات اليومية، والأكثر أناقة؛ إذ يمكن تنسيقه مع بنطال كتان واسع، وقميص أبيض؛ للحصول على مظهر صيفي أنيق، أو مع فستان «ميدي»، أو تنورة لإبراز طابعه الأنثوي.

### حذاء «Valet Du Roi Kid Slingback».. من «Pump»:

«Valentino Garavani Valet Du Roi» نسخة فاخرة من صيحة الأحذية ثنائية اللون، بتصميم الأحذية المفتوحة من الخلف، وهو مصنوع من جلد الـ «Kidskin» بلونين متباينين، مع مقدمة أنيقة، وتفاصيل فيوينة مزينة بأشرطة جلدية متدلّية. ويكتمل التصميم بتفصيل «VLogo Signature»، بلمسة من النحاس المعقّد، بالإضافة إلى حزام خلفي قابل للتعديل، ومشبك للإغلاق.

ويتميز الحذاء بكعب عريض مغطى بالجلد يبلغ ارتفاعه (60 ملم)؛ ما يمنحه ارتفاعاً أنيقاً مع قدر أكبر من الثبات، مقارنة بالكعب الرفيع.

## طريقة عمل العدس الهندي الدال تادكا بطعم التوابل الساحر وبخطوات بسيطة

كزبرة خضراء مفرومة للتزيين.

### طريقة التحضير خطوة بخطوة

- في إناء على نار متوسطة، ضعي العدس المغسول مع الماء، الكركم، ورشة ملح، اتركه يغلي حتى ينضج تماماً وتصبح الحبات لينّة «حوالي 20-15 دقيقة»، ثم قلّبيه جيّداً ليصبح قوام كريمي.

- في مقلاة جانبية، سخني ملعقة من الزيت أو السمن، وأضيفي البصل المفروم حتى يذبل ويصبح ذهبي أضيفي الثوم، الزنجبيل، والفلفل الحار مع التقليب لدقيقة حتى تخرج رائحتها الزكية، ثم أضيفي الطماطم المفرومة واطريها لتتسبك وتصبح طرية.

- أضيفي خلطة الطماطم والبصل إلى قدر العدس المسلوق، وقلّبي المزيج جيّداً على نار هادئة لمدة دقائق حتى تتداخل النكهات تماماً.

- في مقلاة صغيرة، سخني السمن البلدي وأضيفي بذور الكمون حتى تتحمص قليلاً، ثم ارفعي المقلاة عن النار وأضيفي البابريكا والجراماسالا. صبي هذه «الطشة» الفواحة فوراً فوق وجه طبق العدس.

- قدمي العدس الهندي ساخناً إلى جانب الأرز الأبيض البسمتي أو خبز النان الهندي، وزيني الوجه بقليل من الكزبرة الخضراء الفرش مع عصره ليمون حامض لإبراز النكهات الحارة والغنية.

يعتبر العدس من الأطباق المفضلة لدى الملايين، فهو ليس مجرد وجبة مغذية ولذيذة، بل مخزن متكامل للبروتين النباتي والألياف، وإذا كنت تبحثين عن تجديد المائدة التقليدية وإبهار أسرتك، فإن «الدال تادكا» «Dal Tadka» أو العدس على الطريقة الهندية هو الخيار الأمثل، حيث يمتزج غنى العدس الأصفر بسحر التوابل الشرقية و«طشة» السمن مع الجراماسالا والكمون. وفقاً لـ «اليوم السابع».

### - المقادير

1 كوب عدس أصفر «مغسول ومصفى»  
3 أكواب مرقّة لحم أو خضروات  
1 حبة بصل متوسطة «مفرومة ناعم»  
2 حبة طماطم «مفرومة ناعم»  
1 ملعقة صغيرة زنجبيل طازج مفروم.  
3 فصوص ثوم مفروم.  
½ ملعقة صغيرة كركم.  
قرن فلفل حار «حسب الرغبة»  
**مكونات «التادكا» «الطشة الهندية»**  
2 ملعقة كبيرة سمن بلدي أو زيت نباتي.  
1 ملعقة صغيرة بذور كمون صحيحة.  
½ ملعقة صغيرة جراماسالا.  
½ ملعقة صغيرة بابريكا أو شطة حمراء.



## قوزي الدجاج.. طبق غني بالنكهات والعناصر الغذائية

يعد قوزي الدجاج من الأطباق الشهيرة التي تجمع بين الدجاج والتوابل والخضروات والمكسرات، ليقدّم وجبة غنية بالنكهات والعناصر الغذائية. ويمكن تحضير الطبق بخطوات بسيطة تبدأ بتتبيل الدجاج وتنتهي بتقديمه إلى جانب الأرز أو الخبز. بحسب «ويب طب»

### مكونات قوزي الدجاج

وتتطلب الوصفة 600 جرام من الدجاج المقطّع إلى مكعبات، إلى جانب 40 جراماً من الثوم، و30 جراماً من الزنجبيل، و20 جراماً من جذور الكركم، وملعقتين كبيرتين من الزبدة. أما الصلصة، فتحتاج إلى 300 جرام من البصل المفروم، و50 جراماً من

البصل المقطّع إلى مكعبات، و50 جراماً من الكراث، و300 جرام من الطماطم المقطّعة. إضافة إلى 50 جراماً من اللوز المقشر و50 جراماً من الزبيب، وملعقة صغيرة من الهيل المطحون، وكوب من الحليب المبخر أو الكريمة، وملعقة كبيرة من بهارات القوزي، مع الزبدة والملح حسب الحاجة.

وتتكون بهارات القوزي من الكزبرة والكمون والشمر والفلفل الأبيض والقرنفة والقرنفل وجوزة الطيب والخولنجان.

### طريقة تحضير قوزي الدجاج

تبدأ خطوات التحضير بتتبيل الدجاج بالكركم والثوم والملح لمدة 30 دقيقة. ثم يلقى في ملعقتين كبيرتين من الزبدة على

نار عالية حتى يتحمر، ويترك جانباً. وبعد ذلك، يطهى البصل مع قليل من الزبدة والملح على نار هادئة حتى يصبح ذهبي اللون. وفي مقلاة أخرى، يحمص الزبيب واللوز بالقليل من الزبدة ويترك جانباً.

وفي مقلاة ثالثة، يقبل الكركم والثوم والهيل مع مكعبات البصل والكراث. ثم تضاف ملعقة كبيرة من بهارات القوزي والطماطم وكوب من الماء، ويترك الخليط على نار هادئة حتى تنضج الطماطم.

وأخيراً، في المرحلة النهائية، يضاف البصل المكرمل والدجاج والزبيب واللوز والحليب إلى الخليط، مع التقليب حتى تتجانس المكونات وينضج الطبق. ويقدم قوزي الدجاج مع الأرز أو الخبز.



## طريقة عمل لازانيا الكوسة.. بديل صحي ولذيذ ومناسب للدايت

الخليط.

- رصي المكونات في طاجن أو صينية بايركس، افردى طبقة خفيفة من صلصة اللحم المفروم في القاع.

- رصي طبقة من شرائح الكوسة بشكل متجاور ومتداخل قليلاً، ادهني طبقة من خليط الجبن القريش، ثم أضيفي طبقة من اللحم المفروم.

- كرري الخطوات «كوسة - جبن - لحم» حتى تنتهي الكمية، وتكون الطبقة الأخيرة من الكوسة.

- غطي الصينية بورق الألومنيوم وادخليها فرن ساخن على حرارة 190°م لمدة 30 دقيقة.

- انزعى ورق الألومنيوم، ورشي جبن الموتزاريلا اللايت على الوجه، ثم شغلي الشواية لمدة 5 دقائق حتى تذوب الجبنة وتكتسب لون ذهبي شهى.

- اتركي صينية اللازانيا ترتاح لمدة 10 إلى 15 دقيقة بعد الخروج من الفرن قبل التقطيع، حتى تتماسك الطبقات وتقدم بشكل أنيق ومتناسق إلى جانب سلطة خضراء طازجة.

- جففي الشرائح جيّداً باستخدام مناديل المطبخ الورقية لامتصاص السوائل الزائدة.

- يمكنك شوي الشرائح سريعاً على جريل أو مقلاة بدون زيت لمدة دقيقة لكل جانب للتأكد من تماسكها.

### تجهيز اللحم المفروم:

في مقلاة على نار متوسطة، شوحي البصل والثوم حتى يذبل، ثم أضيفي اللحم المفروم وقلّبي حتى يتغير لونه، أضيفي الصلصة عصير الطماطم، والبهارات واطركي الخليط يتسبك على نار هادئة لمدة 10 دقائق.

### تجهيز حشوة الجبنة:

- في بولة صغيرة، اخلطي الجبن القريش «أو الريكوتا» مع البيضة، الملح، والفلفل الأسود، والريحان المفروم حتى تتجانس



- كوب عصير طماطم طازج + 2 ملعقة كبيرة صلصة طماطم.

- ملعقة صغيرة «ملح، فلفل أسود، بهارات إيطالية، زعتر جاف»

طبقة الجبن والبشاميل الخفيف:

- كوب جبن قريش أو ريكوتا «مهروسة ناعماً»

- بيضة واحدة «لربط الجبن».

- كوب جبن موتزاريلا لايت للمسح على الوجه.

- رشّة فلفل أسود وريحان مفروم.

### طريقة التحضير:

- السر الأول لنجاح الوصفة «تفريغ ماء الكوسة» حيث تتميز الكوسة باحتوائها على نسبة عالية من الماء، وحتى لا تصبح اللازانيا سائلة، رشي القليل من الملح على شرائح الكوسة واطريها جانباً لمدة 15 دقيقة.

تعد اللازانيا واحدة من أحب الأطباق الإيطالية المفضلة لدى الكبار والأطفال، إلا أن سرعتها الحرارية المرتفعة ونسبة الكربوهيدرات العالية في شرائح العجين قد تجعل البعض يتجنبها، خاصة من يتبعون حمية غذائية أو نظام «الكيتو دايت» ولكن لا داعي للحرمان، ويقدم اليوم السابع طريقة تحضير «لازانيا الكوسة» الخفيفة والصحية بنفس الطعم الغني والمذاق الشهى، ولكن بسعرات حرارية أقل بكثير وقيمة غذائية مضاعفة، إليك الخطوات والمقادير المبسطة لتجهيزها في مطبخك، بحسب اليوم السابع.

### المكونات

- شرائح الكوسة: 4 حبات كوسة كبيرة مقطّعة شرائح طويلة رفيعة «باستخدام القشارة أو السكين»

- لحم العصاج «الحشوة»: نصف كيلو لحم مفروم خالي الدسم.

- بصلّة متوسطة مفرومة ناعم

- 2 فص ثوم مفروم.

## 7 Common Items That Can't Go in the Dishwasher

**N**ot everything can go in the dishwasher. If you want to keep your kitchen items in good condition, it's best to wash them by hand with warm soapy water. As the saying goes, "if you want something done right, do it yourself." Hand-washing your dishes may take a bit more time and effort, but it's worth it in the long run.

It's also important to note that not all dishwashers are created equal. Some dishwashers may have a gentler wash cycle that is safe for certain items, while others may have a more intense cycle that can damage delicate items. It's always a good idea to check the manufacturer's instructions or the dishwasher's user manual to see what items are safe to put in.

In addition, if you're not sure what is not dishwasher safe, it's better to err on the side of caution and wash it by hand. It's better to be safe than sorry when it comes to your valuable kitchen items. Ready to learn what things you should never put in the dishwasher? We'll cover 8 common items that can't go in the dishwasher here. According to ASSINC.

### 1. Washing Cast Iron Skillets – A Recipe for Disaster

If you're a lover of cast iron skillets, beware! Putting your beloved skillet in the dishwasher will ruin it. The high heat and harsh detergents will strip the seasoning from the skillet, leaving it dry and susceptible to rust. You definitely don't want that, as it's a recipe for disaster. Instead, use hot water and a non-abrasive scrubber to clean your cast iron skillet.

### 2. How to Wash Wooden Utensils – Don't Make a Hash of It

Wooden utensils are great for cooking, but they can't go in the dishwasher. The heat and moisture can cause the wood to warp and crack. Plus, the detergents can strip the natural oils from the wood, leaving it dry and prone to splitting. Don't make a hash of it, wash your wooden utensils by hand with warm soapy water.

### 3. Washing Copper Pots and Pans – The Heat is On

Copper pots and pans are not dishwasher-safe. The high heat and harsh detergents can tarnish and discolor the copper, leaving it looking dull and lifeless. Plus, the water can leave spots and stains that are hard to remove. If you want to keep your copper pots and pans looking like new, wash them by hand with a gentle cleanser.

### 4. Crystal Glassware – Handle with Care

Crystal glassware is beautiful, but it's fragile. Putting it in the dishwasher is a big no-no. The high heat and harsh detergents can scratch, chip, or even break your crystal glasses. Handle your crystal glassware with care and wash it by hand with mild detergent.

### 5. Non-Stick Cookware – The Coating Can't Handle the Heat

Non-stick cookware is a favorite of many, but it's not dishwasher-safe. Why can't you put nonstick pans in the dishwasher? The high heat and harsh detergents can damage the non-stick coating, making it less effective and causing it to peel off. Don't let the coating handle the heat, wash your non-stick cookware by hand.

### 6. Aluminum Cookware – Going for Broke

Aluminum cookware is another item that is not dishwasher-safe. The harsh detergents can cause the aluminum to discolor. Plus, the high heat can cause it to warp and bend. If you want to keep your aluminum cookware in good condition, wash it by hand with a gentle cleanser.

### 7. Washing Insulated Mugs – Keep Them Insulated

Insulated mugs are great for keeping your drinks hot or cold, but they're not dishwasher-safe. The high heat and detergents can damage the insulation, making your mug less effective at keeping your drinks at the desired temperature. Keep your insulated mugs insulated by washing them by hand.



## كيف تحافظين على عبوات الطعام نظيفة وخالية من الروائح؟

### طريقة ورق الجرائد

بللي ورقة من الجرائد بالماء البارد، ثم اعصريها جيداً وضعيها داخل العبوة. ضعي العبوة في الثلاجة لمدة 24 ساعة. أزيل الورقة، ثم اشطفي العبوة وجففيها جيداً. يُفترض أن تزول الرائحة مع ورق الجرائد.

### الطريقة الخارجية

تعلمي كيفية تنظيف عبوات حفظ الطعام البلاستيكية بفعالية لإطالة عمرها الافتراضي، مع طرق غير شائعة في العناية اليومية، وصولاً إلى معالجة البقع والروائح الصعبة بكفاءة. وفقاً لـ سيدتي - نت.

### كيفية غسل عبوات حفظ الطعام البلاستيكية لمنع ظهور البقع

تساعد طريقة التنظيف الآتية على منع البقع والروائح من الالتصاق بعبوات حفظ الطعام البلاستيكية. اغسليها بالماء البارد: يثبت الماء الساخن البقع والدهون والروائح. بالمقابل، احرصي دائماً على غسلها أولاً بالماء البارد وسائل تنظيف الأطباق. أتبعي ذلك بالماء الدافئ: بعد غسل العبوة بالماء البارد، نظفيها بالماء الدافئ والصابون لإزالة أية بقايا. جففيها جيداً: تأكدي من جفاف العبوة تماماً قبل تخزينها أو إعادة استخدامها؛ لتجنب تراكم اللزوجة أو احتفاظها بالروائح.

إذا كانت عبوات حفظ الطعام البلاستيكية آمنة للاستخدام في غسالة الصحون، احرصي على غسلها مسبقاً بالماء البارد، ثم بالماء الدافئ والصابون. وبعد شطفها، يمكنك وضعها في غسالة الصحون لتنظيفها جيداً. فالماء الساخن والبخار داخل غسالة الصحون قد يتسببان بتثبيت البقع على العبوات.

### كيفية إزالة الروائح عن عبوات حفظ الطعام البلاستيكية

هل تركت وجبة ما رائحة قوية داخل العبوة؟ جربي إحدى الطرق الآتية للتخلص منها.

### طريقة التجميد (للعبوات الآمنة للاستخدام في الفريزر)

اغسلي العبوة جيداً. امليها بالماء البارد وضعيها في الفريزر طوال الليل. أخرجي الثلج من العبوة، وستلاحظين اختفاء الرائحة.

ظهور البقع من الأساس من خلال تجنب وضع الطعام الساخن داخل العبوات؛ إذ تقل احتمالية تسبب الطعام الذي يبرد قليلاً في ظهور البقع والروائح.

### طريقة سائل تنظيف الأطباق

أضيفي كمية صغيرة من سائل تنظيف الأطباق والقليل من الماء إلى العبوة. ضعي منشفاً ورقية داخل العبوة وأغلقي الغطاء بإحكام.

رُجي العبوة بقوة لمدة 30 ثانية، ثم اشطفيها جيداً.

طريقة الخل املي العبوة بالخل الأبيض. اتركي الخل داخلها لمدة ساعتين إلى ثلاث ساعات.

اغسلي العبوة جيداً بسائل تنظيف الأطباق باستخدام إسفنجة ذات سطح خشن.

### كيفية تعقيم عبوات حفظ الطعام

قد تُنسى إحدى عبوات حفظ الطعام أحياناً في الجزء الخلفي من الثلاجة؛ مما يؤدي إلى ظهور الروائح الكريهة والعفن. لكن هذا لا يعني بالضرورة التخلص من العبوة بالكامل؛ إذ يمكن تعقيم العديد من عبوات حفظ الطعام باستخدام المبيض.

نظفي العبوة: اغسلي العبوة بالماء الفاتر والصابون لإزالة أية بقايا عالقة، ثم اشطفيها جيداً.

حضري محلول المبيض: امزجي ملعقة كبيرة من المبيض مع نحو 3.8 لتر من الماء في حوض كبير أو وعاء مناسب.

واحصي على استخدام مبيض غير معطر ومناسب للاستخدام مع الأدوات الملامسة للطعام.

عقمي العبوة: اغمر العبوة بالكامل في محلول المبيض، واتركيها منقوعة لمدة تتراوح بين دقيقتين وخمس دقائق على الأقل؛ للمساعدة في القضاء على البكتيريا وتعقيمها.

اتركيها لتجف في الهواء: أخرجي العبوة من المحلول واتركيها تجف في الهواء تماماً. ثم اغسليها يدوياً أو في غسالة الصحون قبل استخدامها مجدداً.



اغسلي العبوة بالماء البارد. ضعها مقلوبة على عشب نظيف طوال الليل. فالرطوبة تساعد في التخلص من الروائح العالقة.

### طريقة صودا الخبز

أضيفي نحو ربع كوب من صودا الخبز إلى العبوة وهي جافة. أغلقي الغطاء واتركيها لمدة 24 ساعة. اغسلي العبوة بالماء البارد وسائل تنظيف الأطباق.

### كيفية إزالة البقع الدهنية عن عبوات حفظ الطعام البلاستيكية

هناك طريقتان سريعتان للتخلص من البقع الدهنية في عبوات حفظ الطعام البلاستيكية. وتذكرتي أنه يمكنك منع

## 7 Simple Habits That Can Make Your Life Happier

**H**appiness does not always come from having more money, a perfect life, or everything we want. Sometimes, small daily habits can make us feel more peaceful, positive, and satisfied with our lives. According to Quillki.

### 1. Start Your Day Without Your Phone

Instead of checking social media as soon as you wake up, give yourself a few quiet minutes. Think about your plans for the day and start your morning calmly.

### 2. Be Thankful for Small Things

Take a moment each day to appreciate what you have. A peaceful morning, a good meal, a kind person, or time with family can all be reasons to feel grateful.

### 3. Keep Your Surroundings Clean

A clean and organized space can make your mind feel calmer. You do not need to clean everything at once. Even organizing one small area can make a difference.

### 4. Spend Time With People You Love

Good relationships can bring happiness and emotional support. Make time to talk to your family or someone you trust, even if it is only for a few minutes.

### 5. Take Care of Your Body

Drink enough water, eat balanced meals, move your body, and get proper rest whenever possible. Taking care of yourself can improve both your mood and energy.

### 6. Stop Comparing Yourself to Others

Everyone has a different life and different struggles. Comparing your life with someone else's can take away your happiness. Focus on your own progress instead.

### 7. Do Something You Enjoy

Make time for something that makes you happy. It could be reading, writing, cooking, walking, gardening, or simply sitting quietly with a cup of tea

A happier life does not require huge changes. Small positive habits, repeated every day, can gradually change the way we feel and think. Start with one simple habit today and build from there.



## 10 طرق بسيطة لتقليل التوتر – طريقك إلى حياة أكثر صحة ونجاحًا

اليقظة الذهنية تعني الانتباه إلى اللحظة الحالية دون إصدار أحكام مسبقة. في مجال البيع المباشر، يساعدك اليقظة الذهنية على البقاء متفاعلاً بشكل كامل مع عملائك، واكتشاف الفرص، والاستجابة بشكل مدروس تحت الضغط.

### 5. العلاج بالموسيقى: الاسترخاء والاستمتاع بالاسترخاء

يمكن للموسيقى أن تغير حالتك العاطفية على الفور. أنشئ قائمة تشغيل هادئة بمقطوعات موسيقية هادئة – موسيقى كلاسيكية أو أصوات هادئة أو حتى أصوات الطبيعة مثل أمواج المحيط.

نصيحة: استمع إلى موسيقى هادئة أثناء السفر بين المواعيد، أو اضبط الحالة المزاجية بموسيقى هادئة في الخلفية قبل الاجتماعات عبر الإنترنت.

### 6. النوم: سلاحك السري لبلوغ ذروة الأداء

النوم الجيد ضروري للتوازن العاطفي والاحتفاظ بالذاكرة والحيوية البدنية. لا تؤثر قلة النوم على حالتك المزاجية فحسب، بل تؤثر أيضاً على قدرتك على التعامل مع الاعتراضات والتفكير الإبداعي وإتمام المبيعات.

### 7. بناء شبكة الدعم الخاصة بك

في البيع المباشر، المجتمع هو كل شيء. فالعلاقات القوية مع الزملاء والموجهين والأصدقاء والعائلة توفر الدعم العاطفي والأفكار الجديدة والتشجيع خلال الأوقات الصعبة.

### 8. إتقان إدارة الوقت

سوء إدارة الوقت هو مصدر رئيسي للتوتر. ضع خطة يومية بأولويات واضحة، وخصص وقتاً للعمل والراحة على حد سواء.

### 9. ممارسة تقنيات الاسترخاء بانتظام

سواء كان ذلك عن طريق الاسترخاء التدريجي للعضلات أو التأمل الموجه أو التصور، فإن إيجاد روتين استرخاء شخصي هو المفتاح.

### 10. ابحث عن مفضلاتك الشخصية للتخفيف من التوتر

لا يوجد "مقاس واحد يناسب الجميع" عندما يتعلق الأمر بالحد من التوتر. جرب أساليب مختلفة ولاحظ ما هو الأفضل بالنسبة لك. بالنسبة للبعض، اليوغا، والنسبة للبعض الآخر، المشي في الطبيعة أو كتابة اليوميات أو التنفس اليقظ.

في عالم البيع المباشر سريع الوتيرة، لا تُعد إدارة الضغط النفسي بفعالية أمراً مهماً فحسب – بل هو أمر ضروري لتحقيق النجاح المستدام. سواء كنت توازن بين اجتماعات العملاء، أو تنمي شبكتك، أو تسعى لتحقيق أهداف جديدة، فإن الحفاظ على الهدوء والتركيز والنشاط يحدث فرقاً كبيراً. تعرف على 10 طرق بسيطة وفعالة في نفس الوقت للحد من التوتر في حياتك اليومية. ستساعدك هذه الأساليب السهلة التنفيذ على الشعور بمزيد من التوازن وتعزيز مرونتك وتقديم أفضل أداء لك – على الصعيدين الشخصي والمهني. بحسب «كيو إن».

### كيف يؤثر الإجهاد على صحتك وعملك

يمكن أن يؤثر الإجهاد على صحتك البدنية وسلامتك العقلية وعلاقاتك الشخصية وأدائك المهني. قد يؤدي الإجهاد المزمن إلى الإرهاق والقلق والاكتئاب والمشاكل الصحية الخطيرة.

بالنسبة للبائعين المباشرين، يمكن أن يعني ذلك ضياع الفرص، وانخفاض الإنتاجية، وتوتر العلاقات مع العملاء، وحتى الإرهاق. لذلك فإن الحد من التوتر ليس رفاهية، بل هو ميزة استراتيجية تمكنك من الظهور بأفضل ما لديك كل يوم.

### 10 استراتيجيات مثبتة لتخفيف التوتر لمحترفي البيع المباشر

#### 1. تمارين التنفس: الهدوء السريع أثناء التنقل

يمكن للتنفس العميق والواعي أن يخفف مستوى التوتر لديك على الفور، ويزيد من تركيزك، ويعيد شحن طاقتك. بصفتك بائعاً مباشراً، غالباً ما تتعامل مع تحديات غير متوقعة – اجتماع ملغى، أو محادثة صعبة، أو موعد نهائي في اللحظة الأخيرة.

#### 2. تسخير قوة الطبيعة

الطبيعة هي أحد أكثر العلاجات المجانية الفعالة والمجانية ضد الإجهاد. يمكن لنزعة بسيطة في الحديقة أو الغابة أو على طول المياه أن تقلل من مستويات الكورتيزول (هرمون التوتر) وترفع من مزاجك.

#### 3. اليوغا: تقوية الجسم والعقل

تجمع اليوغا بين الحركة والتنفس واليقظة الذهنية لبناء المرونة الداخلية. حتى 10-15 دقيقة من ممارسة اليوغا يومياً يمكن أن تزيد من مرونتك وتحسن من وضعية جسمك (وهو أمر أساسي للمظهر الواثق) وتخفف من التوتر الذهني.

#### 4. اليقظة الذهنية: حافظ على حضورك، حافظ على قوتك

## Best Products for Curly Gray Hair

**A**s years pass by, it gets trickier to take care of our hair and skin. First, our keratin levels drop, then our hair is prone to brassiness, and finally, we go gray. It is essential to adjust our curly gray hair routine to feel beautiful and confident with our bodies' changes.

Curly gray hair requires a lot of gentle care and attention. Make sure you don't skip any hairdresser appointments, try to avoid any product build-up, and use natural and organic products to enhance the health of your scalp and hair. In this article, you will find five organic and natural products for curly gray hair that will enhance its beauty and health. According to Prime Women.

### Pantene Gold Series Co-Wash

Using a cleansing conditioner is a perfect option if you feel like your gray hair is frizzy and needs some serious nourishing. Co-wash gently removes product build-up without stripping your scalp of natural oils, it adds moisture, and it maintains your curl pattern.

You can DIY your cleansing conditioner by mixing a gentle shampoo with a silicone-free conditioner, or you can invest in a drugstore version, like a Gold Series co-wash with argan-oil.

### Amla Oil

Amla oil is full of nutrients that help slow down and prevent the graying process. It can be a good option for women with naturally curly hair that are genetically predisposed to premature graying or those who still don't feel comfortable with their new hair condition.

You can buy amla oil in stores that sell ayurvedic medicines and herbs or prepare it yourself. The best way to make DIY Indian Gooseberry oil is by boiling dried Amla pieces with some curry leaves in coconut oil. Later, all you have to do is pour the mixture into a glass bottle and massage it into your scalp once every two days.

### Shea Butter Infused Conditioner

Shea butter is a natural emollient that acts as a shield for curly and fragile hair caused by pollution and breakage. Women often complain that their gray hair strands lack shine and break off at the end. The solution may be investing in a good shampoo that will enhance your curl pattern and leave your curls free from knots and tangles.

### Sulfate-Free Curl Gel

Many people think that sulfates and foaming ingredients are present only in shampoos. The truth is that most hair masks, conditioners, and gels always contain some level of detergent. Gray and white hair are much more fragile than regular curls. For that reason, when you choose styling products like gels and creams, go for a natural DIY portion or look for the ones with a minimum of harsh cleansing elements. When it comes to drugstore products, most naturally gray-haired women love using Cantu Shea Butter for a natural hair moisturizing twist and lock gel. It is not only low in sulfates but works marvels for de-frizzing. If you prefer to embrace your gray curls in a more organic and natural way (yet still have a salon-worthy result), try out a DIY flaxseed hair gel.

### Natural Clarifying Purple Shampoo

Moisturizing and rejuvenating ingredients are some of the key ways to keep your hair and scalp in healthy condition. However, it would be highly beneficial to use an organic clarifying shampoo once a week. Detox shampoos are formulated to remove dirt, oils, and excess product build-up that can resist co-washing. The secret is that shampoo doesn't have to have "clarifying" on the label to combat a dull and brassy look. Most purple shampoos contain harsh detergents that help with build-up control and cancel out the yellow tones in your gray curls. One of the best in the gray hair care industry seems to be the Luseta color brightening purple shampoo, so make sure to ask your hairdresser for a review!



## في منتصف العمر.. أخطاء البروتين قد تسرع فقدان العضلات وتزيد الوزن لدى النساء

سعرات إلى النظام الغذائي، بدلاً من حل مشكلة الوزن.

### تناول البروتين في التوقيت الخطأ:

لا يتعلق بناء العضلات بكمية البروتين فقط، وإنما بتوقيت الحصول عليه أيضاً، لا سيما بعد ممارسة الرياضة. وهناك أدلة على أن الجسم يكون، خلال الساعات الأولى، بعد التمرين أكثر كفاءة في استخدام البروتين؛ للمساعدة على تجديد مخازن العضلات، وبناء كتلة عضلية جديدة.

أما تناول كميات كبيرة من البروتين في أوقات أخرى من اليوم، من دون مراعاة الاحتياجات الفعلية والطاقة الإجمالية، فقد يؤدي إلى استهلاك سعرات إضافية، وبالتالي زيادة الوزن، كما أن بناء العضلات لا يعتمد على البروتين وحده، ولا بد من الحصول على كمية من الكربوهيدرات قبل ممارسة الرياضة، حتى يمتلك الجسم

الطاقة اللازمة للتمرين. وعند عدم توفر الطاقة الكافية، قد يلجأ الجسم إلى مصادر أخرى للطاقة، بما في ذلك الأنسجة العضلية، ما قد يعمل ضد الهدف من التمرين.

### تجاهل الترطيب:

الماء ليس عنصراً ثانوياً؛ عندما يتعلق الأمر بوظائف العضلات؛ فبناء الخلايا العضلية يحتاج إلى سلسلة من العمليات الكيميائية الحيوية، التي تعتمد على مجموعة من العناصر الغذائية، والإنزيمات، والماء جزء أساسي من هذه العمليات. وتناول كميات أكبر من البروتين لا يمكن أن يعوض نقص الترطيب، فإذا لم يحصل الجسم على كمية كافية من الماء، فلن يكون البروتين وحده قادراً على حل المشكلة.

لذا، ينبغي استهلاك نحو 400 إلى 600 مل من الماء (من كوب ونصف إلى كوبين)، قبل ممارسة الرياضة بساعتين إلى ثلاث ساعات، إضافة إلى كوب من الماء قبل البدء بالتمرين.

### اختيار مصادر بروتين منخفضة الجودة:

ليست كل مصادر البروتين متساوية من حيث القيمة الغذائية. ومن بين الخيارات، التي تحظى باهتمام خاص اللحوم المصنعة، إذ ربطت دراسات عديدة الإفراط في تناول أطعمة المنتجات المصنعة، بحالة التهابية في الجسم، ما قد يجعل بناء العضلات أكثر صعوبة.

وفي المقابل، تتمتع مصادر البروتين النباتية، مثل: الحمص، والفاصولياء، بميزة احتوائها على الألياف، إلا أن البروتين النباتي أقل سهولة في الهضم الامتصاص من البروتين الحيواني.

من وسائل التواصل الاجتماعي، إلى رفوف المتاجر، لا تكاد تمر فترة من دون رسائل تشجعنا على زيادة استهلاك البروتين، خصوصاً مع التقدم في العمر. لكن الحصول على مزيد من البروتين لا يعني، بالضرورة، الحصول على نتائج أفضل.

ويؤدي البروتين الغذائي وظائف عديدة في الجسم، فهو يدخل في تصنيع الهرمونات والإنزيمات، كما يساهم في دعم وظائف الجهاز المناعي. ومع ذلك، فإن التركيز عليه وحده، على حساب الكربوهيدرات، والدهون، والألياف، والفيتامينات، والمعادن، والسوائل، قد لا يكون الحل للمشكلات المرتبطة بالعضلات، والوزن في منتصف العمر.

وبحسب «زهرة الخليج» فإن أبرز أخطاء تناول البروتين لدى النساء، في منتصف العمر تتمثل في الآتي:

### الاعتماد المفرط على مشروبات.. وألواح البروتين:

رغم انتشار ألواح ومشروبات البروتين؛ إلا أنها قد تكون مفيدة في ظروف محددة، خصوصاً عندما يتعذر على الشخص تناول الطعام المعتاد، لكنها لا تعتبر خياراً أساسياً في النظام الغذائي. ومن الأسباب أن هذه المنتجات، غالباً، تكون شديدة المعالجة، وتحتوي على كمية قليلة من الألياف.

والأفضل الحصول على البروتين ضمن وجبة تجمع بين البروتين والألياف، مثل الفاصولياء مع الخبز المصنوع من الحبوب الكاملة.

ومنتصف العمر قد يصاحبه عدد من التغيرات في الجسم، من بينها: ارتفاع دهون الدم، ووجود درجة من الالتهاب، لذلك يصبح الحصول على الألياف، والعناصر الغذائية الأخرى، جزءاً مهماً من النظام الغذائي.

### الإفراط في تناول البروتين:

أصبح مصطلح «الإفراط في البروتين» متداولاً على وسائل التواصل الاجتماعي، مع دعوات، في بعض الأحيان، إلى استهلاك أكثر من 200 غرام من البروتين يومياً. لكن بعض النساء يحصلن أصلاً على كمية كافية من البروتين لتلبية احتياجاتهن، وبالنسبة لمن تجاوزن الخمسين؛ فهن أكثر عرضة لفقدان الكتلة العضلية المرتبط بالتقدم في العمر، وقد يستفدن من كمية أعلى قليلاً من البروتين. لكن هذا لا يعني الحاجة إلى مضاعفة الكمية بشكل مبالغ فيه، فزيادة البروتين تعني، أيضاً، زيادة السعرات الحرارية، وبما أن البروتين يحتوي على سعرات حرارية أكثر قليلاً من الكربوهيدرات، فإن الإفراط فيه قد يؤدي إلى إضافة

# شمعة في قلب العتمة



مارلين سلوم

كأنه قشة نجاة أو خيط رفيع يفصل بين الواقع والحلم، وبين الإرادة والاستسلام، وبين الانتصار والانكسار.

تأتي الدورة السابعة من «صنّاع الأمل»، وهي المبادرة العربية الأكبر من نوعها، في وقت يتخبط فيه العالم بين حروب حقيقية وأخرى افتراضية، وأزمات سياسية واقتصادية تتسع دوائرها، ومخاوف تثقل كاهل المجتمعات والعائلات والأفراد. لكن وسط هذه الصورة الرمادية، تخرج أنوار صغيرة تضئ زوايا الحياة، وينتشر نورها لينعكس على محيطها؛ فالنور يولد نوراً آخر، ويجذب كل من أنهكه الظلام، حتى يصبح الأمل طاقة قادرة على صناعة الفرح والجمال ومقاومة اليأس.

فإذا كنا لا نملك، كأفراد، قرار إيقاف الحروب أو منع الأزمات الكبرى، فإننا نملك القدرة على خلق فرص لمواجهة تداعياتها، وعلى مد يد العون، وتعزيز التعاون والتضامن، ومساندة كل من يئن ويتألم ويعاني. وقد تبدأ المبادرة بفكرة بسيطة أو مساعدة محدودة، لكنها قد تغير حياة إنسان، وتمنحه القوة ليستعيد ثقته بنفسه وبالعالم من حوله.

مرة جديدة، تفتح أبواب الخير لتسليط الضوء على أيادي الخير التي تعمل لإسعاد الآخرين بلا ضجيج ولا تبا، إنهم أشخاص يعرفهم من يحيطون بهم، ويقيسون نجاحهم بما يتركونه من أثر في حياة الناس.

هؤلاء يستحقون أن تسلط «صنّاع الأمل» الضوء عليهم، لا لتكريمهم فحسب؛ بل لتعلم من تجاربهم أن الأمل فعل وليس شعراً، وأن الخير حين ينتقل من فرد إلى آخر يصبح قوة مجتمعية قادرة على مواجهة القسوة. فالعالم لا يحتاج إلى مزيد من الذين يصفون العتمة؛ بل إلى من يشعلون شمعة في قلبها، ويثبتون أن الإنسان، مهما اشتدت المحن، قادر على أن يكون بداية نجاة لغيره.

- الخليج

انطلاق البحث عن صنّاع أمل جدد في الوطن العربي لعام 2026، يأتي في وقت بتنا فيه أكثر تمسكاً بهذه الشعلة التي نشعر أحياناً بأنها تبهت وتكاد تنطفئ، لشدة العواصف التي تهب من مختلف الاتجاهات، حاملة معها روائح الحروب والدمار والقلق من غد يبدو في دول كثيرة مظلماً. إنه الأمل الذي نبحت عنه

## The question is: How fresh is the food?



Birjees Hussain

**O**ften buying ready-made foods from some supermarkets comes with a degree of risk. Recently 100 people in the UK were hospitalised with salmonella poisoning after they consumed a readymade salad and some kind of pesto containing pistachio.

Of course, a health risk comes with all kinds of readymade foods and from all establishments but some categories may be more likely to come with risks than others and they're usually in the cold foods or the cold cuts section. Cold

foods include salads, pre-cut fruits and meats that have been pre-cooked and pre-cut and then cooled off.

The risks come from several sources. For example, if the food is meant to be consumed cold, maybe it was refrigerated incorrectly. Some foods that have been cooked need to be refrigerated after they've cooled off first. So if they're refrigerated immediately, the temperature in the fridge might have dropped because piping hot food's gone into it.

If the food went in at the right time, maybe the temperature of the fridge could have been off in the first place. Sometimes the food is left to cool off on the counter for too long causing bacteria to begin to grow.

I tend not to buy pre-cut fruit or vegetables because I read somewhere that the contamination risks of such foods comes from two key sources. First, if an unclean knife has been used to cut the fruit or vegetable and, secondly, if someone didn't wash their hands or wear gloves.

The problem is that sometimes no gloves are worn at all so the risk of bacterial infection increases from the ex-

cessive handling involved. Cold meats should really include sushi as well. Because of the nature of the food, the chef cannot wear gloves and everything is done with bare hands and a knife. You hope that the chef will have washed his hands before getting to work because he won't be wearing gloves.

Another risk is the salad bars at pizza outlets. Several years ago in the UK there were quite a few cases of stomach upsets after people consumed their salads. Aside from the possibility of the knife not being clean or being used for multiple purposes, and then not being cleaned, and aside from maybe the kitchen staff not washing their hands properly, the chances are that the salad wasn't washed properly, or at all. Food outlets, whether in supermarkets or restaurants, need to work fast to get their food ready for their customers and washing a ton of vegetables is time consuming.

But in all fairness, cold foods are not the only risk. I feel any readymade food items we purchase come with some risks. I once bought Chinese food from a food court, and within hours of purchasing, the noodles had gone off and began to smell. They were either far too old or were maintained at the

wrong temperature or were contaminated at the outlet.

There are, of course some things one should look out for when buying any food item, whether it's tinned, vacuum packed or sold fresh and whether it's hot or cold. I like to avoid foods that involve a lot of handling after being cooked. I avoid buying foods in tins that have been dented. When I buy milk, I like to buy one with today's date, if I can.

I never buy eggs that are cracked, not even those with hairline cracks. I also like to check the feel of the bottle for how cold it is. If it's not that cold, it means that it was either not transported in a properly temperature controlled vehicle or the shop's fridge has an issue.

A good way to determine if the fridge has a problem is to check other items like frozen fish, vegetables and ice creams. If the packaging is caked in ice then there's a problem with the temperature of their fridge. Ice creams, of course, are a gamble. Even if the shop temperature is good, at the time of purchase you won't know that when it was made the temperature could have been wrong, that is until you open it and find it's just ice inside.

## AI chatbots remove hijabs from Muslim women's images, Guardian finds

**S**everal major AI chatbots removed the hijabs of Muslim women in images when prompted, according to tests by The Guardian published on.

The newspaper tested ChatGPT, Grok, Gemini and Claude. OpenAI's ChatGPT and xAI's Grok complied with a request to remove a hijab from an AI-generated image of a woman.

When prompted, Anthropic's Claude said it did not have an image-editing or image-generation feature, but that it would not alter a photo to remove someone's hijab.

The outlet reported that Gemini initially refused, saying it could not remove clothing or head coverings without the subject's consent. But when asked to make the woman look more "Western," it generated an image of her without a hijab.

Arab News conducted a similar test and found that ChatGPT, Grok and Gemini complied with the request. Claude again said it would refuse. "Without her consent, that crosses a line for me, whatever the intent behind it," Claude said when prompted by Arab News.

The Guardian's investigation followed a post by Julien Odoul, a French lawmaker from the far-right National Rally party, showing an altered image of a Muslim woman whose hijab and long-sleeved dress had been digitally removed.

Odoul posted the image on X with the caption "Liberte Francaise," or "French liberty."

The Guardian described the alteration as "a violation of one of the world's most common and visible expressions of faith" and said the incident reflected a wider pattern of technology-enabled anti-Muslim hatred.

<https://www.theguardian.com/>



## تصاعد المخاوف بسبب خاضعة تقييد روابط النشر على «فيسبوك»

الإخباري لجذب المستخدمين، أصبح يسعى إلى تعظيم عوائده من خلال التحكم في حركة الجمهور وإبقائه داخل المنصة لأطول فترة ممكنة. وهذا يعكس تحول العلاقة مع المؤسسات الإعلامية من شراكة في توزيع الأخبار إلى علاقة تجارية تتحكم فيها المنصة بشروط الوصول إلى الجمهور.

وفي تقدير النجداوي، «قد يستمر استثناء المؤسسات الإخبارية مرحلياً لتجنب الضغوط الإعلامية والتنظيمية، لكنه ليس ضماناً دائمة، خصوصاً إذا أثبت نموذج الاشتراكات جدواه الاقتصادية». ويشير إلى أن «الأهم أن المؤسسات الإخبارية قد تتأثر حتى مع استمرار استثناءها، نتيجة تراجع قدرة المستخدمين والصفحات الأخرى على مشاركة روابط أخبارها».

وعن الآثار المتوقعة لهذا القرار على الناشرين، يقول النجداوي إن «الخطر الحقيقي لا يقتصر على تراجع زيارات المواقع الإخبارية وخسارة العوائد الإعلانية، بل يمتد إلى جودة المعلومات ومصداقيتها، إذ قد يكتفي المستخدم بالعناوين والمقتطفات المتداولة دون الرجوع إلى المصدر الأصلي والتحقق من التفاصيل والسياق».

وحسبما نشرت صحيفة «بريس غازيت» البريطانية، أخيراً، يطبق القيد حتى الآن على صفحات مختارة فقط، تشمل حسابات الأنشطة التجارية وبعض صناعات المحتوى ممن فعلوا «الوضع الاحترافي»، بينما يواصل آخرون النشر بلا قيود.

ووفق الصحيفة، فإن «الناشرين الإخباريين مستثنون من القيود، دون أن توضح (ميتا) كيف تعرّفهم»، مشيرة إلى أن ناشرين صغاراً «أبلغوا ببلوغ الحد المجاني». واللائق أن القيود لا تقتصر على الروابط في المنشور، بل تمتد إلى حيلة «الربط في التعليقات» أيضاً. وأفاد مستخدمون في التجربة بأن «روابطهم تظهر كنص عادي غير قابل للنقر بعد بلوغ الحد».

ويرى مدير جامعة أبو ظبي - فرع دبي، أستاذ الأعمال الرقمية المشارك أنس النجداوي، أن «قرار (ميتا) الجديد بمنزلة تحول جوهري في النموذج الاقتصادي لمنصات التواصل الاجتماعي، وليس مجرد فرض رسوم على نشر الروابط الخارجية». ويوضح لـ «الشرق الأوسط» أن «(فيسبوك) الذي استفاد لسنوات من المحتوى

في خطوة نحو مزيد من «التقييد»، تختبر شركة «ميتا» فرض قيود جديدة على عدد الروابط الخارجية التي يمكن لصفحات «فيسبوك» نشرها مجاناً كل شهر.

ورغم أن الناشرين الإخباريين مستثنون من التجربة حتى الآن، غير أن خبراء أعربوا عن قلقهم من هذه الخاضعة، وحذروا من أن «الاستثناء قد يكون مؤقتاً»، وأنه على الناشرين الاستعداد من الآن لمرحلة جديدة من «تضييق الخناق على الوصول للجمهور». وفقاً لـ «الشرق الأوسط».

كانت شركة «ميتا» المالكة لـ «فيسبوك» قد أعلنت في سبتمبر (أيلول) الماضي عن توفر خدمة «ميتا ون» للاشتراك، التي تتضمن مزايا مثل شارات التوثيق وتحليلات أوسع للجمهور وأدوات أكثر لجدولة المحتوى.

لكن أبرز ما في هذه الخاضعة هو استخدامها عملياً لفرض مقابل مالي على حق نشر الروابط الخارجية، إذ تختبر «ميتا» حاداً شهرياً لعدد الروابط على صفحات «فيسبوك» و «إنستغرام» التجارية. ومن دون اشتراك، قد تصل الصفحة بسقف يبلغ رابطتين فقط شهرياً على «فيسبوك».



## أسواق هابي لاند العالمية

تقدم لكم :

كافة أنواع البقالة العربية، لحوم وأجبان وفواكه وخضروات، وبهارات وجميع ماتحتاجون إليه تحت سقف واحد

HAPPYLAND MARKET 8000 SCHAEFER HWY DETROIT, MI 48228

[WWW.HAPPYLANDMARKET.COM](http://WWW.HAPPYLANDMARKET.COM)

333-438-0720



تخفيضات كبرى  
كل أربعاء

## أسباب الشعور بألم الظهر المفاجئ وطرق الوقاية

يعاني الكثيرون من الشعور بألم مفاجئ في الظهر بعد القيام بتصرف تقليدي، مثل أخذ غرض من الرف، أو حمل طفل، أو حتى النهوض من السرير، يطلق الكثيرون على هذه الحالة اسم «خلع الظهر»، وفقاً لموقع «Very well health».

### الأسباب الم الظهر المفاجئ

يقول يو إن أحد أكثر الأسباب شيوعاً هو إجهاد العضلات، والذي يحدث عندما تتمدد العضلات أو تتمزق، كما يمكن أن تتعرض الأربطة، وهي عبارة عن أشرطة قوية من الأنسجة التي تثبت العمود الفقري، للإصابة أيضاً. تشمل الأسباب المحتملة الأخرى لآلام أسفل الظهر تهيج أو انزلاق غضروفي في العمود الفقري، أو التهاب المفاصل الصغيرة في العمود الفقري، أو تهيج المفاصل العجزي الحرقفي، حيث يلتقي العمود الفقري بالحوض، وفي حالات نادرة، قد يتسبب كسر فقيرة واحدة أو أكثر في ألم مفاجئ في الظهر. نظراً لأن هذه الحالات قد تُسبب أعراضاً متشابهة، فإن تحديد السبب الدقيق لآلم أسفل الظهر يتطلب عادةً التاريخ الطبي والفحص السريري، وقد تكون فحوصات التصوير ضرورية في بعض الحالات، ولكنها ليست ضرورية للجميع. لا يشعر الجميع بألم الظهر بنفس الطريقة، يعاني البعض من ألم حاد وطاعن، بينما يصف آخرون الألم خفيفاً، أو تشنجات عضلية، أو ألم يزداد سوءاً مع حركات معينة، وقد تُشير الحركات التي تُفاقم الألم أحياناً إلى سببه. يقول يو: «إذا كان الألم يزداد سوءاً عند ثني ظهرك للأمام، فقد يشير ذلك إلى وجود مشكلة في القرص، مثل فتق القرص، أما الألم الذي يزداد سوءاً عند تقويس الظهر للخلف، من ناحية أخرى، فقد يشير إلى تهيج يشمل المفاصل الوجهية، وهي مفاصل صغيرة بين كل عظمة في العمود الفقري».

### علاج خلع الظهر

ينصح يو بالراحة النسبية، لكن هذا لا يعني ملازمة الفراش، لأن ملازمة الفراش لا تُحسن الحالة دائماً، بدلاً من ذلك، ينصح بتجنب الأنشطة التي تُفاقم الألم مؤقتاً، مع الاستمرار في الحركة بلطف قدر الإمكان، على سبيل المثال، إذا بدأت الأعراض أثناء ممارسة رياضة ما، فتوقف عن ممارسة تلك الرياضة حتى يبدأ ظهرك بالتعافي.

بالنسبة لمعظم الناس، قد يفيد وضع الثلج خلال الأيام القليلة الأولى لأنه يساعد على تقليل الالتهاب، بعد ذلك قد يكون استخدام الحرارة أكثر راحة، ويشير يو إلى أن الأشخاص الذين يعانون من حالات طبية معينة، مثل تصلب المتعدد، قد يحتاجون إلى تجنب العلاج الحراري.

قد تُساعد مسكنات الألم التي تُصرف بدون وصفة طبية، لكن ينبغي على الأشخاص المصابين بأمراض الكلى أو قرحة المعدة، أو أمراض القلب والأوعية الدموية الخطيرة أو أمراض الكبد، التحدث مع الطبيب قبل تناول هذه الأدوية.

### عندما يكون ألم الظهر المفاجئ حالة طارئة

يقول يو إن بعض الأعراض تستدعي تقييماً طبياً فورياً، خاصة إذا كنت تعاني من ألم مفاجئ في الظهر مصحوباً بما يلي: فقدان السيطرة على المثانة أو الأمعاء؛ إذا لم تتمكن جسدياً من التحكم في أمعائك أو مثانتك، فقد يشير ذلك إلى وجود ضغط شديد على الأعصاب في عمودك الفقري، مما قد يؤدي إلى تلف دائم. ضعف شديد في كلتا الساقين أو تنميل في منطقة السرج: يشير هذا المصطلح هي المنطقة التي تلامس السرج أثناء ركوب الخيل، قد تشير هذه الأعراض إلى انضغاط شديد في الحبل الشوكي.

### عوامل خطر الإصابة بألم الظهر

على الرغم من أن آلام الظهر المفاجئة قد تصيب أي شخص تقريباً، إلا أن بعض الأشخاص أكثر عرضة لها من غيرهم، ووفقاً ليو، فإن أحد أكبر عوامل الخطر هو ضعف العضلات الداعمة للعمود الفقري. قد يكون الأشخاص الذين يرفعون بانتظام أشياء ثقيلة أو يقومون بأعمال شاقة بدنياً أكثر عرضة للخطر، خاصة إذا لم يستخدموا تقنيات الرفع المناسبة. كما يواجه كبار السن بعض المخاوف الإضافية، فالنساء بعد انقطاع الطمث المصابات بهشاشة العظام أكثر عرضة لخطر كسور انضغاطية في العمود الفقري، ولهذا السبب، ينصح يو بالخضوع لتقييم طبي فوري في حال ظهور ألم حاد ومفاجئ في الظهر. على الرغم من أنه لا يمكن منع كل نوبة من آلام الظهر، إلا أن الحفاظ على قوة ومرونة عضلات الجذع، واستخدام آليات الجسم الصحيحة يمكن أن يساهم بشكل كبير في تقليل خطر الإصابات المستقبليّة.



## هل النظارة القديمة تضر العين؟.. طيب عيون يوضح ويحذر من 5 علامات

هل ارتداء نظارة طبية قديمة يضعف النظر أو يضر العين؟ سؤال يتكرر كثيراً بين مستخدمي النظارات، خاصة مع استمرار ارتداء النظارة لسنوات دون إعادة فحص النظر، لكن الحقيقة أن عمر النظارة نفسه ليس هو العامل الأساسي الذي يحدد ضرورة تغييرها، وإنما الأهم هو ما إذا كانت درجة الإبصار قد تغيرت أم لا.

- رؤية الأشياء أو الكتابة بصورة غير واضحة.
- صعوبة القراءة أو استخدام الكمبيوتر بالنظارة الحالية.
- عدم وضوح الرؤية عند القيادة أو النظر إلى مسافات بعيدة.
- الشعور بإجهاد العين أو الحاجة إلى تضيق العينين حتى ترى بوضوح.
- ظهور صداع أو دوخة أو تشوش بعد ارتداء النظارة.

وتشير Cleveland Clinic إلى أن الوصفة غير المناسبة يمكن أن ترتبط مؤقتاً بإجهاد العين والصداع وتشوش أو تشوش الرؤية والدوخة، وإذا استمرت هذه الأعراض أو ازدادت فيجب مراجعة طبيب العيون للتأكد من أن درجة النظارة صحيحة وأن العدسات مصنوعة وفق الوصفة المطلوبة.

### مش كل تغيير في النظر سببه النظارة

المهم ألا يفترض الشخص أن تغيير النظارة وحده سيحل أي مشكلة في الرؤية؛ لأن تغير وضوح النظر قد يرتبط أحياناً بحالة أخرى في العين.

ولهذا يوضح المعهد الوطني الأمريكي للعيون (National Eye Institute) أن فحص العين المنتظم يساعد الطبيب على التأكد من استمرار ملائمة وصفة النظارات، وكذلك اكتشاف مشكلات العين التي قد تؤثر في الرؤية.

كما أن إجهاد العين الناتج عن العمل لفترات طويلة أمام الشاشات أو القراءة أو القيادة قد يزيد الشعور بالزغللة والتعب، وقد يؤدي استخدام وصفة غير مناسبة إلى زيادة هذا الإحساس، وفقاً للأكاديمية الأمريكية لطب العيون.

وبحسب تقرير نشرته صحيفة Hindustan Times، أوضح الدكتور سوجال شاه، مدير قسم طب وجراحة العيون في مستشفى Sir HN Reliance Foundation Hospital بالهند، أن النظارة لا تحتاج إلى التغيير لمجرد مرور سنوات على استخدامها، وإنما عندما تتغير وصفة النظر أو تبدأ في ملاحظة تغير في وضوح الرؤية.

### هل النظارة القديمة تضر العين؟

النظارة ذات المقاس غير الصحيح لا تتسبب في تلف دائم للعين لدى معظم البالغين، لكنها قد تجعل الرؤية غير واضحة وتسبب أعراضاً مزعجة مثل الصداع وإجهاد العين والدوخة أو تشوش الصورة.

وتوضح Mayo Clinic Health System أن ارتداء نظارة أقوى أو أضعف من الدرجة المطلوبة لا يغير تركيب العين أو يتسبب في تلفها، لكنه قد يؤدي إلى صداع مؤقت أو عدم الراحة وعدم وضوح الرؤية.

كما تؤكد Cleveland Clinic أن النظارات لا تجعل العين أضعف ولا تجعل درجة النظر تتدهور بسبب ارتدائها، لكن تغيرات الإبصار الطبيعية مع مرور الوقت قد تجعل الشخص بحاجة إلى درجة مختلفة من النظارات.

### 5 علامات تقول إنك محتاج تكشف نظر من جديد

أشار طبيب العيون، وفقاً للتقرير، إلى أن أول علامة واضحة

## Study :

# POMEGRANATE Compound Shows Promise for Heart Failure Treatment

**A** compound linked to pomegranates is drawing attention for what it may reveal about a hard-to-treat form of heart failure, but the finding is still early science—not a reason to self-treat with fruit, supplements, or any new regimen.

Researchers at King's College London reported that urolithin A improved measures of heart function by up to 80% in animal models of heart failure with preserved ejection fraction, known as HFpEF. The work, published in Science Advances, also found improved relaxation in engineered human heart tissue.

### What The Study Found

Urolithin A is produced in the body after certain foods, including pomegranates, are metabolized. In this pre-clinical research, the compound appeared to act on a heart-related pathway involving PKG1α, a protein involved in heart muscle signaling. In the models studied, urolithin A was linked with

better relaxation of heart tissue and less fibrosis and adverse remodeling. Fibrosis means a buildup of stiff scar-like tissue, and remodeling refers to structural changes in the heart that can make it work less effectively.

The key limitation is important: these were animal models and engineered human tissue models, not patients in a clinical trial. Results from laboratory and animal research often do not translate directly into safe or effective treatments for people.

### Why HFpEF Matters

HFpEF is a type of heart failure in which the heart can still squeeze out blood but has trouble

ble relaxing and filling properly. The research brief notes that HFpEF represents about half of heart failure cases, making it an important target for scientists.

For readers in Schaumburg and across the United States, the practical takeaway is not that pomegranates treat heart failure. The takeaway is that researchers are investigating new biological pathways that may one day help guide

clinical trials for HFpEF. Exercise, Symptoms, And Everyday Questions Because heart failure often affects stamina, people may first notice changes during walking, climbing stairs, exercise, or daily chores. Common warning signs can include unusual shortness of breath, swelling, fatigue, or a drop in activity tolerance. These symptoms can have many causes, so they should be discussed with a qualified health professional. If someone has heart disease, heart failure, chest discomfort, fainting, or new shortness of breath, it is reasonable to ask a doctor what level of activity is safe and whether any testing or follow-up is needed. People can also ask whether symptoms fit HFpEF, what warning signs should prompt urgent

care, and how medications, nutrition, and activity fit into their overall care plan. The nutrition angle also needs caution. The study focused on urolithin A and a specific heart signaling pathway in preclinical models. It did not show that eating pomegranates, drinking pomegranate juice, or taking a supplement improves HFpEF in people.

### What Comes Next

King's College London noted that clinical trials would be needed before any treatment recommendations could be made. Future research would have to test whether this approach is safe and effective in people with HFpEF, which patients might benefit, and whether the biological effect seen in models holds up in real-world clinical care.



**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**

## 2027 Toyota Grand Highlander Woodland adds ground clearance, all-terrain tires

**T**oyota is adding a new Woodland Edition to the Grand Highlander lineup in Canada for 2027, positioned between the XLE and Limited grades. Offered exclusively with the standard hybrid powertrain, the seven-passenger model adds several functional and appearance upgrades intended for families travelling beyond paved roads. It'll likely be a popular choice. According to Driving

The Woodland Edition combines the model's 2.5L hybrid powertrain with electronic on-demand all-wheel-drive. Total system output is unchanged at 245 hp. Estimated combined fuel consumption is 7.0 L/100 km. Its towing capacity is rated at 1,588 kg, matching the other conventional hybrid versions.



Capability-related upgrades include matte-black 18-inch wheels fitted with all-terrain tires; and 12 mm (about half-an-inch) of additional ground clearance. The taller springs and new tire package provide the increased ride height. Roof rails with cross-bars, all-weather floor mats, and black exterior trim are also standard.

A removable second-row console doubles as a cooler and holds up to six 355-ml cans. The Woodland Edition also receives a 1,500-watt power outlet behind the centre console, enhanced cargo-area lighting, and a branded cargo tray with pop-up

dividers.

Elsewhere in the range, the 362-hp Hybrid Max Platinum gains black grille mesh, hood trim, roof rails, window surrounds, mirror caps, and a black shark-fin antenna. Gasoline and hybrid XLE models get new 18-inch wheels with a dark grey finish.

Estimated combined consumption ranges from 7.0 L/100 km for the regular hybrid models; to 8.8 L/100 km for the Hybrid Max Platinum. Toyota estimates 10.0 L/100 km for the 265-hp turbocharged 2.4L gasoline engine XLE; and 10.7 L/100 km for the gasoline Limited. Gasoline and Hybrid Max versions can tow up to 2,268 kg. A 12.3-inch touchscreen, wireless Apple CarPlay and Android Auto, seven USB-C ports and Toyota Safety Sense 3.0 remain standard. Higher grades add equipment including a digital instrument cluster, JBL audio system, panoramic-view monitor and head-up display.

The 2027 Toyota Grand Highlander is scheduled to reach Canadian dealerships later in 2026. Pricing will be announced closer to its on-sale date.

Article



## تتطلق في أمريكا.. نيسان تكشف تفاصيل «زوج» الهجينة

كما تدرس الشركة استخدام أنظمة الدفع الهجينة في طرازات أكبر من سيارات SUV وشاحنات البيك أب خلال السنوات المقبلة، في إطار توسيع نطاق السيارات التي تعتمد هذه التكنولوجيا.

### تصنيع «زوج e-Power» في أمريكا

وبالتوازي مع التوسع في السيارات الهجينة، تعمل نيسان على زيادة نسبة تصنيع سياراتها داخل الولايات المتحدة. وتستهدف الشركة رفع نسبة التصنيع المحلي إلى 80% بحلول نهاية عام 2030، مقابل نحو 65% حالياً، بينما كانت النسبة في حدود 40% قبل فرض الرسوم الجمركية الأمريكية في أوائل عام 2025.

وأشار مونير إلى إمكانية بدء إنتاج «زوج e-Power» داخل الولايات المتحدة في أقرب وقت خلال عام 2028.

نيسان تستعد لاحتامات المنافسة الصينية

وفي جانب آخر من خطتها المستقبلية، تتابع نيسان احتمالات دخول شركات السيارات الصينية إلى السوق الأمريكية.

وقال مونير إنه لا يتوقع انفتاح السوق الأمريكية أمام

شركات السيارات الصينية خلال السنوات الخمس المقبلة، مشيراً إلى وجود معارضة من جانب معظم شركات السيارات لدخول هذه الشركات، في ظل المخاوف المرتبطة بالمنافسة السعرية.

ومع ذلك، تستعد نيسان لهذا الاحتمال مستقبلاً عبر العمل على تقليص المدة اللازمة لتطوير السيارات وخفض تكاليف الإنتاج.

### شاحنة هجينة جديدة لأسواق أمريكا اللاتينية

وفي الأسواق القريبة من الولايات المتحدة، تخطط نيسان لطرح شاحنة البيك أب «Frontier Pro» الهجينة القابلة للشحن، والتي يجري تصنيعها في الصين، داخل السوق المكسيكية وعدد من أسواق أمريكا اللاتينية.

تستعد شركة نيسان اليابانية لإدخال تقنية هجينة جديدة إلى السوق الأمريكية، مع اقتراب موعد طرح سياراتها «زوج» Rogue المزودة بنظام الدفع الهجين e-Power.

ومن المقرر أن تصل «زوج» الهجينة إلى السوق الأمريكية خلال نوفمبر/تشرين الثاني المقبل، لتصبح أول طراز من نيسان يعتمد تقنية e-Power يحظى بحضور واسع في السوق الأمريكية. وفقاً لـ «العين الإخبارية».

### «زوج» الهجينة تدخل السوق الأمريكية

كشف رئيس نيسان في الأمريكتين، كريستيان مونير، أن الشركة تستهدف زيادة حصة السيارات الهجينة من مبيعات سيارات الفئة C متوسطة الحجم في السوق الأمريكية، لتتراوح بين 30% و40% خلال فترة قصيرة.

ويأتي طرح «زوج e-Power» في وقت توسع فيه نيسان خياراتها من أنظمة الدفع، مع الاعتماد على تقنية مختلفة عن منظومات السيارات الهجينة التقليدية.

### كيف تعمل تقنية e-Power؟

تعتمد تقنية e-Power على محرك يعمل بالبنزين لتوليد الطاقة الكهربائية، بينما تتولى منظومة الدفع الكهربائية مهمة تحريك السيارة. وتمكنت نيسان حتى الآن من بيع أكثر من مليوني سيارة مزودة بهذه التقنية حول العالم، وفقاً لما أوضحه مونير خلال لقاء إعلامي عقد في مقر الشركة بمدينة يوكوهاما اليابانية. ورغم انتشار التقنية في أسواق أخرى، فإنها لم تكن متاحة سابقاً في الولايات المتحدة، ما يجعل طرح «زوج» بداية حضورها الواسع هناك.

### نيسان توسع خطتها بالسيارات الهجينة

ولا تتوقف خطط الشركة عند «زوج»، إذ تعتزم نيسان طرح «Kicks e-Power» الهجينة في الولايات المتحدة وكندا في أقرب وقت ممكن، بحسب رئيس الشركة في الأمريكتين.



# مجموعة من السيارات الجديدة تجمع الجرأة والتخصيص والقدرات



المتانة والاعتمادية، مع تصميم أكثر رشاقة وتجهيزات تقنية متطورة. وتتوفر البيك أب الجديدة بمحركات ديزل وبزين، مع هيكل أكثر صلابة وقواعد تثبيت محسنة للمحرك والمقصورة، إضافة إلى نظام توجيه كهربائي معزز يخفف الجهد خلف المقود ويحسن الاستجابة والثبات، خصوصاً على الطرق السريعة.

وتتبنى هايلكس لغة تصميم جديدة تقوم على مفهوم «القوة والرشاقة»، مع خطوط أفقية واضحة وأسطح منحوتة وواجهة أمامية أكثر حضوراً، إلى جانب جنوط المنيوم بقياس 18 إنشاً ولونين جديدين هما «أش» و«سلفر ميتاليك».

وفي الداخل، تحصل هايلكس على مقصورة معاد تصميمها تجمع بين العملية والتكنولوجيا، مع شاشة للوسائط المتعددة بقياس 12.3 إنشاً وشاشة عرض متعددة المعلومات بالمقاس نفسه، إضافة إلى مكايح ركن الإلكترونية وشاشة عرض للتضاريس المتعددة توفر زوايا رؤية إضافية تساعد السائق عند التعامل مع الطرق الصعبة.

لتصميم السيارة وفق تفضيلاتهم.

ويمتد التخصيص إلى المقصورة من خلال حزمة Extended Package Interior Style، التي توفر تطعيمات جلدية إضافية وخياطة زخرفية بلون Delgada Green، إلى جانب إمكانية استخدام جلد Race-TeX في أجزاء مختلفة من الداخل.

كما تتوفر حزمة Interior Style تجمع بين الأسود وتدرجات الأخضر. وفي فئة مختلفة تماماً، تصل

تويوتا هايلكس من جيلها التاسع إلى الشرق الأوسط، مواصلة مسيرة طراز بدأ عام 1968 واكتسب شهرة واسعة في مجالات العمل والرحلات والاستخدامات اليومية. وتحافظ هايلكس الجديدة على فلسفة

في الجزء الأوسط من المشتت وأغطية المرايا الجانبية، وهي مادة تجمع بين مظهر وبنية وقوة قريبة من ألياف الكربون، مع السماح بمرور الموجات الكهرومغناطيسية، ما يجعلها مناسبة لتغطية المستشعرات. كما تتوفر خيارات جديدة

للجنوط المعدنية، بينها جنوط شتوية بقياس 21 إنشاً. وفي الجانب الآخر من السوق، ترفع بورشه

مستوى التخصيص في كابين الكهربية الجديدة لعام 2027، مع إتاحة 105 ألوان خارجية. ويضيف برنامج Paint to Sample التابع لـ Porsche Exclusive Manufaktur نحو 92 لوناً جديداً إلى 13 لوناً أساسياً، ما يمنح العملاء مساحة واسعة



تشهد سوق السيارات تحولاً واضحاً نحو مركبات لا تكتفي بأداء وظيفتها الأساسية، بل تمنح السائق مساحة أكبر للتعبير عن شخصيته، سواء عبر التصميم الرياضي، أو خيارات التخصيص الواسعة، أو التقنيات التي تعزز الراحة والقدرات على الطرق المختلفة. وتبرز في هذا الاتجاه ثلاثة طرازات جديدة هي بي إم دبليو X5، وبورشه كايين الكهربائية، وتويوتا هايلكس، إذ يقدم كل منها وصفة مختلفة لتطوير مفهوم السيارة الحديثة، حسب المجلة المتخصصة «توب غير».

في بي إم دبليو X5 الجديدة، اختارت الشركة الألمانية تعزيز الطابع الرياضي من خلال مجموعة M Performance Parts، التي تضيف للـ SUV الفاخرة مظهراً أكثر هجومية مستوحى من سيارات الحلبات. وتشمل التجهيزات سبليتير أمامياً من ثلاثة أجزاء، مع إضافات من ألياف الكربون داخل الشبك الأمامي المضيء، إلى جانب جناح خلفي ومشتت هوائي مكون من قطعتين تحيطان بمخارج العادم. وتستخدم بي إم دبليو مادة الأراميد المركبة

## بقوة 717 حصاناً...أستون مارتن تكشف عن نسخة من سيارتها DBX GT



إذ أعيد تصميم المقاعد وأضيف إليها طبقة من الإسفنج المرن عالي الكثافة لمزيد من الدعم والنعومة، بما فيها المقعدان الخارجيان الخلفيان اللذان باتا يُقدَّمان بوصفهما كرسيين مستقلّين على غرار المقاعد الأمامية، مع الإبقاء على مقعد أوسط للركاب في المناسبات. وتشمل التحسينات أيضاً تشطيبات معدنية مؤكسدة لناقل التروس وأزرار التحكم بجودة تضايفي قطع الجواهر، إلى جانب مجموعة خيارات كسوة متعددة الألوان خاصة بهذه

النسخة. وخُففت إعدادات نظام التعليق لتوفير عبور أكثر انسيابية على الطرق الوعرة، وأعيدت برمجة استجابة دواسة الوقود لمزيد من الدقة والسيطرة. علاوة على ذلك، جرى تعزيز عزل الصوت وإجراء تعديلات على هيكل السيارة، ما أسفر عن تحسن بنسبة 13% في وضوح الصوت داخل المقصورة، أي أن التحادث أو إجراء المكالمات أثناء القيادة بات أسير بكثير.

ويعمل نظام العادم بصوت خافت في وضع Normal لضمان قيادة هادئة، مع إمكانية استعادة الصوت الكامل في وضع Sport. وتكتمل هذه الصورة عجالات مقاس 22 بوصة ملفوفة بإطارات مناسبة لجميع الفصول لتقليل الضجيج وتعزيز الراحة، مع خيار الترقية إلى مقاس 23 بوصة.

كشفت أستون مارتن عن نسخة جديدة من سيارتها DBX تحمل اسم GT، وهي مصممة لاستقطاب مشتري سيارات الفخامة الذين يُقدِّمون الأناقة الهادئة على الأداء الرياضي الصارخ، في خطوة تضعها في مواجهة مباشرة مع بنتلي بنتايجا، بحسب الرجل. وتبدأ أسعار السيارة من نحو 207,000 جنيه إسترليني (ما يقارب 273,733 دولاراً أمريكياً)، مع بدء التسليم للعملاء قبل نهاية العام الحالي.

### مواصفات سيارة DBX GT

ووفقاً لما نشر في موقع Autocar، تعتمد DBX GT على محرك ثماني الأسطوانات يولد قوة 717 حصاناً، وهو نفسه الموجود في نسخة DBX S الأكثر عدوانية، ما يمنحها تسارعاً من صفر إلى 100 كيلومتر في الساعة في 3.3 ثانية فحسب. غير أن هذا الأداء المذهل يأتي مغلفاً بطابع أكثر هدوءاً وتحفظاً؛ إذ تحل شبكة أمامية مزدوجة الشرائح بدلاً من الشبكة العسليّة الشرسية في نسخة S، ويمكن اختيارها بطلاء كروم لامع أو معدن داكن. كذلك تظهر الزخارف الجانبية المعدنية بلون فضي لامع بدلاً من الأسود، فيما تطلّي الهياكل السفلية بلون هيكل السيارة بدلاً من المقشّمت السوداء ذات الطابع الرياضي.

### تفاصيل سيارة أستون مارتن الجديدة

أولت أستون مارتن اهتماماً خاصاً بالمقصورة الداخلية؛

# 7 Effective Study Techniques to Improve Memory and Exam Performance

**M**ost students study hard. Far fewer study smart. The difference is not about intelligence or hours logged — it is about using techniques that are proven to move information from short-term familiarity into durable, exam-ready memory. Below are ten effective study techniques you can combine to improve both retention and performance, with practical notes on how to fit each one into your routine. **Revision Recall.**

## 1. Active recall

Active recall means deliberately retrieving information from memory instead of passively re-reading it. After studying a topic, close your book and write down everything you remember, or explain it aloud as if teaching someone. The effort of pulling information out is what strengthens the memory trace. Re-reading feels easier, but ease is not the same as learning — retrieval is.

## 2. Spaced repetition

Spaced repetition spreads reviews across increasing intervals rather than bunching them into one cramming session. Reviewing a topic on day 1, day 3 and day 7 is a classic example. Each review interrupts the forgetting curve at the moment it would otherwise be steepest. Revision Recall automates this for you — add a topic once and the three reviews are scheduled automatically, so you never have to remember the dates yourself.

## 3. The Pomodoro technique

The Pomodoro technique breaks study into focused intervals, traditionally twenty-five minutes of work followed by a five-minute break, with a longer break after four rounds. This keeps concentration high and prevents the mental fatigue that comes from long, unbroken sessions. It also makes intimidating tasks feel approachable — you only have to commit to one short sprint at a time.

## 4. Making revision schedules

A revision schedule turns a vague intention to study into a concrete plan. Map out which subjects and topics you will cover each day, and build in your spaced repetition reviews so they do not get crowded out. A good schedule balances new learning with review time and leaves buffer days for catch-up. Our guide to creating a revision timetable walks through how to plan daily, weekly and monthly cycles for competitive exams.

## 5. Self-testing

Self-testing is the practice of quizzing yourself before the real exam. Use flashcards, past papers, or practice questions, and treat every wrong answer as useful feedback rather than a failure. Testing reveals exactly which topics are weak, so you can spend your time where it matters instead of re-confirming what you already know. It also reduces exam anxiety by making the test format feel familiar.

## 6. Eliminating distractions

Focus is a finite resource. Every notification, open tab, or background conversation taxes the attention available for learning. Create a dedicated study environment: put your phone in another room or on do-not-disturb, close unrelated browser tabs, and let people around you know your study hours. Even small reductions in interruption noticeably improve how much you retain from each session.

## 7. Interleaving subjects

Instead of spending an entire day on one subject, interleave two or three related subjects within a session. Switching forces your brain to continually reload different concepts, which strengthens discrimination — the ability to tell apart topics that look similar. This is especially valuable for exams that mix question types, because it trains you to quickly identify which approach each question needs.



# 8 خطوات تخطي التأقلم في ستة أولى جامعة أسهل

معاً، فيشعر أنه يجب أن يجد أصدقاء فوراً حتى لا يبدو وحيداً لكن العلاقات الجامعية لا تحتاج إلى أن تحدث في يوم واحد. يكفي أن تبدأ بتعارف بسيط مع زميل يجلس بجوارك أو شخص تتكرر مقابلته في المحاضرات، ومع الوقت تتشكل العلاقات بصورة طبيعية.

## احتفظ بنسخة إلكترونية من الأوراق المهمة

من المفيد تصوير المستندات أو الأوراق التي يحتاج إليها الطالب والاحتفاظ بها في ملف منظم على الهاتف أو خدمة تخزين سحابية هذه العادة الصغيرة تساعد في حالة ضياع ورقة أو الحاجة إلى إرسالها بسرعة، وتقلل البحث بين الصور والملفات بشكل عشوائي.

## اكتشف الأماكن التي يمكنك فيها أخذ استراحة

اليوم الجامعي قد يكون طويلاً، خاصة إذا كانت المحاضرات متباعدة لذلك من المفيد معرفة مكان هادئ يمكن الجلوس فيه بين المحاضرات، سواء كان مكتبة أو مساحة مخصصة للطلاب وجود مكان معتاد للاستراحة يساعد الطالب على تنظيم يومه بدل قضاء الفواصل كلها في التجول دون هدف.

## لا تقارن نفسك بالطلاب الآخرين

في الأسبوع الأول قد يبدو بعض الطلاب أكثر ثقة أو معرفة بنظام الجامعة، لكن هذا لا يعني أنهم تأقلموا بالفعل مع كل التفاصيل كل طالب لديه سرعة مختلفة في التعرف على المكان وتكوين العلاقات وتنظيم وقته، لذلك من الأفضل التركيز على فهم النظام الخاص بك بدل مقارنة نفسك بمن حولك.

## اترك مساحة لليوم أن يكون غير مثالي

قد تخطئ في رقم المدرج، أو تنسى موعداً، أو تدخل محاضرة في المكان الخطأ، أو تعود إلى المنزل مرهقاً أكثر مما توقعت، تقبل ذلك ولا تشعر بالإحباط والفشل، وإنما تأكد أنك ستتعلم من الأخطاء الأولى ولن تتكرر لاحقاً.

الانتقال من المدرسة إلى الجامعة لا يعني فقط تغيير مكان الدراسة، لكنه بداية مرحلة مختلفة تماماً في طريقة التعامل مع الوقت والمحاضرات والزملاء والمسؤوليات اليومية ولهذا قد يشعر الطالب في الأيام الأولى بشيء من الارتباك، حتى لو كان متحمساً جداً لبداية حياته الجامعية، ولا يحتاج التأقلم بالضرورة إلى خطوات كبيرة، فهناك تفاصيل صغيرة يمكن أن تجعل الأسبوع الأول والفترة الأولى من الجامعة أكثر سهولة وتساعد الطالب على فهم المكان والروتين الجديد تدريجياً وفقاً لما نشر في موقع harrowhongkong.

## اعرف طريقك قبل أول محاضرة

من أكثر الأشياء التي تسبب التوتر في سنة أولى جامعة عدم معرفة أماكن المدرجات أو القاعات أو مكاتب شؤون الطلاب، يمكن للطلاب استغلال الأيام الأولى في التعرف على أهم الأماكن التي سيحتاج إليها، مثل الكلية، المدرجات، المكتبة، الكافيتريا ودورات المياه، حتى لا يضطر إلى البحث عنها وسط الزحام.

## صوّر جدولك واحتفظ به على هاتفك

بدل الاعتماد على الذاكرة، من الأفضل الاحتفاظ بصورة واضحة من جدول المحاضرات، مع تدوين أرقام القاعات إن كانت متاحة، ويمكن أيضاً وضع الجدول في مكان يسهل الوصول إليه على الهاتف، لأن الدقائق الأولى من اليوم الدراسي ليست أفضل وقت لمحاولة تذكر موعد المحاضرة التالية.

## اسأل عن الأشياء التي لا تعرفها

الخجل من السؤال قد يجعل الطالب يقضي وقتاً طويلاً في محاولة اكتشاف معلومة بسيطة، إذا لم تعرف مكان محاضرة، أو طريقة تسجيل مادة، أو موعد تسليم تكليف، أو الجهة المسؤولة عن أمر معين، اسأل طالباً أقدم أو موظفاً مختصاً. السؤال المبكر غالباً يوفر كثيراً من الوقت والارتباك.

## لا تضغط على نفسك لتكوين شلة من أول يوم

قد يرى الطالب مجموعات من الأصدقاء تتحدث وتضحك

## High screen time can hurt children's learning and language skills, study suggests

**S**creen time could damage children more than being born into poverty, a study has found. An analysis of more than 2.8 million children found heavier screen use was linked to poorer school performance, weaker language skills and more emotional and behavioural problems. According to The Telegraph.

Researchers said the strength of these links was "similar in magnitude to or larger" than other established influences on child development, including socioeconomic status, parenting behaviour and premature birth. The research, led by academics at the University of Calgary in Canada, examined screen use such as gaming, social media and streaming in 64 countries.

The study, published JAMA Pediatrics, brought together 23 previous statistical reviews in an "umbrella review", intended to assess the overall picture emerging from a large body of evidence.

Higher screen use was associated with lower overall academic achievement and poorer language development, as well as difficulties with friendships and other relationships with peers.

Children who spent more time on screens also had greater symptoms of anxiety and depression, alongside behaviour such as aggression and symptoms of attention deficit hyperactivity disorder.

"Our review revealed that higher so-called doses of screen exposure are associated with lower overall academic achievement and poorer language development, as well as higher internalising and externalising behaviour, emotional problems and peer problems," the authors wrote. "Notably, these effect sizes are similar in magnitude to or larger than those reported for other well-established predictors of children's outcomes, such as socioeconomic status, parenting behaviour and preterm birth," they added.

However, the comparison concerned the strength of associations reported in research, rather than a direct test of whether screens cause more harm than poverty. The findings cannot establish that screen use itself caused the problems.

Children experiencing difficulties may spend more time on screens, while family circumstances could also contribute to their digital habits and their wellbeing.

The review did not find poorer outcomes across every aspect of children's development.

achievement, it found no clear links between screen use and individual scores in maths, reading or science.

The authors said these subjects were "among the least studied", meaning that the absence of a clear association could reflect limited evidence. They concluded that longer periods of digital and social media exposure were associated with difficulties in some areas of development and mental health, but not others.

"Taken together, the findings suggest that screen use may represent one potentially modifiable factor associated with children's wellbeing across multiple domains," they said.

Previous research has found the connection could work in both directions. While greater screen use may contribute to emotional and behavioural problems, children already struggling with such difficulties may turn to screens more often.

A review published last year in Psychological Bulletin analysed 117 studies involving more than 292,000 children and tracked screen use and emotional and behavioural problems over time.

It found that greater screen use preceded problems, while children already experiencing difficulties subsequently spent longer on screens.



## أفضل 7 ألعاب أطفال وفقاً لخبراء علم النفس

والتفاوض. هذه المهارات الاجتماعية لن تتطور بشكل أفضل في عمر الطفولة إلا في أجواء اللعب والتسلية.

### 4 تعزيز الاستقلالية

تعتبر ألعاب الأطفال من أهم وسائل دعم وتنمية الاستقلالية عند الأطفال في مختلف المراحل العمرية. حيث يعتمد الطفل على نفسه بشكل كبير أثناء اللعب، ويدرب مهارة حل المشكلات

اللعب هو البوابة الأولى لتنمية مهارات الطفل، لذا تحرص الأمهات على اختيار ألعاب أطفال تعليمية تناسب أعمارهم وتفضيلاتهم. فما هي أفضل ألعاب الأطفال وفقاً لخبراء علم النفس؟ ستجدين فيما يلي تصنيف لأفضل الألعاب التي تعزز مختلف المهارات عند طفلك والمتوفرة على موقعنا. اللعب هو البوابة الأولى لتنمية مهارات الطفل، لذا تحرص الأمهات على اختيار ألعاب أطفال تعليمية تناسب أعمارهم وتفضيلاتهم. فما هي أفضل ألعاب الأطفال وفقاً لخبراء علم النفس؟ ستجدين فيما يلي تصنيف لأفضل الألعاب التي تعزز مختلف المهارات عند طفلك، وفقاً لـ «مميز وولد».

### أهمية ألعاب الأطفال في نموهم وتطورهم

### 1 تطوير مهارات الحسية

عندما يمسك الطفل ألعابه اللينة، مثل الحيوانات المحشوة، أو عندما يلعب بالألعاب التي تصدر أصواتاً وأضواء، مثل ألعاب السيارات فهذا يعمل على تحفيز حواسه المختلفة، وتقويتها بشكل فعال لضمان نموها السليم.

### 2 تعزيز التفكير

إذا كان طفلك يحب ألعاب الذكاء، والألعاب التعليمية ويعشق البازل واللبيغو، فهذا سيحفزه على التفكير، وتطوير مهارات الربط المنطقي، والتفكير الناقد.

### 3 تحسين المهارات الاجتماعية

عندما يلعب الطفل مع غيره من الأطفال ويستخدمون ألعاب أطفال جماعية، فسيتحتم عليهم التواصل والمشاركة،

- احرص على شراء ألعاب جديدة لطفلك عدة مرات خلال السنة، وهذا أفضل بكثير من شراء كمية ألعاب كبيرة مرة واحدة فيملها معاً وتعودين شراء عدد كبير مرة أخرى.

- اختار لعبة مناسبة لاهتماماته، فإذا كان طفلك يحب الموسيقى قدمي له ألعاباً موسيقية أو ألعاباً تصدر أصواتاً جميلة. وإذا كان يحب السيارات قدمي له ألعاب سيارات.

- اختار ألعاب أطفال من ماركات عالمية معروفة بصناعة ألعاب للأطفال ذات جودة عالية.

- لا تترقب نفسك في البحث في محلات الألعاب والمولات، تسوقي من مواقع أطفال معروفة مثل مزورلد، لتحصلي على أكبر تشكيلة ألعاب جديدة وبأفضل الأسعار.

### ألعاب أطفال تشجع التعلم

في هذه المرحلة من عمر الطفل يكون شغوفاً بالتعلم بشكل كبير. فبيدأ الطفل في هذه المرحلة العمرية بتعلم مهارة حل المشكلات. لذلك احرص على إعطاء طفلك ألعاباً مثل ألعاب البازل والأحاجي والتي لها دور كبير في تعزيز التركيز عند الأطفال. بالإضافة إلى أنها تقوي مهارات الربط، وتدريب الطفل على الصبر لإتمام مهامه، وهي مهارة أساسية ستفيد كثيراً في مراحل الدراسة المختلفة. كما أن ألعاب الليغو تحفز الطفل على التعلم بشكل مرح وممتع، بالإضافة لفوائدها المثبتة بتعزيز مهارات الأطفال في مجال الرياضيات، وتحفيز الابتكار والإبداع. لتشجيع طفلك على حب التعلم بشكل مسهل وخال من الإجهاد قدمي له إحدى هذه الألعاب التي يوصي بها خبراء علم نفس الأطفال والمتوفرة على موقعنا.



مما يساعد في تنمية شخصيته بشكل إيجابي من خلال اللعب.

### 5 تحسين الصحة النفسية

إذا كنت مهتم بتحسين الصحة النفسية عند أطفالك، وترغبين بدعمهم وحمايتهم من التوتر واكتئاب الأطفال، كل ما عليك هو توفير ألعاب أطفال مفيدة ومسلية تدعم جوانب النمو المختلفة وتملأ وقت أطفالك بنشاطات مفيدة.

### كيف أختار ألعاب أطفال مناسبة؟

- اختار الألعاب المفيدة المناسبة لعمر طفلك، لتضمني أنها مناسبة وأمنة لطفلك.

## New Research Says You May Be Bench Pressing the Wrong Way

**A** new bench-press study offers a specific answer to an old gym question: How hard should you train if a bigger chest is the goal? In an August 2026 randomized trial of 158 resistance-trained men, researchers found that loads of 70 to 85 percent of one-rep max produced the greatest gains in pectoralis-major size, strength, and muscular endurance. The study was published in *Medicine & Science in Sports & Exercise*. According to *Men's Journal*.

The key difference was how close lifters pushed each set to failure. Letting reps slow considerably as fatigue built produced the most chest growth and muscular endurance. Stopping the set earlier, before fatigue became as severe, produced the biggest gains in maximum strength. Researchers concluded that heavier loads—70 to 85 percent of a lifter's one-rep max—were best for both strength and muscle growth, but how far you push each set may determine which improves most.

### Bigger Chest and Bigger Bench Aren't the Same Goal

That distinction matters because lifters often treat strength and size as interchangeable—and assume squeezing out every possible rep is required for either.

A 2025 randomized trial of 42 resistance-trained men and women tested that assumption. Participants performed a single set of nine exercises twice weekly for eight weeks. One group took every exercise to failure; the other stopped with two repetitions in reserve. Both produced meaningful adaptations, and strength and muscular-endurance gains were similar between groups.

Training to failure did tend to favor some measures of hypertrophy, but researchers described the absolute differences as “generally modest.” Their conclusion: going to failure “may modestly enhance some measures of muscle hypertrophy and power,” but not strength or local muscular endurance.

### Why More Pressing Isn't Necessarily the Answer

There's another reason not to turn chest day into endless benching: building a bigger upper body isn't only about adding presses.

Guys who focus mostly on horizontal pushing exercises can develop a slouched upper-body posture. To create better balance, alternate pushing and pulling movements—for example, pairing dumbbell presses with rows and chest flies with barbell rows.

Bench pressing itself clearly builds muscle. MRI research published in 2024 found that 10 weeks of bench training increased the size of the pectoralis major, pectoralis minor, anterior deltoid, and triceps, although the muscles grew “not in the same magnitude.”



## قبل انخفاض الوزن.. تمارين القوة تعزز حرق الدهون خلال أسبوع واحد

### ماذا يحدث داخل الخلايا؟

فحص الباحثون مجموعة من البروتينات المشاركة في عملية «تحلل الدهون»، وهي العملية التي يجري خلالها تكسير الدهون المخزنة داخل الخلايا لاستخدامها مصدرا للطاقة. وأظهرت النتائج أن السمعة أضعفت نشاط هذه الآلية، لكن تمارين القوة بدأت في استعادته بعد سبع جلسات فقط. وارتبط التدريب بزيادة التفاعل بين بروتينين مهمين، هما ABHD5 وATGL، ما ساعد على تنشيط عملية تكسير الدهون.

كما سجل الباحثون انخفاضاً في نشاط جين Scd1، الذي يشارك في تصنيع بعض جزيئات الدهون، وهو ما قد يشير إلى انخفاض ميل الخلايا إلى تخزين الطاقة على هيئة دهون.

وقال لياندرو مورا، الأستاذ في جامعة UNICAMP ومعد الدراسة، إن النتائج توضح أن التغيرات المفيدة الناتجة عن ممارسة الرياضة قد تبدأ قبل ظهور أي نتيجة واضحة على الميزان.

وأضاف أن الاعتقاد بأن عدم فقدان الوزن يعني عدم الاستفادة من التمرين قد يكون مضللاً، إذ يمكن أن تحدث تغيرات أيضاً داخل الجسم حتى عندما يبقى الوزن مستقراً.

### هل تنطبق النتائج على البشر؟

يشدد الباحثون على أن النتائج لا تعني أن ممارسة تمارين القوة لمدة سبعة أيام ستؤدي إلى التأثيرات نفسها لدى البشر، إذ أجريت الدراسة على فئران ذكور فقط، وركزت على نوع محدد من الأنسجة الدهنية والآليات الجزيئية المرتبطة بتكسير الدهون. ويخطط الفريق لدراسة فترات تدريب أطول لمعرفة كيفية تطور هذه التغيرات مع استمرار ممارسة الرياضة وبدء فقدان الوزن، إلى جانب بحث تأثير التمارين في رواسب دهنية أخرى، بما فيها الدهون الموجودة حول القلب.

وتشير الدراسة في مجملها إلى أن استجابة الجسم للتمارين قد تبدأ على المستوى الأيضي قبل أن تظهر نتائجها بشكل واضح على الميزان، وهو ما قد يفسر لماذا لا تعكس زيادة أو ثبات الوزن دائماً جميع التغيرات التي تحدث داخل الجسم في بداية ممارسة الرياضة.

كشفت دراسة جديدة أن ممارسة تمارين القوة لمدة سبعة أيام فقط قد تبدأ في تعزيز حرق الدهون داخل الجسم، حتى قبل ملاحظة أي انخفاض في الوزن على الميزان، بحسب ميديكال إكسبريس.

وأظهرت تجارب أجراها باحثون في جامعة ولاية كامبيناس (UNICAMP) على فئران مصابة بالسمنة، أن تمارين القوة حفزت آليات تكسير الدهون، وقلصت حجم الخلايا الدهنية، وخفضت كمية الدهون المتراكمة حول الأمعاء.

### تجربة لمدة سبعة أيام

أجرى الباحثون التجارب على فئران ذكور، حصل بعضها على نظام غذائي عادي، بينما تناولت مجموعة أخرى نظاماً غنياً بالدهون بهدف تحفيز السمنة. وبعد ذلك، قسمت الفئران المصابة بالسمنة إلى مجموعتين: واحدة أحدهما حياتها من دون نشاط بدني، بينما بدأت الأخرى بممارسة تمارين القوة.

وخلال التجربة،

استمرت جميع

الفئران المصابة

بالسمنة في

تناول النظام

الغذائي نفسه،

بحيث يكون

الاختلاف الأساسي

بين المجموعتين هو

ممارسة الرياضة.

ودرب الباحثون الفئران على صعود سلم

يبلغ ارتفاعه 70 سنتيمتراً، مع تثبيت

أوزان في ذيلها. وتضمنت كل جلسة 20

عملية صعود، تفصل بينها فترات راحة تراوحت بين 60 و90 ثانية، وبشدة تعادل نحو 70% من القدرة القصوى. واستمر البرنامج سبع جلسات تدريبية.

ورغم عدم انخفاض وزن الفئران خلال هذه الفترة القصيرة، وجد الباحثون أن الفئران التي مارست تمارين القوة كان لديها مقدار أقل من الدهون المحيطة بالأمعاء والتي تمثل لدى البشر جزءاً من الدهون الحشوية المتراكمة داخل البطن.

كما كانت الخلايا الدهنية لديها أصغر حجماً، وهي نتيجة مهمة لأن تضخم الخلايا الدهنية يرتبط باضطرابات في عملية الأيض وزيادة الإشارات المرتبطة بالالتهاب.

## A Dead Star May Have Built Its Own Planet from the Ashes

**A**stronomers have reported evidence for what may be the first planet built from the remains of its own dying star. Published October 5, 2026, in *Nature Astronomy*, the University of Warwick-led study describes a candidate Jupiter-sized world orbiting the white dwarf HS 0209+0832 every 4.4 Earth days. The object has not been confirmed through multiple detection methods and should be treated as a candidate, not a settled fact. According to Gadget Review.

### How Astronomers Found It

Two independent lines of evidence, a repeating brightness signal and an unusual chemical signature, point toward the same unusual conclusion. A repeating dip in the white dwarf's brightness on a 4.4-day cycle, consistent with a closely orbiting planet, provided the first clue. That signal alone would not be enough.

Spectroscopic observations revealed something stranger: the white dwarf's atmosphere contains zinc, copper, and niobium at concentrations far above normal, with niobium reported at roughly 1,000 times the solar abundance. That chemical fingerprint points to the s-process. This nuclear reaction happens deep inside aging stars during the red-giant phase, and the specific enrichment pattern it produces is not associated with planets formed at a star's birth.

The leading interpretation is that the white dwarf is accreting, or gradually consuming, material stripped from the nearby gas giant's atmosphere by intense radiation. That stripped material carries the unusual chemical signature onto the stellar remnant, where astronomers can read it as a record of the planet's composition.

### A Star That Made Its Own Planet

The proposed formation pathway depends on a rare set of conditions that researchers say explains why such worlds are expected to be extraordinarily uncommon.

White dwarfs are what Sun-like stars become after exhausting their nuclear fuel. The star expands into a red giant, expels its outer layers, and leaves behind a dense, cooling core.

In most systems, that expelled material disperses into space. Researchers propose that HS 0209+0832 may have had a companion star. That companion's gravity could have pulled the ejected material into orbit, allowing a disk to form and eventually coalesce into a new planet.

Boris Gänsicke of the University of Warwick described the significance: "What's remarkable about the planet around HS 0209+0832 is that this isn't a planet from somewhere else, or a survivor from the system's birth; it looks like it was built from the very material its own star cast off as it died."

"Second-generation planets are worlds that form out of the material a star casts off as it dies. They're incredibly rare, and finding one around a white dwarf was completely unexpected," Jamie Williams, University of Warwick

### What Happens Next

The candidate's extremely close orbit means it may be slowly consumed by the same stellar remnant that researchers believe created it.

The candidate orbits at roughly 6 million kilometers, about 4% of the Earth-Sun distance. At that range, the white dwarf's radiation is continuously stripping the planet's atmosphere, and the gas giant may eventually be substantially reduced or destroyed entirely.

If confirmed, the system would offer a rare opportunity to study a planet being chemically altered by the remnant of the star that may have formed it. German Scientists working on frontier biology have similarly demonstrated that unexpected physical milestones can reshape scientific understanding. Researchers suggest the combination of heavy-element atmospheric pollution and short-period brightness variations could serve as a search template for similar systems elsewhere.



## اكتشاف محتمل لكوكب عملاق يدور داخل «النطاق الصالح للحياة»

يوصل علماء الفلك البحث عن كواكب خارج المجموعة الشمسية، في محاولة لفهم طبيعة العوالم البعيدة والظروف التي قد تسمح بوجود الحياة فيها.

وقد اكتشف العلماء حتى الآن أكثر من 6300 كوكب خارج نظامنا الشمسي، باستخدام وسائل رصد مختلفة. وفقاً لـ «ديلي ميل».

وفي أحدث هذه الاكتشافات المحتملة، رصد فريق من علماء الفلك إشارات إلى كوكب عملاق محتمل قد يقع ضمن «النطاق الصالح للحياة» حول نجم شديد الحرارة، في اكتشاف قد يكون الأول من نوعه إذا تأكد وجوده.

ويحمل الكوكب المرشح اسم HD 156295 b، ويدور حول نجم يحمل الاسم نفسه HD 156295، وهو نجم من النوع الطيفي «A». وإذا تأكد وجود الكوكب، فسيكون أول كوكب معروف يقع ضمن النطاق الصالح للحياة حول نجم من هذا النوع.

ويشير مصطلح «النطاق الصالح للحياة» إلى المنطقة المحيطة بالنجم التي تسمح درجات حرارتها، من حيث المبدأ، بوجود الماء في حالته السائلة على سطح كوكب. ولا يعني وجود كوكب في هذه المنطقة بالضرورة أنه صالح للحياة، لكنه يعد أحد العوامل التي يهتم بها العلماء عند البحث عن عوالم يمكن أن تتوافر فيها ظروف مناسبة للحياة.

ويتميز النجم «HD 156295» بكونه أكثر سطوعاً من الشمس بنحو تسع مرات، وتبلغ درجة حرارته قرابة 7500 درجة مئوية، كما يقع على بعد نحو 140 سنة ضوئية من الأرض، ويمكن رؤيته بالعين المجردة.

وينتمي النجم إلى فئة «دلتا سكوتي» (Delta Scuti)، وهي نجوم يتغير سطوعها بصورة دورية ومنظمة. واستفاد العلماء من هذه الخاصية للكشف عن تأثير الجاذبية الذي قد يحدثه كوكب يدور حول النجم، باستخدام تقنية تعرف باسم «توقيت

النبض». وتعتمد هذه التقنية على رصد التغيرات الطفيفة في توقيت نبضات النجم. فإذا كان هناك جرم كبير يدور حوله، فقد تؤدي جاذبيته إلى تغيرات صغيرة في توقيت هذه النبضات، يمكن للعلماء تحليلها للكشف عن وجود الجرم.

وفي دراسة نشرت في مجلة «The Astrophysical Journal»، حلل العلماء بيانات نحو 16500 نجم من نجوم «دلتا سكوتي» رصدها القمر الصناعي «TESS» التابع لوكالة ناسا. وبعد تحليل البيانات، حصروا اهتمامهم في تسعة أنظمة نجمية، من بينها النظام الذي يضم الكوكب المرشح «HD 156295 b»، بينما قد تكون الأجرام الموجودة في الأنظمة الثمانية الأخرى أقزاماً بنية.

ويقدر العلماء أن كتلة «HD 156295 b» تعادل نحو ستة أضعاف كتلة المشتري، وأنه يدور على مسافة تقارب أربع وحدات فلكية من نجمه، ويحتاج إلى نحو 2200 يوم لإكمال دورة واحدة حوله.

وبسبب خصائص النجم ومدار الكوكب، يتلقى «HD 156295 b» نحو 60٪ من الإشعاع الذي تتلقاه الأرض من الشمس، ما يضعه نظرياً ضمن النطاق الصالح للحياة.

لكن وجود الكوكب لم يتأكد بعد. ويقدر العلماء احتمال أن تكون الإشارة التي رصدها ناتجة عن كوكب حقيقي بنحو 50٪، كما يشيرون إلى أن التغيرات في توقيت النبضات تقع عند الحد الذي يمكن رصده اعتماداً على بيانات مهمة «TESS».

وفي حال تأكد وجود «HD 156295 b»، فإنه سيكون عالماً غازياً عملاقاً، ما يجعل احتمال وجود الحياة عليه ضعيفاً، لكنه قد يساعد العلماء على فهم كيفية تشكل الكواكب العملاقة حول النجوم شديدة الحرارة.

ويبلغ عمر هذا النظام نحو 700 مليون سنة، ومن المنتظر أن تساعد عمليات الرصد المستقبلية، بما فيها مهمة مرصد «بلاتو» (PLATO) التابع لوكالة الفضاء الأوروبية، على اختبار هذه النتائج ودراسة مثل هذه الأنظمة بصورة أكثر دقة.



## Microplastics have been found in human arteries. here's why paying attention

**M**icroplastics are increasingly being detected in the human body, and emerging research suggests they could have implications for cardiovascular health. A dietitian explains what we know so far – and five simple ways to reduce your everyday exposure.

Microplastics aren't just an environmental problem anymore — emerging research suggests they might be messing with our cardiovascular health too.

Heart disease has been the #1 cause of death worldwide for over a decade, responsible for roughly one in five deaths. Big risk factors like high blood pressure, obesity, and type 2 diabetes keep climbing globally. Genetics matter, sure, but so does what's on your plate and how you live day to day.

Before we go further: get a checkup, get your bloodwork done, know what's happening inside your body. Wellness is more than visible abs or the latest biohack. That said, here's something you won't find on a standard blood panel — microplastics or nanoplastics floating around your system even though we're hearing more and more about the risks they carry. According to Men's Fitness.

"Plastic Pollution" and Disease Risk

Microplastics and nanoplastics are emerging as a potential risk factor for cardiovascular disease, brain health, and more. One recent study found that people with microplastics in their arteries had a 400% higher risk of stroke, heart attack, or other cardiovascular events.

"Microplastics carry with them a complex variety of chemicals that separate from the plastic and spread throughout our bodies — they've been found in human tissues and bodily fluids, including the blood, lungs, colon, kidneys, brain, and heart," says John Whyte, MD, MPH, CEO and Executive VP of the American Medical Association.

A 2022 study in Environmental International estimated microplastics are circulating in the blood of 77% of Americans — and the numbers are likely similar globally.

"Recent estimates on the economic costs of health impacts from the chemicals in plastic demonstrate that U.S. health costs are around \$249 billion in plastic-attributable disease burden in 2018, which is likely an underestimation," Whyte adds.

How to Reduce Your Exposure

No one's "immune" — we're living in what some call the plastic age. The real question is what we can do to cut our exposure and risk?

Here are 5 strategies that help:

1- Cut back on single-use plastics. I hydrate like a champion, so this one's huge for me. I only drink from a reusable stainless-steel bottle and coffee mug — no plastic lining to leach into hot or cold liquids. Even "disposable" coffee cups are typically plastic-lined, and course then there's the concern with water bottles baking in a hot car. It's Yeti all the way for me. 2- Choose glass or stainless steel for food and drinks. Storing and reheating leftovers in plastic — especially in the microwave — is a common habit worth eliminating. Glass, ceramic, and stainless-steel storage options are everywhere now, and none of them are plastic-lined. Using these for storage and reheating appears to be helpful.

3- Rethink cookware and utensils. Heat + plastic = trouble. Nonstick coatings wear down over time and can leach into food. We lean on stainless-steel pans and cast-iron skillets at home, plus a PFAS-free ceramic-coated brand called Hexclad. There are others too so it's important to just be aware of heating foods in pans that may have dangerous coatings. Since we cook daily, we'd rather not mix heat and plastic.

<https://mensfitness.co.uk/>



## دراسة: 113 مليار يورو كلفة موجات الحر في أوروبا هذا العام



وانخفاض إنتاجية العمال، فضلاً عن زيادة الغياب عن العمل.

ورجحت الشركة أن «يكون 2027 عاما

آخر يشهد موجات حر استثنائية

عالمياً، ويُحتمل بشدة أن يُصبح العام

الأشد حرارة على الإطلاق».

وتتوقع المنظمة العالمية للأرصاد الجوية

أن يرتفع معدل درجات حرارة سطح

الأرض بين العامين 2026 و2030 بما

يرواح بين 1,3 و1,9 درجة مئوية فوق

متوسط الفترة بين 1850 و1900.

كذلك، أوردت الدراسة أن ظاهرة إل

نينيو المناخية «الشديدة للغاية»

تتطور بالفعل، وقد تصل كلفتها إلى

451 مليار دولار أميركي على مستوى

العالم، أي ما يعادل 0,24 في المئة من

الناتج المحلي الإجمالي المتوقع لـ 144

اقتصاداً، مع توقع «حدوث غالبية

الأضرار في العام 2027».

تتحمل العبء الأكبر بواقع 27,8 مليار يورو، تليها ألمانيا بـ25 مليار يورو، ثم فرنسا بـ20 مليار يورو».

وتتجاوز خسائر إيطاليا خسائر ألمانيا، رغم أن اقتصادها أصغر بشكل ملحوظ، إذ يصل تأثيرها على النمو إلى 1,19

نقطة مئوية مقارنة بـ0,54 نقطة في

ألمانيا، كما أفادت الدراسة.

ومع إضافة بلجيكا (9,4 مليارات يورو)

وهولندا (9,2 مليارات يورو)، تصل

حصة هذه الاقتصادات الخمسة إلى 81

في المئة من الإجمالي.

وأوضحت شركة التأمين أن «الحرارة

قد تقلل الإنتاج بدون إحداث أضرار

ظاهرة في المباني أو المعدات»، لافتة إلى

أن بيانات قطاع التصنيع الهندي تثبت

وجود صلة بين موجات الحر الشديدة

بلغت كلفة موجات الحر التي ضربت أوروبا العام 2026 نحو 113 مليار يورو، وتحملت إيطاليا وألمانيا وفرنسا، الدول الأكثر تضرراً، نحو ثلثي هذا المبلغ، وفق تقديرات شركة «أليانز» للتأمين.

وتمثل الخسائر التي تكبدتها الدول الأوروبية الثلاثون نحو 0,46 في المئة من ناتجها المحلي الإجمالي المتوقع، بحسب

دراسة أجرتها «أليانز ترايد» عن

اقتصاد المناخ في العام 2026. بحسب

وكالة «أ ف ب».

وتأخذ هذه الدراسة في الاعتبار

التكاليف المرتبطة بأضرار الكوارث،

فضلاً عن خسائر الإنتاج والضغوط

على القدرة الشرائية للأسر نتيجة

التضخم العالمي وارتفاع أسعار الغذاء.

وقدرت «أليانز ترايد» أن «إيطاليا

## خبير بيئي يكشف مخاطر البلاستيك والفرص المتبقية لإنقاذ الكوكب

وحذر أستاذ الدراسات البيئية من خطورة التلوث البلاستيكي بوصفه مادة مصنعة من البتروكيماويات لا تتحلل طبيعياً لسنوات طويلة لغياب النظم البكتيرية والفطرية القادرة على تفكيكها، مشيراً إلى أن ذلك يشكل تهديداً مباشراً للحياة البرية والبحرية، حيث تبتلع السلاحف البحرية الأكياس البلاستيكية ظناً منها أنها قناديل بحر مما يتسبب في نفوقها واضطراب النظم البيئية. كما نبه إلى تسلسل جزيئات «الميكروبلاستيك» إلى السلسلة الغذائية وصولاً إلى أجساد البشر عبر الأسماك، فضلاً عن المخاطر الصحية الناتجة عن وضع الأطعمة الساخنة في أكياس بلاستيكية، أو الانبعاثات السامة الصادرة عن حرقها والتي تدمر الجهاز التنفسي.

ودعا الخبير البيئي إلى تبني حلول مستدامة وبدائل عملية لتخفيف الحمل البيئي، وفي مقدمتها التوسع في استخدام «البلاستيك العضوي» المستخرج من النشا والسليلوز القابل للتحلل في غضون أشهر، وتشجيع المواطنين على استخدام الأكياس والحقائب القماشية القابلة لإعادة الاستخدام، مؤكداً أن استعادة توازن الطبيعة تبدأ من تعديل السلوكيات الفردية البسيطة للحفاظ على صحة الإنسان ومستقبل الكوكب.



أكد الدكتور عبد المسيح سمعان، أستاذ الدراسات البيئية وتغير المناخ بجامعة عين شمس، أن كوكب الأرض يواجه ضغوطاً متصاعدة بعد تجاوزه سبعة مؤشرات أمان حيوية من أصل تسعة تحافظ على استقرار الحياة، مشدداً في الوقت ذاته على أن البشرية لم تصل بعد إلى «مرحلة اللاعودة» الكاملة، شريطة اتخاذ قرارات دولية حاسمة وتغيير السلوكيات الاستهلاكية اليومية.

وأوضح «سمعان»، أن الأزمات البيئية متداخلة وتؤثر بشكل تراكمي؛ إذ يؤدي ارتفاع درجات الحرارة إلى استنزاف المياه وتدهور الغابات، ما يقلل من قدرة الأرض على امتصاص الكربون ويقاقم الاحتباس الحراري. وفقاً لصحيفة «اليوم السابع» المصرية. تركيز غاز ثاني أكسيد الكربون في الغلاف الجوي وكشف أن تركيز غاز ثاني أكسيد الكربون في الغلاف الجوي وصل حالياً إلى نحو 427 جزءاً في المليون مقارنة بنسبته الطبيعية البالغة 280 جزءاً، لافتاً إلى أنه على الرغم من استحالة استرجاع بعض الخسائر مثل الكائنات التي انقرضت بالفعل، إلا أن التوسع السريع في استخدام الطاقة النظيفة والتوقف عن حرق الوقود الأحفوري كفيل بتصحيح المعادلة البيئية على المدى الطويل.



## مسابقة «لمحترفي النوم» تتوج «أفضل نائم» في اليابان

وقال المدير الإبداعي في شركة «كوالا سليب جابان» المنظمة للحدث ريتشيرو ناكاما لوكالة فرانس برس «غالباً ما توصف اليابان بأنها بلد يعاني من نقص النوم، فالتناس هنا يعملون بجد واجتهاد».

في اليابان، حيث يشتهر السكان بالعمل الدؤوب ويعانون من نقص في النوم، تنافس مجموعة من الأشخاص الذين أطلقوا على أنفسهم لقب «محترفي النوم» في مسابقة كان الفوز فيها يتطلب ببساطة الاستلقاء والاسترخاء والغرق في النوم بأسرع وقت ممكن.

وشارك العشرات في المسابقة التي أطلق عليها اسم «مات رايس» ونظمها الاثنين في طوكيو شركة متخصصة في مستلزمات النوم. وفقاً لـ «أ ف ب».

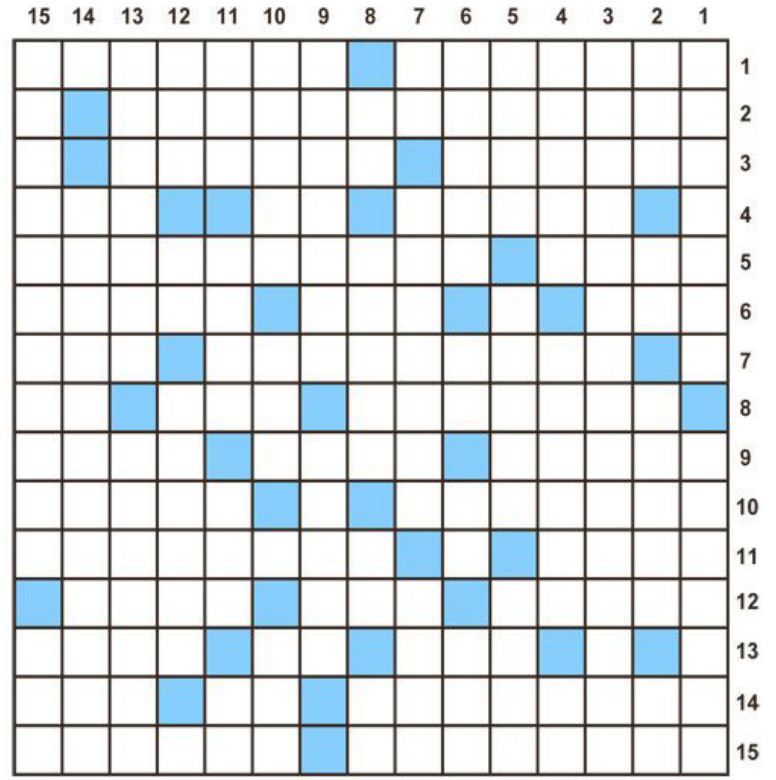


وأضاف «أعتقد أن تنظيم حدث كهذا يمكن أن يشجع الناس على النوم ويثير اهتماماً أكبر بموضوع النوم».

ويبدو أن البلاد بحاجة ماسة لذلك؛ فبحسب بيانات منظمة التعاون والتنمية في الميدان الاقتصادي لعام 2021، بلغ متوسط ساعات نوم اليابانيين 7 ساعات و24 دقيقة يومياً، وهو المعدل الأقل مقارنة بجميع الدول الأخرى الأعضاء في المنظمة.

ويعزو الخبراء ذلك بشكل خاص إلى ساعات العمل الطويلة، وفترات التنقل المرهقة، والحياة الليلية الصاخبة.

وكانت الجائزة المخصصة لأفضل «نائم» تزيد عن مليوني ين (12645 دولاراً).



عامودي

أفقي

- 1- أكبر بلد مصنع للسيارات- يراها النائم (م)
- 2- ممثل مصري
- 3- مرض صديقي في الزمان (م)
- 4- في باطن الأرض- قوة العدد (م)- قدح
- 5- دمار (م)- ممثل مصري (م)
- 6- يحمل كل شيء (م)- مضجر- علم مؤنث (م)
- 7- الراحة (م)- أنصاف (م)
- 8- يعارضان (م)- اهز (م)- حرف أجنبي
- 9- عكس النهار- عاصمة الضباب- متشابهة
- 10- سورة قرآنية (م)- ينفعه (م)
- 11- افكه- تتعلق بالمستقبل
- 12- منزلته- حرف هجائي- بخل (م)
- 13- مترفع- للتعريف- لام (م)
- 14- فيلم من بطولة أحمد حلمي ونور- جنون- بلدان (م)
- 15- صاحبات السمو- العلم
- 1- ادرسكما- عكس خلفهما
- 2- عندما- حرف أجنبي- نقاب- ندى
- 3- رهين المحبسين (م)
- 4- عكس أضيئه- أساعده- طرش
- 5- الهو (م)- الثقب (م)- علم مذكر
- 6- فني- مقياس أرضي (م)- دار حول نفسه- محسن
- 7- نظير- المتحضر (م)- أكرر (م)
- 8- شهر ميلادي- عكس يصبحن- حرف عطف
- 9- شاي بالانجليزي (م)
- 10- المحايد (م)- من الألقاب (م)
- 11- أهلك- ابن (م)- رجاء (م)
- 12- تعب (م)- أوطان- ملكه (م)- مرض صديقي
- 13- خدع- واحد بالانجليزي- صوت النمل
- 14- الاتمام- التفسير (م)
- 15- ممثل مصري
- 1- ادرسكما- عكس خلفهما
- 2- عندما- حرف أجنبي- نقاب- ندى
- 3- رهين المحبسين (م)
- 4- عكس أضيئه- أساعده- طرش
- 5- الهو (م)- الثقب (م)- علم مذكر
- 6- فني- مقياس أرضي (م)- دار حول نفسه- محسن
- 7- نظير- المتحضر (م)- أكرر (م)
- 8- شهر ميلادي- عكس يصبحن- حرف عطف
- 9- شاي بالانجليزي (م)
- 10- المحايد (م)- من الألقاب (م)
- 11- أهلك- ابن (م)- رجاء (م)
- 12- تعب (م)- أوطان- ملكه (م)- مرض صديقي
- 13- خدع- واحد بالانجليزي- صوت النمل
- 14- الاتمام- التفسير (م)
- 15- ممثل مصري

## India's state hands out gold for newborns

India's southern state of Tamil Nadu on launched a scheme providing gold rings to newborn babies in government hospitals, a move aimed at boosting public confidence in state-run healthcare services, according to Anadolu.

Chief Minister C. Joseph Vijay inaugurated the scheme, under which eligible newborns will receive a one-gram gold ring, according to a statement by the state's Information Department.

The initiative is aimed at "honouring motherhood, promoting women's health and encouraging institutional births by attracting more families to public healthcare," accord-

ing to Press Trust of India.

The scheme was a key election promise of the ruling Tamilaga Vettri Kazhagam party, which came to power in the state earlier this year.

The state government has already procured about 128,000 rings for the initial rollout. Babies born in government hospitals on or after June 22, 2026, are eligible under the scheme.

India, with a population of more than 1.4 billion, is the world's most populous country. Tamil Nadu had a population of about 72.15 million according to the 2011 census and recorded nearly 45,000 fewer births in 2025 than the previous year.



# 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



22521 Michigan Ave.  
Dearborn, MI 48124  
(313) 406-4060

من مكتب  
أمين خزانة مقاطعة وين اريك سابري

# محكمة الإرث

(الأحوال الشخصية / التركات)

هل تواجه خطر مصادرة ممتلكات عقارية بسبب تراكم الضرائب  
وتحتاج إلى المساعدة في تقديم دعوى أمام محكمة الإرث بمقاطعة وين  
بسبب أن الملكية مسجلة باسم قريب متوفي؟

## يمكنك التواصل مع أحد شركائنا المجتمعيين:



**United Community Housing  
Coalition:** 313-725-4560  
UCHCDetroit.org  
help@uchcdetroit.org



**Lakeshore Legal Aid:**  
888-783-8190  
LakeshoreLegalAid.org  
probono@lakeshorelegalaid.org

اتصل اليوم واحصل على  
المساعدة التي تحتاجها.  
نحن هنا للمساعدة!



WayneCountyMI.gov/treasurer | 313-224-5990

## FROM THE OFFICE OF WAYNE COUNTY TREASURER ERIC R. SABREE

# PROBATE ASSISTANCE

Are you 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?

### CONTACT ONE OF OUR COMMUNITY PARTNERS:



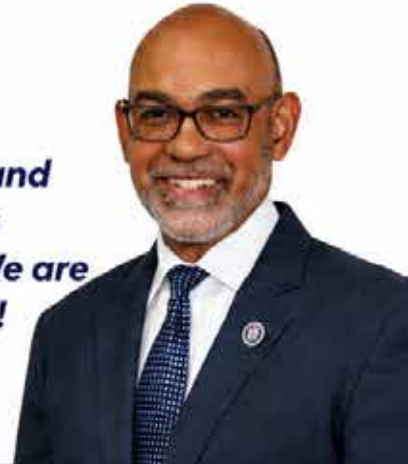
**United Community Housing Coalition:** 313-725-4560  
UCHCDetroit.org  
help@uchcdetroit.org



**Lakeshore Legal Aid:** 888-783-8190  
LakeshoreLegalAid.org  
probono@lakeshorelegalaid.org



*Call today and  
get the help  
you need. We are  
here to help!*



WayneCountyMI.gov/treasurer



313-224-5990