



مهيا قندس علي
052-8980085



خليل حجو
052-2840945



مفتاح بيتك الجديد

47

لا جديد في موقف الوزارة من المدارس الأهلية

ولا جديد في موقف الأمانة العامة للمدارس الأهلية

6

البعد الروحي والإنساني لعيد الفطر السعيد

24

عيدكم مباركاً

نتقدم إلى قرائنا الأعزّة، بأجمل التّهاني والتبريكات القلبية
بحلول عيد الفطر السعيد
متمنّين للجميع سنوات مديدة،
ملؤها الصّحة والسّعادة وهداة البال.

وننتهز هذه المناسبة لنعلمكم بأنّ صحيفة "حيفا"
ستحتج عن الصّدر يوم الجمعة القادم،
لتعاود الصّدر كالمعتاد في 15 تموز الجاري.

كلّ عام وشعبنا بألف حرّية وخير.



وداد مطر، مديرة مكتب
«نزارين تورن» في حيفا:

نختلف في التحديد وننطلق إلى آفاق سياحية جديدة

32 30

19+18

سופر-فארם

11+10

MARKET

موزרים באיכות

9+8



مبחר سلتی הגליל
400 غرام

6⁹⁰ ₪



2 حوموس הגליל
600 غرام

10⁰⁰ ₪



4 ממגון ספגטי
תוצרת חוץ
400 غرام

10⁰⁰ ₪



פסטרמה 300 غرام
أو سلمی 300 غرام
של טירת צבי

14⁹⁰ ₪
10⁹⁰ ₪



לבנה ראמה
1 ק"ג

14⁹⁰ ₪

החלטה סאריה في فرع شارع الخوري 9 فقط *
تأخذون لشروط الحملة. الأسعار سارية الفعول حتى إشعار الموزون

الحلقة سارية الفعول حتى وحدة واحدة فقط من كل منتج *
المصدر التوزيع فقط

077-5051120 077-3202707 04-8526233 077-4655155 04-8600808

شبتاي لוי 9, حيفا 27, حيفا 15, حيفا 9, حيفا 2

كلّ عام وشعبنا بألف حرّية وخير.

كلا علوانت

بالبراقعة



تركيا: فلسطين يوك إسرائيل يس

على من يبيعنا، نحن الجماهير العربية المواطنين في إسرائيل، السراب ويحاصرنا بمعسول الكلام، ويؤملنا بحلو الدعاء، وعلى من يهيب بالفلسطينيين أن "ينتظروا دفع تركيا بثقلها السياسي بعدما منح الشعب ثقته بقيادتها من أجل لجم الاحتلال، لأن تركيا شعباً وقياداً أحق بالمسجد الأقصى وتربطهم علاقة تاريخية بمدينة القدس، ولا بد أن يترجم إلى سلوك واضح تفهمه إسرائيل جيداً».

*** ما أهون الكلام ما أصعب الوفاء!

كم قلنا إن الأقصى لن يتحرر إلا إذا تحررت المدينة بجميع روايتها وحواريها، فالقدس يا عرب قضية فلسطينية شاملة، وهي ليست فقط قضية إسلامية، وهي أم البدايات وسيدة النهايات، فلا تجعلوها عروساً عذراء تتكور في حضن السلطان وتنتظر فتحه والنصر. دموع مرمايتها علمتنا معنى البكاء عند افتضاض الصباح حين ينبجج أجهم وعبوساً، وغبار أزقتها يخبي سحر الفجر: لا يستورد التحرر ولن تكون الحرية إلا بلدية وطنية أصيلة.

وتبقى قصتنا، نحن جماهير الـ48 مختلفة. فقلوبنا تنبض من أجل فلسطين والقدس، لكن رباطنا وارتباطنا سيبقيان كما كانا، في الجليل والكرمل والمثلث والنقب، ولن يكون لنا وطن آخر لا في الأستانة ولا في واشنطن ولا حتى في موسكو.

كم من حجيح عقبه هجيح. صمتهم هناك في غزة ونابلس والخليل سيبقى همهم ودينهم، لكنني لا أفهم صمت أولئك الذين شاركوا في مواسم الحج إلى تركيا وقادتها، وأولئك الذين وقفوا على جانب المسيرة، وتصرقوا كطيور "هزاز الذنب". فهل من أحد يفهمنا كيف كانت الجماهير العربية في إسرائيل ستستفيد من زيارتهم إلى أنقرة ومن مدائحكم لرئيس حكومتها أردوغان؟ أوليس من حقنا أن نعرف مواقفكم من تركيا وحكومتها بعد إعلان اتفاقها مع حكومة إسرائيل. من سيحاسب جميعهم ومن سيدفع الثمن؟!

القدس ليست قضية فلسطينية ولا عربية فهي قضية إسلامية ونصرتها واجبة على جميع المسلمين ومن ضمنهم تركيا التي لعبت دوراً مشكوراً على صعيد القدس والأقصى. هكذا ببساطة وبوضوح نشر على لسان الشيخ، ولم تكن هذه المرة الوحيدة. فجاء الاتفاق التركي - الإسرائيلي ومحا، في الواقع، ما قيل على لسانه ولسان قيادات أخرى أشادت بدور تركيا والتوقعات المأمولة منها في إنهاء الاحتلال الإسرائيلي، وأحال الاتفاق ذاك التعويل إلى هباء منثور؛ فتركيا تتعهد بالألا تلاحق جنود إسرائيل وضباطها في المحاكم الجنائية، وتركيا تتعهد أن تساعد إسرائيل على الانضمام للمؤسسات والمحافل الدولية، وأن تتوقف عن معارضتها لذلك، وقد بدأت بتنفيذ وعدها مباشرة بعد الإعلان عن الاتفاق المشترك، وتركيا تتعهد أن تتعاون مع إسرائيل على تسويقها للغاز المكتشف في حقل "لفيتان" وغيره، وتركيا ستتنسق مع إسرائيل وغيرها من دول العالم وأنظمة المنطقة في القضايا الأمنية الحارقة المتفاعلة في منطقتنا وعلى حدودها من كل الجهات.

لم نسمع منكم صوتاً ولا حتى تنهيدة، بعد مصالحة البلدين. فتركيا يا قادة ويا حضرات النواب تقول لكم بالتركي "المشبح" وعلى مسامع جميع "الأخوة العرب": فلسطين يوك، إسرائيل يس وتركيا يس. وأنتم ماذا تقولون!!!

وتبقى التفاصيل براعم سيتبعها، عندما يحين القطاف، الثمر والخيبة والسهر، وللبياض مدى واحد وشكل واحد، فأبدي تركيا لم تكن في فلسطين وشرقنا بيضاء، وتركيا لم تنتفض كغزالة مرعوبة حين أحرقوا منبر صلاح الدين والجامع الأقصى، وتركيا نامت كما نام نواطير القدس حين كانت تؤتى من مواجهها في كل يوم وليلة.

مع هذا لا شأن لي عند تركيا فلقد كانت وما زالت دولة تسعى وراء مصالحها مثل باقي الدول ومن أجلها تصالحت اليوم مع إسرائيل التي ما زالت تحتل الضفة الغربية والقدس وتحاصر غزة، لكن عتبي

خاصة في منطقتنا. عبّر الوفد عن ارتياحه من نتائج تلك الزيارة، لا سيما بعد أن خاطبوا أردوغان بما يليق بمقامه وأملهم الخضرأ وقالوا: "نخاطبك يا سيادة الرئيس كقائد العثمانيين، وأنتم بفضل الله العثمانيون الذين كانت لكم الأيادي البيضاء على فلسطين والمسجد الأقصى.. ولذلك نحن نرى أن بلاد القدس وفلسطين ترى في تركيا عوناً من أجل التخلص نهائياً من الاحتلال ومن المستوطنين ومن الإزهاب الذي يحيط بالمسجد الأقصى". هكذا قبل أقل من عام يخاطب وفد من أعضاء الكنيست العرب، الرئيس التركي كقائد مفدى للعالم الإسلامي، واليوم نصحو لنقرأ ونسمع ما يقوله بنيامين نتنياهو وهو يعلن على رؤوس الأشهاد أن إسرائيل وتركيا هما دولتان عظيمتان، وقطع العلاقات بينهما وعدم التعاون المشترك قد أضّر بمصالحهما الحيوية، ويعدد على مسامع العالم جميع بنود الاتفاق التركي - الإسرائيلي، والذي بموجبه سيبقى الحصار البحري على غزة مضروباً، والقديم على قدمه: فجميع البضائع والمساعدات الإنسانية التي توافق إسرائيل على إدخالها لغزة ستحط أولاً في ميناء أشدود الإسرائيلي ومنه تنقل، بعد فحصها أمنياً، إلى غزة المحاصرة. ما أجمل النسيان ما أقيح التناسي.

و"المخفي أعظم"، قالت العرب. فمن يقرأ بنود الاتفاق العلنية يتوصل إلى أن هذا الاتفاق يشكل ضربة قوية للمشروع الوطني الفلسطيني، وهو عملياً يكرس الانشقاق بين غزة والضفة المحتلة، والموجع أكثر أنه يتم بمباركة ذوي القرى وبصفقة مع إسرائيل تعامل فيها غزة كإقليم منفصل عن عمقها الفلسطيني وككيان منقوص سيعيش تحت رحمة الرعاة والولاة والسلاطين. من الواضح أن قادة حماس استشعروا وقع الضربة وتبعاتها، وربما هذا ما يفسر صمتهم المطبق وعدم تعقيبهم على ما جرى، فهم أول من يدرك أبعاد وكنه الموقف التركي مقارنة بما كانوا موعودين به، أو ما كانوا يسمعونونه على الأقل. أما المخفي هو ما "يتوخاه" أردوغان من قادة حماس في المستقبل المنظور وتوقعه أن يقبلوا ما توافق عليه مع إسرائيل خاصة ما يتضح من تصريح نتنياهو حول تعهد تركيا بمنع أي نشاط إرهابي أو عسكري من قبل حماس ضد إسرائيل من الأراضي التركية. نعم لقد قالوا من الأراضي التركية لكن المخفي قد يكون أعظم، فمنذ متى نشطت حماس في مقاومتها الفعلية للاحتلال الإسرائيلي من الأراضي التركية؟

*** ما أجمل الغرس ما أتعس السرج

لم ينفرد وفد النواب العرب في التعبير عن عشقهم واقتنائهم بدور تركيا ورئيسها أردوغان، فلقد سبقتهم قيادات جماهيرية فلسطينية أخرى كانت من أبرزها الحركة الإسلامية الشمالية التي عرفت قادتها بعلاقاتهم المميزة مع قادة حزب التنمية والعدالة التركي وخاصة مع الرئيس أردوغان؛ فقبل بضعة أشهر (20/11/2015) أعلن نائب رئيس الحركة الإسلامية الشيخ كمال خطيب والذي شارك شخصياً بجنازة والدة الرئيس أردوغان: "أن قضية

لقد توج الإعلان عن اتفاق المصالحة التركية الإسرائيلية مسيرة جهود متواصلة استمرت لأكثر من خمس سنوات وصفها ممثل الحكومة الإسرائيلية في هذه المحادثات يوسي تشخونوفر بكونها تجربة لافتة وهامة، في حين أكد على أن نظيره التركي تصرف طيلة هذه السنين بحزم ومهنية، ولكن بإيجابية ظاهرة صوحت دوماً بإرادة لتذليل جميع العثرات التي كانت تحياه الوفدين. وأكد المفاوض الإسرائيلي أن الطرفين سعيًا بإصرار نحو ما توصلا إليه، فمنذ البداية لم يكن في حسابيهما الفشل، ولذلك فلقد عملا من أجل النجاح كمندوبين لدولتين حليفين تحتم عليهما مصالحهما الاستراتيجية إنهاء ما بينهما من خلافات والعمل المشترك في عدة ميادين، وعلى أكثر من جبهة، ومن أجل عدة أهداف مشتركة.

كثيرون سيمرون عن هذه التفاصيل وسيغفلونها عمداً، وبعضهم سيصلي ألا تقرأها العامة وألا تقع عليها أعين النقاد والمتابعين، لأنها تخبي في ثناياها بذور الحقيقة، وتتستر على الحاء العبر، أو ربما على روائح العهر السياسي وعفونة دهاليزه؛ فاليوم نعرف أن تركيا التي كان القاتمون على نظام الحكم فيها وأولهم رئيس حكومتها رجب طيب أردوغان يعلنون، صباح ومساءً، أنهم لن يناموا إلا بعد أن تصبح غزة حرة بلا حصار وبلا وجع، كانوا عملياً يرتقون في الخفاء أثواب البهجة والفرح ليلاقوا بها صباحاً حلفاءهم، وبينهم إسرائيل، شمس شرق أوسطهم الجديد، والذي ما زالت أواصره تقطع في مطابخ السياسيين، من الشرق المجاهد والغرب المستكفر، وتطهى على نار حطبها يهوي في قاصيون، ونارها تشرب غازاً يسيل من حقول "لفيتان" ونفط إخوانه الممتدة على سواحل بحور الشرق الملتئمة.

كم يحب هذا الشرق أن يحيا على الوهم، وأن يغتسل بماء الهزائم والتدليس والكذب. فتركيا مصالح سياسية واقتصادية عليا وحكامها يعملون، وفق رؤاهم وعقائدهم، من أجل صونها والدفاع عنها، وهذا ما دفع عملياً قادة حزب العدالة والتنمية التركي، لمجالسة حكام إسرائيل في السתר المكشوف والتفتيش عن طريق الخلاص. أما الغريب المستهجن فيبقى في مواقف وسلوكيات بعض قادة الجماهير العربية في إسرائيل الذين درجوا على مغالبة أردوغان ورفاقه في الحزب والنظام، وكالوا فيهم المديح بمالأة مستهجنة، وآخرون قرروا الحجيج إلى مقر سلطان العثمانيين ليبايعوه مؤملين منه ومن تركيا أن تقود العالم الإسلامي في وجه الذين يهددون المسجد الأقصى.

من يحاسب من ومن سيدفع الثمن؟ ففي أيلول المنصرم قام أربعة نواب من القائمة المشتركة بزيارة إلى تركيا التقوا فيها الرئيس أردوغان، وذلك من أجل تجنيده للدفاع عن المسجد الأقصى. شارك في الوفد كل من: جمال زحالقة، طلب أبو عرار، أحمد الطيبي وأسامة السعدي، بينما اعتذرت عائدة توما عن انضمامها إليهم معللة موقفها وموقف جبهتها الديمقراطية بضلوع قادة تركيا في تحالفات عسكرية مشبوهة وممارسة سياسات كريمة وسلبية

فلسطيني يثير الهلع في نفوس المتدينين اليهود!

لمراسل «حيفا» تلقى مراقبو الشرطة ورجال من حرس الحدود كانوا يجولون شوارع حي الهدار في حيفا، بلاغا عن وجود مشتبه عربي في الثلاثينيات من عمره، يتجول في حي الهدار ويتعقب بشكل مشير للشبهات - حسب الادعاء - رجالاً متدينين (حريديم) في الحي.

وقد استطاع رجال الشرطة من إلقاء القبض على المشتبه به، خلال تعقبه أثر رجل متدين في أحد شوارع الهدار. وعلى الفور قام رجال الشرطة بإجراء تفتيش شامل للمشتبه به، فوجدوا في حوزته جسم شبيه بمسدس. والحديث يدور عن مجرد جسم على شكل مسدس،



(الصورة توضيحية)

● وائل عوض (تصوير فوتوجرافي)

● ميرا (شلهوب) فريوات (قسم الإعلانات)

● آية صفدي (تصميم إعلانات)

بريد إلكتروني: haifa.newspaper@gmail.com

هاتف: 048522822 فاكس: 048522767 إعلانات: 0546481533

● المقالات الموقعة لا تعبر عن رأي التحرير. ● الإعلانات على مسؤولية المعلنين.

المدير العام والمحرر المسؤول: راني عباسي

مدير التحرير: مطانس فرح

العنوان: حيفا - شارع الجبل «هتسيونوت» 5

تصدر عن شركة «إكسترا توب» م.ض.

حيفا
Haifa

صحيفة أسبوعية، اجتماعية، سياسية، ثقافية، فنية، مستقلة

MEGA

BIGAMERICA

275 غرام



همبورچر ماكدونالدز الأكبر في
العالم، تجدونه فقط في البلاد!

همبورچر 275 غرام أضلاع-أنتريكوت بستة أطعمة

TEXAS | BROADWAY | MIAMI | LAS VEGAS | CHICAGO | NEW-YORK



رفع ضريبة السكن بنسبة 1.77%

* د. سهيل أسعد وعرين عابدي - زعبي صوتنا إلى جانب القرار! وجمال خميس تغيب عن الجلسة *



في الائتلاف البلدي فقط، هو أمر مُستجهن.

* الجبهة: الرفع الأساسي جاء من وزارة الداخلية، والتصويت كان لزيادة ضريبة المصانع الملوثة *

وقد جاءنا تعقيب كتلة "الجبهة" في المجلس البلدي على النحو التالي: إن رفع ضريبة السكن "أرنونا" بنسبة 1.77%، جاء بناءً على قرارات وزارة الداخلية، والتي تسري على جميع البلديات والمجالس المحلية في البلاد، والتي يمكن لمحاسب البلدية تفعيلها حتى دون إقرارها في المجلس البلدي. وليس هناك أي رفع من البلدية نفسها، فضلاً عن نسبة وزارة الداخلية (1.77%).

التصويت الأساس كان على زيادة الضريبة على الصناعات الكبيرة، لا سيما مصانع الكيماويات في خليج حيفا والتي تسبب التلوث، وهذا أمر لا نعارضه مبدئياً.

وتابعت "الجبهة": لقد ساعدنا في السنوات الثلاث الأخيرة مئات العائلات المستحقة في تخفيض ضريبة

مطانس فرح

تم التصويت، في جلسة البلدية الأخيرة، على قرار يقضي برفع ضريبة السكن ("أرنونا") للعام القادم (2017) بنسبة 1.77%. ومن الملفت، للأسف، أن عضوي البلدية عن "الجبهة"، د. سهيل أسعد وعرين عابدي - زعبي، صوتنا إلى جانب القرار، بينما تغيب عن الجلسة عضو البلدية جمال خميس ("التجمع").

وقد علمنا من مصادر مطلعة وموثوق منها أن امتناع كتلة "الجبهة" عن التصويت، أو التصويت ضد قرار رفع الأرنونا، كان سيودي، حتماً، إلى خروج كتلة "الجبهة" من الائتلاف البلدي، فجاء تصويت عضوي الكتلة إلى جانب القرار برفع ضريبة الأرنونا للعام القادم.

وبدورنا توجهنا إلى كتلة "الجبهة" في المجلس البلدي للاستفسار عن السبب الفعلي من وراء التصويت إلى جانب رفع/زيادة ضريبة السكن ("أرنونا")، حيث إن التصويت على مثل هذا القرار لسبب ضمان البقاء

السكن، بحسب الوضع الاجتماعي - الاقتصادي أو أهلكنا في حيفا لتحصيل حقوقهم والاستفادة من الصحي أو العائلي، حيث تم تخفيض ديون بمئات آلاف الشواقل وتسوية وتقسيط ديون أخرى. وعرين عابدي - زعبي في لجنة الرفاه. وفي نهاية التعقيب، أكدت كتلة "الجبهة" أنها تدعو

شكر على تعازي

نتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى كل من واسانا

وقدّم لنا أحرّ التعازي وأصدقها

لفقدان عزيزتنا الغالية

الحاجة خديجة سعيد صفدي

(أم سعيد)

سواء بالمشاركة في مراسم الدفن و / أو التواجد في

بيت العائلة و / أو الحضور لبيت العزاء و / أو تقديم

التعازي عبر وسائل الاتصال المختلفة، من كافة

أرجاء البلاد وخارجها.

نشكركم ونقدّر لكم وقفتمكم إلى جانبنا حيث كنتم لنا

سنداً ودعمًا في أحزن وأصعب اللحظات.

لا أراكم الله مكروهاً بعزير

عائلة صفدي

قداس وجناز الأربعين

زوج الفقيدة وأبناؤها فادي، عماد، نيرقت، أشجان وإخوتها وعموم آل نجار وجميع أقربائهم وأنسابهم في البلاد والخارج



ليلي أديب نجار (أم فادي)

وذلك يوم الجمعة الموافق 8/7/2016 الساعة السادسة مساءً

في كنيسة مار الياس للروم الملكيين الكاثوليك

شارع عين دور 23 - حيفا

لا أراكم الله مكروهاً بعزير

الرجاء إعتبار هذه الدعوة بمثابة دعوة خاصة للجميع

اللعبة ما بنشوفها بدون

كؤوس أولمبيادة

ليو 2016

إجمعوا طقم الكؤوس!
7.90 ش.ج.
لكأس عند شراء وجبة



WORLDWIDE PARTNERS



الحملة لفترة محدودة حتى نفاد المخزون*

© 2016 The Coca-Cola Company. COCA-COLA is a registered trademark of The Coca-Cola Company

لجنة شوشاني لم تقترح أي حل مقبول لإنهاء أزمة المدارس!

* لا جديد في موقف الوزارة من المدارس الأهلية، ولا جديد في موقف الأمانة العامة للمدارس الأهلية/الكنسيّة!*

مُرغمة إلى التيار الرّسمي، قد تبدو هذه الخطوات أقلّ مرارة.

(6) الفصل التّام ما بين ميزانيّات الثّانويات وميزانيّات الابتدائيّات في المدارس التي لم يتمّ فيها بعد هذا الفصل.

* المدارس الأهلية/الكنسيّة جامعة وليست فئويّة!

في توصية التّقرير الثّالثة، توصي لجنة شوشاني بتمويل المدارس الكنسيّة من الصّف الأوّل إلى الصّف الثّاني عشر بثلاث ساعات أسبوعيّة إضافيّة لكلّ صف. هدف هذا التّمويل هو الحفاظ والتّأكيد على خصوصيّة المدارس التّاريخيّة والدينيّة وعلى الطّابع الخاص للسيرورة التّعليميّة فيها. وفي التّفسير لهذه التوصية جاء أنّ هذه المدارس تشكل الذّراع التنفيذيّة للكنيسة وأنّ وظيفتها تعميم وإضفاء قيمها. زيادة على ذلك، ذكر التّقرير أنّ المدارس الكنسيّة هي «أقليّة داخل أقليّة»: أقليّة عربيّة داخل أغلبيّة يهوديّة وأقليّة مسيحيّة داخل أغلبيّة مسلمة من العرب في إسرائيل، وبأنّ هذه التوصية كفيلة بضمان الحفاظ على الدّين والمعتقدات والحضارة المسيحيّة في المدارس الكنسيّة.

تؤكد الرابطة بأنّ المدارس الأهلية كانت منذ البداية مدارس جامعة لجميع طوائف الشّعب الفلسطيني، ولم يتمّ يوماً تحديّ طبيعة أو هويّة هذه المؤسسات الكنسيّة من قبل أيّ فئة أو جهة. لذلك تستهجن الرابطة إضافة هذه التوصية وهذا التّمويل في حين أنّها في توصياتها تتجاهل الحاجة الرئيسيّة الملحة، وأهمّها كفيّة سدّ العجز المالي وضمان استمراريّة المدارس.

* الأهالي سند للمدارس ولجان أولياء الأمور ضرورة ملحة

بخصوص التوصية الأخيرة، والتي أوصت فيها اللّجنة بتفعيل ممثليّة للأهالي على المستويين المؤسّساتي والصفّي عملاً بما ورد في منشور مدير عام الوزارة، والذي أكّدت فيه اللّجنة على أهميّة وجود قنوات تواصل متاحة وشفافة بين المدرسة وبين أهالي الطلاب. وذكرت أنّ الأهالي الذين يسجلون أبناءهم في المدارس الكنسيّة يتحمّلون، طواعية، دفعات لا تسري على الطلاب في المدارس الرّسميّة. وهذه الحقيقة، بناءً على التوصية، توجب مشاركة الأهل بالسيرورة التّربويّة بشفافية تامة. اللّجنة أكّدت في التوصية بأنّ إقامة لجنة أولياء في كلّ مدرسة تكفل خلق إطار للحوار في الأمور المختلفة التي تشغل الأهالي، وتكفل تطوير خصوصيّة المدارس المسيحيّة وصقل المعتقدات والأفكار المدرسيّة الخاصّة.

من جهتها ترخّب رابطة الأهالي بالتوصية بإقامة لجان أولياء أمور بحسب منشور مدير عام الوزارة. وإذا كانت للمدارس بعض التّحفّظات على بنود في هذا المنشور، يمكن للأهالي وإدارات المدارس تعديل أو توضيح البنود بالاتّفاق، طالما لا تتعارض هذه التّعديلات مع روح التّعاون المتبادل بين الأهالي والإدارات من أجل مصلحة الطلاب العليّا. إقامة لجان أولياء أمور منتخبة هو أمر ضروريّ وملحّ للنّهوض بالمدارس الأهلية وإعادة بناء الثّقة بين الأهالي والإدارات لما فيه من خير لطلاب وطالبات هذه المدارس. واختتمت الرابطة ببيانها ببناء إلى الأمانة العامّة للمدارس الأهلية: «أيادي الأهالي هي أيادي عون وسند. لنعمل سوياً على إنقاذ مدارسنا.»

به لضمان وجود هذه المؤسسات التّربويّة كمؤسّسات قويّة ومتينة.

* لا جديد في آليّة التّمويل

أمّا فيما يتعلّق بتمويل المدارس والآليّات التنفيذيّة ذات الصّلة، فقد أوصت اللّجنة بتمويل المدارس التي تلزم بشروط الدّولة بالنسبة المئويّة القصوى التي يسمح بها القانون، أي بنسبة 75%. وفي التّفسير لهذه التوصية جاء أنّ المدارس الأهلية/الكنسيّة تستحقّ كامل هذا التّمويل لالتزامها بقوانين الوزارة. وفي هذا السّياق ترى الرابطة بأنّه أنّ الأوان للعمل على خطة إشفاء اقتصادي حتّى لا تتفاقم أزمة التّمويل أكثر فأكثر. إذ، كما يبدو، رفع نسبة التّمويل ما فوق 75% ليس بمتناول اليد في المدى القريب، ممّا يضطرّ المدارس إلى إيجاد حلول بإطار التّمويل الحالي.

المطلوب من خطة الإشفاء الاقتصاديّ أن تبتّ بالأمور التّالية:

(1) العمل على تحصيل المبالغ المستحقّة حاليّاً من الوزارة والسّلطات المحليّة كاملة. لا يُخفى أنّ السّلطات المحليّة والوزارة لا تمرّ كلّ مستحقّات المدارس إلّا بملاحقتها وممارسة الضّغط من قبل إدارات المدارس ولجان الأهالي ونوابّ الكنيسة بشكل دائم. لكن في غياب لجان أهال اليوم، تبقى الإدارة وحيدة في مواجهة هذه القضايا، علاوةً على القضايا الأخرى الملحة في إطار عملها، ممّا قد يؤدّي إلى عدم تحصيل المبالغ بكاملها.

(2) تنظيم دفعات الأهالي مع شفافية في تحديدها وصرّفها. إذ تُقسّم دفعات الأهل إلى ثلاثة أنواع مختلفة من الدّفعات، كلّ منها يخصّص لتكاليف معيّنة ولا يتمّ الخلط بينها: تغطية تكاليف الحصص التّعليميّة الإلزاميّة غير المدفوعة من قبل الوزارة، تكاليف إداريّة غير مباشرة كتكاليف أجور الطاقم الإداري، وتكاليف برامج تعليميّة إضافيّة. في نهاية الأمر، تنظيم الأقساط وتقسيمها لأنواع مختلفة ينظم عمليّة الصّرف، ويشير إلى البنود التي تسبّب العجز المالي.

(3) رفع مستوى الجباية عن طريق ضمان تعاون الأهل وإيجاد طرق قانونيّة للجباية. لا يُخفى أنّ عدم الشفافية قد جعل عدداً ملموساً من الأهالي يرفض الدفع احتجاجاً، ولذلك نرى أنّ الشفافية وتنظيم الأقساط حتّى يساهم في رفع مستوى الجباية وضمان تعاون الأهل. كذلك تساهم الشفافية بإيجاد طرق قانونيّة لجباية الأقساط، إذ في حال نقصها اليوم تبقى المدارس عاجزة عن تحصيلها بشكل قانونيّ.

(4) جرد تكلفة التّنزيلات التي تُعطى للعائلات ذات الإمكانيّات المحدودة والبحث عن طرق بديلة لتوفير هذه التّكلفة، منها، مثلاً، جمع التبرّعات بمساعدة لجان الأهالي.

(5) إعادة النّظر في التكاليف الحاليّة وإمكانيّات تخفيفها. قد يضطرّ هذا الأمر إلى اتّخاذ خطوات مؤلّة مثل إلغاء مشاريع مدرسيّة ناجحة أو إعادة النّظر في أجور الإدارات، ولكن ما بين هذه الخطوات المؤلّة وما بين انهيار المدارس اقتصاديّاً وانضمامها

التّفكير خارج الصّندوق باختيار آليّات عمل جديدة لا تكون كلّها منوطة بحسن نيّة الوزارة.

في المقابل، تؤكد الرابطة بأنّ الاستقلاليّة في تحديد هويّة المدارس لا تعني بأيّ شكل من الأشكال أن تكون المدارس خارج نطاق المساءلة والمحاسبة في



جميع الجوانب المتعلّقة بالنّشاط التّربوي والتّعليمي والإداري. وكون هذه المدارس هيئات عامّة تموّل من المال العام ومن دفعات الأهالي، فإنّ مبدأ الشّفافيّة الماليّة والإداريّة للمدارس، مع التّشديد على المدارس فقط وليس الكنائس، هو مبدأ لا يمكن الاستهتار

لمراسل "حيفا" ردّاً على التّوصيات التي رفعتها لجنة شوشاني لوزير التربية والتعليم، والتي تمّ نشرها، بداية الأسبوع الأخير، نتيجة لضغوطات من الرابطة القطرية للأهالي في المدارس الأهلية/الكنسيّة وتوجّه مكتب المحامين "جمال - خوريّة" لوزارة التربية والتعليم للحصول على نسخة من التّقرير، أصدرت الرابطة القطرية للأهالي في المدارس الأهلية/الكنسيّة ردّاً مفصّلاً على تقرير شوشاني شمل موقفها من التّوصيات ومن تطوّرات الأوضاع بشكل عامّ في المدارس الأهلية الكنسيّة.

* لا للمسّ بهويّة المدارس

في ردّها على توصية لجنة شوشاني المركزيّة والمتعلّقة بانضمام المدارس الكنسيّة الابتدائيّة من الصّف الأوّل لغاية الصّف الثّاسع إلى جهاز التّعليم الرّسمي، تؤكد الرابطة بأنّ الكنائس وأديرتها ومدارسها هي مؤسّسات خاصّة بالكنيسة ولا يحقّ لأيّ جهة خارجيّة التدخل في تعريفها لنفسها، رسالتها، وماهيّتها. للكنائس والأديرة القرار الفصل في تعريف التيار التعليمي الذي يلائمها، وقد أبدت موقفها الرافض للانضمام إلى التيار الرّسمي بشكل قاطع.

تحذّر الرابطة كافّة الأطراف المعنيّة بدوام هذه المدارس من محاولات الوزارة ممارسة الضّغط الاقتصادي، المناورات، والمماطلة في تحويل المبالغ المستحقّة، وتدعو إلى

شكر على تعازي

عائلة هنادي في حيفا والبلاد نتقدّم بجزيل الشكر

والامتنان والتقدير والعرفان لكل من قدّم لنا التعزية

الصّادقة بفقدان اختنا الغالية

(المغفور لها، بإذن الله تعالى)

نوال هنادي سعدي

والمشاركة في مراسم الدّفن أو بصادق الشّعور من خلال

الاتّصال الهاتفي.

لقد كانت لتعزيتكم الرقيقة أبلغ الاثر في نفوسنا فإليكم

خالص الشكر المقرون بصادق الودّ والوفاء.

لا أراكم الله مكروهاً بعزيز وأبعد عنكم كلّ سوء!

ANIMATION
THE SECRET
LIFE OF

PETS
IN THEATERS AND REAL D 3D

سلسلة الألعاب الجديدة الآن في ماكدونالدز

لعبة مع كل
وجبة هابي ميل



خروج 210 آلاف طالب في حيفا للعطلة الصيفية



لمراسل «حيفا»
خرج يوم أمس 210 آلاف طالب
في المدارس الحكومية في لواء
حيفا للعطلة الصيفية،
بضمنهم 10500 طالب في
الصف الأول سيُرفعون إلى
الصف الثاني، كما خرج 22
ألف معلّم ومعلّمة يدرّسون
في مدارس لواء حيفا للعطلة
الصيفية.

ومن الجدير بالذكر أنّ وزارة
المعارف بدأت هذا العام
مشروع المخيمات الصيفية
المجانية، والتي تستوعب
طلاب الصفوف الأول والثاني
في حيفا.

وتجدر الإشارة إلى أنّ المدارس
الأهلية في حيفا ستخرج إلى
العطلة الصيفية في الرابع من

تموز، وذلك تعويضاً عن أيام الإضراب التي أعلنتها المدارس الأهلية/المسيحية في
مطلع هذا العام.

وعلى صعيد آخر فقد قرّرت المديرية العامة لوزارة المعارف تكريم السيدة راحيل
متوكي مديرة لواء حيفا في الوزارة، إذ منحتها جائزة الامتياز في عملها، وتفوقها
في تحقيقها للأهداف والإنجازات التي وضعتها الوزارة نصب أعينها في العام
الدراسي المنصرم.

أحمد زيد عباسي يحرز مرتبة التفوق الأولى في «التخنيون»

* عباسي يحصل على جائزة من رئيس «التخنيون» وجائزة
عالمية من شركة «غوغل» *



لمراسل «حيفا»

أحرز طالب معهد العلوم التطبيقية («التخنيون»)، الحيفاوي
أحمد زيد عباسي، وهو نجل البروفيسور زيد عباسي، مرتبة
التفوق الأولى بين الحاصلين على اللقب الأول في ثلاثة
مواضيع درسها في «التخنيون» دفعة واحدة. وقد درس ثلاثة
مواضيع مجتمعة، وهي هندسة الحاسوب، الهندسة الكهربائية
والرياضيات.

يُذكر أنّ أحمد عباسي المتفوق والمتميز، حصل على
جائزة لسبب تفوقه من رئيس معهد العلوم التطبيقية
«التخنيون»، كما نال جائزة من شركة «غوغل» العالمية.

وقال عباسي في حديث مع صحيفة «حيفا» إنّ كان يوسع
الاكتفاء بدراسة موضوع واحد، ولكنه فضل دراسة المواضيع
الثلاثة معاً لأنه وثق بقدرته على النجاح فيها، وهكذا أحرز
قصب السبق بين طلاب «التخنيون» للقب الأول البكالوريوس،
والذين تخرجوا هذا العام، وبلغ عددهم نحو 1900 طالب.

وجاء معدّله في المواضيع الثلاثة 98 وهي علامة التفوق.
وأضاف أنّه ينوي مواصلة تعليمه للقب الثاني والثالث
كمساق مباشر في موضوع هندسة الكهرباء، وبهذا المساق
سيتمكن من الحصول على الدكتوراه بغضون سنتين فقط!



"إِنَّ إِلَهَ السَّمَاءِ يُعْطِينَا النَّجَاحَ، وَنَحْنُ عَبِيدُهُ نَقُومُ وَنَبْنِي"

تهنئة عطرة

مدرسة وكنيسة مار يوحنا الإنجيلي الأسقفية - حيفا

تقدّم أحرّ التهاني والتبريكات
إلى الأخ العزيز المربي الفاضل

عزيز سمعان دعيم

لحصوله على شهادة الدكتوراه
في الإدارة التربوية بامتياز

راجين له دوام التقدم والتميز والنجاح وقدا في خدمة أبناء مجتمعك



تهنئة قلبية حارة

نتقدم بأجمل التهاني القلبية المعطرة بورود الفلّ
والياسمين إلى الأعبة

نورو سوزان

لمناسبة زواجهما، نتمنّى للعروسين حياة سعيدة مباركة وهانئة
مقدمة من الأصدقاء المحبين

رامي أبو الزلف، بشير بحوث، طوني حداد وسميح جروس





NAZARENE TOURS Ltd

*6926

نزارين تورز تقدّم: رحلات مرتّبة صيف 2016
لأنه مش كل رحلة "منظمة" بتكون عنجد مرتّبة

لراحة زبائن نزارين تورز وفّرنا
شروط دفع خاصة
خلال موسم
الصيف 2016

الدفع نقدًا
تخفيض بنسبة 3%
(لا يشمل تذاكر الطيران)
لجميع العروض.

الدفع ببطاقة اعتماد
حتى 8 أقساط بدون فائدة
فقط لعروض نزارين تورز.

الدفع بواسطة شيكات
حتى 5 أقساط بدون فائدة
فقط لعروض نزارين تورز.
(خاضع لشروط النظام الداخلي للشركة)



رزم استجمام إلى
بودروم ومرماريس

طيران مباشر كل يوم إثنين ابتداءً
من 11/07/2016
7 ليالٍ في فنادق 4/*5

مرماريس
ابتداءً من \$739 للفرد في
غرفة عائلية (2+2)
يشمل جميع الوجبات

بودروم
ابتداءً من \$799 للفرد في
غرفة عائلية (2+1)
يشمل جميع الوجبات

حملات العيد في معي ماركت

בשר כבש בלדי עם
עצם טרי



75 ₪ ק"ג

כרעיים טרי



100 ₪ ק"ג ב-

עוף שלם טרי



50 ₪ ק"ג ב-

חזה הודו טרי



75 ₪ ק"ג ב-

כנפיים עוף טרי



30 ₪ ק"ג ב-

אורז יסמין שוקחה
5 ק"ג



25⁹⁰ ₪ ק"ג

לבנת אלכרמל 500 גרם



6⁹⁰ ₪

כבד עוף טרי



30 ₪ ק"ג ב-

חזה עוף טרי



100 ₪ ק"ג ב-

פרגיות עוף טרי



100 ₪ ק"ג ב-

בצל, כרוב לבן, גזר ארוז, מלון



1⁹⁰ ₪ ק"ג

ענבים לבנים, תפוח עונה



5⁹⁰ ₪ ק"ג

קמח, סולת



10 ₪ ב-

יוגורט תנובה 1.5 ליטר



10 ₪ מוגבל ל-2

שולחן פלסטיק מתקפל



149 ₪

מנגל נירוסטה ענק



69⁹⁰ ₪

טחינה אל אמיר 1 ק"ג



14⁹⁰ ₪ ק"ג

חמוס 750 גרם אחלה



15 ₪ ב-

פרי חן מלפפון בחומץ



8⁹⁰ ₪ ב-

מفتوح 7 أيام في الأسبوع

حيفا: شارع الخوري 2 (מגדל הנביאים) 04-8666512

קולון אבקת כביסה 8 ק"ג



₪ **39⁹⁰**

שוקולד איטלקי
skado 1 ק"ג



₪ **29⁹⁰**

שוקולד מקינטוש
900 גרם
quality street



₪ **39⁹⁰**

עג'ווה 750 גרם



₪ **8⁹⁰**

מיקס עלית 390 גרם



₪ **17⁹⁰**

מרסס סיליט באנג



₪ **6⁹⁰**

בוינו



₪ **8⁹⁰** -ב-3

אוריו 176 גרם



₪ **15** -ב-3

וופל עלית XI
1.25 ק"ג



₪ **17⁹⁰** מוגבל ל-3

ממרחית עלית שני סוגים



₪ **15** -ב-2

מקסرات طازجة
بأرخص الأسعار
تشكيله كبيرة من
الشوكلاطة السوريه
والإيطايه



שישיית משקה גוד
בטעמים 250 מ"ל



₪ **10**

גבינת ריקי משולשים



₪ **10** -ב-5

חלב טרה 1 ליטר



₪ **3⁹⁰** מוגבל ל-2

ממרח לבש קירי
300 גרם



₪ **14⁹⁰**

פריגת קרטון
330 מ"ל 24 יח'



₪ **65**

שוקולד דר'ה 1 קילו
במילוי בוטנים



₪ **24⁹⁰**

פריגת טעמים 1.5 ליטר



₪ **18** -ב-4

ياهو يزور صحيفة «حيفا» مهناً



لمراسل «حيفا»

إلى المواضيع الحيفاوية العينية الهامة، والمشاكل التي يعانيها سكان حيفا العرب وطرق معالجتها والتعاون لهدف التوصل إلى حلول جذرية وفورية. هذا وثمن عاليًا رسالة صحيفة «حيفا»، مؤكدة على ضرورة وأهمية وجود صحيفة عربية محلية تعنى بكل ما يخص المجتمع العربي، وتتابع نجاحات الحيفايين كما تتابع مشاكل وهموم عرب حيفا، وتسعى إلى حلها. هذا وتحدث المجتمعون مع ياهف عن مشاريع مستقبلية وشراكة تهدف إلى إعلاء شأن المجتمع العربي الحيفاوي، وتعود بالصلحة على الجميع.

زار، أول أمس الأربعاء، رئيس بلدية حيفا يونا ياهف، برفقة سامية عرموش - محاميد (الناطقة بلسان بلدية حيفا للمجتمع العربي)، مكاتب صحيفة «حيفا»، والتقى عددًا من طاقم الصحيفة الذين تواجدوا في المكتب. وجاء ياهف مهنتًا لمناسبة اقتراب عيد الفطر المبارك، واستغلها فرصة للتعرّف إلى طاقم الصحيفة عن قرب. وأطلع ياهف على طريقة عمل الصحيفة، وناقش مع الطاقم عددًا من الأمور الاجتماعية والسياسية العامة، وتطرق

مركز «مساواة» يطالب مواجهة قمع الحريات الإعلامية وإغلاق وسائل الإعلام

لمراسل «حيفا»



طالب مركز «مساواة» مؤسسات حقوق الإنسان المحلية والدولية والمؤسسات الإعلامية التحرك فوراً لمواجهة حملة كتم الأفواه التي تمارسها الحكومة الإسرائيلية ضد المؤسسات الإعلامية العربية. وتوجّه مركز «مساواة» إلى نقابات الصحافة في إسرائيل وطالبها باتخاذ موقف ضد إغلاق وسائل إعلام عربية وأخرها أمر إغلاق تلفزيون مساواة. وفي أعقاب توجّه مركز «مساواة»، أصدرت د. عنات

وبقام مدير مركز «مساواة»، جعفر فرح، في التوجّه إلى السفارات الأجنبية في البلاد وعمّم عليها رسالة تتضمن قرارات وزارتي الأمن والأمن الداخلي بإغلاق صحف «صوت الحق والحريّة» وتلفزيون «فلسطين 48»، والآن تلفزيون مساواة وجمعيات عربية عديدة. وتحدثت رسالة مركز «مساواة» عن سهولة استخدام الأوامر العسكرية والإدارية لإغلاق جمعيات وإخراج حركات سياسية عن القانون والحد من حرية وسائل إعلام عربية، علماً أن الحكومة تحاول سنّ قوانين جديدة ضد جمعيات حقوق الإنسان. وأشار فرح إلى وقوف غالبية الأحزاب الأوروبية ضدّ التعرّض إلى جمعيات حقوق الإنسان الإسرائيلية، وطالب المجتمع الدولي في التعبير عن موقف علنيّ حول ممارسات الحكومة الإسرائيلية بحق الأحزاب العربية والصحافة والجمعيات. وسيتابع مركز «مساواة» موضوع الحريات الديمقراطية وحرية التعبير والتنظيم.

بلينت من منظمة الصحفيين رسالة إلى وزير الأمن الداخلي جلعاد أردان، طالبته فيها التراجع عن إغلاق تلفزيون مساواة. وأشارت بلينت إلى أن أداء تلفزيون مساواة لا يختلف عن عمل محطات تلفزيونية تتبع لدولة أجنبية، ومنها ال «بي. بي. سي» أو «الجزيرة». واعتبرت بلينت التعرّض لشركات الإنتاج التي تعمل مع تلفزيون مساواة منافية لحرية التعبير، وأضافت «لا يمكن التعامل مع حرية التعبير لمواطنين وصحافيين بمعايير المس في سيادة الدولة. هذا الادعاء يتناقض مع قرارات المحاكم حول حرية التعبير في البلاد وغير ديمقراطي في جوهره، ويمس في حرية الصحافة». وأشارت بلينت إلى أنه من الغريب أن وسائل إعلام أجنبية عديدة تعمل في البلاد وتنتج مضامين وتبثها ولا يتم التعامل معها على أساس أنها تمس في سيادة إسرائيل.



البناءؤون الأحرار يفتحون أبوابهم

محاضرة لكل راغب

الموضوع: - البناءة الحرة (الماسونية)، حقيقة؟ أسطورة؟

مؤامرة؟

المحاضرة يوم الجمعة الموافق 15-7-2016 الساعة العاشرة

صباحاً في مقر البنائين الأحرار - حيفا

شدروت هنسي 119 - مركز الكرمل

(المدخل بالجانب الأيسر لكافيه هينك קפה הכניסה)

الحضور مجاني، الأماكن محدودة يجب التسجيل مسبقاً

للتسجيل الاتصال مع راني 054-682-5530

او ايتان 052-399-6277

مدة المحاضرة ساعة بالتقريب مع امكانية توجيه أسئلة واجوبة

(ملاحظة: المحاضرة في اللغة العبرية)

مطعم أبو شادي

حمص - فول - فلافل

إدارة وطاقم مطعم أبو الشادي يهنئون الجميع
بمناسبة عيد الفطر السعيد
أعاده الله عليكم بالحبّة والسلام

عيدكم مبارك

شفاعمرو، شارع المطران حجار (بجانب أورانج)

هاتف: 04-9500250



في العيد.. أبسط الأشياء تُفرحنا وكلاليت معكم بكل تفاصيله

كلاليت ترافق العائلة العربية في عيد الفطر السعيد
وتتمنى لكم ولعائلاتكم الصحة والعافية
وكل عام وأنتم بخير

لمواعيد عمل العيادات في العيد، زوروا موقع كلاليت



النّادي النسائي في المركز الجماهيري عبّاس يستضيف الكاتب والإعلامي الزميل نايف خوري



لمراسل «حيفا»

حل الكاتب والإعلامي الزميل نايف خوري، ضيفاً على النادي النسائي في المركز الجماهيري عبّاس، ملتقياً بذلك دعوة إدارة النادي لإلقاء محاضرة حول عمله الصحفي وكتاباته الأدبية.

وحضر هذا اللقاء نحو خمسين سيدة من أعضاء النادي ومن النادي النسائي الأرثوذكسي، وعدد من النساء الضيوف.

وتحدّث نايف خوري عن أوضاع الصحافة في بلادنا والعمل الصحفي وما يواجهه من صعوبات إزاء منافسة وسائل الاتصال الإلكترونيّة للصحافة المكتوبة. وقال إنّ الموظف الصحفي يجب أن يتحلّى بعدة صفات وميزات من شأنها أن تساهم في إنجاح عمله، وخاصّة إلمامه بقواعد وأصول اللغة التي يكتب بها، وباتصالاته الوثيقة مع الجهات المسؤولة وأصحاب القرار، ومواكبة الأحداث التي تجري في منطقة انتشار كل صحيفة.

وقال الزميل خوري: «تبين لي من خلال عملي الصحفي على مدى خمسة وأربعين عاماً أنّ الصحافة المكتوبة تواجه منافسة شديدة مع سائر وسائل الاتصال المسموعة والمرئية والإلكترونية، ذلك لأنّ سرعة انتشار الخبر أصبح يلعب دوراً في وصوله إلى الجمهور».

ورغم ذلك، أكد خوري على أنّ هذا التطوّر سيكون بطيئاً، وهو ينعكس على المؤلفات وإصدارات الكتب، كما هو الحال على الصحافة المكتوبة. وأشار إلى أنّ قسماً كبيراً من الجمهور لا يزال يرغب مطالعة الكتب والمجلات والصحف الورقية، والعودة إلى مواضيعها وتعليقاتها في شتى المجالات.

وأورد الزميل خوري عدداً من الحالات التي يواجهها الصحفي في أثناء عمله، والمشاكل أو المخاطر التي قد يتعرض لها، وقال إنّنا نشهد ما يحلّ بالصحافيين الذين يواكبون الحروب ويغطون أحداث المارك في شرقنا، كالعراق وسوريا ولبنان واليمن وغيرها من أماكن ومناطق النزاع. ولفت إلى بعض الأحداث التي صادفته في عمله كتغطيته الإخبارية الشهيرة للانسحاب الإسرائيلي من سيناء بعد حرب تشرين عام 1973، وكذلك تعرضه لخطر الموت ثلاث مرّات في أثناء زيارته الصحافيّة إلى لبنان حين احتلّ الجيش الأراضي اللبنانية.

وشكرت السيدة أنطوانيت أبو نقولا مركزة النادي الزميل خوري، رغم عدم تمكنها من حضور اللقاء بسبب وعكة ألمت بها، وقالت إنّها تعمل مركزة لهذا النادي منذ 20 سنة، وأنّ النادي قائم منذ 1993، وتشارك في فعاليّاته الأسبوعيّة حوالي ستين سيدة من حيّ عبّاس والجوار. وأضافت أنّ النادي ينظم المحاضرات والدورات والورشات لصنع الكعك مثلاً أو أي مجال آخر ترغب به السيدات، كما قامت السيدات بعدة رحلات وزيارات إلى خارج البلاد مثل قبرص وعمّان والعقبة وبورغاس وتركيا، وكذلك زيارات إلى أنحاء البلاد، ومواقع أخرى مثل بيت لحم، وتنظيم فعاليّات قطف الكرز من الجش في موسم الكرز، وإقامة إفطار جماعي بمناسبة شهر رمضان المبارك.

بمبادرة توما – سليمان وحنين:

5 أيام عطلة للأب لقضائها مع المولود الجديد

لمراسل «حيفا»

الدّاعمة لممارسة الأمومة والأبوة بما فيه من مصلحة الأطفال والأهل. وقال النّائب دوف حنين إنّ: «قد حان الوقت لإعطاء الأب الحق الأساس في قضاء الوقت مع المولود الجديد»، حيث كان النّائب حنين قد نجح في السّابق بزيادة عطلة الولادة للنساء من 12 أسبوعاً إلى 14 وهنا يضيف أنّ «5 أيام هي بداية جيّدة ومنها يجب علينا الانطلاق لعطلة ولادة طويلة ذات قيمة للمولود ولكلا الوالدين».

وينصّ القانون على أن يتمّ احتساب الأيّام الخمسة بالشّكل التالي: الأيّام الثلاثة الأولى كأيّام عطلة سنوية، وإن لم يكن في رصيد العامل أيام عطلة سنوية فتحتسب الأيّام الثلاثة كعطلة غير مدفوعة الأجر. أمّا اليومان المتبقيان فيجري التعامل معهما كأيام إجازة مرضية؛ في حال كان العامل يستحقّ أجراً مقابل أيّام المرض – فيتمّ التعامل مع هذين اليومين كاليومين الثاني والثالث من بدل الإجازة المرضيّة.

مرّ بالقراءة الثّانية والثّالثة في الكنيست التّعديل على البند السّابع لقانون «عمل النّساء» والذي يمنح الزّوج 5 أيّام عطلة بعد ولادة زوجته، حيث يأتي هذا القانون بمبادرة النّائب تمار زانديغ («ميرتس»)، النّائب عايدة توما – سليمان والنّائب دوف حنين ومجموعة من أعضاء الكنيست من جميع الكتل البرلمانية، حيث صوت 64 نائباً دعماً لهذا القانون دون معارضيّن.

وعقّبت النّائب عايدة توما – سليمان، رئيسة لجنة مكانة المرأة والمساواة الجندريّة على النّجاح في سنّ هذا القانون أنّ «من حقّ الوالد أن يكون مع طفله أو طفله وزوجته في الأيّام الأولى من هذا الحدث الكبير. علماً أنّ الآباء أيضاً يستطيعون أخذ جزء من إذن الولادة، إنّما ما زال هذا الأمر غير متاح تماماً في ظلّ السّوق الاقتصادي ومتطلّباته – يجب العمل على تغيير جميع الظروف

سلوى محاجنة وابنها سراج أم الفحم



عشان أولادي بسترجع القناني

شكرا ماما لانك كمان في رمضان، استرجعتي القناني عساني وكل سنة وانت سالمة

استرجع

رمضان سعيد
إلى كل من

سيارة البوظة المتنقلة ستزور البلدان العربية على مدار
3 أسابيع بعد الإفطار، فيما يلي برنامج السيارة للأسبوع القريب:

اكسال	5-7-2016	كفر قاسم	1-7-2016
ابو سنان	9-7-2016	كفر كنا	2-7-2016
ام الفحم	10-7-2016	كفر مندا	3-7-2016
		باقة الغربية	4-7-2016

אל"ה
תאגיד המזון



3
قناني بلاستيك
ونحصل على بوظة هدية
من سيارة البوظة!



اعضاء club365
اسمعوا من ام منى و غ قولة المثل:

لما بالعيد الاسعار همشبير كل شي عن الرفوف بطير



لغاية
50%+
تخفيض

القطعة الخامسة
هدية

*الارخص من بينهم

Triumph Bonita Mas femina Delta Panache superbra TE.HA.BAD
GOUNDER Le Capex Pandora Pampers fix

الملابس الداخلية
المشاركة في
الحملة



ازياء الرجال، النساء، الاطفال والملابس
الرياضية المشاركة في الحملة

لغاية
50%+
تخفيض

القطعة الخامسة
هدية

*الارخص من بينهم

NIKE TOMMY HILFIGER* NAUTICA* HUGO BOSS* LEVIS* ADIDAS* Delta Delta
ASICS* SAUCONY* CARTER'S* TIFFANIS EMOI EMPORIO VALENTINI Xiz

حملة القطعة
الخامسة هدية
ابتداء من يوم
الاحد



لغاية
50%+
تخفيض

القطعة الخامسة
هدية

*الارخص من بينهم

تشكيلة المنتجات في قسم
العطور، العناية والماكياج
ومستحضرات التجميل الرائدة
المشاركة في الحملة



NAUTICA*
تشكيلة بلوزات پولو للرجال
المشاركة في الحملة

ش.ج.
للوحة
139
~~399.90~~

*استيراد موازي



TOMMY HILFIGER*
تشكيلة بلوزات پولو للرجال
المشاركة في الحملة

ش.ج.
للوحة
179
~~399.90~~

*استيراد موازي



SCORCHIER
تشكيلة قمصان و بلوزات پولو
للرجال المشاركة في الحملة

ش.ج.
129
²

HOMESTYLE
مفرد ب.
مجوز ب.
89
⁶⁹



طقم أعطية للسرير
المشاركة
في الحملة

VARDINON
مفرد ب.
مجوز ب.
139
⁷⁹



HOMESTYLE
مفرد ب.
مجوز ب.
59
⁸⁹

تشكيلة شراشف
صيفية
المشاركة في
الحملة

KITCH&TABLE
طنجرة
24 سم
سوتاج
28 سم
79⁹⁰



HOME MARKET
تشكيلة أطقم
صحن من
الپورسلان
18 قطعة
المشاركة في
الحملة
99⁹⁰



سارية المفعول حتى 16-7-7 فقط أو حتى نفاد مخزون الحملة، الأسبق من بينهما. على المنتجات المشاركة في الحملة. لا ازدواجية في الحملات. خاضع للمخزون وللتشكيلة في كل فرع - حد ادنى من المخزون 20 وحدة على الأقل منهم 10 وحدات بتخفيضات قصوى. *استيراد موازي. هناك امكانية وجود فروقات في اسعار المنتجات قبل التخفيض في الفروع المختلفة، منتجات التي لم يعرض سعرها السابق سيعرض سعرها على المنتج او بجانبه في الفرع

המשביר לזמן



ماركات عالمية السعر همشبير

فقط في سوپر فارم أرمون هدار و سيتي سنتر

سوپر فارم سيتي سنتر: شارع بن غوريون 6 هاتف 077-8880790 ساعات العمل 9:00 - 22:00
يوم الجمعة حتى الساعة 16:00 وقوف مجاني لمدة ساعتين بشروء فوق ال 20 ش.ج

سوپر فارم أرمون هدار: شارع حنفيليم 18 هاتف: 077-8880820 مفتوح كل أيام الأسبوع
من الساعة 8:00-21:00 وقوف مجاني لمدة ساعة بشروء فوق ال 99 ش.ج

نحترم وصفات الأطباء لمنتجات صناديق المرضى، مكاني وموحيديت

نحترم وصفات الأطباء لجميع صناديق المرضى



سانو سافوت
ورق لواليت
لغة مزدوجة
24 لغة

32⁹⁰
ش.ج

أكس
سبيري للجسم/
سنيك

11⁹⁰
السعر للوحدة
ش.ج

أورال بي فيتاليتي
فرشاة أسنان كهربائية
قابلية للشحن/فيتاليتي
للأولاد/رؤوس تعبئة
رزمة رباعية

79⁹⁰
السعر للوحدة
ش.ج

SAPORI
كعكات فريدة
محلطة بالشوكولاتة ومجنونة
بكرام الكاكاو والحليب
رزمة عشرة

6⁹⁰
السعر لرزمة عشرة
ش.ج

Life KIDS
لايف كيدز
مجموعة العناية
للأولاد
700 مل

8⁹⁰
السعر للوحدة
ش.ج

شول
مبرد قدم كهربائي
مع بلورات ألماس*

99⁹⁰
ش.ج

وأيضا، حصري لزيائن LifeStyle
كيف
الإسفتح بوب/جنيات
مناجيل رطبة تعبئة
رزمة رباعية

14⁹⁰
السعر لرزمة رباعية
ش.ج

نقص، نوفر ونتمتع مع مجموعة

قسائم في سوپر فارم

يمكن استغلال هذه القسائم وعشرات قسائم إضافية عبر التطبيق

سعر خاص!
يتسلم هذه
القسمة عند شراء
7 كبا
صابون سائل
500 مل
رزمة ثلاثية

12⁹⁰
السعر بعد تخفيض
القسمة

سعر خاص!
يتسلم هذه
القسمة عند شراء
هاجيز
إكسترا كير
حفاضات

43⁹⁰
السعر بعد تخفيض
القسمة

سعر خاص!
يتسلم هذه
القسمة عند شراء
ميتيرنا
بديل حليب*
عمود توفير
700 غرام

39⁹⁰
السعر بعد تخفيض
القسمة

سعر خاص!
يتسلم هذه
القسمة عند شراء
سائو سمبارت
جهاز لإبعاد البعوض
45 ليلة

34⁹⁰
السعر بعد تخفيض
القسمة

سعر خاص!
يتسلم هذه
القسمة عند شراء
كولون
جل غسيل 3 لتر

17⁹⁰
السعر بعد تخفيض
القسمة

سعر خاص!
يتسلم هذه
القسمة عند شراء
سانو
سبارك
أقراص للجلاي
30 وحدة

14⁹⁰
السعر بعد تخفيض
القسمة

سعر خاص!
يتسلم هذه
القسمة عند شراء
كولستون كيت
صبغة للشعر
رزمة

19⁹⁰
السعر بعد تخفيض
القسمة

سعر خاص!
يتسلم هذه
القسمة عند شراء
جيليت شفرات حلاقة
بروجلايد يدوية
رزمة ثمانية/إيرو شيلد
رزمة سداسية

89⁹⁰
السعر بعد تخفيض
القسمة

سعر خاص!
يتسلم هذه
القسمة عند شراء
لايف
ماء معدنية قرون
رزمة سداسية
500 مل

8⁹⁰
السعر لرزمة سداسية
بعد تخفيض القسمة

سعر خاص!
يتسلم هذه
القسمة عند شراء
تيوآح
مقوي للأظافر

29⁹⁰
السعر بعد تخفيض
القسمة

سعر خاص!
يتسلم هذه
القسمة عند شراء
شاي التبت
رزمة كلاسيكية
بعدة أطعمة

31⁹⁰
السعر بعد تخفيض
القسمة

سعر خاص!
يتسلم هذه
القسمة عند شراء
مايوه
طقم من قطعتين
أنثي سنان
أولاد/بنات

29⁹⁰
السعر لطقم بعد
تخفيض القسمة

TAX FREE 2020 لغاية 7.7.2015 أو حتى نفاذ المخزون الأسبق من بينها. تحتفظ الشركة لنفسها الحق بتحديد كمية الشراء. لا ازواجية في الامتيازات. يحتفل وجود فرق في أسعار المنتجات قبل التخفيض وبين حوائث الشبكة ولذا المكان الذي لا يعرض فيه السعر قبل التخفيض - سيعرض السعر على المنتج/ بجانبه في كل واحدة من حوائث الشبكة.

رمات هنسي - حيفا **جديد!**
077-8882240

"رمبام" - حيفا **جديد!**
077-8882320

آرمون - حيفا
077-8880820

سيتي سنتر - حيفا
077-8880790

THE BEAUTY SPECIALS

نستقبل أيام العيد بأحلى العطور في سوپر فارم

سعر خاص!
بتسليم هذه
القسيمة عند شراء
أوليفيا
أ.د. 50 مل

549
السعر بعد تخفيض القسيمة
199

paco rabanne

حد أدنى من القزوين في كل فرع وحدتين
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون
لغاية 12.7.2016 أو حتى نفاد القزوين الأسبق من بينهما
لا إرجاعية في الامتيازات

سعر خاص!
بتسليم هذه
القسيمة عند شراء
بي ديليشنز
أ.د. 100 مل

625
السعر بعد تخفيض القسيمة
199

DKNY

حد أدنى من القزوين في كل فرع وحدتين
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون
لغاية 12.7.2016 أو حتى نفاد القزوين الأسبق من بينهما
لا إرجاعية في الامتيازات

سعر خاص!
بتسليم هذه
القسيمة عند شراء
لا في اي بل
أ.د. 75 مل

636
السعر بعد تخفيض القسيمة
269

LANCÔME

حد أدنى من القزوين في كل فرع وحدتين
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون
لغاية 12.7.2016 أو حتى نفاد القزوين الأسبق من بينهما
لا إرجاعية في الامتيازات

سعر خاص!
بتسليم هذه
القسيمة عند شراء
أوفوريا
أ.د. 50 مل

509
السعر بعد تخفيض القسيمة
149

Calvin Klein

حد أدنى من القزوين في كل فرع وحدتين
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون
لغاية 12.7.2016 أو حتى نفاد القزوين الأسبق من بينهما
لا إرجاعية في الامتيازات

سعر خاص!
بتسليم هذه
القسيمة عند شراء
فانتازي
أ.د. 100 مل

648⁹⁰
السعر بعد تخفيض القسيمة
169

BRITNEY SPEARS™

حد أدنى من القزوين في كل فرع وحدتين
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون
لغاية 12.7.2016 أو حتى نفاد القزوين الأسبق من بينهما
لا إرجاعية في الامتيازات

سعر خاص!
بتسليم هذه
القسيمة عند شراء
فيرساتشي
كريستال نوار
أ.د. 50 مل

505
السعر بعد تخفيض القسيمة
149

VERSACE

حد أدنى من القزوين في كل فرع وحدتين
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون
لغاية 12.7.2016 أو حتى نفاد القزوين الأسبق من بينهما
لا إرجاعية في الامتيازات

سعر خاص!
بتسليم هذه
القسيمة عند شراء
أوفوريا للرجال
أ.د. 100 مل

509
السعر بعد تخفيض القسيمة
149

Calvin Klein

حد أدنى من القزوين في كل فرع وحدتين
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون
لغاية 12.7.2016 أو حتى نفاد القزوين الأسبق من بينهما
لا إرجاعية في الامتيازات

سعر خاص!
بتسليم هذه
القسيمة عند شراء
ايسي ميكي للرجال
أ.د. 75 مل

392
السعر بعد تخفيض القسيمة
149

ISSEY MIYAKE

حد أدنى من القزوين في كل فرع وحدتين
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون
لغاية 12.7.2016 أو حتى نفاد القزوين الأسبق من بينهما
لا إرجاعية في الامتيازات

سعر خاص!
بتسليم هذه
القسيمة عند شراء
مونتبلانك ليجيند
للرجال
أ.د. 100 مل

498
السعر بعد تخفيض القسيمة
199

MONT BLANC

حد أدنى من القزوين في كل فرع وحدتين
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون
لغاية 12.7.2016 أو حتى نفاد القزوين الأسبق من بينهما
لا إرجاعية في الامتيازات

سعر خاص!
بتسليم هذه
القسيمة عند شراء
يوي للرجال
أ.د. 125 مل

503⁹⁰
السعر بعد تخفيض القسيمة
99

JOOP!

حد أدنى من القزوين في كل فرع وحدتين
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون
لغاية 12.7.2016 أو حتى نفاد القزوين الأسبق من بينهما
لا إرجاعية في الامتيازات

سعر خاص!
بتسليم هذه
القسيمة عند شراء
سكالبتشر
للرجال
أ.د. 100 مل

479⁹⁰
السعر بعد تخفيض القسيمة
99

SCALPTURER

حد أدنى من القزوين في كل فرع وحدتين
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون
لغاية 12.7.2016 أو حتى نفاد القزوين الأسبق من بينهما
لا إرجاعية في الامتيازات

سعر خاص!
بتسليم هذه
القسيمة عند شراء
يوجارت سيلشر
سانت انتنس للرجال
أ.د. 100 مل

403⁹⁰
السعر بعد تخفيض القسيمة
99

JACQUES BOGART

حد أدنى من القزوين في كل فرع وحدتين
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون
لغاية 12.7.2016 أو حتى نفاد القزوين الأسبق من بينهما
لا إرجاعية في الامتيازات

جمعية تطوير التعليم والثقافة العربيين في حيفا

الاحتفاء بإفطار رمضاني



ومن حيث إنّ الثقافة هي المسار الموصل للّقمة فلا مكانة وعزّة لمجتمع بدون علم. والثقافة هي السّلاح للأمة في جميع نواحيها، ضدّ الجهل والذلّ، والظلام والرّقعة والاعتزاز. فالثّقافة هي أساس من أساسات المجتمع، وإحدى الأمور التي ترتبط بالتراث بين النّاس وترتبط مع البيئة التّعليميّة في المؤسّسات التّربويّة. لذا جمعيتنا ترى في التّعليم وتثقيف أبنائنا الحجر الأساس لدحض كل التّيارات الجارفة السيّئة؛ وتستغلّ إدارة الجمعية هذه المناسبة السّارة متمنيّة لأخوتنا المسلمين عيداً سعيداً، وكلّ عام وأنتم بخير.

جوزيف خوري

من أسعد الأوقات وأجملها أن يلتقي الأُصحاب والأهل في إفطار رمضانيّ، وقد تابعت جمعيتنا هذا النشاط الاجتماعيّ الثّقافيّ طوال عشر أعوام، حيث يلتقي به رجال الفكر والأدباء، وكم تحلو لهم هذه الجلسات حيث يستغلّونها بعد قطع الصّوم، في أحاديث أدبيّة واجتماعيّة. ومن الجدير ذكره أنّ جمعية تطوير التّعليم في حيفا تدير ندوة شهريّة ضمن مشروع متّدى الكتاب، حيث يتمّ قراءة كتاب يتّفق عليه القراء ويأتي البحث والتّقد في المضمون بعمق وحكمة كل قارئ وناقد.

עיריית חיפה

تهنئة

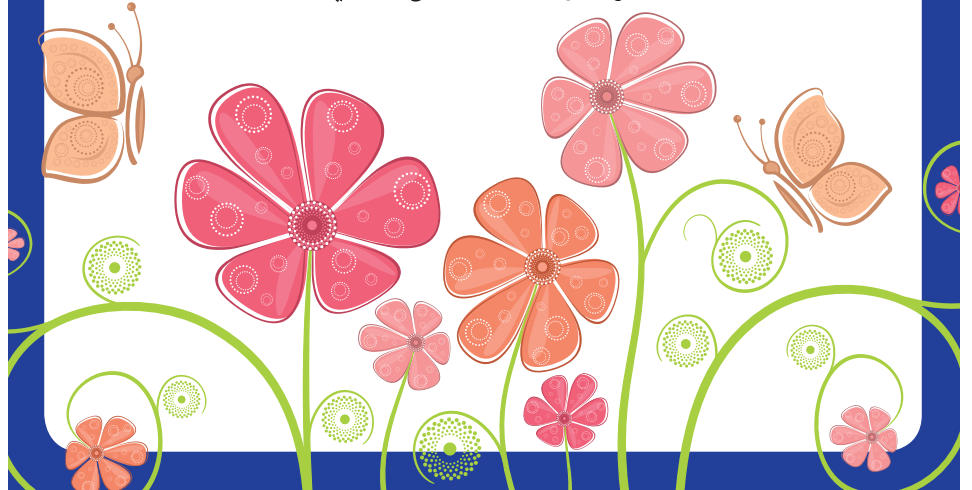
من مدينة حيفا , مدينة التعايش والتسامح والتفاهم نبعث بأحر التهاني إلى مواطني دولة إسرائيل المختفلين بمناسبة حلول

عيد الفطر السعيد

كلنا أمل ورجاء بان الأعياد المطلة علينا ستحمل معها بشائر السلام والخير إلى جميع مواطني دولة إسرائيل وجيرانهم

كل عام وانتم بألف خير

رئيس بلدية حيفا
نوابه وأعضاء المجلس البلدي



האגף לדוברות, הסברה, פרסום וניו מדיה

לס מנהלית א שפי

خدمة "Bezeq Cloud"

دون تقييد ودون دفع

مساحة تخزين وحجم لا نهائي من الصور، أغان وملفات تجمعونها في الحاسوب والسمارتفون



لا يتم حفظ الصور، الأفلام والأغاني فقط في قرص التخزين البيني. يفضل كثيرون حفظها في مزرعة خوادم بعيدة، لدى شركات التخزين في الإنترنت. مصطلح "Cloud" تحول إلى شعبي في عالم التكنولوجيا، فالمضامين الشخصية الخاصة بنا لا تحفظ في السمارتفون أو الحاسوب، إنما لدى مزودة خدمة، حيث تتيح الوصول إليها من أي جهاز ومن أي مكان، ومعظمنا نستعمل الـ "Cloud" في كل يوم، في خدمات Gmail من Google وفي Facebook. دون أن ننتبه، خدمات الـ "Cloud" تحيطنا وتغير نظرتنا تجاه توفر المضامين.

في خدمة Bezeq Cloud هناك ميزات كبيرة في تخزين المضامين الشخصية الخاصة بكم، بالإمكان الوصول إليها من كل مكان، واستخدام الخدمة كوسيلة للتخزين الاحتياطي. ميزة أخرى لا تقل أهمية هي المشاركة. خدمة التخزين في بيزك تتيح تخزين احتياطيًا ملفات بأحجام كبيرة جدا وليس كالتى ترفق بالرسائل الالكترونية وحجمها فقط عشرات الميغا، ان لم تكن أقل من ذلك، هذا يعني أنه بدلا من تقليص حجم مقطع الفيديو الخاص بالطفل، والذي تم تصويره بجودة HD بواسطة السمارتفون، بالإمكان رفعه بسرعة إلى شبكة الإنترنت بواسطة الهاتف وإرسال رابط الملف فقط لعدد من أفراد العائلة والأصدقاء.

يجب ان نشير إلى ان خدمة Bezeq Cloud هي دون تقييد ودون دفع وبالإمكان الانضمام إليها بـ 3 طرق: من خلال موقع بيزك، من خلال تطبيق خاص من كل جهاز سمارتفون، او من خلال مندوب خدمة زيبائن.

تشغيل الخدمة يتم من خلال تثبيت مستقل على حاسوب الزبون، كي يتمكن الزبون من القيام بالتخزين الاحتياطي بشكل بسيط وملفات مختارة من الحاسوب، وإدارة صندوق التخزين الشخصي في البوابة الشخصية، بالإضافة إلى ذلك، بالإمكان المشاركة بشكل بسيط ومريح من خلال عدة طرق - من خلال صندوق البريد الالكتروني، Google، Twitter، Facebook وغيرها. أضيف للخدمة تطبيق خاص للسمارتفون والتابلت (اندرويد و iOS) والذي يتيح حفظ المعلومات مباشرة وبشكل تلقائي ونقل الملفات من Bezeq Cloud إلى الهاتف النقال، مشاهدة وبث عالي الجودة من كل مكان وكل زمان. ومن أجل عدم المس بالانصال بالانترنت الخليوي، تشغل خدمة التخزين بشكل تلقائي فقط عند الاتصال بالانترنت من خلال الـ WiFi.

بالإمكان الحصول على معلومات اضافية في موقع بيزك Bezeq.co.il او من خلال تطبيق بيزك المتوفر ايضا باللغة العربية.

اقبال كبير على حملة طعم الحياة برمضان مع كوكاكولا

الاف المشاركين وعشرات الفائزين في وجبة افطار من تحضير الشيف هدية



والاستمتاع بالأجواء الرمضانية مع كوكاكولا. بالإضافة ذلك قامت الشركة بإطلاق فعالية ديجيتالية مثيرة والتي دعت المستهلكين في إطارها لمشاركة لحظاتهم الخاصة في رمضان من خلال موقع الفعالية -Cocacola moments.co.il والفوز بوجبة إفطار مع العائلة في المكان الذي يختارونه.

لاقت حملة "طعم الحياة برمضان مع كوكاكولا" مؤخرا نجاحا كبيرا ، حيث شارك الآلاف في الفعاليات الميدانية كما وفاز العشرات بوجبة افطار من تحضير الشيف هدية، من خلال مشاركتهم في الفعاليات الديجيتالية. بمناسبة شهر رمضان قامت الشركة بفعاليات ميدانية مثيرة قامت من خلالها بزيارة العشرات من البلدات العربية ودعت في اطارها المستهلكين بعد وجبة الافطار للوصول

عشرات الفائزين في فعالية تمر هندي حتى البيت من بريجات



اختتمت شركة بريجات فعاليتها التي اطلقتها بمناسبة شهر رمضان والتي قامت من خلالها بتوزيع عشرات الجوائز على الفائزين. وقد اعلنت الشركة عن مجموعة جديدة من الفائزين وهم: حسن مصري، تمارا دبدوب ميرشم، ريان زبيدات (حمودي مواسي) أية زياد فهماوي، امير شيخ نجمي، ابراهيم ابو احمد، مصطفى شهادة، ليلاس احمد، آجية بولوس. يُذكر انه قامت الشركة مؤخرا باطلاق حملة تسويقية واسعة تحت عنوان «طبيعي ان يكون على طاولة الافطار تمر هندي» ودعت من خلالها المستهلكين الى الدخول الى صفحتها والمشاركة في الفعاليات والفوايز والفوز برزمة تمر هندي حتى البيت هدية.

بيليفون تفتتح مركز خدمات جديد ومتطور في

كانيون عزرائيلي في حيفا



افتتحت شركة بيليفون مطلع هذا الاسبوع مركز خدمات جديد ومتطور في الطابق الثاني في كانيون عزرائيلي لخدمة سكان مدينة حيفا والمنطقة. المجمع الجديد يشمل حانوت لبيع مستلزمات متطورة ، ادوات مولتيميديا بأسعار مغرية من بينها: شاشات Smart TV، كاميرات اكستريم، اغطية وسماعات لاجهزة السمارتفون وغيرها.

شارك في افتتاح المجمع رون غورؤون، مدير عام بيليفون، دغانيت كارمر نائب المدير العام للخدمة والمبيعات، مدير قسم الشمال نوعام فديدا وحمودي ابو فاضلي مدير مركز الخدمات بالإضافة الى طاقم المركز.

دغانيت كارمر نائب المدير العام للخدمة والمبيعات قالت: "مركز الخدمات في حلتها الجديدة يحول شركة بيليفون منح الزبائن متعة الشراء فعالة، مع امكانية تجربة قسم من المنتجات والالجهزة قبل الشراء". "نحن نعرض في المركز مجموعة من الخدمات والحلول الجديد، والمركز مفتوح لاستقبال الجميع"، اضافت كارمر

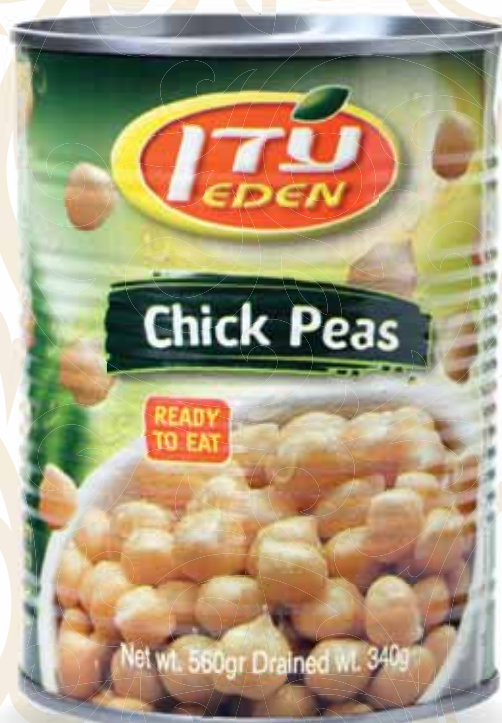
المركز الجديد سيحول الشركة لتقديم افضل الخدمات، لزبائنها من المنطقة، والى المستهلكين الآخرين ، كون المركز يبيع تشكيلة من متسلزمات الاجهزة وباسعار مغرية، بالإضافة الى ذلك فان المركز الجديد يحتوي على محطات تجريبية لتجربة منتجات واجهزة الشركة قبل شرائها. كما يمكن الحصول على المركز على خدمة تصليح الجهاز، بسرعة وبمهنية عالية، سهل الوصول اليه وهو مخصص لذوي الاحتياجات الخاصة.

يمكن العثور في المركز الجديد على مجموعة واسعة من اجهزة السمارتفون المتطورة من الماركت الرائدة: ايفون، جالاكسي،سوني اريكسون،نوكيا ، LG و ZTE، كما يمكن العثور على ماركة الهواتف الخليوية الخاصة الاولى في البلاد GINI من بيت بيليفون واجهزة الغابلت التي بدأت الشركة بتسويقها مؤخرا GINI E6 و GINI E6 plus، حواسيب لوحية، حواسيب نقالة وغيرها.

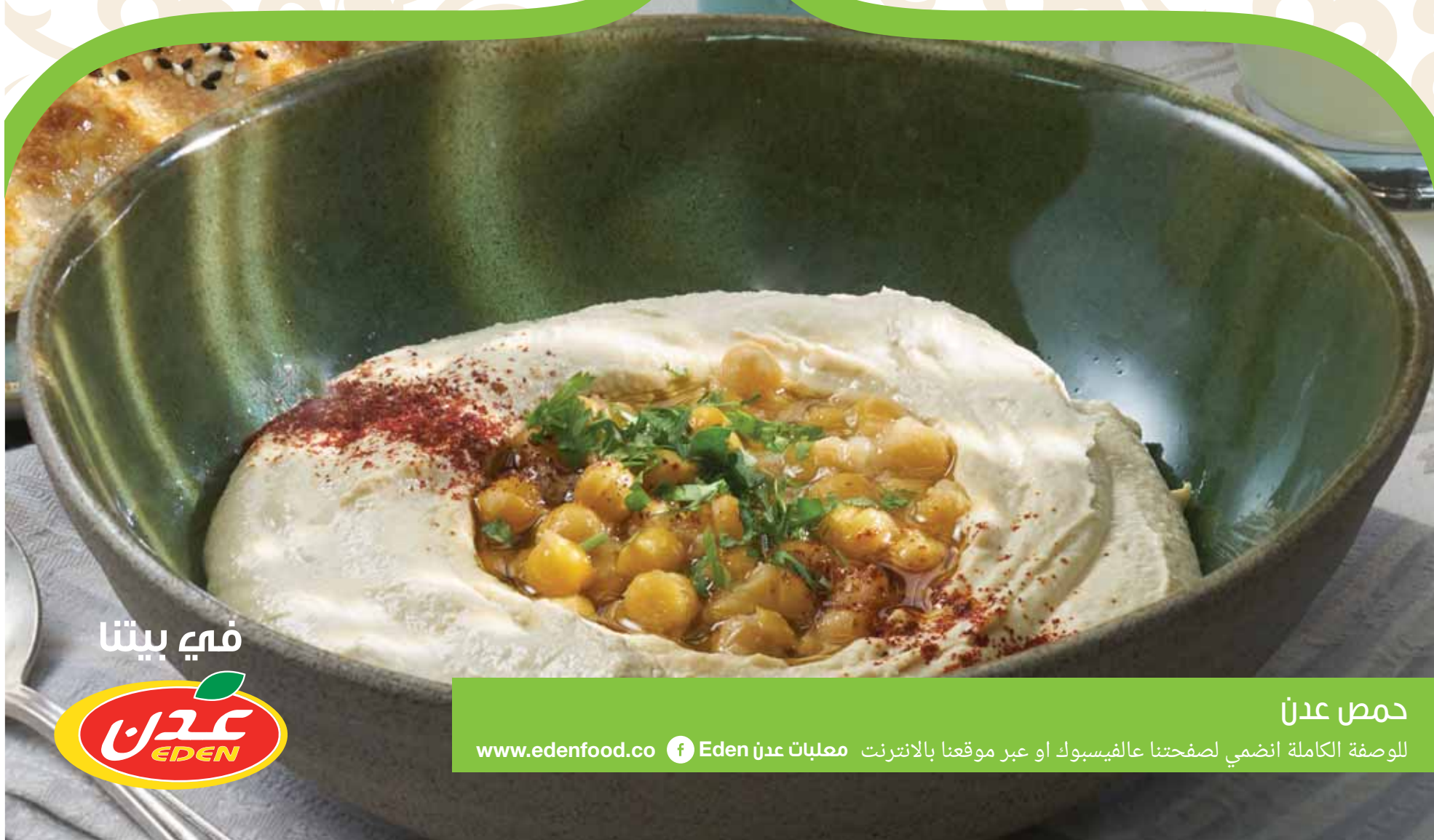
كمان عالعيد من كل علبة بتعملي أزكاه وجبة

شركة معلبات عدن تتقدم لكم باحر التهاني بمناسبة عيد الفطر السعيد وتقدم لكم كعادتها
أفخر انواع المعلبات لتزيّن موائد احتفالاتكم مع العائلة والاصدقاء.

وكل عام وانتم بخير



أفكار



فاه بيتنا



حمص عدن

للوصفة الكاملة انضمي لصفحتنا عالفيسبوك او عبر موقعنا بالانترنت معلبات عدن Eden www.edenfood.co

يوم مفتوح في مدرسة «حوار» المستقلة للتربية البديلة لعرض نتائج أبحاث ومشاريع طلاب المدرسة



لمراسل «حيفا»

في مجال التاريخ، تعرّف الطّالِب على منطقة تل أبو هوام (حيفا القديمة)، وتوصّلوا إلى وجود علاقات تجارية بين حيفا وبلدان أخرى من خلال آثار تشيبت وجود تلك العلاقة، بعد عمليّة بحث مطوّلة اعتمدت على مصادر أكاديميّة وزيارة متاحف. في الرياضيات، قاموا ببناء ألعاب محسوسة تلخّص مجال الأعداد الطّبيعيّة من خلال المسائل الكلاميّة. أمّا طُلاب الصّف السّابع، فقد بحثوا في جهاز النّقل وكيفيّة تأثير أنواع من الطّعام والشّراب على عمل الجهاز وتحديداً سرعة نبضات القلب. وأخيراً أجرى الصّف الثّامن بحثاً يفحص تأثير ما يستوعب من خلال الحواسّ على سرعة نبضات القلب.

عليّ التّبخّر. فيما يخصّ المشروع، فقد أنتج الطّالِب قصّة كرتونيّة («كوميكس»)، بعد مشاهدة حلقة من الرّسوم المتحرّكة، ومن ثمّ ترجمتها لحوارات وصور. قدّم صفّ الخامس، بحثاً في اللغة العربيّة عن قصص المخزنجي لفحص اعتماده خلال كتابته عن الحيوان على معلومات علميّة مثبتة أم من نسج الخيال. كذلك، مثّلوا مسرحيّة باللّغة الإنجليزيّة مجهّزين الديكور المناسب. المسرحيّة كانت لإحدى قصص شكسبير، بعد أن انكشفوا على العديد منها. بنى الصّف السادس، ألعاباً محوسبة في اللّغة العربيّة في مجال المعرفة اللّغويّة بالاعتماد على تقنيّات محوسبة وأفكار بديلة.

بالنسبة للمشروع، فقد قاموا بعرض مسرحيّة في موضوع اللّغة العربيّة لقصّة الزّرافة الطّريفة، بعد أن أضافوا بعض التعديلات، تحديداً لتطوير الحوار والتعمّق في الأوصاف. الصّف الثّاني، بحث في تأثير عوامل الحياة على إنبات البذور. بالنسبة للمشروع، عملوا على كتابة قصّة من إنتاجهم الخاص كلمة وصورة، بعد أن ابتكروا بأنفسهم شخصيّة القصّة وأتموا جميع عناصرها. أمّا عن صفّ الثالث، فقد أجروا بحثاً حول أساليب حفظ الأكل بصورة أفضل منعاً لحدوث التّعفن. اختار طُلاب الصّف الرّابع، أن يبحثوا العوامل التي تؤثر على تبخّر المياه من خلال عقد مقارنة بين وضعيّات من الطّبيعة وتأثير كلّ منها

قامت مدرسة «حوار» للتربية البديلة بعقد يوم مفتوح للمرّة الثّانية على التّوالي، ليكون معرضاً لنتائج الطّالِب. تخلّل اليوم عرض واف للأبحاث والمشاريع التي عمل الطّالِب عليها على مدار فصل دراسيّ كامل بتوجيه من طاقم المدرسة وبحضور الأهّل. لقد مرّ الطّالِب بسيرورة مفيدة وممتعة في آن معاً، بها ثابروا وعملوا كباحثين ومخطّطين لإتمام المهام على أكمل وجه. تنوّعت المهام بين الصّفوف ما بين المشاريع والأبحاث في مختلف الموادّ التّدرسيّة. بحث الصّف الأوّل حول كيفيّة تأثير عوامل بيئيّة على سرعة وصول الماء لتوزيع الزّهرة.

نهنيء جميع المحتفلين بمناسبة

عيد الفطر السعيد

كلّ عام ولدت مع حبيس



تنزيلات على مجوهرات الألباس وعلى جميع أنواع الساعات الفاخرة




بورصة ايهاب
للمجوهرات

- لدينا أيضا ساعات يد
من شركات فاخرة

شارع الراهبات 16، شفاعمرو
04-9861665



נעלי זאהי סליבא - Zahi Saliba shoes 

نتجدد دائماً لنبقى
خيارك الأول

1+1

على قسم الأحذية الستاتية

عيلكم ربلك

منذ 1956
أحذية زاهي صليبيا

شفاعمرو | 04-9862447 | المدخل الغربي (بجانب فوكس)



مسيرة رمضان في الحي الشرقي

لمراسل "حيفا"

المنظمة من قبل دائرة الثقافة البلدية.

✳️ فعاليات رمضانية في مركز عباس الجماهيري ✳️

ضمن فعاليات وورشات شهر رمضان الكريم، توافد مئات الأطفال مؤخرًا للمشاركة في العروض الفنية التي نظمها المركز الجماهيري عباس، إذ تفاعل الحضور مع العروض الشيقة التي قدمها عمو خميس وصديق الأطفال كشكش متمنين المزيد منها خلال أنشطة الصيف في المركز.

وسط أجواء احتفالية ومشاركة واسعة وفعالة، انطلقت مساء الثلاثاء الأخير، المسيرة الرمضانية من مركز يودفات، مرورًا بشوارع الحي الشرقي. وشارك في المسيرة التي دعا إليها المركز، المئات من أهالي الحي والأحياء الأخرى، حاملين فوانيس رمضان ومرددن أناشيد رمضان.. كما رافقت المسيرة فرقة فنية وأخرى كشفية، مما أضفى رونقًا وفرحًا على قلوب المشاركين. يُذكر بأن المسيرة هي واحدة من أنشطة رمضان

«كعك العيد» في بعثة المركز الجماهيري الحليصة



لمراسل "حيفا"

أفادت مركزة قسم النساء في بعثة المركز الجماهيري - الحليصة، ربما طوقان، أنه وبمبادرة من قسم النساء في بعثة المركز الجماهيري - الحليصة، وبمساعدة النساء النشيطات في الحي، قامت النشاطات لمناسبة اقتراب عيد الفطر بإعداد كعك العيد في المركز، وقمن بتوزيعه على العائلات المستورة والمستين في الحي، لهدف إدخال الفرح على قلوبهم، خاصة وأن كعك العيد يعتبر من الأطباق التراثية التقليدية. وأشارت طوقان إلى أن هذه المبادرة عززت الشعور بالمسؤولية والانتماء، والتآخي بين أبناء الحي والمجتمع والعائلة الواحدة.



أحر التهاني الى الأمة الاسلامية بمناسبة
حلول عيد الفطر السعيد
أعادة الله علينا جميعاً بالخير واليمن والبركات



شوكولا لحي دبي للتميز في الضيافة

محشوة بالمكسرات الكاملة حبة بحبة... من أجود أنواع البندق المحمص، واللوز والتمر والفسق الحلي والمزيد من الطعمات الفاخرة



Saadi

كل شي طيب

تجدونها في نقاط البيع المختارة وفي فروع شبكة سعدي
فرع الناصرة 04-6565961 • فرع كفار باروخ 04-6929013

• جديد فرع سخنين - الشارع الرئيسي، المدخل الشرقي 04-6929015 •

عيد الفطر السعيد

نحن في العشر الأواخر

إعداد: نايف خوري

من المتوقع أن يحلّ علينا عيد الفطر السعيد في الأسبوع القادم، حيث يحتفل المسلمون في جميع أنحاء العالم بالعيد في اليوم الأول من شهر شوال بحسب التقويم الهجري، إذ يعتبر الموعد ثابتاً كل سنة، لكنّه يختلف بالنسبة للتقويم الميلادي. ويتوقع خبراء المعهد القومي للبحوث الفلكية في القاهرة أن يكون أول أيام العيد لهذا العام هو يوم الأربعاء السادس من شهر تموز الجاري، وبذلك يتمّ شهر رمضان لهذا العام ثلاثين يوماً، فيكون يوم الثلاثاء الموافق الخامس من تموز هو اليوم الثلاثين، اليوم المتمم لشهر رمضان.

وهكذا نكون في العشر الأواخر من الشهر الفضيل، حيث كان النبي، صلى الله عليه وسلم، يحيي الليل بالصلاة والقيام وقراءة القرآن والذكر، وغيرها من العبادات والطاعات، فقد جاء عنه في الحديث الشريف أنّه: (إِذَا دَخَلَ الْعَشْرُ شَدَّ مِئْزَرَهُ، وَأَحْيَا لَيْلَهُ).

واقتداءً بسنته الكريمة، يسهر المسلمون الليل للصلاة والاستغفار والتسبيح، ويذكرون الله قياماً وقعوداً وعلى جنوبهم. وورد عنه أنّه كان: (يُوقِظُ أَهْلَهُ فِي الْعَشْرِ الْآخِرِ وَيَرْفَعُ السُّتُورَ).

* الفطر في المعاجم

ننتهز عيد الفطر للإشارة إلى المعاني والأبعاد اللغوية التي يحملها عيد الفطر، وهو المسمّى بالعيد الصّغير، فالعيد يعود إلى أصل الكلمة من عاد يعود. قال ابن الأعرابي: سمّي العيد عيداً لأنّه يعود كل سنة بفرح مجدّد. وعيد الفطر سمّي كذلك لأنّ المسلمين يفطرون فيه بعد صيام رمضان.

بالعودة إلى لسان العرب وقاموس المعاني والمعجم، وجدنا أنّ كلمة فطر تحمل العديد من المعاني، ولكن ما يهمّنا هو معنى عيد الفطر:

فَطَرَ الصَّائِمُ: أَكَلَ وَشَرَبَ، قَطَعَ صِيَامَهُ بِتَنَاوُلِ الطَّعَامِ وَنَحْوِهِ.

فَطَرَ الصَّائِمُ: أَفْسَدَ صِيَامَهُ، جَعَلَهُ يُفْطِرُ. وبالتدخين يفطر الصائم، فطر الصائم مرضاً ألبه.

فطر فلاناً: قدّم له وجبة الصّباح أو وجبة الإفطار في رمضان.

فطر عدداً من الأشخاص في رمضان طمعاً في الثواب.

فَطَرَ: أَفْطَرَ الصَّائِمُ وَالاسْمُ الْفِطْرُ وَفَطَرُهُ غَيْرُهُ تَفْطِيرًا، وَرَجُلٌ مُفْطِرٌ وَقَوْمٌ مَفْطِيرٌ، مِثْلُ مُوسَى وَمِيسَائِيرَ، وَرَجُلٌ فِطْرٌ وَقَوْمٌ فِطْرٌ أَيُّ مُفْطِرُونَ، وَهُوَ مُصْدَرٌ فِي الْأَصْلِ. وَالْفِطْرُ بِالْفَتْحِ: مَا يَفْطُرُ عَلَيْهِ، وَكَذَا الْفِطُورِيُّ، كَأَنَّهُ مَنْسُوبٌ إِلَيْهِ. وَفَطَرَتِ الْمَرْأَةُ الْعَجِينَ حَتَّى اسْتَبَانَ فِيهِ الْفِطْرُ بِالصَّمِّ وَالْفِطْرَةُ بِالْكَسْرِ الْخَلْقَةُ. وَالْفِطْرُ: الشَّقُّ. يُقَالُ فَطَرَهُ فَاَنْفَطَرَ وَتَفَطَّرَ الشَّيْءُ تَشَقَّقَ. وَالْفِطْرُ

أيضاً الابتداء والاختراع. والفطير: ضدّ الحمير، وهو العجين الذي لم يختمر، وكلّ شيء أعجلته عن إدراكه فهو فطير. يقال إيتاك والرأي الفطير، ويقال عندي خبز خمير وحيس فطير أي طري. فطر: الإفطار طعام الصائم بعد غروب الشمس.

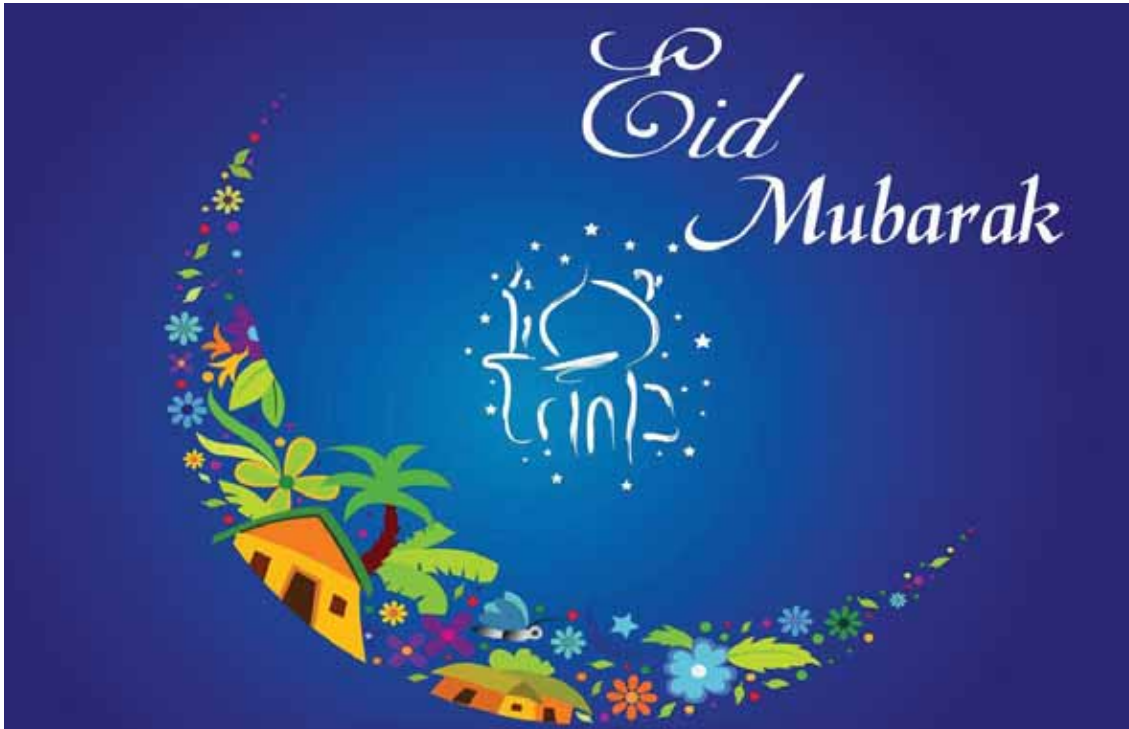
* أول الأعياد

يعتبر عيد الفطر أول أعياد المسلمين والذي يحتفل فيه أول يوم من أيام شهر شوال، ثم يليه عيد الأضحى في شهر ذي الحجة. وعيد الفطر يأتي بعد صيام شهر رمضان ويكون أول يوم يفطر فيه المسلمون بعد صيام شهر كامل، ولذلك سمّي بعيد الفطر. أول عيد فطر احتفل فيه المسلمون في الإسلام كان في السنة الثانية للهجرة، حيث إنّ أول رمضان صامه المسلمون كان في السنة الثانية للهجرة. ويحرم صيام أول يوم من أيام عيد

الهدف من تشريع «صدقة الفطر» في عيد الفطر. أمّا المعنى الإنساني في العيد، فهو اشتراك المسلمين بالفرح والسّرور في وقت واحد، فيظهر اتحادهم، ويلتقون على الشعور المشترك، وفي ذلك تقوية للروابط الفكرية والروحية والاجتماعية.

* آداب العيد وسننه - التكبير

من سنن العيد التكبير ثلاثاً تبعاً، وصيغته: «الله أكبر الله أكبر لا إله إلا الله، والله أكبر الله أكبر ولله الحمد». وهذا التكبير غير مقيّد بالصّلوات، بل هو مستحبّ في المساجد والمنازل والطرق والأسواق. ويبدأ التكبير في عيد الفطر من غروب الشمس ليلة العيد، وينتهي بخروج الإمام إلى مصلى العيد للصلاة. لأنّه يستحبّ للناس إظهار التكبير في ليلتي العيد في مساجدهم ومنازلهم وطرقهم، مسافرين أو مقيمين.



* صدقة الفطر - زكاة الفطر

صدقة واجبة يقدّمها المسلمون للمحتاجين بمناسبة عيد الفطر. وهي واجبة على كل مسلم، قادر عليها، وأضيفت الزكاة إلى الفطر لأنّه سبب وجوبها. وتمتاز عن الزكوات الأخرى بأنّها مفروضة على الأشخاص لا على الأموال. بمعنى أنّها فرضت لتطهير نفوس الصائمين وليس لتطهير الأموال كما في زكاة المال مثلاً. وتأتي تكميلاً للفرحة في يوم العيد لكل المسلمين والناس حتّى لا يبقى أحد يوم العيد محتاجاً إلى القوت والطعام.

ولذلك قال رسول الله «أغنوهم عن المسألة في هذا اليوم»، أي إغناء الفقير يوم العيد عن المسألة. ولذلك جاء في حديث ابن عباس ما قال: «فرض رسول الله صدقة الفطر طهرة للصائم من اللغو والرفث وطعمة للمساكين».

* مظاهر الاحتفال بالعيد

ويتميّز عيد الفطر بأنّه آخر يوم يمكن قبله دفع زكاة الفطر الواجبة على المسلمين. ويؤدّي المسلمون في صباح العيد بعد شروق الشمس بثلاث ساعة تقريباً صلاة العيد، ويلتقون في العيد ويتبادلون التهاني ويزورون أهليهم وأقرباءهم، وهذا ما يُعرف بصلة الرّحم. كما يزور المسلم أصدقاءه ويستقبل أصحابه وجيرانه، ويعطفون على الفقراء. وقد جرت العادة في كثير من البلدان بأن يأكل المسلمون في العيد بعض التمر أو كعك العيد المحشو بالتمر أو بغيره.

تقبّل الله صيامكم وأسعد أيامكم، وكلّ عام وأنتم بخير.

* الغسل

والغسل للعيد سنّة مؤكّدة في حقّ الجميع، الكبير والصّغير، الرّجل والمرأة على السّواء. ويجوز الغسل للعيد قبل الفجر في الأصحّ على خلاف غسل الجمعة. وجاء في كتاب المغني لابن قدامة الحنبلي: يستحبّ أن يتطهّر بالغسل للعيد، وكان ابن عمر يغتسل يوم الفطر. روى ابن عباس: «أن رسول الله كان يغتسل يوم الفطر والأضحى».

* الإفطار قبل الصّلاة

كذلك فإنّ من السنّة أن يبادر المسلم إلى الإفطار قبل الخروج إلى الصّلاة على قمرات يأكلهن وتراً. فعن أنس قال: كان النبي لا يغدو يوم الفطر حتّى يأكل قمرات يأكلهن وتراً - رواه البخاري وأحمد.

* المعايدة

قال جبير بن نفير: «كان أصحاب رسول الله إذا التقوا يوم العيد يقول بعضهم لبعض: تقبّل الله

أمسية ثقافية، متعة، فنون ومشتريات



ליאלי

الخميس في البلدة التحتی

مساء كل خميس نقضي أوقاتنا في البلدة التحتی

عروض
لتقار

unplugged

معرض
فنانين

22
دكان
للمصممين

23
مقصف
و بار

60
مطعم
و مقهى

معرض الفنانين ابتداء من الساعة 16:00 | عرض فني 21:00



أصبح تقليدا أيام الخميس، قضاء أمتع الأوقات في البلدة التحتی، أمسيات فنية ثقافية، مشتريات وترفيه، معارض فنية بهيجة، عروض مميزة لأفضل الفرق في السوق التركي، دكاكين مصممين، مطاعم، مقاصف، بارات مفتوحة لأجلكم فقط! فاستمتعوا!

עיריית
חיפה

D O W N T O W N
HAIFA + חיפה + حيفا

הרשות העירונית
לקליטת עלייה



نحتفل سويا باجمل العروض وارخص الاسعار بمناسبة عيد الفطر السعيد

حتى
50%



من 69 إلى 129



من 49 إلى 99



من 49 إلى 99



من 49 إلى 99

تحف وهدايا العيد
كل عام وانتم بخير

جميع ألعاب ومستحضرات فروزين



من 89 إلى 149



من 29 إلى 59



من 119 إلى 149



من 49 إلى 99



من 149 إلى 199



من 149 إلى 199



من 199 إلى 249



من 199 إلى 249



من 199 إلى 249



غرف اطفال

ميتة + سيرة

ابتداء من
1350

برك سباحة بيتية بجميع الانواع والحجام



من 35 إلى 79

So Baby

So Baby

أكبر مجمع للألعاب ومستلزمات الاطفال والهدايا



أكبر تشكيلة من السيارات والتركعرونات والدراجات الهوائية والكهربائية



04-6464412

شفاعمرو المنطقة الصناعية

جمعية الثقافة العربية ومؤسسة الجليل تحتفلان بتخريج 70 طالباً جامعياً جديداً



لمراسل "حيفا"

احتفلت جمعية الثقافة العربية ومؤسسة الجليل - لندن، يوم الجمعة، 24 حزيران 2016، في قاعة الجاردنز في إكسال، بتخريج 70 طالباً وطالبة من برنامج "المنح الدراسية"، وحصولهم على الشهادات الجامعية في مختلف التخصصات العلمية، بعد مشاركتهم في البرنامج وحصولهم على منحة ومشاركته في مسار تثقيفي - مجتمعي على مدار كل مسيرتهم التعليمية.

بدأ الاحتفال بالتشيد الوطني "موطني"، ومن ثم تولت عرافته الشاعرة والصحافية ومنسقة مشروع "وكالة عمل فني"، أسماء عزابزة، والتي افتتحت كلمتها قائلة: "إننا نرى، في جمعية الثقافة العربية وفي جمعية الجليل، التي تدعم برنامج المنح بعون متمولين فلسطينيين وأجانب، أن البرنامج لا يطمح في دعمكم دراستكم العليا مادياً فحسب، بل في فتح باب التعاون معكم في النشاط الثقافي والتطوعي والتوعوي، كشركاء وكأفراد نعتبركم أحجار زاوية في بناء مجتمعنا الفلسطيني وهويته وثقافته الحيوية اليومية".

بعدها، اعتلى المنصة، مدير جمعية الثقافة العربية، الكاتب إياد برغوثي، ليلقي كلمة ترحيبية على الخريجين، قائلاً فيها: "حفل تخريج اليوم هو حفل تخريج من برنامج نهضة يستثمر بالإنسان كي يصمد في هذا البلد وكي يستمر في تغيير هذا الواقع مكملاً مسيرة المتحدين السابقين، مسلحاً بهوية عربية فلسطينية وعوي وذائكة وفكر نقدي وبشخصية قيادية ومسؤولة ومعطاءة".

وفي نهاية كلمته، دعى مدير الجمعية الطلاب

تأثيراً، وهي بمثابة رافعة لهذا المجتمع. إضافة إلى أهمية العلم والألقاب الأكاديمية، ما لا يقل أهمية هو بناء مجتمع مستقل ثقافياً ولغوياً وتربوياً، وتعزيز الشعور بالانتماء والعطاء لهذا المجتمع، وهذا أحد أهداف البرنامج الذي شعرنا به وعشناه».

ثم استعرض الخريج صالح عبد الحليم (علوم الحاسوب، معهد "التخنيون") التطبيق الذي طوره ضمن مشروع التخرج من المعهد، والذي يمكن من معرفة جودة ونوعية البطيخ ومعطياتها الداخلية، من خلال تحليل سريع لصفات الشكل الخارجي عبر "خوارزمية" ذكية تحدد الجودة على سلم من 1 إلى 5، وقد لاقى هذا التطبيق الريادي اهتماماً كبيراً من قبل الطاقم الأكاديمي في "التخنيون" ووسائل الإعلام وشبكات التواصل الاجتماعي.

قبل الإفطار الرمضاني، قامت ردينة شقير، مكرمة مشاركة لبرنامج المنح الدراسية بتفعيل الطلاب الخريجين من خلال فعالية الصور، وهي فعالية تضم عرض شرائح لصور من طفولة الخريجين، وكان على الطلاب أن يعرفوا لمن تتبع كل صورة من الصور، وبعد

أن تعرفوا عليها، قام صاحب الصورة بالحديث عن مسيرته خلال السنوات الثلاث في جمعية الثقافة العربية.

من الجدير بالذكر أن الطلاب السبعين الخريجين من برنامج المنح الدراسية، الذي انطلق في العام 2007 بدعم من مؤسسة الجليل - لندن، هم من مختلف المناطق الجغرافية والبلدات العربية، وقد تخرجوا من جامعات وكليات مختلفة حاصلين على شهادات جامعية عليا في مجالات عدة: الطب والتربية والمواضيع الطبية المساندة، الحقوق، الهندسة المعمارية، الاقتصاد والحسابات، العلوم الاجتماعية والإنسانية، الفنون، علوم الحاسوب والعلوم الدقيقة، الخدمة الاجتماعية وتخصصات أخرى.

كما يُذكر أن البرنامج يحتضن في كل سنة 250 طالباً وطالبة لمدة ثلاث سنوات، يهتم خلالها بإكسابهم القدرة على التفكير النقدي ورفع الوعي الثقافي وروح العطاء لديهم. فبالإضافة إلى المنحة الدراسية التي يقدمها البرنامج لدعم الطلاب اقتصادياً، يرافقهم في مسار ثقافي وآخر تطوعي.

Shadi Sharif-Safadi Tahira Shakerian

Architects, Civil engineer & Interior design

باسمنا شادي شريف وطاهرة شاكرين
وطاهر مهندسون معماريون لفنسة عمار
وتصميم داخلي نقدم لجميع المحتفلين بمناسبة

عيد الفطر المبارك

أحر التهناني وأطيب الأمانى
أعاده الله عليكم باليمن والبركات

شارع الخوري 3، حيفا - طابق 7 | تل: 04-8660005
فاكس: 054-708408 - 153-544-708408 | محمول: 054-4708408
Architect Shadi sharif | shadi.sharif.safadi@gmail.com

فواكه وخضار هلون

تشكيلة واسعة من الخضار والفواكه الطازجة يوميا

نقدم بأحر التهاني
لجميع المحتفلين بمناسبة
عيد الفطر السعيد

كل على أمته

مفتوح يوميا من الساعة 7 صباحاً وحتى العاشرة مساءً | إمكانية توصيل الطلبات حتى البيت!
شارع الخوري 7، حيفا - 055-8941701 / 04-8641430

الله
يرزق
الجميع

عيادت الأسعار

كل عام الخير

عيد مبارك



<p>5 10⁹⁰</p> <p>كندر بونونا</p>	<p>20 19⁹⁰</p> <p>سكاي كولا صغير</p>	<p>3⁹⁰</p> <p>كولجيت</p>	<p>3⁹⁰</p> <p>بيجلا مثير</p>	<p>2 154</p> <p>سيميلاك ادفينس 900 غرام</p>
<p>10⁹⁰</p> <p>علبة خيار بري هتسفون 3 كيلو 30-36</p>	<p>8 25⁹⁰</p> <p>كرتونة كريستال</p>	<p>3 100</p> <p>قهوة ابو سلمى</p>	<p>3 50</p> <p>ورق تواليت 32 لفة</p>	<p>3 10⁹⁰</p> <p>كلور بريار</p>
<p>19⁹⁰</p> <p>طحينة الارز 1 كيلو</p>	<p>15⁹⁰</p> <p>رزمة كارلو ميناي 16 علبة</p>	<p>17⁹⁰</p> <p>بفلا عيليت XL</p>	<p>18⁹⁰</p> <p>نس كافى عيليت</p>	<p>25⁹⁰</p> <p>سداسية تبوزينا</p>
<p>2 13⁹⁰</p> <p>حمص تسابار 700 غرام</p>	<p>119⁹⁰</p> <p>كيلوا منوبر صيني</p>	<p>19⁹⁰</p> <p>نكنيكويت جامبوا</p>	<p>2 34⁹⁰</p> <p>سداسية ار سي كولا</p>	<p>9⁹⁰</p> <p>جبنة عيميك 300 غرام</p>
<p>17⁹⁰</p> <p>طحين مان</p>	<p>9⁹⁰</p> <p>دواء جلي ديشس 1,5 لتر</p>	<p>8⁹⁰</p> <p>شوكولاتة شاحر 0,5 كيلو</p>	<p>19⁹⁰</p> <p>رز باسمين انطوان الشقة 5 كيلو</p>	<p>8 10</p> <p>مشروب الطاقة بانتير</p>
<p>39⁹⁰</p> <p>زيت جوزج الشقة الاصلي 2 لتر</p>	<p>16⁹⁰</p> <p>بيبير اوسم فليل</p>	<p>24⁹⁰</p> <p>مسحوق غسيل كولون 5 كيلو</p>	<p>3 12⁹⁰</p> <p>سبرينج</p>	<p>29⁹⁰</p> <p>كرتونة مشروب كول 24 قنينة</p>

زيت بارا
2,5 لتر

9⁹⁰

ماتيرنا
اكسترا
كبر

52⁹⁰

حفاضات
هاجيس

2
69⁹⁰

كتشوب
اوسم

7⁹⁰

شورية
اوسم
1 كيلو

7⁹⁰

دواء
غسيل تايد
8 كيلو

39⁹⁰

خاضع لشروط الحملة ■ لا ازدواجية بالحملة ■ الصور للتوضيح فقط ■ الخطأ وارد ومردود



شفاعمرو المنطقة الصناعية هاتف: 046817144

إبحثوا عنا بالـ
فردود سنتر

آفاق جديدة في السياحة الداخلية والخارجية

لقاء خاص أجراه نايف خوري

تصوير: وائل عوض

وداد مطر، من مواليد شفاعمرو، وتقيم في حيفا مع زوجها المحامي نبيل مطر، تعمل في «نزارين تورز» منذ 20 سنة، وتعمل مديرة لمكتب «نزارين تورز» في حيفا طيلة 16 سنة. حاصلة على اللقب الأول في علوم الشرق الأوسط والعلوم السياسية، ودراسة تخصصية لأربع سنوات في مجالات السياحة.

– ماذا تقدّمون للسائح أو المسافر من نصائح خاصة؟

نحن نقدّم للمسافر كلّ ما يلزمه من نصائح وإرشادات حول الفنادق والمطاعم ومسارات الرحلات، والمواقع التي يمكن زيارتها وقضاء أمتع الأوقات فيها، وهذه النصائح نقدّمها للمجموعات وللأفراد أيضاً، في كلّ مكان في العالم، وعندنا برامج الرحلات ابتداءً من جنوب أمريكا وحتى تايلاند، ومن أسكا إلى تنزانيا. فالوسط العربي، وخاصة الحيفاوي، يظنّ أنّنا ننظّم الرحلات إلى طابا أو الأردن، أو تركيا فقط. فالأمر ليس كذلك، بل نحن نختصّ بتنظيم الرحلات إلى الخارج، لأننا نعالج أي مشكلة أو ضائقة يمكن أن يواجهها المسافر خارج البلاد أو في الداخل، فلا ندعه وشأنه بل نقدّم له كل مساعدة ممكنة حتى تحل مشكلته. وعلى سبيل المثال، في إحدى الرحلات التي انطلقت إلى الخارج، علق المسافرون في المطار لأنّ الطائرة تأخرت عن الإقلاع لعدة ساعات، فأخذنا على عاتقنا استئجار طائرة أخرى كي ننقل المسافرين إلى هدفهم.

– نظّمتم في مطلع الأسبوع يوماً مفتوحاً للجمهور للاطلاع على برامجكم السياحية، فهل هناك رحلات جديدة؟

إنّ مكتبنا يعرض للجمهور العديد من البرامج والرحلات السياحية، من منظور مختلف في التّحديد والانطلاق إلى آفاق جديدة في السياحة الخارجية والداخلية. ونحن نقدّم هذه البرامج للجمهور عامّة من العرب واليهود على حدّ سواء، وبالنسبة لهذا اليوم فقد أعلنّا عن رحلة سياحية

متعددة الأهداف، منها زيارة دور الأزياء العالمية في أوروبا، والتسوّق والاستمتاع بزيارة المعالم للبلدان والمدن التي نزورها. وتنطلق الرحلة بالطائرة إلى روما ومنها نستقل سفينة سياحية من أضخم وأفخم السفن في العالم، ومنها إلى فرنسا لزيارة مدينة مرسيليا، ثمّ نرسو في برشلونة ونعود بالطائرة إلى البلاد. ويرافق المجموعة مرشد مؤهل وخبير بهذه المواقع.

– واطّلع الجمهور على خدمات «نزارين تورز» عموماً..

صحيح؛ وأودّ توجيه كلامي للجمهور العربي، حيث تتوفّر لدينا مجموعة الحافلات، وثلاثة فنادق



في حيفا، في شارع هرتسل، وفي الناصرة والقدس، وننظّم الرحلات الداخلية في البلاد والخارجية إلى العالم بمرافقة مرشدين مؤهلين، وكثيراً ما يكون المرشد عربياً. وننظّم الرحلات الجديدة إلى روسيا وجورجيا ولورد في فرنسا، وهولندا وبلجيكا للعائلات، وشمال إيطاليا والمغرب، والمسارات كلها ملائمة للمجموعات ورغباتها أو قدراتها، وكلّها باللغة العربية. ونحرص على توفير الفنادق ذات المستوى الممتاز والتي تقدّم الوجبات المفيدة.

– لديكم برامج الرحلات البحرية، التي ذكرتها في البداية..

طبعاً؛ نعمل مع أفخم وأضخم السفن في العالم والتي تبهر في المتوسط أو المحيطات، وترسو في الموانئ العميقة، فهذه السفن تقدّم خدماتها للمسافرين أكثر من أفخم الفنادق، بل وأقلّ تكلفة من الفنادق التي تقدّم الوجبات الشاملة والكاملة للزوّار. فنحن ننظّم الرحلات على متن هذه السفن. فقد انطلقت اليوم من روما سفينة «ستارز أون بورد» التي تقلّ أشهر الفنّانين العرب وتبحر في المتوسط، وبشارك في هذه الرحلة مجموعة من المسافرين عن طريق مكتبنا.

– ونحن عليّ أعقاب العطلة الصيفية، هل تجدّين إقبالاً من الجمهور للسفر في هذا الموسم؟

طبعاً، نجد إقبالاً شديداً. وقد كانت الرحلات من قبل قليلة لفترة ما. وهذا العام نجد الحجوزات تتجدّد والرحلات المنظمة تنطلق، وخاصة إلى أماكن اللّهو والراحة، فيسافر الجمهور وهو مطمئن البال، نتيجة خدماتنا التي نقدّمها له،



وتنظيمنا الدقيق للرحلات. كما لاحظنا إقبالاً لزيارة أماكن ومواقع سياحية جديدة لم تكن مألوفة من قبل، مثل: روسيا وجورجيا، وهي مناطق يرغب السائح بزيارتها طيلة أيام السنة. وتليها كرواتيا وسلوفينيا، وحجزنا رحلات خاصة بالطائرة إلى يدروم في تركيا، وهناك يمضي السائح سبع ليالٍ يزور فيها المناطق المجاورة وينتقل إلى مرمريس واليونان.

– هل تجدّين أنّ المسافرين يرغبون بالرحلات المنظمة أم كأفراد مستقلّين؟

أفراد كثيرون يرغبون بزيارة الجزر اليونانية وتركيا للاستجمام والراحة والتّرفيه، وأمّا العائلات فنجدّها تتّجه نحو شمال إيطاليا لزيارة مدن الشمال وجزيرة غاردا ومحيطها، وهذه الأيام إلى جورجيا وروسيا. وكلّ هذا بأسعار معقولة وتتلاءم مع طبيعة الرحلة وبرنامجه، فتجد الذين يسافرون على متن «ستارز أون بورد» ويدفعون نحو ثلاثة آلاف دولار للرحلة، بينما رحلة أخرى على سفينة أخرى لا تصل التكلفة فيها إلى 1500 دولار. وبالنسبة لسؤالك أقول مرةً أخرى إنّ كثيراً من الأزواج الشابّة يحبّون السفر بمفردهم، فيستقلون سيارةً مستأجرة هناك ويطوفون المناطق السياحية على عاتقهم، ولهؤلاء نقدّم خدماتنا أيضاً بتوجيههم إلى وجهات السفر والفنادق والمطاعم وأماكن اللّهو والتّرفيه، وحتى المسافات التي سيقطعونها وأقرب مكان إليهم، والشوارع التي سيجتازونها ودفع رسوم المرور في هذه الشوارع، نحن نعلم أنّ هذه الرسوم باهظة جداً في إيطاليا مثلاً ومناطق أخرى في أوروبا، فنرشدكم إلى الشوارع التي لا تجبى فيها رسوم المرور.



ندعوكم لزيارة محلنا Maiko البوتيك للعناية المميزة
يمكنكم التمتع من مجموعة متنوعة للعلاجات التجميلية والتدليل...



ستتوقف حركة الكرة الأرضية عن الدوران
في ساعة علاجية خاصة... لتعاود بعدها الدوران بطاقات جديدة...

مانيكور | بديكور | علاجات تجميلية | "رفلكسولوجيا"



077-7876007

أوديتوريوم حيفا، شدروت هنسي 134
مجمع سيتي سنتر، بن جوريون 6

امسحوا الرمز واحصلوا
على استفادة خاصة!

كانت التذكرة إلى لوس أنجلوس في أمريكا في بداية الموسم 700 دولار، وهي اليوم أكثر من ألف دولار. وتجد عددًا من المسافرين الذين تنبهوا إلى هذا الوضع، وأخذوا يحجزون رحلاتهم للعام القادم 2017 من اليوم. فلماذا الانتظار حتى الدقيقة التسعين فتحجز حينها رحلتك؟! ولا يوجد أسعار للدقيقة التسعين التي تكون زهيدة أقل من الرحلات العادية.

– ونحن نشكر على هذا اللقاء..
أتمنى للجميع رحلات موفقة.



– ختامًا ما هي كلمتك للجمهور؟
أقول إن من يرغب السفر ليحجز رحلته مسبقًا قبل الموعد حتى ينال تكلفة زهيدة للرحلة، لأن ذات الرحلة ترتفع تكلفتها إلى الضعف في أوج الموسم. وطالما يخطط المسافر لرحلة ما هذا العام، فليحجز رحلته باكراً جداً، أي قبل شهر أو شهرين من موسم السفر. ومثال على ما أقول فإن تذكرة الطائرة إلى برشلونة كانت قبل شهر نحو 400 دولار، أما اليوم فيبلغ ثمنها حوالي 750 دولاراً. وكانت إلى ميلانو في إيطاليا 290 دولاراً، كما



– وأين الإقبال في السياحة الداخلية؟

نجد الجمهور يحب السفر إلى إيلات، ثم بيت لحم وأريحا والبحر الميت، وبدأ الطلب على طابا بأسعار زهيدة جداً، وأعرب آخرون عن رغبتهم بالسفر إلى شرم الشيخ، حيث توقفت السياحة إلى شرم لبضع سنوات بسبب الأوضاع الأمنية في مصر، وهذا الموسم سيتجدد السفر إلى شرم. فمعظم المسافرين العرب اعتادوا قضاء عطلتهم ورحلاتهم في المناطق القريبة كتركيا واليونان، وحتى أوروبا، وقلما يسافرون إلى المناطق البعيدة ككندا أو إفريقيا وتنزانيا وزنجبار، أو أمريكا الجنوبية وأستراليا، وحتى أمريكا الشمالية.

المسافر أو تنظيم الرحلة أو أي شيء فيها. ومثال على ما أقول فإن أحد الأشخاص في حيفا، حجز رحلة كهذه عن طريق "الإنترنت" إلى برشلونة، وهو يظن أنه حجز فندقاً بأربعة نجوم، وعندما وصل إلى ما يسمى بالفندق هناك تبين له أن الحجز كان لنزل عادي وبسيط بأربعة مفاتيح وليس فندقاً بأربعة نجوم، وفي هذا فرق شاسع.

– ماذا بشأن إلغاء الرحلات والغرامات المرتبطة بها؟

إن قانون حماية المستهلك يحمي المسافر كما يحمي المستهلك، وهذا يعفيه من دفع الغرامات الباهظة لقاء إلغاء صفقة أو شراء رحلة أو رزمة خدمات. طبعاً الأمر متعلق بفترة أيام معروفة قبيل السفر وليس في آخر لحظة. والقانون لم يستغل بالحجز بواسطة "الإنترنت".

– هل الحجوزات التي تتم عن طريق "الإنترنت" تنافس مكاتب السفر؟

بالتأكيد، فإن هذا ينافس جميع مكاتب السفر وليس "نزارين تورز" فقط، وهذا يشبه شراء السمك في البحر. لأن شراء رحلة عن طريق "الإنترنت" ينقصها الكثير، مثل التأكد من جودة الفنادق وخدماتها، أو تلقي الإرشاد اللازم أثناء زيارة المواقع السياحية، أو إذا صادف المسافر مشكلة معينة فكيف سيتصرف، وكيف سيحل مشكلته بمفرده؟ وقد يجد المسافر رحلة ما في المواقع المختلفة، ويظن أنه حظي برحلة زهيدة التكاليف فيستغلها مسروراً، ولكن حين يسافر يجد واقعاً مغايراً تماماً لما اشتراه ولما طلبه من "الإنترنت". وكثيرة هي الشركات التي تباع رحلاتها بهذا الشكل، وهي غير مسؤولة عن

المركز الطبي لعلاج الأسنان - الابتسامة المثالية
بإدارة: د. سامر خوري - هداسا



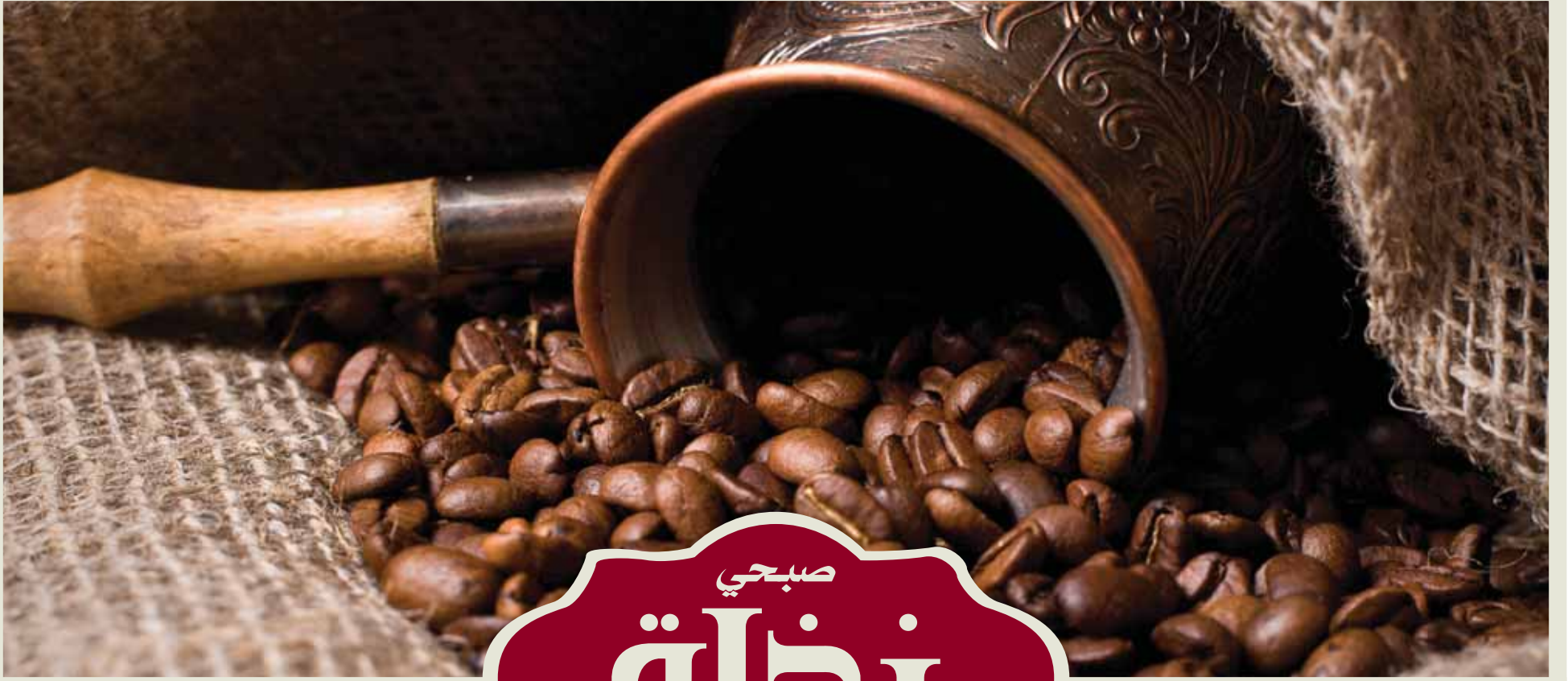
✓ زرع أسنان و تركيب بجلسة واحدة
✓ فحص وإستشارة مجانية

✓ علاجات تجميلية: قشور خرفية وتبييض أسنان
✓ علاجات جراحية: زرع أسنان، زرع عظم وقلع
✓ تركيب أسنان: ثابت ومتحرك
✓ تقويم أسنان: عادي وغير مرئي
✓ علاجات عصب وحشوات

– حملة خاصة لتبييض الأسنان –

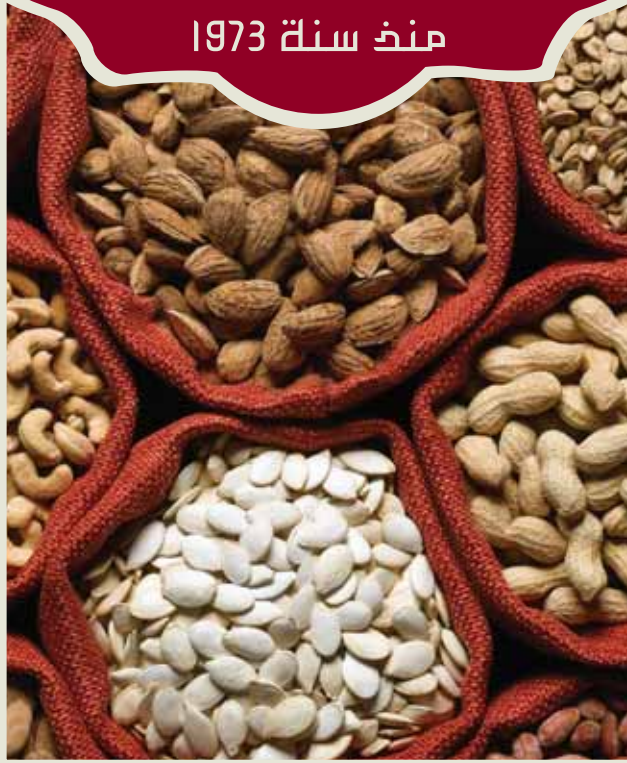
نحن نعمل مع كل من شركات التأمين - (هرئيل، فينيكس، ديكلو ومنورا)
מנורה מבטחים | הפניקס | הראל | דקלה
מחלקת ביטוח פנסיה ביטוח חיים

فرع حيفا: جادة بن جوريون: 077-2001660 | فرع الرينة: 04-6785548 | החיוך המושלם - ד"ר סאמר ח'ורי



نخلة

منذ سنة 1973



عامرة اعيادنا والبيت الكبير عامر...

سحر العيد...
فجر طالع والسعادة منورة الوجوه...
وبلّمتنا كلنا في البيت اللي راح يضل عامر...
عامر بمحبتنا وتسامحنا وعطائنا وعامر... بأشياء جامعتنا ومش ممكن
نستغني عن مذاقها...

قهوة نخلة للفصلية

بالأسلاك (الغزل)

القهوة مدرسة.. بتحكى قصص ناس

نخلة
بهارات

نخلة
بذورات

نخلة
بقوليات





جينز
99⁹⁰
حذاء
99⁹⁰

جينز
99⁹⁰
قميص
أبيض
49⁹⁰
حذاء
99⁹⁰



بنطلون
49⁹⁰
قميص أزرق
69⁹⁰
حذاء
99⁹⁰



جينز
أزرق
99⁹⁰
بلوزة أبيض
39⁹⁰

العید کل مع أفضل كل يوم حتى ليلة العید



69⁹⁰
فستان
أبيض / تطريز

بنطلون
49⁹⁰
بلوزة
49⁹⁰
فيست
49⁹⁰
حذاء
99⁹⁰

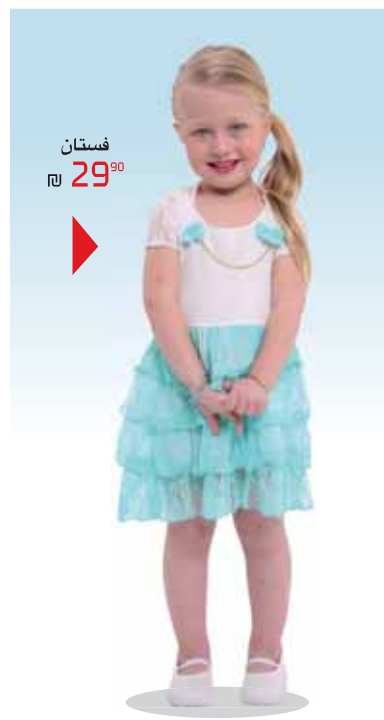
بنطلون أسود
49⁹⁰
تونيكا
تطريز أبيض
49⁹⁰



فستان
69⁹⁰
جاكيت
49⁹⁰
حذاء
99⁹⁰
فستان
49⁹⁰
فيست
49⁹⁰

هؤمان 9 - تلبوت، القدس | حوتسوت همفرايس، حيفا | هايهلوميم 7 أشدود | يس برو بلانيت، بئر السبع
ملابس أحذية | ألعاب | انسجة للبيت | ملابس داخلية | كوسماتيك ولوازم البيت | إكسسوارات | لوازم أطفال | أدوات وهدايا منزلية

مفتوح بأمسيات السبت
موقف مجاني



سجلك

تجديد الحملات

يد.. 9:00-23:00



BIG SHOP www.big-shop.co.il
ביג שופ
متعة التسوق المميزة لكل العائلة

ما عدا الجينزات، المخزون محدود، الشركة من حقها إيقاف الحملة بكل وقت. الصور للتوضيح فقط. الخطأ وارد
ساعات الدوام: الأحد - الخميس: 9:00 - 21:30، الجمعة: 9:00 - 15:00، أمسيات السبت حتى: 23:30

بلدية حيفا تنظم فعاليات وبرامج صيفية



لمراسل "حيفا"

مع خروج مئات ألوف الطلاب إلى العطلة الصيفية، ولهدف الترفيه والتسلية والتثقيف والنشاطات الرياضية والورشات الإبداعية، تقوم بلدية حيفا بعدد من الفعاليات والبرامج الصيفية المتاحة أمام الجمهور.

* انطلاق فعاليات "حار في البستان" *

للسنة السادسة على التوالي، ينطلق اليوم الجمعة، في الأول من تموز، البرنامج الصيفي المميز، "حار في البستان" أو بتسميته العبرية "حار بجان" (חار בגן)، وهو برنامج خاص للأطفال تنظمه بلدية حيفا ضمن الاحتفالات الصيفية المختلفة، في الحدائق القريبة من المناطق السكنية المختلفة، ويلقى إقبالاً واسعاً واستحساناً من قبل المشاركين.

ويشمل برنامج "حار في البستان" على العشرات من العروض الفنية، نشاطات رياضية، ورشات إبداعية، مسرحيات للأطفال، وغيرها من الفعاليات، باللغتين: العربية والعبرية.



* رقص حرّ في ساحة الحناطير *

ضمن الفعاليات والبرامج الصيفية المتاحة للجمهور الواسع، انطلق، في تمام السابعة مساءً من يوم الثلاثاء الأخير، برنامج الرقص الحرّ في ساحة الحناطير (ميدان باريس)، والذي يشرف عليه مدرب الرقص ديدلي لوسكي، وسيستمر البرنامج مساء كل ثلاثاء على مدار شهري تموز وأب.

جبارين ملعبها جوائز

كلام الخير

أسماء الفائزين في الحلقة الخامسة

رهف بسام سليم، دير حنا - فازت برحلة منظمة لكرواتيا وسلوفاكيا

سني عبد القادر، الطيبة - فاز برحلة لطابا

ملهم زريقي، كفر كنا - فاز برحلة لطابا

فرج حمودي، الناصرة - فاز بـ Playstation 4

محمد عواد، طمرة - فاز بحاسوب نقال

حمود عبد، نابلس - فاز بهاتف نقال

اسلام ابو جبل، جنين - فاز بصندوق بلو

محمد خضر، زلفة - فاز بصندوق بلو

هيثم مواسي، باقة الغربية - فاز بصندوق بلو

محمد ابريق، ابو سنان - فاز بصندوق بلو

BLU IT ع الجامد

* حسب شروط اللعبة. حتى نفاذ المخزون. الصور للتوضيح فقط الخطأ وارد.

לכבוד שמינית גמר היורו מבצע שאסור לפספס!

פיצה
משפחתית
רק ב-
45
ש"ח
בקניית 2 מגשים

קוד קופון: 456196

התמונות להמחשה בלבד. תקף בסניפי חיפה בלבד. מינימום הזמנה למשלוח 59.90 ש"ח. ט.ל.ח.

📍 הטכניון, חיפה | 📍 מוריה 13, חיפה | 📍 המושבה הגרמנית, חיפה



Pizza Hut



1-700-50-60-70 | pizzahut.co.il

حفل تخريج الفوج الخامس من مدرسة «حوار» المستقلة

معلومات وموادّ تعليميّة، طوّرت قدرة العمل على تطوير مهارات التّفكير، البحث، الحوار وتذويت القيم الإنسانيّة. في نهاية كلمتها توجّهت إلى طلابها الخريجين ولكل واحد منهم بشكل شخصي، معبّرة عن تميّزه والطاقت الكامنة به ومحفّزة إيّاه على تطويرها لما فيها من منفعة له ولمجتمعه.

أما مديرة المدرسة رانية كريني - عون الله، فقد أشارت إلى مرحلة الانتقال للمدرسة الثانويّة كمرحلة مهمّة وشاقّة، والتي تعتبر محطة من محطات الانتقال بالحياة، فيها تكمن مشاعر من الغموض، التّساؤلات وكذلك التّوتر، الأمر الذي من شأنه أن يجعل من تلك المرحلة رحلة شاقّة، مثيرة وملبنة بالمفاجآت. كما تحدّثت عن معنى النّجاح في سيرة الحياة، التي تشير إلى أهميّة التّصالح مع الذات، لكي يشق الخريجون بأنفسهم وليتذكروا دائماً أن قوتهم تكمن في فكرهم وفي شخصيّاتهم المميّزة.

رئيس الهيئة الإداريّة، د. سهيل أسعد، أعرب عن ثقته بنجاح الطلاب الخريجين في المرحلة الثانويّة وتمنّى لهم التّوفيق. كذلك شدّدت مديرة الجمعيّة إيمان قندلفت أن حوار كانت وستبقى البيت الثّاني لطلابها أينما كانوا.

وعن الطّلاب تحدّث الطّالب رازي حجير عن تجربته المميّزة في المدرسة بكل ما تخلّلها من تعليم وترسيخ القيم السّامية، وعبر عن امتنانه الكبير للطّاقم وإدارة المدرسة.

تخلّل الحفل فقرة فنيّة - عزف على العود - للفنان ميشيل روحانا، كما تمّ عرض عارضة من إنتاج الطّلاب، بحيث قاموا بالعمل عليها خلال دروس اللّغة العربيّة. اعتمدت العارضة على الصّور والكلمات المعبّرة ابتداءً من ذكريات الطفولة لتنتقل إلى مرحلة دخولهم إلى حوار وأخيراً انتقالهم منها.

في ختام الحفل، عُرض فيلم قصير من إعداد الخريجين، يعكس مسيرتهم في المدرسة واللحظات التي أمضوها هناك.

(تصوير: وائل عوض)

انفصال عجلة من الشاحنة أثناء السفر أصابت موظفة الحراسة في «رمبام»

لمراسل «حيفا»

وقفت موظفة الحراسة أمام موقف السيارات في «رمبام» كي تمارس عملها في فحص السيّارات الداخلة إلى الموقف التّحارّضي.

وأثناء ذلك شعرت بضربة قويّة في ظهرها ما أسقطها أرضاً. وتبيّن في كاميرات الحراسة أنّ عجلة ضخمة انفصلت عن شاحنة أثناء سيرها واصطدمت مباشرة بالحراسة، وبالسيارة التي كانت تتفحصها.

وتمّ نقل الحراسة فوراً إلى قسم الطوارئ لأنّها أصيبت برضوض في أنحاء جسمها، كما تمّ تقديم الإسعاف والعلاج لسائق السيّارة التي تضرّرت من عجلة الشاحنة الضخمة!

لمراسل «حيفا»

احتفلت جمعيّة حوار للتّربية البديلة، يوم الخميس 23.6.16، في مطعم «شواطينا» بتخريج الفوج الخامس من طّلاب الصّف الثّامن، وذلك بحضور الخريجين وعائلاتهم، الطّاقم التّربوي وأعضاء الهيئة الإداريّة للجمعيّة.

ألقت مرافقة الصّف الثّامن عائشة حاج يحيى - والتي رافقت الصّف على مدار ثلاث سنوات متتالية - كلمة، لخصت من خلالها مسيرة العمل مع الطّلاب. تلك المسيرة أكسبت الطّلاب



جبارين ملعبها جوائز

كلّام الخريجين

أسماء الفائزين في الحلقة السادسة

ضيف رضا، الرينة - فاز برحلة منظمة لكرواتيا وسلوفاكيا

ياسر مرمز، بير زيت - فاز برحلة لطابا

سليمان شرف، القدس - فاز برحلة لطابا

جان مطر، الناصرة - فاز بـ Playstation 4

محمد القاضي، رام الله - فاز بحاسوب نقال

سندس مصطفى، دير بلوط - فاز بحاسوب نقال

محمد وهيب، المغار - فاز بصندوق بلو

يزن وتد، جت - فاز بصندوق بلو

فادي قزحة، عرابة - فاز بصندوق بلو

بشار عبادي، كفر قرع - فاز بصندوق بلو

BLU IT
ع الجامد

بس فريشير وخلايل فريش

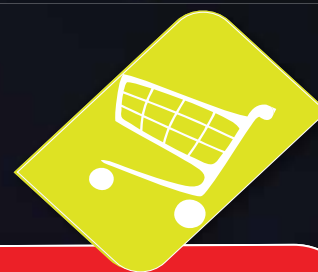


Nama
نعمة للتجارة والتسويق
والخير لقدام

فريشر مشروب غازي على أعلى مستوى من الجودة
مع مزيج فريد من الطعمات وبنكهات طبيعية ومنعشة
والتي تدخلك الى عوالم جديدة من المتعة.
متوفر بطعم التوت، الليمون، البطيخ، العنب، المندرين،
الليمون والنعناع، المياه الغازية وطعمة التفاح.

Fresher

קלאו אונליין



דבאח
סאלח דבאח ובניו

קטשוב חלו
אوسם
750 גמ

מحدد لوحدين
بشروة فوق ال 200 ش.ج.

4.90 ₪

طحينة الامير
1 كغم

محدد لوحدين
بشروة فوق ال 200 ش.ج.

9.90 ₪

تشكيلة مشروبات
كريستال 2 ليتر

محدد ل-8 وحدات
بشروة فوق ال 200 ش.ج.

**4 وحدات ب-
10 ₪**

حمص احلا
للتغميس
1 كغم

9.90 ₪

تشكيلة
سلطات
ميكي
400 غم

3 وحدات ب-

10 ₪

تشيبس تبوغان
2 كغم توغان

محدد لوحدين

14.90 ₪

صلصة تشيلي
حلو تومر
700 مللتر

وحدتان ب-

10 ₪

ذرة فاكوم
"هغان هيروك"

4 وحدات ب-

10 ₪

خيار بري حن
خل/ملح
3 كغم

محدد لوحدين
بشروة فوق ال 200 ش.ج.

9.90 ₪

فرع دير الاسد (البعنة) | فرع معليا، الشارع الرئيسي

معلوت - نهاري | فرع مجدال طبريا | فرع عين همفرايس عكا | ابحثوا عنا في f

يحق للشبكة ايقاف وتحديد الحملات باي وقت / لا يوجد بيع بالجملة / الصور للتجسيد فقط / لا ازدواجية بالحملات / الخطأ وارد
الحملات سارية المفعول لغاية 9.7.2016

***5333**



مفرمة خضار
نعمان

محدد ل- 3 وحدات
بشروة فوق ال 100 ش.ج.

₪ 69.90



سداسية كوكا كولا
2 ليتر

محدد لسداسيتين

بشروة فوق ال 100 ش.ج.

₪ 29.90



بوظة ريو
تريو
1.8 ليتر

محدد لوحدين بشروة فوق ال
200 ش.ج.

وحدات ب-
₪ 10



لبنة الهنا
1 كغم

₪ 9.90



بوريكس جبنة
معدنوت
800غم

محدد لوحدين
بشروة فوق ال 200 ش.ج.

₪ 9.90



مسحوق غسيل
بيوماط
5 كغم

حصري لأعضاء النادي
محدد ل- 3 وحدات بشروة فوق ال 100 ش.ج.

₪ 19.90



فييري سائل جلي
ليمون/برتقال
1.44 ليتر

حصري لأعضاء النادي
محدد ل- 3 وحدات بشروة فوق ال 100 ش.ج.

₪ 9.90



اكونوميكا معطرة
4 FIX ليتر

3 وحدات ب-
₪ 20



كرسي كلوب
كيتر

4 وحدات ب-
₪ 100



ورق تواليت سوفت
أبيض 48 لفة

حصري لأعضاء النادي
محدد ل- 3 وحدات بشروة فوق ال 100 ش.ج.

₪ 29.90



تشكيلة
فوط صحية
ألويز
كواترو

₪ 29.90

بعد مُضيّ سبع سنوات من العمل والعطاء مجلس حيّ الحليصة الحيفاوي يكرم نسرين مرقس



لمراسل "حيفا"

على مائدة إفطار رمضانية في مطعم «سميراميس»، كرم مجلس حيّ الحليصة الحيفاوي، نسرين مرقس (مديرة شعبة المركز الجماهيري/«متناس» الحليصة)، والتي أنهت عملها كمديرة للشعبة في نهاية الشهر. وقد حضر حفل التّكريم شمعون يفرح (مدير المركز الجماهيري «نافيه يوسف») وباسر بشر وأعضاء مجلس حيّ الحليصة، وعدد من نساء وناشطات الحيّ، إضافة إلى عدد من الفاعلين في الحيّ.

يُذكر أنّ نسرين مرقس تولت إدارة شعبة المركز الجماهيري الحليصة منذ تأسيسه قبل نحو سبع سنوات.. ومن أهم إنجازات هذا العمل المثمر مع مجلس الحيّ وسكان الحي كان البدء في بناء المركز الجماهيري «متناس» الجديد في شارع هيردين، والذي سينتهي العمل به في أواسط العام القادم 2017.

وقد أثنى الحضور على مساهمة نسرين في رفع مكانة الحي وإثرائه بالفعاليات والدورات، وخاصة في رفع مكانة المرأة في الحليصة. وقال شمعون يفرح إنّ نسرين عملت بشكل مهنيّ خلال فترة عملها بشراكة تامّة مع الأهالي ومع مجلس الحيّ، وأعطت بعملها أجوبة وحلولاً لأسئلة ومشاكل صعبة، طرحت من قبل السّكان منذ بداية المشوار. وأعرب الحضور عن أسفهم لإنهاء مرقس عملها، حيث يعتبرونها خسارة للحيّ.. وما أنّ قرار التنحي جاء من قبل نسرين تمّنى لها الجميع النّجاح والتميّز بعملها

الجديد، وفي كلّ طريق تختار أن تسلكها. وترغرت الدّموع في عينيّ نسرين، حيث بدا عليها التأثّر، وأوصت في كلمتها مجلس الحيّ وسكانه أن يستمرّوا في مسيرتهم لتطوير الحيّ وتطوير شعبة المركز الجماهيري، ودعم كافّة الأطر الموجودة فيه والاستمرار بالعمل معاً بروح الشّراكة والعطاء التي يعمل بها المجلس ودعم أيّ مديرة سيأتي خلفاً لها، لأنّ أهالي حيّ الحليصة ومجلس الحيّ هم أساس نجاح أيّ مشروع فيه. هذا وقدم مبدأ كيّال، باسم مجلس الحيّ، درع شكر وامتنان لنسرين مرقس، كما قدّم لها شمعون يفرح هديّة تذكاريّة. وتواعد الحضور على استمرار العمل والتّواصل مع نسرين مرقس، حتّى بعد تركها منصبها وعملها في الحيّ، لأنّها أصبحت جزءاً منه.

النائب عودة يلتقي السفير الفرنسي حول المبادرة الفرنسيّة

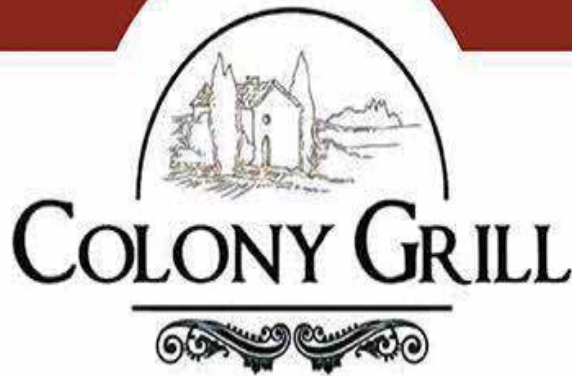
* عودة: الثّوابت الفلسطينيّة هم الأسس الدّنيا للسلام العادل
* مازوناف: المبادرة الفرنسيّة لم تدخل بهذا التفصيل



لمراسل "حيفا"

الاعتراف بدولة يهوديّة ضمن الخطة كما أُشيع، فأجاب السّفير الفرنسي بأنّ الخطة لم تدخل أو تناقش هذا التّفصيل. فأكد النائب عودة بأنّ هذا الأمر له اسقاطاته على أهل البلاد الأصليين، وأنّ الدولة يجب أن تكون ديمقراطيّة، دولة مساواة قوميّة ومدنيّة مع كل المواطنين. وعرض النائب عودة قضايا المواطنين العرب عمومًا، مفردًا مساحةً خاصّة لقضية أم الحيران معتبرًا هذه القضية خطأ أحمر، وأنّ هذه العقليّة الترانسفيرية من شأنها أن تشعل البلاد، ولهذا يجب وضع كلّ الطاقات لمنع تنفيذ هذا المخطط الإجرامي.

التقى النّائب أيمن عودة (رئيس القائمة المشتركة)، السّفير الفرنسي باتريك مازوناف في سفارة فرنسا في تل أبيب. وقد طلب النّائب عودة مناقشة المبادرة الفرنسيّة ومعرفة مضامينها. وأكد عودة أنّ فرنسا دولة مهمّة للغاية، كما أنّ التفرد الأمريكي بما يُسمّى عمليّة السلام منحاز لإسرائيل، وأنّ المبادرة ألقت الضوء بقوة على القضية الفلسطينيّة، ولكن على الجميع أن يعلم الحقيقة أنّ الثّوابت الفلسطينيّة هي الأسس الدّنيا لأيّ حل سلمي. كما طلب النّائب عودة معرفة إذا تم إدراج



مطعم كولوني جريل يقدم

meat لقمة هنية وأسماء بحرية بسهرة رمضانية

يوم السبت 02.07.16 ساعة الإفطار مع المطرب إبراهيم خليل

السعر للزوج 300 ش.ج يشمل:

وجبة عشاء مشروب بارد وتحلاي.

يوجد لدينا أراجيل



للحجز والاستفسار: 054-9040555

رمضان كريم

قهوة النخلة أبناء رقيق نخلة
تتقدم بأجمل التهاني والتبريكات بمناسبة
 حلول العيد المبارك
أعاده الله علاج الجميع بالخير واليمن والبركات
كل عام وأنتم بألف خير



قهوة
النخلة
الحقيقية

محمص حسن خرساني

تنزيلات هائلة وأسعار مغرية بمناسبة
عيد الفطر السعيد
كل عام وأنتم بألف خير

أجود
وأفخر البزورات
الطازجة والمحمصة
تشكيلة واسعة
من الفواكه
المجففة

هدايا
بمناسبة
العيد

شوكولاتة
طليانية فاخرة
مستورة



شارع هرتسليا 32، حيفا 050-4274677 | إرساليات لجميع مناطق حيفا

المحمص مفتوح يوميا في الساعات: 8:00 صباحاً وحتى 1:00 بعد منتصف الليل | زوروا صفحتنا في الفيسبوك בית קליה ח'ורסאני

شبكة المدارس الثانوية

كمان بچروت وكمان مهنة

لصفوف التاسع / عاشر / حادي عشر / ثاني عشر

شهادة بچروت كاملة توصلك الى الجامعة!

الطالب في المركز

وجميع الطاقم التعليمي لخدمته..

- بوابة المدير مفتوحة لك - الطالب في اعلى سلم الاولويات
- بيئة تربوية مميزة وجو هادئ
- متابعة لطلاب ذوي عسر تعليمي!
- دروس تقوية حسب احتياجات الطالب
- عدد الطلاب في كل صف لا يتجاوز العشرين طالبا

إنضم الآن للنجاح..

04-674-62-58



1-800-81-81-71

ثانوية
النجاح
גימנסיה כרמל

04-608-34-71



مجوهرات بشارة إخوان



بإدارة: ميشيل بشارة وأولاده



كل عام نختتم

عيد سعيد فطر مبارك
أعاده الله علينا وعليكم باليمن والبركات

RADO | TISSOT | D&G | BOSS | GIORGIO ARMANI | DKNY | GUESS | GC | GANT | LACOSTE

أفخم أنوع الساعة



Find us on

Facebook

Bishara Bros. Jewellers

حيفا - شارع الخوري 22، هاتف: 04-8622719

النائب عودة يخطب في الأمم المتحدة عن مكانة المواطنين العرب



لمراسل "حيفا"
ألقي النائب أمين عودة (رئيس القائمة المشتركة) كلمة في مقر الأمم المتحدة في جنيف حول مكانة ودور المواطنين العرب في دفع العملية السلمية وإنهاء الاحتلال.

وفي كلمته شدّد النائب عودة على أنّ المواطنين العرب الذين يشكلون 20% من المواطنين، وإذا كان قرار تعزيز الاحتلال يتجاوز المواطنين العرب، فإنّ قرار إنهاء الاحتلال لا يمكن أن يكون دون الوزن الكمي والتنوعي للمواطنين العرب.

وأكد عودة أنّ نتניהو يدرك ذلك تماماً منذ أن كان رئيساً للمعارضة في الوقت الذي اعتمد به رابين على النواب العرب، فكان نتניהو يحرض لدرجة أنّه قال إنّ الخطر الأكبر على إسرائيل هو ليس الفلسطينيين في الضفة والقطاع، وإنما العرب هنا في إسرائيل! ورفع نتניהو نسبة الحسم كي تخدم أهدافه، وحرض علينا الجمهور اليهودي في يوم الانتخابات بأننا نذهب للاقتراع. ويحرض علينا كلّما اعتلى منصة الكنيست، وآخر مجهوداته تصبّ في قانون الإقصاء الذي يُعطي الحق لأعضاء كنيست طرد أعضاء كنيست آخرين. وقال عودة إنّ على المواطنين العرب أن يردّوا بزيادة التصويت، وبالمزيد من النضال من أجل حقنا بالشرعية السياسية الكاملة كوننا أهل الوطن وكوننا مواطنين، وأيضاً بتعزيز الشراكة العربية - اليهودية. وأنهى عودة بأن الاحتلال يزول بعوامل ثلاث: المقاومة، الرأي العام داخل الدولة التي تمارس الاحتلال، والضغط الدولي. وأكد إنّنا موجودون بالبعد الثاني، ونضع كل وزننا

لإنهاء هذا الاحتلال المجرم. هذا والتقى النائب عودة، نائب الأمين العام للأمم المتحدة ميروسلاف جينشا والمفوض السامي لحقوق الإنسان زيد بن رعد في جنيف. وتحدّث النائب عودة عن أهم القضايا التي تواجه المواطنين العرب، ذاكراً أمثلة للتمييز في مختلف مناحي الحياة. وركّز عودة بشكل خاص على قرار حكومة إسرائيل تهجير أهالي أم الحيران في النقب، وإقامة حيران اليهودية بدلاً منها على ذات الأرض. كما تحدّث النائب عودة عن قانون الإقصاء الذي يُعطي الحق لأعضاء كنيست طرد أعضاء كنيست آخرين. وشرح بأنّ هدف نتניהو وحكومته هو نزع الشرعية عن المواطنين العرب، وهذا ما يقوم به نتניהو منذ تسعينيات القرن الماضي حتّى اليوم. وقد تلقى النائب عودة تعهداً بأن تُرسل الأمم المتحدة رسالة لحكومة إسرائيل لسؤالها عن قضية أم الحيران.



لجمعية الشباب العرب (بلدنا) مطلوب

مساعدة إدارية

حسب المواصفات التالية :

- تجربة سابقة في إدارة مكتب .
- قدرة تنظيمية مثبتة.
- قدرة على العمل تحت الضغط.
- مستوى جيد في اللغة الانجليزية.
- يسكن / تسكن في مدينة حيفا.
- تجربة في إدارة حسابات وكتابة تقارير مالية.
- إدارة حسابات [1+2]
- أفضلية للحاصلين على رخصة سياقه ويمتلكون سيارة.
- إلمام في الانترنت وبرامج ال WINDOW – PUBLISHER +EXCEL
- أفضلية لمن له ١٨ تجربة سابقة في جمعيات ومؤسسات اهلية.
- حجم الوظيفة: 3 أيام عمل اسبوعية .

على المعنيين إرسال سيرة ذاتية باللغة العربية ومع الاشارة لاسم الوظيفة، على البريد الالكتروني التالي:

nadem@baladnayouth.org

الموعد الأخير للتقديم هو يوم الخميس 30.6.2016

ملاحظات: تقبل سيرة ذاتية باللغة العربية وسيتم دعوة الملائمين فقط لمقابلات شخصية.



توفيق سليم تصميم معماري وهندسة ديكور

تقدم لربنا الله الام
آخر التهاني والتبريكات بمناسبة
عيد الفطر العيد
كل عام وانتم بخير

شارع معتمد 132، حيفا | 052-8730747 | www.SalimArch.com



كل يوم امة جديدة بحسب



مقهى • مطعم • مناسبات
جادة بن غوريون 35، حيفا



برنامج الدراسات النسوية في «مدى الكرمل» في حيفا يعقد مؤتمره الدولي الثاني المرأة الفلسطينية، القانون والدولة في السياق الاستيطاني الاستعماري

لمراسل "حيفا"

يُعقد في عكا القديمة، يوم الخميس الموافق 14/7/2016، المؤتمر الدولي الثاني لبرنامج الدراسات النسوية في مدى الكرمل - المركز العربي للدراسات الاجتماعية التطبيقية، تحت عنوان: المرأة الفلسطينية، القانون والدولة في السياق الاستيطاني الاستعماري.

يسعى المؤتمر إلى مناقشة العلاقة بين أطراف المثلث الثلاثة: المرأة الفلسطينية، والقانون، والدولة في السياق الاستيطاني الاستعماري. ويسلط المؤتمر الضوء على النساء في هذا المثلث، ويفحص وضعيتهن، وتأثير هذه العلاقة عليهن من خلال التركيز على ثلاثة أبعاد عينية. أولاً، البعد الجندري لنوعية هذه العلاقة، والتمييز الواقع على النساء من قبل المؤسسة الحاكمة من جهة، ومن قبل المجتمع الذكوري الداخلي الفلسطيني والمجتمع الإسرائيلي من جهة أخرى. ثانياً، البعد العرقي وعنصرية الدولة تجاه الفلسطينيين عامة، والمرأة الفلسطينية خاصة، فيما يتطرق البعد الثالث إلى كولونيالية قانون المستعمر، ووضعيات النساء الفلسطينيات في المناطق الحدودية.

من جهة أخرى، سيسلط المؤتمر الضوء، أيضاً، على دور القانون كنهج جوهري في المنظومة الاستيطانية الاستعمارية لاستلاب المرأة الفلسطينية حقها في حياة كريمة. في المحاضرة التي تقدمها نادرة شلهوب كليفوركين، مديرة وحدة الدراسات النسوية في مركز مدى الكرمل، فإنها تشير إلى أهمية المؤتمر في التركيز على السياق القانوني الاجتماعي، إذ تقول: "إن الاستيطان الاستعماري قد نفذ "بالقانون"، وإن القانون كان، وما زال، أداة استلاب وقمع للمرأة الفلسطينية في أرضها؛ فقوانين الطوارئ، على سبيل المثال وليس الحصر، أسرت الفلسطيني في أرضه، وقانون المواطنة سلب الفلسطينيين حقهم في العيش باحترام مع عائلاتهم ومحبيهم، وقانون العنف ضد المرأة نُفذ بأساليب ثقافية واستشراقية أثرت على قمع المرأة، وقانون النكبة جرم حتى مجرد الحق في الذاكرة".

يستضيف المؤتمر باحثات دوليات ومحليات متخصصات في مجالات القانون والعلوم الاجتماعية والإنسانية من جامعات محلية وأجنبية مختلفة. سيستغل المؤتمر ثلاث جلسات تناول مواضيع مختلفة. الجلسة الأولى، ستتناول موضوع المرأة ما بين عنصرية الدولة والقانون، مع مداخلة للمحاضرة شيريل هاريس، من كلية الحقوق في جامعة كليفلاند، والتي ستحدث، بدورها، عن التجربة الأمريكية في عنصرية الدولة والقانون. المداخلة الثانية ستكون للمحامية سهاد بشارة، والتي ستتناول، خلالها، موضوع الفضائل الجندرية في تكوين الاستعمار الاستيطاني الإسرائيلي. أما المداخلة الثالثة فهي مع المحاضرة سراج أبو ربيعة قويدر، من جامعة بن غوريون في النقب، وستحدث قويدر عن سياسة محو الطبقية لدى النساء الفلسطينيات العاملات في النقب.

ستناقش الجلسة الثانية موضوعات الجنسية، والعنصرية، والعنف ضد المرأة. وستتناول هذه الجلسة أربع مداخلات مختلفة. المداخلة الأولى للمحاضرة دانييل دي سيلفا، من جامعة كوين ماري في لندن، تتطرق فيها، لموضوع النساء الفلسطينيات في مواجهة العنف العنصري. المداخلة الثانية للمحامية نسرين مصاروة، ستحدث فيها عن الدولة، المشغل الفلسطيني والتحرش الجنسي في أماكن العمل. وستكون المداخلة الثالثة للمحامية عبيد بكر، التي ستحدث، بدورها، عن فقدان الحماية القانونية لدى الأسيرات الفلسطينيات في السجون الإسرائيلية. المداخلة الرابعة، لطالبة الدكتوراه سائدة مقاري - ريناوي، ستتناول موضوع بعنوان «ما بين الرواية والقرار، عرض وتحليل نقدي لجريمة اغتصاب المرأة الفلسطينية بحسب ظهورها في قرارات المحاكم اللوائية في إسرائيل».

ستتناول الجلسة الثالثة والأخيرة موضوع «القانون، الإماتة والمناطق الحدودية» من خلال أربع مداخلات: الأولى للمحاضرة روزاليندا فراغوسا، من جامعة كاليفورنيا في سانتا كروز، وستعرض موضوع: حياتية الموتى في المكسيك وسياسات الموت. المداخلة الثانية لطالبة الدكتوراه عرين هوري، وستعرض النقاش حول تعديل قوانين الأحوال الشخصية: الخطابات والمرجعيات. أما المداخلة الثالثة، فللمحامية حلا موسى دكور، والتي ستناقش، بدورها، استقلالية المحاكم الكنسية عن جهاز الدولة: إرث أبوي استعماري وقرار سياسي يحد. المداخلة الأخيرة للمحاضرة سهاد ضاهر ناشف، وستتناول موضوع الاعتقال الإداري لجثامين الفلسطينيات، تجسيد القوانين. تجسيد الجثامين.

يختتم المؤتمر بجلسة نقاش مفتوح بمشاركة عضو البرلمان حنين زعبي، وبروفيسور نادرة شلهوب كليفوركين، والمحامية الحان نحاس - داود. الدعوة عامة ورحب مدى الكرمل - المركز العربي للدراسات الاجتماعية التطبيقية بالحضور، لما في ذلك من إثراء لتجربتنا الجمعية.

من صندوق «بايس» للثقافة منحة مالية للكاتب عفيف شليوط

* تقديم منحة دعماً لبحثه الأكاديمي، تمهيداً لإصداره في كتاب باللغة العبرية *



سبق أن عرض بحثه المذكور في إطار المؤتمر الذي عقدته جامعة حيفا في شهر أيار حول الثقافة الفلسطينية. سبق هذا البحث الذي أعده شليوط باللغة العبرية، أن تُرجمت مسرحيته "اعترافات عاهر سياسي" الحاصلة على جائزة أفضل مسرحية للعام 2002 في مهرجان مسرحيد في عكا، إلى اللغة العبرية حيث عُرضت باللغة العبرية في إطار مهرجان "تياترنسو" في العام 2010 في يافا - تل أبيب.

لمراسل "حيفا"

حصل، مؤخراً، الكاتب عفيف شليوط على منحة مالية بقيمة 55 ألف شيكل من صندوق "بايس" للثقافة، دعماً لبحثه الأدبي الأكاديمي "استخدام اللغتين العبرية والعبرية في إنتاجات مسرحية إسرائيلية - الوظيفة والمقومات". يهدف هذا الدعم إلى المساهمة في إصدار هذا البحث في كتاب باللغة العبرية. أعد الكاتب بحثه هذا في إطار دراسته الأكاديمية في قسم الأدب المقارن في جامعة حيفا، حيث

גרעניץ עפולה

החמניה

معسل
أردني فاخر
بجميع النكهات
1 كغم بـ 160 ₪ فقط!

نعرض الجميع بمناسبة عيد الفطر العيد

كل عام وأنتم بخير

Marlboro 31 ₪	Pall Mall 26 ₪	Kent 31 ₪
Next 26 ₪	Parlament 35 ₪	Winston 29 ₪
Golden Virginia 50 gr 39 ₪	Marlboro 50 gr 39 ₪	Bali 50 gr 37 ₪

מבצע סיגריות
מבצע פד

* الحملة سارية المفعول حتى نفاذ المخزون * خاضع لشروط الحملة * الصور للتوضيح فقط

شارع ي.ل بيرتس 7، حيفا | هاتف: 052-5917075



NAJJAR MOUSSA

Wholesaler Jewellery Diamond Watches



مجوهرات موسى نجار يهنى الجميع بمناسبة
عيد الفطر السعيد

كل يوم لا نستغنى عن

شارع الخوري 19، حيفا | تلفون: 04-8624963 | فاكس: 04-8676811

أهني، الجميع
بمناسبة حلول
عيد الفطر المبارك
أعاده الله علينا
بالحبة والسلام

محمد زينة
شحاته





كلامدريس

نتقدم بأحر التهاني بمناسبة
عيد الفطر السعيد

كل عام ولدتكم بخير

SABBAH

offering the best fast food since 1987

نتقدم لزيائنا الكرام بأحر التهاني والتبريكات بحلول

عيد الفطر المبارك

أعاده الله عليكم بالصحة والعافية

الحلوى

منطقة الإرساليات محدودة | Allenby 37. Haifa
نقدم الأفضل منذ سنة 1987 | 04 - 8535450

حلال

الباجيت يخبز في المحل

Cello

تشيلو fashion



العید
احلی



cello fashion



تشيلو שפרעם רחוב 306

شفاعمر و ظهر الكنيس

04-8335517

نشوب حريق في مبنى سكني في حيفا

لمراسل «حيفا»
عمّم النّاطق باسم سلطة الإطفاء والإنقاذ للوسط العربي، كايد ظاهر، بياناً على وسائل الإعلام، وصلت نسخة عنه إلى صحيفة «حيفا»، جاء فيه: «شبّ حريق في حيّ «هدار هكرمل» في شارع بن يهودا في مدينة حيفا، وقد اندلع الحريق جرّاء اشتعال نخلة سقطت على إحدى العمارات السكنيّة وأكّد البيان أنّه: «انبعث من المكان دخان كثيف، وقد هرع طواقم الإطفاء والإنقاذ إلى المكان وعملت على إخماد الحريق الذي اندلع المبني، علماً أنّه لم يبلغ عن أي إصابات بشرية».

ضمن مؤتمر عالمي للأبحاث في الكلية الأكاديمية العربية للتربية - حيفا: المحامي كمال: «لا مبرر لوجود الكليات الأكاديمية إذا لم تكن مركزاً للأبحاث العلمية»



لمراسل «حيفا»

«لا مبرر لوجود المؤسسات الأكاديمية المختلفة إذا لم تكن إضافة إلى دورها التربوي والتدريسي، مكاناً يلتقي فيه الباحثون والعلماء وينهلون فيها من مشارب العلم والبحث ليطوروا ذاتهم وليحفّزوا لديهم ولدى طلابهم وزملائهم خصائص السعي نحو كل جديد وسير أغوار البحث، وصولاً إلى الابتكار والاختراع...» هذه كانت كلمات المحامي زكي كمال (رئيس الكلية العربية الأكاديمية للتربية في حيفا)، في مستهل اليوم العالمي للأبحاث العلمية الدقيقة والتربوية، الذي نظّمته الكلية هذا الأسبوع، بمشاركة كوكبة من الباحثين والعلماء من مختلف جامعات وكليات البلاد وألمانيا.

وأضاف المحامي زكي كمال: لا استمرار لمسيرة الطلاب والمحاضرين في كليتنا هذه التي نقشنا على رايته راية البحث والتنافس العلمي وصياغة شخصية الأكاديمي العربي في البلاد، باحثاً ودارساً، ولا استمرار لهذه المسيرة في أي جامعة أو كلية أخرى إذا لم يكن اقتحام مجال العلوم هدفهم الأول، وإذا لم يكن البحث ثم البحث ثم البحث هاجسهم الدائم أو إذا شعروا بالرهبة والخوف والتردد من اقتحام عوالم الكشف والاختراع والبحث العلمي والأكاديمي على أنواعه.

وكان المؤتمر قد جرى، يوم الثلاثاء من هذا الأسبوع، في قاعة المؤتمرات في الكلية بمشاركة واحد وثلاثين باحثاً وعالمياً من محاضري وأساتذة كليات وجامعات مختلفة في إسرائيل

والعالم، وعدد من المدعوين الذين شاركوا في النقاش وأثروا بمدخلاتهم في الطروحات لأبحاث أخرى سيجريها علماء ومحاضري الكلية. وخلال المؤتمر عرضت محاضرات وأبحاث حول علوم الكرة الأرضية والمهارات اللغوية والمعلمين والمعلّمت العرب في البلاد ودراسة المواضيع العلمية بين الفتيات والفتيان وتطوير التفكير المنطقي والعلمي وتدريب الرياضيات وعلم الحاسوب، وغيره من العلوم الدقيقة؛ وتولى تنظيم المؤتمر لجنة في عضويتها البروفسور سلمان عليان (مدير الكلية) والدكتور محمد حجيرات (نائب المدير) والدكتور رافع صفدي (رئيس سلطة الأبحاث في الكلية) والبروفسور آفي هوفشتاين (عميد قسم الأبحاث في الكلية).

وتمن البروفسور سلمان عليان عالياً إقامة هذا المؤتمر العلمي البحثي العالمي، مؤكداً أنّه نشاط آخر يؤكد ريادة الكلية وكونها السبّاقة في الوسط العربي لارتداد مجال البحث وتشجيعه عبر نشاطات لا تعترف بالحدود الجغرافية في تبادل المعلومات والأبحاث، وصولاً إلى اختراقات ترفع من شأن البشرية دون فارق في العرق والدين والجنس والانتماء الفكري أو العقائدي أو غيره.. من جهته أثنى المحامي زكي كمال على القائمين على المؤتمر والمشاركين فيه، وأكد أنّ الأبحاث والمحاضرات العلمية تثبت أنّ الكلية تسير على الطريق الصحيح وبخطى واثقة نحو تحقيق أهدافها التي ستنتهي إلى الاعتراف بها جامعة، كباقي الجامعات في البلاد والعالم.

ملحمة فارس

بإدارة حمودي مرة

تعلن ملحمة فارس بمناسبة شهر رمضان
عن حملة تنزيلات على جميع اللحوم والدجاج



99 ⁹⁰	6 كغم فخاد
99 ⁹⁰	3 كغم برغيت
99 ⁹⁰	3 كغم شنيّتسل نظيف + 1 فيروز لحم
99 ⁹⁰	1.5 كغم شاورما عجل صغير
199 ⁹⁰	5 كغم عجل صغير مطحون (خشن / ناعم / كباب مع خروف)
75	1 كغم عجل للشّي رمستك (שיטל)
49 ⁹⁰	3 كغم كبدة / قلوب
49 ⁹⁰	6 كغم جنحان دجاج طازج



رمضان كريم

شارع النبي 17، حيفا | إمكانية التوصيل حتى البيت (300 ش.ج وما فوق) | 052-9040009/04-8229010

محلات الخرسانة

نهنيء الجميع بمناسبة
عيد الفطر السعيد


أعاده الله عليكم بالمحبة والسلام

عَلَيْكُمْ سَعِيدٌ

أهديكم عطر الورد
وأرسل عنواننا أنتم جوابه..
وأهنيكم بمناسبة
عيد الفطر السعيد

مع خالص حبي
المطرب
كمال سليمان

www.kamalsliman.net

 Kamal Sliman

e-mail: kamalsliman@gmail.com

050-2488438 / 052-2488438



Garden البستنا

نجمعنا فرحة العيد...

كل عام وأنتم بألف خير

من طاقم الجاردن



للحجز والاستفسار 04-8507061

www.gardenrest.co.il



www.facebook.com/gardenrest

حيفا، جادة بن غوريون 43

«فوزي موزي وتوتي» يتوجهان إلى عمان بعد جولة عروض ناجحة في المناطق الفلسطينية



لمراسل «حيفا»

ومشاهدة العروض.
وعن العرض القادم في الأردن، أفادنا مندوب شركة الإنتاج «كلمنتينا» التي تعمل على تنظيم العرض هناك، بأن تذاكر العرض تشهد طلباً كبيراً من قبل الجمهور، حيث اقترب موعد العرض الذي سيقام بتاريخ 8/7/2016 في قصر الثقافة - عمان الساعة الرابعة مساءً، كما ذكر بأن الجمهور بالعالم العربي عامة والأردني خاصة ينتظرون بفارغ الصبر. ويضيف فوزي، بأن راعي العرض في عمان من ناحية إعلامية سيكون من خلال محطة التلفزيون «رؤيا» ومحطة الراديو «مزاج»، وبأن هناك عروض أخرى خارج البلاد، لكن الحديث عنها ما زال مبكراً.

يستعد الثنائي «فوزي موزي وتوتي» حالياً، للعرض القادم في العاصمة الأردنية عمان، حيث سيقدّمان بمرافقة شخصية «المندينا» عرضهم الأول خارج البلاد، وذلك بعد جولة عروض ناجحة في المناطق الفلسطينية في الداخل والضفة.
وعن جولة العروض هذه، قال فوزي سعيد، صاحب شخصية «فوزي موزي»: لقد كانت الجولة ناجحة جداً، وامتألت القاعات حتى آخرها، وقد اخترنا عدة مدن منها الخليل ونابلس ورام الله والقدس وبيت لحم وطولكرم، بحيث استطاع الجمهور المحيط بها في نفس المنطقة الحضور

جناح التفتيش عن الأقارب في «رمبام»



لمراسل «حيفا»

تجري هذه الأيام اللّمسات الأخيرة لافتتاح مركز الأورام الجديد في «رمبام» على اسم يوسف فيشمان. وتطوّر هذا المركز طيلة خمسين عاماً وأصبح من أهم المراكز المماثلة في البلاد، من حيث العلاجات والأجهزة المتقدمة.
وتّم ذلك بالتعاون مع عدد من المؤسسات العالمية وخبرات مهنية للفريق الطبي والعلاجي. وسيتمّ تخليد أسماء المحسنين والمتبرعين الذين قدّموا من أموالهم لتطوير هذا الجناح، ولم يعلن عن أسمائهم في السابق.
وقالت مديرة العلاقات الخارجية في «رمبام» إننا نتوجّه إلى الأقارب والمعارف لإرشادنا إلى أسماء هؤلاء المتبرعين، وبالتالي سيتمّ نقش أسمائهم كما يليق بهم.

دجاج الزرطمة

ملحمة مريم

تجدون
لدينا جميع أنواع
اللحوم الطازجة
يوميًا



نهنئ الجميع بمناسبة
عيد الفطر السعيد

كلّاكم فائزاً بحنين



6 كغم
فخاد دجاج
100⁰⁰ ₪



3 كغم
لحمة مطحونة
100⁰⁰ ₪



4 كغم
صدر دجاج
100⁰⁰ ₪



4 كغم
"برغيت"
100⁰⁰ ₪

بإدارة شافع أبو راس | شارع يافنيه 7، حيفا | 04-8620818



Florist Sabrin Aboud

فلوريسٲ صابرين عبّود

تهنئٲ جميع المحتفلين بمناسبة
عيد الفطر السعيد

عيدكم مبارك

סברין עבּוד - עיצוב פרחים | זרים סידורים | אירועים | עציצים, גינות | ולימוד שזירת פרחים



Sabrin Aboud 1-700-708-768

יפו 114 חיפה (פורד) | נייד: 050-8620050 | טל: 04-8444680 | פקס: 04-8444681



A man with dark hair, smiling and pointing his right index finger towards the camera. He is wearing a white blazer over a black shirt with a blue and white striped collar. The background is dark.

EG

ELIASGLYANOS

ألفني الجميع بمناسبة
عيد الفطر السعيد

مرحباً
والتي تحب

Balcon

Restaurant & Bar



ادارة وطاقم العاملين
بمطعم ومقهى Balcon
يتقدمون بأحر التهاني الى جميع المحتفلين
بمناسبة عيد الفطر السعيد

كُلُّكُمْ رَحْمَةٌ وَرَحْمَةٌ

"والله تحببت وحلويت يا بلعون"
والله تحببت وحلويت!

ليلة القدر والعيد



الشيخ رشاد أبو الهيجاء
(إمام مسجد الجرينة ومأذون حيفا الشرعي)

«إنَّ الله أبدلكم خيراً منهما يوم الفطر ويوم الأضحى»، وهما أيام شكر لله تعالى على ما يسر من طاعات من صوم ووقوف على عرفات. قال تعالى (يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمْ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمْ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَى مَا هَدَاكُمْ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ). ومن شكر العبد لربه أنه يشارك في صلاة العيد التي تعتبر سنة. فمن فاتته يسر له أن يصلّيها بمفرده.

وقد حرص الرسول (ص) أن يشارك فيها جميع الناس. قالت أم عطية: إن رسول الله كان يخرج الأيثار والعواتق وذوات الخدور والحبيض في العيدين. فأما الحبيض فيعتزلن المصلى ويشهدن دعوة المسلمين.

بخلاف ما ذهب إليه بعض الجهلة الذين يحاولون منع المرأة من المشاركة في صلاة العيد. وكأن العيد والذين للرجال دون النساء، متجاهلين أن المرأة مكلفة كالرجل. قال تعالى (فَاسْتَجَابَ لَهُمْ رَبُّهُمْ أَنِّي لَا أَضِيعُ عَمَلَ غَامِلٍ مِّنْكُمْ مِّمَّنْ ذَكَرَ أَوْ أَنشَى بَعْضُكُمْ مِّنْ بَعْضٍ). وإن جاءت الرخصة للمرأة بالصلاة في بيتها لمشاغلها التي قد تحول بينها وبين صلاة الجماعة. وحتى لا تكون فرحة العيد مقصورة على الأغنياء، حث رسول الله (ص) على إخراج زكاة الفطر مبيّناً الغاية منها. فقال «طهرة للصائم من اللغو والرفث وطعمة للمساكين». فتجاهل الفقراء والمساكين دليل على قلة الإيمان.

قال رسول الله «والله لا يؤمن والله لا يؤمن والله لا يؤمن قيل من يا رسول الله قال: من بات شبعان وجاره إلى جنبه جائع وهو يعلم»؛ بل حث الرسول على الصدقة للفقراء والمساكين حتى الكفاية. فقال: «أغنوهم عن طواف هذا اليوم».

فيمد يد العون للفقراء والمساكين تعمّ الفرحة بين الأغنياء والفقراء. ويجدر بنا أن ننتبه إلى أن رمضان موسم للتغيير، في العادات والأفكار غير الأخلاقية، وفرصة لفتح صفحة جديدة من الطاعات، وخاصة ترك العداوات وقطيعة الرّحم.

قال تعالى (فَهَلْ عَسَيْتُمْ إِن تَوَلَّيْتُمْ أَن تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ وَتَقَطَّعُوا أَرْحَامَكُمْ * أُولَئِكَ الَّذِينَ لَعَنَهُمُ اللَّهُ فَأَصَمَّهُمْ وَأَعَمَّى أَبْصَارَهُمْ). تعالوا بنا نستعلي فوق الأنانية ونقطع حبال الغضب فنصل الأرحام ونحسن إلى الجيران ولكل من له حق علينا، ولا نقول نصل من وصلنا بل علينا أن نعمل بوصية رسول الله «ليس الواصل بالمكافئ ولكن الواصل الذي إذا قطعت رحمه وصلها»..

وكل عام وأنتم بخير.

سيحيي العباد هذه الليلة المباركة من أيام رمضان أملاً منهم أن تكون ليلة القدر التي قال عنها ربنا في كتابه (إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةِ الْقَدْرِ * وَمَا أَذْرَاكَ مَا لَيْلَةُ الْقَدْرِ * لَيْلَةُ الْقَدْرِ خَيْرٌ مِّنْ أَلْفِ شَهْرٍ * تَنَزَّلُ الْمَلَائِكَةُ وَالرُّوحُ فِيهَا بِإِذْنِ رَبِّهِمْ مِّنْ كُلِّ أَمْرٍ * سَلَامٌ هِيَ حَتَّى مَطْلَعِ الْفَجْرِ). بمثل هذه الليلة أنزل القرآن جملة من اللوح المحفوظ إلى السماء على السفرة، ثم كان جبريل (عليه السلام) ينزل به على النبي نوحاً في ثلاث وعشرين سنة. وفيها تقدر أعمال وأحوال العباد للسنة القادمة.. قال تعالى (فيها يُفَرَّقُ كُلُّ أَمْرٍ حَكِيمٍ).

قال الحسين بن الفضل عن الأمر الحكيم الذي يفرق فيها «سوق المقادير إلى المواقيت وتنفيذ القضاء المقدّر»، ولذلك سمّيت هذه الليلة بهذا الاسم. قيل إن سبب نزول هذه السورة أن النبي ذكر لأصحابه رجل من بني إسرائيل لبس السلاح وغزا في سبيل الله ألف شهر فتعجب أصحابه من ذلك فأعطاهم الله ليلة هي خير من ألف شهر، يتعبّدون فيها لله تعالى. فكان النبي (ص) يطلب من أصحابه تحري ليلة القدر بقوله «تحرّوا ليلة القدر في الوتر من العشر الأواخر من رمضان». وكان يجتهد في العبادة فيها أكثر من باقي الأيام.

فعن عائشة قالت «كان رسول الله إذا دخل العشر الأواخر من رمضان أحيا ليلة وأيقظ أهله وجد وشدّ المنزلة». وقالت: «كان رسول الله يجتهد في رمضان ما لا يجتهد في غيره. وفي العشر الأواخر منه ما لا يجتهد في غيره». وقال العلماء: أخفاها الرسول عنّا ذلك حتى يجتهد العباد في العشر الأواخر من رمضان. مع أن الصحابة وعلماء الأمة حتى يومنا هذا أجمعوا على أنها ليلة سبع وعشرين من رمضان بناءً على قول رسول الله (ص)، كما بين ابن عمر «أمرنا رسول الله أن نتحرى ليلة القدر ليلة السابع والعشرين من رمضان».

وقال أبو يزيد البسطامي «هي واقعة موقع السابع والعشرين». وقد جاء حث الرسول على إحياء ليلة القدر على وجه الخصوص. فقال: «من قام ليلة القدر إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدّم من ذنبه». وبعد صيام رمضان وقيامه وإحياء ليلة القدر إيماناً واحتساباً، فإننا سنختم هذا الموسم بالعيد تماماً كما قال رسول الله «وللصائم فرحتان بفرجهما. فرحة عند فطره وفرحة عند لقاء ربه».

ففرحتنا بعد رمضان بيوم الجائزة وهو يوم العيد لأن فيه عتق رقاب المؤمنين من النار. وهذا العيد يرتبط رابطة قوية بالعبادة، فهو ترويح للنفس من هموم الدنيا وتبديل للعادات غير المقبولة شرعاً. لما هاجر رسول الله (ص) من مكة إلى المدينة وجد الأنصار يحتفلون بيومين يلعبون فيهما فقال لهم

«كنيسة البيت» (1)

الأرشمندريت أغايوس أبو سعدى - يكتب من لبنان



بعضاً من قرايين، كانت إحسانات أو تسابيح أو.. ما كانت! أن نعطي لله حصته من حياتنا ثم نحيا الباقى بطريقتنا الخاصة، هذه شريعة ليست

من الحياة المسيحية. لقد خرج الله في العهد الجديد من «قفص» الكبير الذي سجنه فيه البشر لسنتين (السماء)، وجاء لتصير الأرض كلها بيتاً له. لقد هدّد الحاكم مرة الشهيد المسيحي الأنطاكي بابيلا: «سأهدم بيتك»، أجابه الشهيد: «الأرض كلها بيت لي». لأن بيت الشهيد كان حيث الله يطوف ويوجد. لا نوثّن العبادة! ليس الله كائنًا نذهب إليه، بل هو أب محب يأتي إلينا، حيث نحن وكل لحظة. وهناك بيته. من هذه الناحية تغدو بيوتنا - منازلنا - مكاناً لعبادته أيضاً. وقد تكاد تحتل هذه الكنيسة - البيت المكنة الأولى في حياتنا، لولا أنها تفتقد إلى ممارسة بعض الأسرار والحياة الليتورجية. الله قريب، الله يرافقنا، إننا به ونحيا ونتحرك ونوجد. كيف نجعل منازلنا - ومن ثمّ معاملنا ومدارسنا ومشغلنا.. - بيوتاً وهياكل لله؟ يعوزنا أن ننتبه إلى أمرين:

الأمر الأول هو، أن ندرك بأن كل لحظة من زمن حياتنا وُجدت لكي تكون مقدسة. شاع التقليد الوثني، وحتى يومنا وعندنا، أن «المقدس» هو ما ننزعه من حياتنا غير الطاهرة.. ونقدّمه لله الطاهر والقدوس، فيصير مقدساً. فهناك مثلاً أعياد مقدسة وذبائح مقدسة وأوان مقدسة... هي التي تقدّم لله وليس لنا. وبهذا المعنى طلب قديماً أن نقدّس يوم الرب، فلا نعمل لأنفسنا...! لكن في المسيحية، المقدّس ليس ما يخصّ لله، بل هو ما لنا حين نشارك الرب فيه. يسمى بولس (كسيده الرب يسوع) نفسه «شريكاً» لفيليمون. وهذه «الشراكة» تأتي من الرباط الروحي الذي اختاره كل مسيحي بحريته حين اعتمد وأمن وشرب من الكأس المشتركة وأكل من الجسد الكريم. هذه «الشراكة» مع الله ومع أعضاء الكنيسة وكل المؤمنين لا تنحصر في الشؤون الروحية - حاشي، لأنها شركة بالحياة والمستقبل. تندرج في هذه الشراكة مع الله وشعبه في الكنيسة كل أمور حياتنا.

(يتبع)

(من بولس إلى فيليمون المحبوب.. والكنيسة التي في بيتك)

كان فيليمون سيّداً موفوراً، طرد عبداً من منزله قد أخطأ إليه. لكن العبد صار مسيحياً وتاب. يأمر هنا بولس في رسالته إلى «فيليمون المحبوب» أن يستعيد هذا العبد مكانته الأولى وعمله! «فإن كنت تحسبني شريكاً لك فاقبله نظيرتي»، يقول بولس لفيليمون! ويزيد بولس: «إن كان قد ظلمك بشيء أنا أوفى لك، احسب ذلك علي.. حتى لا أقول لك أنك مديون لي بنفسك أيضاً».

كان بولس بمثابة أسقف يجول مبشراً، وله سلطة المحبة في تنظيم الكنيسة. ولكننا نتفاجأ هنا أنه «يتدخل بسلطة (الأب)» في حياة المؤمنين حتى في شؤونهم «الخاصة»، في أعمالهم ومنزلهم...! يعتبر بولس أن فيليمون يراه «شريكاً»! شريكاً بماذا؟ هل هذا التدخل من بولس في حياة فيليمون داخل بيته هو «تدخل سافر» في شؤون لا تعنيه؟ قد نعتف أن للأسقف أو الكاهن أو الرعاة سلطة أبوية ليأمرؤا بشأن التنظيم الكنسي، لكن حياتنا «الخاصة» في «بيوتنا» هذه حياتنا نحن!

أين يُعبد الله؟ في الكنيسة طبعاً! أين الكنيسة وما هي؟ هل هي في المعبد؟ لقد رفض الله في العهد القديم أن يسكن في معابد من صنع أيادي البشر! بولس الرسول سمّانا نحن البشر «هياكل لله الحي». الله الميت يُعبد ويسكن في هياكل. الله الحي يسكن فينا فيحركنا.

لا شك أن المعابد ضرورية. لكن المعبد ليس مكان سكنى الله، بل مكان اجتماع المؤمنين ليعبدوه ويسبحوه معاً. المعبد مكان العبادة الجماعية. لكن هذه العبادة هي لحظات من جملة زمن عبادتنا لله. يُعبد الله في كل مكان وزمان، وهذا ما نردده في صلواتنا «يا من في كل وقت في السماء وعلى الأرض (كل مكان) مسجود له وممجّد...» (من صلاة النوم). فأين هي معابد الله للحظات الأغلب الأخرى؟ العبادة الجماعية في الكنيسة - المعابد هي عبادة لا تتجاوز ساعات قليلة جداً في الأسبوع، حين تسمح الظروف أو نستفيد منها!

الخطر الأبعث في حياتنا المسيحية هو أن نجعل الله صنماً وأن نعبد ونثني! حين نسجنه في معبد، أو نقدّم له بعضاً من ساعات أو

נג'אר מוצרי חשמל
 نجار للأدوات الكهربائية



בأحر التهاني والتبريكات
 أهني جميع المحتفلين بعيد الفطر السعيد

كل عام وأنتم بخير



SAGA

Breeze
 מזגן איכותי במחיר איכותי

אלקטרה

טורנדו
 מזגן איכותי לחיים

תדיראן
 Group

NORMANDE

الدفع بأقساط مريحة - تقبل الشيكات | التوصيل حتى البيت | اللبني 19 - حيفا • المحمول: 054-5900209



العبقري

مدينة ضاجة بالضباب.. مقاعد في الشوارع الباردة فقدت زوارها الباحثين عن طرق تلوّنها كلمات مترعة بالهيب الدافئ.. هشتت أوراق حلمي شجرة هشة وفركت عيني، لأقتضي هذا الصباح أثره تابعاً رائحة تعرق مبدعه العبقري علني اكتشف في حياته أسراراً تُضيف إليّ جديداً... من التأويل العصي على ممحاة المطر، لكون حضور بهاء مفرداته، تنحاز إليها ديمومة الحياة... ليوصل شعر إبداعه الذهبي يسرل فكرنا، فائدة ومُتعة، تهيب لحظاتها دفئاً، نشمّ فيه رائحة إبداع عبقري مُعتق...

أليس عالم اليوم الذي نعيش في كنفه هو العالم نفسه الذي تنبأ به عبقري زمانه وزماننا معاً، ولما يزل مصدر إلهام يغترف الكثيرون من معين فكره... خاصة جيل المقاومة والعصيان هو جون كوت (Jan Kott) المولود في مدينة فراسوفيا في بولندا والمتوفي في 23 كانون أول 2001 الذي نذر حياته نغماً موسيقياً صافياً إضافياً ثالثاً في سيمفونية الأدب، تجعل رأسه لا يرتاح إلا على كتف شكسبير، ولا ينام في المحطات إلا وهو متوسّد حقائب كتبه...

كون هذا، بعد أن أبحر في تلافيف الدراما الإغريقية وكتب "أطياب غداء الآله" وارتكر على عصر سيطرة اللا-معقول على مختلف الجوانب في حياتنا، والذي عرّفه ألبير كامو بأنه شعور الإنسان بعدمية الكون.. عرف أن هذا اللا-معقول هو دراما اليوم..!

فعادَ يُنظر في أعمال عبقري الإنكليز المختلفة، شكسبير.. وهو الذي كلف بتدريس "الأمر الشكسبييري" في جامعة ستوني بروك في نيويورك.. فكان لا ينام إلا وكتب شكسبير في يديه.. وهي العادة التي أدمن عليها حتى آخر يوم في حياته وذلك بهدف التعرّف بأثره وأعماله على أوسع نطاق.

أفضت رحلته السندبادية هذه بقيامه كتابة مؤلفه الكبير "شكسبير ليس معاصراً"، فجاء كتاباً كبيراً يختلف اختلافاً كلياً عما قد كتب عن هذا العبقري من قبل.. ولم يُشبهه ما عاناه بسبب ما كتبه عن شكسبير إلا أنه بقي ثاباً على كتبه المطرّة بعطر الإبداع.. ليصل إلى التعرّف ومن ثمّ التعرّف بالوجه الآخر لهذا العبقري الفذ.. ولأنه أراد الغوص في تفاصيل فهمه، عرف أن هذا يحتم عليه قراءة المقالات النقدية التي تعالج، بخاصة، أعمالاً أدبية مختلفة تنصب أساساً على المؤلفات الإغريقية القديمة.

هذا العنصر الهام جعل أعمال جون كيت التي عالج فيها الإبداع الشكسبييري تُعدّ إرثاً ثقافياً لا يُقدّر بثمن.. ورغم ما عاناه بسبب ما كتبه عن عبقرينا، ظل يلهث وراء أعماله، حتى منذ أن قرأه أول مرة...

ويعود سبب ذلك أنه (أي جون) كان يجد بعد كل قراءة شيء جديد... ففتح في أدب شكسبير أبواباً وشقّ مسالك لم يعدها قراءه من قبل.. وهكذا تمكّن من الوصول إلى النتيجة التي مُفادها، أن النصّ الشكسبييري بنية تفكيرية قائمة الذات، وما يجب أن يهّمه في المقام الأول هو معرفة ما تعبّر عنه، وما تُفضي إليه من معان سامية، وقيم لا تفتنى.

إذا، نصّ شكسبير الأدبي: كائن قائم، عليك أن تبذل قصارى جهدك من أجل استكناه ما به من أسرار أو رموز.. وعلى سبيل المثال، لو أخذنا شخصية "هاملت" بكلّ ما تحملها من دلالات، نرى أنها تسير كشخصية درامية في اتجاه معاكس.. فـ"هاملت" شكسبير يظهر اليوم "كشبح" للمجتمع الغربي الذي أصبحنا نُطلق عليه اسم مجتمع الاستهلاك والرقابة..

وهكذا نرى أن كلّ قرن يكسر ويجحد القرن الذي سبقه. ولأنّي لا أريد أن أسهو على حجر اليشب، بعد أن تمكّنت من فهم هذا الخراب الجمعي الذي عمّ أيضاً أرجاء الذات، سأواصل السير رفقة جون كيت، وأقضي معه الأوقات الطويلة وهو يلتهم شكسبير كتاباً تلو الآخر.. حتى، رغم شعوري بالمرارة الحزينة والإحساس الحقيقي الصّارخ، وأنا أرى أفواجاً تسير في الدرب المعتم، حيث لا منزل أو مأوى نلجأ إليه.

أقول حتى أنجح في كتابة سفرّي الأول الذي يُقرّ للحاضر والزّاهن فرصة للخلاص في زمن لا عودة فيه لا لنوح ولا لفلّكه.

دشاديش خليجية مرصعة بخيوط الذهب والماس وأطفال سوريون يموتون جوعاً كل يوم



تعتبر الدشداشة الزي الشعبي في دول الخليج العربي، حيث يرتديها الخليجيون في حياتهم العادية والرسمية. وما أن دول الخليج هي بلاد النفط المسمى (الذهب الأسود) فإن الخليجين مرحّب بهم دائماً في الدول العربية غير النفطية، ولا سيما في فصل الصيف، حيث يهربون من حرارة الصيف الشديدة في دولهم إلى بلاد عربية سياحية مثل لبنان، المشهور بمناخه الجميل وموسم الاصطياف فيه، حيث تتمتع مناطق الاصطياف في لبنان بمكانة عربية وعالمية مرموقة على الصعيد السياحي.

وعندما يصل الخليجيون إلى الدول العربية التي يذهبون إليها، يُشار إليهم بالقول: (أجو جماعة الدشداشة الصريفة) في إشارة منهم إلى أن الاقتصاد سينتعش بوصول هذه الجماعة، التي تصرف المال بطرق جنونية لا تصدق في بعض الأحيان. وهناك إحصائيات تفيد بأن النساء الخليجيات ورغم أنهن يخرجن من بيوتهن متوشحات بالسود، وتشير إلى أنهن ينفقن في العام الواحد أكثر من 5 مليارات دولار على منتجات التجميل وغيرها.

والرجال في الخليج ليس أقلّ بذخاً من الخليجيات. فقد تداولت مواقع عربية خبراً مفاده أن ثرياً خليجياً اشترى سيارة مرسيدس مرصعة بالماس تجاوز سعرها الأربعة ملايين دولاراً. كما أن ثرياً آخر، وحسب صحيفة "إيكاثيميرني" اليونانية، اشترى جزيرة يونانية صغيرة مساحتها قرابة 5 كم مربع لقاء سبعة ملايين يورو.

وتفيد معلومات خليجية بأن «دشداشة» الرجل تنافس «فساتين» المرأة، حتى أن قطعة دشداشة مكوّنة من أربعة أمتار تصل كلفتها إلى ستين ألف دولار أمريكي، خصوصاً أن هناك أنواعاً من أقمشة الدشاديش تحتوي على أسلاك من الذهب الخالص عيار 22، بالإضافة إلى أنواع أخرى تحتوي على أحجار كريمة مثل الماس والعقيق، وغيرها.

العالم العربي غريب عجيب في سلوكياته السياسية وفي ممارساته الاقتصادية، وحتى في تعامله مع فئاته الاجتماعية. وهذا العالم يتميز بالتناقضات، فالدول الخليجية المنتمية إليه هي الأكثر غنى في العالم، لكن هناك شعوب عربية تعتبر بين الشعوب الأكثر فقرًا على الكرة الأرضية، والأمية لا تزال متفشية في عالم لغة الضاد بشكل مرعب، ونسبة البطالة فيه ترتفع باستمرار.

كل هذا البذخ الخليجي يتمّ صرفه في وقت توجد فيه عشرات الآلاف من العائلات العربية لا تجد قوت يومها بصورة دائمة، وفي وقت يموت فيه أطفال عرب من الجوع. المنظمة السورية لحقوق الإنسان «سواسية» أفادت في دراسة لها، بأن شخصاً واحداً يموت في سوريا من الجوع كل عشر ساعات، بينما يموت شخص من البرد كل ثماني ساعات.

وما أن (الدشداشة) هي موضوع المقال، فلا بدّ من الإشارة إلى سلبيات اجتماعية وأخرى قاتلة للدشاديش. وتتحدث معلومات خليجية عن وجود صراع في بعض الدول العربية بين أنصار الدشداشة وأنصار البنطلون. فبينما يعتقد (المدشدين) في منطقة الخليج بأنهم سادة القوم، وأن لابس البنطلين هم الخدم وسواق السيارات، فإن الأمر يختلف كلياً في العراق، حيث يصنّف (المدشدين) بأنهم فلاحون وخدم.

وهناك أيضاً سلبية قاتلة للدشداشة. وإذا كان لبنان قد مرّ بمرحلة حرب طائفية شنيعة في منتصف السبعينات بين المسلمين والمسيحيين في مناطق معينة، وكان القتل يتمّ بناءً على هوية الشخص، إلا أن العراق شهد فترة قتل مشابهة ضد المواطنين السنة في العراق، ولكن ليس بناءً على الهوية إنما على أساس الدشداشة. فالدشداشة البيضاء القصيرة (اليشماغ) الأحمر أي (الكوفية) معروفان كلباس للمدشدين من أهل السنة، لأن رجال الشيعة يرتدون الدشداشة السوداء الطويلة واليشماغ المنقط. ولذلك كثيراً ما تعرض المدشدين السنة في مناطق الشيعة إلى القتل ---- وعلى الأغلب حتى الآن ---- بسبب الدشداشة.

الجفاف – הת"בשות - Dehydration



د. أشرف جهاد أبو شقارة

عوارض كهبوط حاد في ضغط الدم الانقباضي، وتسارع في نبضات القلب، وفقدان الوعي الكامل. * التشخيص:

تشخيص الجفاف قد يبدأ عبر البحث عن العوارض المذكورة أعلاه، وأهمّها العطش الزائد، جفاف اللسان، فقدان مرونة الجلد (عدم عودته إلى طبيعته بعد شدة إلى أعلى أو قرصه)، التعب الزائد وقلة التبول.

ويتمّ التشخيص عبر:

- ضغط الدم الذي يهبط عند الانتقال من حالة الاستلقاء إلى الجلوس - orthostatism. - تسارع نبضات القلب - tachycardia. - قلة المرونة بالجلد - تورغور لا תקין.

* التشخيص المختبري:

- تحليل الدم: مستوى ال creatinin، مؤشّر للعمل الكلوي، إضافة إلى الأملاح كالصوديوم والبوتاسيوم. - تحليل البول: من الممكن عبر فحص البول فحص حالة الجفاف عبر المكونات، كالأجسام الكيتونية، وغيرها.

* علاج الجفاف:

العلاج للجفاف يتعلّق بدرجة خطورته التي تبدأ بالتعويض بالشرب الزائد في درجته الخفيفة بالإضافة إلى تبريد الجسد في حالة التعرّض للشمس، إضافة إلى مصّل السوائل والأملاح الذي يمكن الحصول عليه بالعيادات أو المشافي.

في حال الجفاف من الدرجة القصوى، والذي يتمثّل بفقدان الوعي، الهبوط بضغط الدم وتسارع النبض، يجب طلب الإسعاف وإيصال المصاب إلى المستشفى لتلقّي العلاج.

* وسائل الوقاية:

- امتنعوا عن البقاء المتواصل والتعرّض للشمس. - وضع قبعة على الرأس ودهن الجسد بمرهم واقية من أشعة الشمس "cream". - الإكثار من شرب كمية كافية من الماء.

- في حال الحمى، الإسهال أو التقيؤ ننصحكم في زيادة الشرب ومراجعة الطبيب لإمكانية الحصول على مصّل عبر الأوردة بسوائل وأملاح وقت الحاجة.

- إيصال المريض إلى أقرب مركز طبي في حال تدهور حالته الصحية، في حال عانى من جفاف بدرجة قصوى.

أقنّي لكم ولأطفالكم صيفاً هنيئاً وأمنًا.

أغلب الحالات الطارئة التي نواجهها بكثرة في العيادات والمستشفيات في الأونة الأخيرة، تعود إلى حالات الجفاف عند الأطفال خصوصاً، وباقي الأجيال عمومًا، والتي تعود إلى درجات الحرارة المرتفعة وإلى موجات الحرّ الشديد التي تضرب البلاد في هذه الأيام.

جسم الإنسان يحتوي على كمية سوائل بنسبة عالية (ما يقارب الـ 60 بالمئة عند البالغين و78 بالمئة عند الأطفال) والتي بدورها مسؤولة عن توفير وتوازن في عمل جميع العمليات الفيزيولوجية والبيولوجية التي تخصّ خلايا الجسد، وحتى الأعضاء. النقص في نسبة السوائل في الجسم يحدث عندما نخسر كمية أكبر من السوائل مقابل الكمية التي ندخلها إلى جسمنا، وهذا قد يؤدي إلى خلل في عمل هذه الخلايا والأعضاء، وبذلك يدخل الجسم إلى حالة طارئة قد تسمّى الجفاف.

هنالك عدّة عوامل تساهم في ازدياد خسارة السوائل في الجسم، وهي:

- التقليل من مياه الشرب اليومي. - التواجد والتعرّض المتواصل لأشعة الشمس. - الإسهال والتقيؤ التي نخسر بها كمية كبيرة من السوائل. - الحمى. - التعرّيق الزائد. - التبول الزائد.

يقسم الجفاف إلى درجات، حسب الأعراض والخطورة:

(1) جفاف بدرجة خفيفة؛ الذي نخسر به من 2 حتى 3 لترات من كمية السوائل الكلية في جسمنا، والذي يتمثّل بالأعراض العديدة، كالتعب الشامل، العصبية، العطش، إحمار الجلد، الغثيان، نبض القلب السريع، وقلة الحركة.

(2) جفاف بدرجة متوسطة؛ والذي نخسر به من 4 حتى 7 لترات من كمية السوائل الكلية في جسمنا. وقد تظهر عوارض أقسى من العوارض أعلاه، بل تتمثّل بالتعب القصوى، فقدان المقدرة على التحرك، شحوب الوجه، جفاف الجلد، الدوران، أوجاع الرأس، التقيؤ، وضيق التنفس.

(3) جفاف بدرجة صعبة؛ والذي نخسر به أكثر من 7 لترات من كمية السوائل الكلية بالجسم، وتتمثّل بخلل في وعي المصاب، إضافة إلى الهلوسة، التخيّلات، خلل بالنظر، خلل بالسمع، وتدهور سريع نحو صدمة ناتجة عن نقص حجم الدم (hypovolumic shock) والتي تتكوّن من عدّة

דוניה סנטר חומרי בניין

DC

השכרת כלי עבודה: ארלס - מכונת פוליש - גנרטור - קונגו

نهني جميع المحتفلين
بمناسبة عيد الفطر السعيد

كل عام وأنت بخير

מברגת אימפקט -
18 V 2.0AH

מומנט 180NM -
טורק
תואם סוללות -



סט בוקסות מקצועי אמפרו

D.1/4"
D.3/8"
D.1/2"



לוחץ צינור שכבתי
הידראולי ידני



סט כלים 18V
3 סוללות ושני מטענים



מסור חרב 18V



פטיש קידוח/חציבה 1250W



מסור עגול 165 מ"מ 18V



שעות עבודה פתוח כל ימי השבוע מ 7:00 עד 20:00
רח' שבתאי לוי 19-חיפה. טל: 04-6793777 פל: 050-9966105

كفانا ازدواجية



ما جرى مؤخراً من أحداث مؤسفة في محافظة جنين، لم يؤلمني فحسب، بل جعلني أفكر ملياً بما يجري في مجتمعنا عامة، رغم أن الحدث في جنين هذه المرة فاق كل التصورات، حتى فقدنا القدرة على استيعاب ما

نسمعه وما نشاهده وما نقرأه من أعمال عنف مُخلجة ومخزية ومؤلمة.

في تصريح لمحافظ جنين اللواء إبراهيم رمضان حول تلك الأحداث يوم أمس، الخميس، قال بشكل واضح إنه لن يتم التهاون مع أي شخص يتجاوز القانون، وأكد أنه تم السيطرة على الأحداث المؤسفة الناجمة عن وقوع شجار كبير بين طرفين في بلدة يعبد. رغم تصريح محافظ جنين المطمئن إلا أننا لا يمكن أن ننسى بأنه قُتل نتيجة هذا الشجار ثلاثة مواطنين من عائلة واحدة، وإصابة خمسة عشر مواطناً، نتيجة مشكلة صغيرة أدت الى أحداث مأساوية، واسمحوا لي أن أقول بمنتهى الأسف إنها لم تُعد بعيدة عن النهج المتبع في قرانا ومدننا العربية.

كما وقعت أحداث مؤلمة هذا الأسبوع في طوبا الزنغرية واللد، ومن قبلها في العديد من قرانا ومدننا العربية، وهذا الأسبوع أيضاً وقعت أحداث عنف مؤسفة في مناطق مختلفة في الضفة الغربية.

إذاً، أصبح سماع خبر عن حادث عنف في قرية أو مدينة عربية أمراً عادياً، وأصبحنا نتعامل مع خبر مقتل شخص في الوسط العربي كأمر عادي.

استمعت، صباح أمس، للقاءات مركزة في الاذاعات المحلية حول هذا الموضوع، وكان هنالك اجماع أن تقاعس الشرطة هو المشجع الأكبر لوقوع مثل هذه الأحداث المؤسفة، وعدم تنظيم فعاليات لا منهجية ووجود مراكز جماهيرية لاستيعاب الشباب في ساعات الفراغ، لأن الفراغ هو المسبب الأكبر لاندلاع مشاجرات.

لا شك أن ما قيل حول هذا الموضوع هو صحيح مئة بالمئة، لكن يجب أن لا نستمر في هذا النهج، وإلقاء اللوم على الآخرين دون أن نحاسب أنفسنا. فتقاعس الشرطة ليس وليد اليوم، وأنا هنا لا ألقي مسؤولية الشرطة، ولكن السؤال الذي يطرح نفسه لماذا تفاقمت الأوضاع في السنوات الأخيرة، بينما في الماضي لم نكن نسمع عن مثل تلك الكثافة في أعمال الاجرام والقتل في الوسط العربي.

في الماضي كان هنالك رجال يكن لهم الجميع الاحترام، كان هؤلاء يبادرون إلى عقد رايات الصلح وحل الخلافات بين الناس، فهل فقد مجتمعنا شخصيات من هذا النوع، أم نحن تغيرنا، ولم نعد نتيح الفرصة لظهور شخصيات من هذا النوع.

فكل شخص ناجح في مجتمعنا بدلاً من دعمه والافتخار بإنجازاته، نطعن به ونحاول تشويه صورته، وبهذا لم يعد هنالك أشخاص يعتبرون بمثابة مرجعية، نستشيرهم ونسمع رأيهم، بل كل شخص بارز في المجتمع نجد من يشوه صورته ويقلل من أهميته. كما أن غالبية قاداتنا اليوم، تصل إلى مركز القيادة بواسطة تأجيح الطائفية والعائلية، فكيف يمكن لهؤلاء أن يسعوا للصلح رافضين العصبية القبلية، وهم أول من تاجروا بها واستخدموها عندما كانوا بحاجة إليها. فلا يمكن الحديث بلغتين، والكيل بمكيالين، فينقصنا الموقف الواضح الرافض لهذه الأعمال من جذورها، وعدم منحها الشرعية أحياناً، وعندما تخدم مصالحنا ونرفضها عندما نشعر بأن الأمور أصبحت خارج السيطرة، ويمكن أن تسبب دماراً مجتمع بأكمله.

يجب إعادة التفكير بكل شيء، بتعاملنا مع بعضنا البعض، بالأفكار التي ننشرها لدى الشباب في الحفاء، وتنصل منها في العلن. يجب إعادة بناء الإنسان العربي في البلاد من جديد، بصدق وبلا ازدواجية، بعيداً عن إلغاء الآخر، بعيداً عن العصبية القبلية والفكر القبلي.

رجا زعاترة

«سنصير شعباً»

النساء. أمسينا أشبه بمجموعات تعيش داخل سجون كبيرة، مختنقة ومحاصرة، عاجزون عن مواجهة السجن، فأصبحنا نتنازع على فتات الزنزانة.

فإذا لم ننجح في التصدي لمصادرة الأراضي فسنبقى نقتل على متر أرض؛

وإذا لم ننجح في ممارسة السيادة مع بعضنا فسنمارس السادية على بعضنا؛

وإذا لم ننجح في انتزاع حقوقنا من الآخر فسنظل ننتهك حقوق الآخر داخلنا؛

وإذا لم ندافع عن كرامة العامل والموظف فسيحاول استعادتها من خلال قمع زوجته؛

وإذا لم ندافع عن حقوق المرأة وفتح قمعها وتعنيفها فسننشأ أطفالنا معنفين ومقموعين؛

وإذا لم يحصل الشاب على فرصة عادلة لتحقيق ذاته فيسعى لتحقيقها على حساب

العنف متأصل ومتجذر في ثقافتنا، كما في ثقافة جميع الشعوب التي توالى عليها المستعمرون والتي انتقلت، غنوة، إلى واقع ما بعد حداثي، فبقينا على البنى الأبوية التقليدية، دون تصنيع ودون تحديث ودون علمنة، ودون أن "ننسى ما تقول لنا القبيلة".

هذا صحيح. ولكن الأزمة الاجتماعية التي يعيشها الفلسطينيون على طرفي "الخط الأخضر" مرتبطة أيضاً بأزماتهم السياسية وواقع الاحتلال والعنصرية والتهميش والإقصاء.

فالعنف اليومي، الجسدي والاقتصادي وغيره، الذي تمارسه السلطات الإسرائيلية علينا، وإن بدرجات متفاوتة، لا يلقى ردة فعل على شكل

مقاومة نحو المظتهد في إطار مشروع وطني، بل يُعاد إنتاجه داخل المجتمع المظتهد ليؤجّه نحو الفئات الأكثر استضعافاً، وخصوصاً تجاه

دورات لتعليم السباحة وتأقلم للمياه

الدورة الأولى (دورة خاصة)

في بركة פארק גלי הים في حيفا

حتى 5 مشتركين في كل درس

من جيل 5 سنوات فما فوق

11 لقاء مدة كل لقاء ساعة واحدة

على الأهالي إحضار أولادهم ولهم إمكانية حضور للدروس ساعات الدورة حسب رغبة الأهل

تكلفة الدورة 1000 ش

الدورة الثانية

في بركة קיבוץ מבדי

تكلفة الدورة 800 شيكل للطفل تشمل:

11 لقاء حتى 10 طلاب في كل مجموعة

❖ سفريات من وإلى البيت

❖ تأمين

سارعوا في التسجيل الأماكن محدودة

منال حاج-قحاوش 050-3090653 / 04-6188965

إياد طه 052-8414647

بادارة: شادي ابو رقبة

الاجيلة اكله مع ليالي زمان

فحم ليالي زمان
100% فحم جوز الهند
1 علبة 20 ش
3 علب 50 ش



فطر سعيد

اسعار خاصة بمناسبة العيد

ارجيلة سورية حجم كبيرة



100 شاقل
فقط

ارجيلة سورية خشب



80 شاقل
فقط

ارجيلة سورية حجم صغيرة



80 شاقل
فقط

هتسيونوت 6 (شارع الجبل) 054-2012447

المرحلة العمرية للمرأة والرجيم



إعداد: نانسي نعمة

من المعروف أن استجابة الجسم للرجيم تختلف حسب المرحلة العمرية للمرأة، حيث يزداد فقدان الوزن صعوبة كلما تقدّمت المرأة في العمر، فمرحلة العشرينيات من العمر تختلف عن الثلاثينيات والأربعينيات، ويحدث ذلك نتيجة لاختلاف أسلوب حياة المرأة في كل مرحلة عمرية، إضافة إلى التغيرات الجسمانية التي تحدث على مدار حياتها.

مرحلة العشرينيات

تكون المرأة في هذه المرحلة مشغولة طوال الوقت، سواء بالدراسة أو الشعور بالتحقق في العمل أو حتى في بداية تكوين أسرة وتأسيس منزل، كل هذه الضغوط والتغيرات المحورية في نمط الحياة قد يصاحبها إهمال شديد لاتباع أسلوب حياة صحي، للحفاظ على الوزن. لذا عليك التركيز على تعديل نمط حياتك، لتتمكني من الحفاظ على الوزن الذي ترغبين فيه، من خلال هذه النصائح:

- اهتمي بالحصول على قسط كاف من النوم يوميًا.
- حافظي على ممارسة الرياضة مهمًا كانت مسؤولياتك، في هذه الفترة جسمك يستجيب جيدًا لممارسة الرياضة، وهو أمر ستحصدين نتائجه على المدى القريب والبعيد، ولتشجيع نفسك أكثر، اختاري نوع الرياضة الذي تستمتعين بممارسته كالوجا أو الإيروبي أو المشي.
- اعملي على تحسين نظامك الغذائي، فلا يخفى عليك أن هذه المرحلة العمرية ترتبط دائمًا بالخروج مع الأصدقاء أو قضاء وقت أطول في العمل، ما يتطلب منا الاعتماد بشكل كبير على الوجبات السريعة المليئة بالدهون، لذا عليك مراقبة نظامك الغذائي باهتمام.
- حاولي قدر الإمكان الاعتماد على خيارات صحية في طعامك، استبدلي المياه الغازية بالمياه والعصائر الطبيعية، واطلبي سلطتك المفضلة بدلًا من ساندوتش البرجر بالجبن، قللي الكميات واعتمدي بشكل أكبر على تناول خضراوات وفواكه طازجة لإحساس أكبر بالشبع.
- لو كنت ستبدئين رحلتك في اتباع نمط حياة صحي للحفاظ على وزنك، عليك اختيار رفقة مشجعة تساعدك على اتخاذ الخيارات الصحية المفيدة مهما كانت الإغراءات.

مرحلة الثلاثينيات

في مرحلة الثلاثينيات، تفقد النساء نحو 1% من نسبة العضلات في جسمها، ما يقلل من معدلات الحرق لديها، إلى جانب أن أغلب السيدات في هذه المرحلة، يكنّ قد أنجبن على الأقل مرة واحدة، وأصبحت مسؤولياتهن مضاعفة، فلا يتمكن من ممارسة الرياضة، ما يزيد من فرص زيادة الوزن، لذا عليك الالتزام بهذه النصائح للحفاظ على وزنك كما ترغبين:

- ركزي على تناول البروتين في كل وجبة غذائية تحصلين عليها بإضافة اللبن أو تناول كوب زبادي بين الوجبات، لأن البروتين يعمل على تغذية عضلاتك، كما أنه سيشعرك بالشبع لوقت أطول ويزيد من معدلات الحرق.

- اهتمي بتناول عناصر غذائية غنية بالكالسيوم، لأن عظامك في هذه المرحلة في حاجة إلى كميات كبيرة من الكالسيوم الذي يمتص الجسم نصف كميته، بالإضافة إلى أن الكالسيوم يساعد في حرق الدهون.

- لا تهمل الرياضة مهما كان انشغالك، يمكنك ممارسة الرياضة في المنزل في أوقات نوم أطفالك أو خلال وجودهم في المدرسة، أو حتى يمكنك تنفيذه كنشاط جماعي تقوم به الأسرة كلها، يمكنك الاستعانة بالفيديوهات الموجودة على الإنترنت.

مرحلة الأربعينيات

في مرحلة الأربعينيات، تحدث تغيرات كثيرة في جسم المرأة، منها أن الجسم يفقد نحو 10% من نسبة العضلات الموجودة فيه، فتقل قدرته على حرق الدهون مما كانت من قبل، كما أنه في هذه المرحلة غالبًا ما يحدث انقطاع الطمث، ويتسبب ذلك في زيادة الوزن، خاصة في منطقة البطن والأجناب والأرداف.

- اهتمي بممارسة الرياضة بشكل أكثر كثافة وانتظامًا، وخاصة ممارسة التمارين التي تركز على منطقة البطن والأرداف.

- اعتمدي بشكل كبير على الحبوب الكاملة في نظامك الغذائي، لأنها ستمنحك الشعور بالشبع بأقل قدر من السعرات الحرارية.



خواطر في ربيع العمر أبكي على عروبة

مرام محمد أبو الهيجاء

أبكي على عروبة كانت للجدود وللكرم عنواناً وعلامة أبكي على عروبة فقدت أصالتها، عزها والكرامة أبكي على عروبة ما عاد ينفع معها لا عتاب ولا ملامة أبكي على عروبة نسيت بأنها ستحاسب يوم القيامة ***

كيف لي ألا أبكي على عروبة يموت أهلها من البرد والجوع؟ كيف لي ألا أبكي على عروبة تفرح كلما رأت باكيًا أو "موجوع"؟

كيف لي ألا أبكي على عروبة تشرب بدل الماء كأسًا من دُموع؟ كيف لي ألا أبكي على عروبة خانت الأديان وكفرت بالصلاة والركوع؟ ***

عذراً يا قمتنا العربية فما عدنا من انعقادك نسعد ونعتز لم نرك يوماً موحدة، متحدة، شامخة بالفخر والعز سئما ضعفك وقلة حيلتك فما عدنا من خيبتك نهتز فما عاد يليق بك إلا أن نهتف لك جميعاً يا قمتنا الجريئة ألف طُر

*** لا نريد أن نسير خلفك ضِعفاء، جُبناء كقطع من الخراف لا نريد أن نشد على أياديك وأنت علينا جَلادٌ وسياف لا نريد أن نردد اسمك على شفاهنا ما دام اهتمامك بالصدور والأرداف ففادتكَ الساقطة لا تُفلنا، ما دام إنجازها الأكبر ما تُحقِّقه على السرير وتحت اللحاف ***

إبرو دبابيس (بالعامية والمشبح)



تركيا يا شباب، «كلو كلول»

*** يا الله يا شباب.. اتفقت إسرائيل وتركيا *** ما عاد يهمننا، لا حرب ولا تفجيرات ولا إرهاب! *** كلو كلول.. كله مشمول.. إلحقوا حاكم، بلشنا.. *** كلو كلول، في الصيف، شمات الهوا والرحلات.. *** كلو كلول، السباحة والبرك والصبايا والصبايا.. *** كلو كلول.. بدون مصروف زايد ولا تعب وطلوع جبال.. *** كلو كلول.. أكل وشرب ولعب وحب.. *** كلو كلول.. تعودنا، نملا الصحنون ما لذ وطاب ونكوم الخبز ونوكل لقمة واحدة أو ثنتين ونقوم.. *** كلو كلول.. تعودنا نترك قرفنا في الغرف، في المطاعم، في الشوارع وشط البحر.. *** كلو كلول.. الأسعار غالية؟ مش مهم، خلي الأولاد يلعبوا ويشموا هوا *** كلو كلول.. مع الزعرنة والسرقة والعردة وسمات البدن.. *** مش كلو كلول كمان نفوت عالطار ونشتري من ديوتي فري كل شي وما نخلي.. *** ولما نرجع عالبلاد من شمة الهوا.. يبدأ عنا دفع الديون وأكل الهوا.. مش هكول كلول؟؟ (أبو إلياس)

لم يبق من البلاد إلا ذاكرة الحب!

هاشم ذياب



إن أبحرت ..

ولم تعشق الماء ..

والمجازفة ..

لن ترى الحب ..

زرعت بكارة الرؤيا ..

قاربك الخيالي ..

هذا .. قدري !

لن يمحى ..

في الحُجب ..

حين يصمت الحياء

هذا قدري ..

يُسعفني ..

خيالك الملهم

تسكن الأسماء ..

حين المراهقة

في قناع ..

حانات المدينة

(كالبالونات) المنفوخة ..

مسافات ..

للتمثيل ..

لم يبقَ منها ..

بالوانٍ متنافرة ..

إلاك ..

تخوم ..

ميناء ..

على النَّاتئ ..

هذا .. قدري !

من الجراح ..

هذا .. قدري !

غيابك ..

حضورى على دربك ..

كمسارات الطائرات

امرأة واعية ..

تُحرر ..

المتحررة من المهابط

صوت الرّجفة ..

تجمع النبضات ..

القادرة ..

بنظرة أسرة ..

على الحب ..

والإغواء موعد قلبي ..

لا عذر ..

مع الفناء ..

لِفُقاعة ..

هذا .. قدري !

تطير في الخرافة ..

سراب ..

هي مسيرة السّجناء

ضمير المستمعين ..

أبجدية الصّم

هذا .. قدري !

شُرف الحب

في مياها الرّاكدة

في مغامرة سابرة ..

تشفي الحواضر

توغلت الغربية ..

من بلاد المتعلّمين ..

الجائعة للسّفر

هذا .. قدري !

(حيفا / طمرة)

نعماً ..

מרואן חדאד (רמי)

בי"ס יעיל

مدرسة لتعليم السياقة

أوتومات | غيار عادي | شحن حتى 12 طن
دروس للإمتحان النظري "תיאוריה" (محواسبة)



مروان حداد وطاقم المعلمين
يتقدمون بأحر التهاني بمناسبة
عيد الفطر السعيد

عيد سعيد



همغينيم 81 ، حيفا | 050-8224480



نُسب لونسون شوشل قوله "إنّ التّاريخ يكتبه المنتصرون أو الأقوياء"، وباتت هذه المقولة كقاعدة معرفيّة يُستند إليها في بناء المعرفة التّاريخيّة، إلّا أنّ التّجربة أثبتت عدم صحّة هذه المقولة فقد يتمكّن الأقوياء من سرقة التّاريخ، لكنّهم لم يستطيعوا فرض حكايتهم المغلوطة أبداً، وتبقى حيازتهم للحكاية حيازة عارضة وغير آمنة لا بدّ لها أن تزول مع زوال أسباب القوة، وقد تقف أغنية أو رسم في وجه القوة فتمنعها من استلاب التّاريخ أو تحويره وتزويره.

ومن هنا، صادفت في السّابع عشر من حزيران الجاري الذكرى السّادسة والثّمانين لإعدام شهداء ثورة البراق، محمّد جمجوم وعطا الزير وفؤاد حجازي. أولئك الأعلام الذين حُفرت أسماؤهم في ذاكرة البلاد، ولم تنجح سطوة الاحتلال وقوّته في طمس تاريخهم أو محو، إذ تأصّلت الحكاية بقصيدة حفظتها الأجيال وتوارثتها من جيل إلى جيل.

فما من أحد لا يحفظ قصيدة "سجن عكا" التي غنّتها فرقة العاشقين للشّاعر نوح إبراهيم، هذه القصيدة التي دوّنت حكاية سجن عكا، وبطولة الشّهداء الثلاثة، وعلى أهميّة ما كتب من قصائد أخرى مثل الثّلاثة الحمراء لإبراهيم طوقان، إلّا أنّ هذا القصيد دُوّن على شفاه النّاس فبقيت حكاية الشّهداء الثلاثة حاضرة لم تنل منها يد النسيان. الشّهيد نوح إبراهيم المولود في وادي التّسناس في حيفا، شاعر ثورة البراق الذي استشهد عام 1938 في أحراش الصّنبعة قرب قرية طمرة - كما روت الحكاية - وثق بقصائده تاريخ ثورة البراق، ولم تتمكّن القوّة من طمسه أو محوه من موروث أهل البلاد، ولا استطاع المنتصر في الحرب فرض مقولته المصطنعة.

فكانت قصيدته وثيقة تاريخيّة وقفت في وجه الرّواية المشوّهة التي يعمل الاحتلال على تعميمها منذ وجوده، فعلى الرّغم من أنّ نوح إبراهيم كان في الخامسة والعشرين من عمره حينما استشهد، إضافةً إلى صدور الأوامر العسكريّة التي منعت طباعة قصائده ونشرها، فإنّ تلك القصائد بقيت حيّة تروي تفاصيل ثورة البراق حتّى يومنا هذا، وهي باقية إلى الغد تتوارثها الأجيال كما ورثناها.

قبل أسابيع وقفت عند البوابة الحديدية الخارجيّة لسجن عكا، هناك رحت أردّد بعفويّة "من سجن عكا طلعت جنازة" حيث علّق على جدار قرب الباب لافتة كتب عليها باللّغات الثّلاث: متحف "كذا" - لم أعد أذكر الاسم - وفي البطاقة التعريفية كتب "يضمّ المتحف أدوات عصابات صهيون والهاجانا وغيرها" أو شيء من هذا القبيل!

قلت لصاحبي حينها، رحم الله الشّهيد نوح إبراهيم، الذي عاد من البحرين بعد أن جهّز أول مطبعة لإصدار أول صحيفة بحرينيّة في بداية الثّلاثينيات، ليكتب هذه القصيدة التي اشتعلت في الحناجر فاضأت حقبة تاريخيّة للمكان، وبدت القوّة أمامها عاجزة عن تغييب الحقيقة أو منح المكان هوّة مزوّرة، فحين نغني "جازي عليهم يا شعبي جازي" تبدو تلك اللافتة الموضوعة على الباب الخارجي محض لغو لا أثر له.

(جنين)

القصر الصيفي - بكين / الصّين



في المجمعّ العديد من المباني الهامّة.. أعرّض الأهم من بينها:

- مبنى الكرم والعمر المديد: بداية أطلق على المبنى اسم "مبنى الحكم الجيّد"، وقد دُمّر المبنى بيد القوّات الغربيّة عام 1860. تمّ إعادة بنائه من جديد عام 1886 وسمّي باسمه الحالي نسبةً إلى مقولة أخذت من كتابات "كونفوشيوس": "الكرماء يعيشون سنين طويلة". في هذا المبنى، ناقش القيصر أمور الدّولة وأدارها.. ويشمل اليوم كرسيّ الامبراطور وبعض الأواني من المعادن من سلالة "شانغ".



- صورة رقم 3: مبنى المسرح.

- حديقة الأخلاق الحميدة والانسجام: تتواجد إلى الشّمال من مبنى العمر المديد وتشمل مبنى المسرح الكبير ومبنى الشّباب وقاعة الفرح. ارتفاع مبنى المسرح قرابة 21 متراً وفيه ثلاث منصّات، يزيد عرضها على 17



- صورة رقم 4: مبنى الفرح.

متراً. على خشبة المسرح هذا تمّ عرض الأوبرا الصّينيّة. أمّا مبنى "الفرح" فتواجد تماماً مقابل المسرح، منه كانت زوجة الامبراطور تشاهد العروض. - قاعة العمر المديد: تواجّد إلى الشّمال من المسرح، وهو عبارة عن مبنى الحياة اليوميّة عاشت فيه زوجة الامبراطور خلال أشهر الصّيف (ما بين شهر أيار - آب).

- الرّواق الطّويل: يوصل ما بين قاعات القصر التي ذكرت أعلاه وتلّة العمر المديد، وعليها بني معبد الإله بوذا. طول الرّواق يزيد عن 30 متراً، ويشمل زخرفات عديدة؛ من بينها ثلاث مقاطع كلّ منها ترمز إلى أحد فصول السّنة: الصّيف، الشّتاء والرّبيع.



- صورة رقم 5: جانب من حديقة الانسجام.

تقيم منظمة "إيكرم" (ICCROM) ورشة عمل حول إدارة مواقع التراث العالمي وصيانتها، حيث يشارك فيها خبراء محليين وعالميين. تعقد الدورة في القصر الصيفي في مدينة بكين، عاصمة الصّين. في هذا العدد، سأقدّم لمحة عن القصر الصيفي، بينما سأعرض في عدد لاحق مقالة عن مواقع أخرى أتيت لي زيارتها من خلال هذه الورشة.

الموقع

يتواجد القصر الصيفي قرابة 15 كيلومتراً إلى الشّمال الغربي من مركز مدينة بكين. بُني بين الأعوام 1750 - 1764 على تلة مرتفعة، تُعرف أيضاً باسم "موقع السّعادة والعمر المديد". وهو عبارة عن مجمع يمتدّ على مساحة 3 كيلومترات مربّعة، يشمل العديد من المنازل السكّنيّة والمعابد، إضافةً إلى الحدائق الخلّابة، تتوسّطه بحيرة كبيرة. وقد استعمل هذا المجمع أربعة من القياسرة من سلالة "تشينغ"، إلّا أنّه تعرّض لأعمال الخراب والدمار عام 1860 (من قبل قوّات بريطانيّة - فرنسيّة خلال الحرب مع الصّين) وأعيد ترميمه عام 1924. عام 1998 أعلنت منظمّة اليونسكو على أنّه "موقع تراث عالمي".

مراحل البناء

تعود بداية البناء في الموقع إلى فترة القيصر "هنج-لي-كوانج" (حكم بين السّنين 1150-1161)، والذي حوّل عاصمة الصّين إلى مدينة بكين الحاليّة، حيث بنى في الموقع قصر سمّاه "قصر جبل الذهب". لاحقاً، وأبان فترة حكم سلالة "مينغ" (1368 - 1644) بني بالقرب من القصر معبد في القسم الجنوبيّ من التلّة. وأبان فترة القياسرة من سلالة "تشينغ" (1661 - 1796) تمّ بناء العديد من الحدائق والمباني القيصريّة، وأحدها كان "القصر الصّيفي"، حيث قام بتوسيع منطقة



البحيرة وبناء الحدائق وقد أطلق على التلّة اسم "تلّة العمر المديد" (الصورة رقم 1).

المجمع

يمتدّ المجمعّ على مساحة 3 كيلومترات مربّعة، وهو يشمل البحيرة، حدائق وبساتين، ما يقارب 3000 مبنى مساحتها تصل 70000 متر مربّع، من بينها المنازل السكّنيّة والمعابد. يجدر الذكر أنّ القيصر لم يسكن هذا القصر، بل كان يأتي إليه في فترة الأشهر الحارّة خلال الصّيف، وذلك بسبب الهواء البارد والبساتين المحيطة بالموقع.

أحد العناصر الهامّة في بناء القصر، هو التناسق التام فيه، حيث بنيت المباني والممرات فيما بينها بشكل متناسق تماماً. يقسم المجمعّ إلى ثلاثة أجزاء: القسم الإداري الذي أدار القيصر فيه شؤون مملكته، قسم المنازل السكّنيّة للقيصر وأبناء عائلته، وقسم المنتجع والترفيه.

في المدخل الرئيسي للمجمع تتواجد تماثيل الأسود: من الجهة اليمنى



أسد تتواجد تحت كفة يده كرة، حيث ترمز إلى سيطرة الامبراطور وحكمه. بينما من الجهة اليسرى للمدخل، اللبؤة التي تلاعب شبلها، وهي ترمز لسلالة الامبراطور واستمراريتها (الصورة رقم 2).



مفروشات البستان يركا



حملة رمضان كريم وانتوا بنسنا هلووا.



فقط 4999 ش"ن

3+2+1+1



3+2+1+1

فقط 3999 ش"ن

-50%



فقط 3999 ش"ن

صالون مودرن 3+2



فقط 2499 ش"ن طاولة + 6 كراسي

حملات مميزة

2016

اثاث بيت كامل

فقط

11990

www.ALBOSTN.com ش"ن



فقط 1799 ش"ن



فقط 2999 ش"ن طاولة + 6 كراسي

يركا المنطقة الصناعية : 04-9562353 053-4685337/9

اوقات الاستقبال: كل ايام الاسبوع - من المباشرة صباحا حتى الثامنة والنصف مساء .. يوم الاحد عطلة

إدارة بنك لئومي تستضيف زبائنها التجاريين لوجبة إفطار احتفالية



واضح ان هذه هي الخطوة الصحيحة للطرفين. اليوم بنك لئومي اصبح البنك الرائد في المجتمع العربي، مع انتشار اكبر عدد من الفروع. هذا ما كنا نصبو اليه واستثمرنا الكثير لتحقيق هذا الهدف. بالامكان ان نلمس الآن نتائج الدمج، وجميع زبائننا - ابتداء من الزبائن الخصوصيين والتجاريين - يستفيدون منها". اضاف كوهين محمد عوض، نائب رئيس قطاع الخدمات البنكية في لئومي، عبر عن تأثره من الاستجابة الكبيرة من قبل زبائن البنك الذين حضروا، وقال ان الأمر يؤكد علاقتنا بزبائننا والتي تميزت دائما بانها علاقة حميمة، وان البنك يُعتبر بيتا بالنسبة لهم، حتى بعد اتمام عملية الدمج بين البنكين. عيسى زايد، مدير لواء الشمال والمثلث في لئومي قدم التهاني وشكر الحضور الذين بذلوا مجهودا من اجل الوصول والمشاركة في الافطار الرمضاني الاحتفالي وقال "ان وجبة الافطار هي تقليد منذ سنوات عديدة ونحن سعداء بالاستمرار فيه بعد الدمج". شارك في الافطار الاحتفالي عدد كبير من الشخصيات الاعتبارية، رؤساء مجالس محلية وبلديات، رجال اعمال ورجال دين من بينهم: الشيخ عباس تيتي رئيس مجلس البعنة، رئيس الطائفة الدرزية في إسرائيل الشيخ موفق طريف، المطران الياس شقور، رئيس بلدية شفاعمرو امين عنبتاوي، رئيس مجلس دير حنا سمير حسن، رئيس مجلس نحف عمر اسماعيل، رئيس مجلس بسمه رائد كبها وآخرين.

استضافت إدارة بنك لئومي، هذا الأسبوع، زبائنها التجاريين لوجبة إفطار رمضاني احتفالية، وذلك في إطار سلسلة الفعاليات التي قام بها البنك خلال شهر رمضان. رئيس مجلس ادارة بنك لئومي، دافيد برووت، افتتح الاحتفال وقدم التهاني للمدعوين بالشهر الكريم، وقال: "سنة 2016 كانت ومازالت سنة التحديات، سنة دمج فيها بنك لئومي البنك العربي الاسرائيلي، من منطلق الرؤية والحاجة إلى تعزيز النشاط وزيادة الاستثمار بالمجتمع العربي". من معرفتي بقوة مجموعة لئومي التي تعتمد على موظفين مهنيين ومخلصين، أنا على ثقة باننا سنطبق كل ما نؤمن به وهو "انشاء خدمات بنكية مُبادرة وحديثة لزبائننا". اضاف برووت

عضو مجلس ادارة بنك لئومي، د. سامر حاج يحيى قال: "تعهدنا لزبائننا وللموظفين ان الدمج سيعود عليهم فقط بالفائدة. مرت سنة واستطيع ان اقول لكم بثقة ان الدمج نجح وفاق التوقعات وكل ذلك بفضل مهنية واخلاص الموظفين بالإضافة الى التزام ادارة لئومي لانجاح الخطوة". "هدف الدمج الذي تحقق على افضل وجه، جاء من منطلق الالتزام التام من قبل ادارة مجموعة لئومي تجاه المجتمع العربي، التي ادت الى تطوير الخدمات التي يقدمها البنك اليوم، عملنا وسنستمر بالعمل من اجل المجتمع العربي". اضاف حاج يحيى داني كوهين، رئيس قطاع الخدمات البنكية في لئومي قال: "انا راضٍ عن عملية الدمج، وقبل البدء بخطوة الدمج، كان

الابراج مع ابي الطيب



الميزان (23 أيلول - 23 تشرين الأول)

مهنياً: يدعوك هذا اليوم إلى المغامرة ويتحدث عن اتصالات جيدة مع الخارج أو بعض الأجانب. عاطفياً: ارتباكك يشير قلق الشريك، ويرفع منسوب الشك عنده في مختلف الأمور، حاول أن تخفي هذا الارتباك أمامه وكن مشرق الوجه. صحياً: يجب أن تكون الرياضة أولوية في حياتك، فهي الطريق الأنسب لصحة أفضل.



العقرب (24 تشرين الأول - 22 تشرين الثاني)

مهنياً: يتحدث هذا اليوم عن مسائل مالية تخص بعض الشراكات من رسوم وعائدات أو ما شابه، وتسعى لتغطية العجز. عاطفياً: تعود الأمور بينك وبين الشريك إلى مجاريها الطبيعية بفعل حكمتك ونضجك، ووعي الشريك الذي أثبت أنه مخلص ووفي. صحياً: الاعتماد على الخضراوات والفواكه يزود الجسم حيوية ونشاطاً بعد عناء العمل.



القوس (23 تشرين الثاني - 20 كانون الأول)

مهنياً: يوم مليء بالنشاط تحضر فيه أحد المؤتمرات وتلفت الأنظار بقررتك على التجاوب مع الظروف والمتطلبات. عاطفياً: تعبّر عن أفكارك وآرائك أمام الشريك بصراحة تامة، فتزداد قيمة في نظره ويزداد تعلقه بك أكثر فأكثر. صحياً: قمر بأمر مخيبة للأمال، وربما تحمل فوضى وعدم رضى، ما ينعكس سلباً على وضعك الصحي.



الجدي (21 كانون الأول - 19 كانون الثاني)

مهنياً: يتحدث هذا اليوم عن مسائل مالية تخص بعض الشراكات من رسوم وعائدات أو ما شابه، وتسعى لتغطية العجز. عاطفياً: من المحتمل أن تكون الأمور بينك وبين الشريك متوترة لأسباب تافهة، حاول حل الإشكالية بكل روية ووعي. صحياً: الاعتماد على الخضراوات والفواكه يزود الجسم حيوية ونشاطاً بعد عناء العمل.



الدلو (20 كانون الثاني - 18 شباط)

مهنياً: قد تتلقى عروضاً أو تعرف لقاءات واعدة جداً تكون بمثابة حافز مهم لتطوير أدائك. عاطفياً: تواجه بعض الصعوبات في العلاقة العاطفية وربما تتعامل مع الشريك بشدة أو جفاء، فكن متيقظاً لهذا الأمر. صحياً: حاول القيام بنزهة في أرجاء الطبيعة للتخفيف عن نفسك وللتخلص من هموم العمل المتراكمة.



الحوت (19 شباط - 20 آذار)

مهنياً: لا تخضع لنزواتك، قد يصدمك أمر يتعلق بزميل، لم تكن تتوقع أنه قد يقرر الرحيل فجأة. عاطفياً: تعيش أوقاتاً جميلة وداعمة من الشريك ومن معظم من تخطط بهم في حياتك اليومية، فتزداد ثقتك بنفسك وترتاح معنوياً. صحياً: تبدو في حالة من السعادة الدائمة والنشاط غير المعهود منك، السبب الرياضة اليومية والانتباه إلى نوعية طعامك.



الحمل (21 آذار - 20 نيسان)

مهنياً: القمر في برجك يلقي الضوء عليك وربما يستقطب بعض المؤيدين، وتتلقى سيلاً من الاتصالات الداعمة لمشاريعك البناءة. عاطفياً: كل الحلول ممكنة إذا كان الطريق مسدوداً مع الشريك، لكن النيات هي المفتاح لذلك، وأنت نياتك طيبة وصافية. صحياً: استعن ببعض المجالات التي تعنى بالشأن الصحي وطبّق الإرشادات التي يعطيها أخصائيون بالصحة.



الثور (21 نيسان - 20 أيار)

مهنياً: يمكنك الاستفادة من خبرة الآخرين، وهذا سيكون مفيداً في كل المجالات اليوم، وخصوصاً على الصعيد المهني. عاطفياً: دفاتر الماضي مليئة بالمغامرات، وهذا يقلق الشريك كثيراً، فتقع بعض الخلافات التي تبعدك عنه خلال الفترة المقبلة. صحياً: ممارسة الرياضة باستمرار، توفر لك قدرة أكبر على التركيز وصفاء في الذهن.



الجوزاء (21 أيار - 21 حزيران)

مهنياً: تؤرقك بعض الأمور في العمل وتفكر في بدائل، وحاول أن تتقرب أكثر من زملاء وتتفق معهم على الكثير من الأمور. عاطفياً: راع ظروف الحبيب الحالية ولا تكن كثير التطلب، وحاول أن تجعله يشعر بالإنجذاب نحوك لكي تتمكن من معرفة ما يزعجه. صحياً: استفد قدر الإمكان من أوقات فراغك وحاول القيام بمشاريع أو نشاطات ترفيهية.



السرطان (22 حزيران - 22 تموز)

مهنياً: يتحدث هذا اليوم عن شؤون مالية ومهنية طارئة وعن أخبار تخص رحيل أحد الأشخاص الذي قد يشغل مركزاً أو مكاناً مهماً، ويؤثر الأمر في أوضاعك. عاطفياً: تبادر إلى الانطلاق بحيوية كبيرة، وتشعر بأنك المسيطر على الأوضاع، فتتقدم بخطى ثابتة أكثر من السابق. صحياً: التمارين الصباحية مفيدة قبل تناول الطعام أو أي مشروب منبه ثم الانطلاق إلى العمل بنشاط.



الأسد (23 تموز - 22 آب)

مهنياً: مستقبل جيد يلوح في الأفق، لكن عليك القيام بخطوات مهمة لتكتمل عناصر الصورة من مختلف النواحي. عاطفياً: أمامك عدد كبير من الحلول ممكنة إذا كان الطريق مسدوداً، لكن النيات الطيبة هي المفتاح لذلك. صحياً: السباحة ضرورية كلما سنحت الظروف، ونتائجها مضمونة ومهمة.



العذراء (23 آب - 22 أيلول)

مهنياً: يهدد هذا اليوم بعض الأعمال ويولد بعض الارتباكات، فكن حذراً وانتبه من بعض التجمعات الكبيرة غير المجدية. عاطفياً: توقع الكثير من الأمور المهمة اليوم التي ستكون واعدة وتحمل معها الكثير من المفاجآت السعيدة جداً. صحياً: لا تخلق الأعذار كلما عرض عليك القيام بنشاط رياضي وخصوصاً في هذا اليوم.

أشهر النظارات الشمسية لصيف 2016

تعتبر النظارات الشمسية قطعة أساسية في موسم الصيف في البلاد.

من بين بحر النظارات الشمسية من العديد من الماركات والانواع، اخترنا من اجلكن آخر الاتجاهات في المجال من تشكيلة النظارات الشمسية في سوبر- فارم اوبتيك.

عيون القطة

اتجاه عيون القطة اشتهر هذه السنة في كافة عروض الازياء لأشهر المصممين، ولأسباب عديدة: لأنه كلاسيكي ورائع، ويبدو ممتاز على كل وجه. وباستمرارية مباشرة لاتجاه عيون القطة بقلم تحديد العيون، النظارات الشمسية بهذا الشكل تمنحك مظهر أنيق لكن أيضاً جذاب، ويذكر بالسحر الهوليودوي.

نظارات دائرية

لا يوجد مثل النظارات الشمسية الدائرية لكي تعلن انك مطلعة على الامور العصرية.

نظارات ملونة

لا شيء يعبر عن الصيف أكثر من الألوان. بعد أحادية الالوان التي أضفت بعض الاكتئاب في الشتاء، فان فصل الصيف هو الوقت المناسب لكل الوان قوس قزح. لأول مرة يمكن ان نرى تعدد الالوان القوي ليس فقط في ملابس الصيف، بل ايضاً في النظارات الشمسية، سواء كان الحديث عن اطارات بلاستيكية ملونة وبارزة، او عن عدسات المرأة الملونة التي تعود من جديد. النظارات الشمسية الملونة خفيفة وممتعة، متوفرة بالعديد من الالوان، بما فيها اطار للعدسات بلون واحد وأنزوع بلون مختلف. النظارات الملونة مسيطرة جداً الى درجة انها تكاد لا تبقى حاجة الى قطع الاكسسوارات الاخرى وتنجح في تحديث اي مظهر، وحتى المكون من بلوزة بسيطة وبنطلون جينس.



אמיר - בעלים
מנהל אזור הכרמל
053-5275696



סמי רינאני - בעלים
מנהל אזור ק. אליעזר
מושב גרמנית
וכרמל צרפתי
052-2669013



הזאר רינאני - בעלים
סוכנת קונים
054-2852444



חדש בבלעדי במגדלי הטויו דירת 4 חדר, 120 מ"ר • מרפסת, משופצת קומפלט, בריכה, חדר כושר בבניין ויקטוריה 054-9415088	חדש בבלעדי בנוח' וחל בכרמליה מרהיבה לטשקייס דירת 3 חדר, 40 מ"ר, מרפסת עם אוספית השכחה רבוע נוף מרהיב לים ויחיד יעד 054-2800517	חדש בבלעדי כרמליה - צפריים פנטהאוז 180 מ"ר עם 3 מרפסות לנוף ים מערבי, דגם נימור אדריכלית בסטנדרט הגבוה ביותר 6 חדר, 5 שירותים, 4 מקלחות, יחיד הורים, חדר עבודה במפלס השטח, מעלית לבית, מרד מחסן וחניה בטאבו יעד 054-2800517	חדש בבלעדי רח' תדהר - וודיה דירת 5 חדר, 130 מ"ר דו סטליט מרפסת 40 מ"ר קומה 2 אמיר 053-5275696	חדש בבלעדי דרן הים 5 חדר, 140 מ"ר, משופצת, גינה 150 מ"ר, מעלית, מחסן גדול, חניה אמיר 053-5275696	חדש בבלעדי בשכונת שמבור המבוקשת - נחשון בפרויקט תמ"א מאושר לפני תחילת בנייה, 5 חדר 140 מ"ר בנוי + 20 מ"ר מרפסת לנוף, מעלית, חניה, גישה נוחה אמיר 053-5275696
חדש בבלעדי פנטהאוז מפואר ברחוב לסקוב רמת גולה - 3 חדר, 130 מ"ר, מרפסת, מעלית וחניה פונה לנוף ים ויקטוריה 054-9415088	חדש בבלעדי ברחוב שמשון במיקום שקט ופנימי דירת 4.5 חדר, 110 מ"ר בקומה 2 פונה לנוף ירוק יעד חכים 054-2800517	חדש בבלעדי הסניף החדש בנאות פרס נפתח - מגוון דירות למכירה * דירת 4 חדרים בקומה ראשונה בבניין של 4 קומות * דירת 3.5 חדר, קומה 2 בבניין של 4 קומות * דירת 5 חדר, קומה 3 בבניין של 4 קומות, דירה אחת בקומה 1 דירה שנייה בקומה 8 (הדירה השנייה) אמיר 053-5275696	חדש בבלעדי למכירה בשושנת הכרמל דירת 100 מ"ר, 3 חדרים, מרווחת מאוד, קומה 1, משופצת מהיטוד במיקום מרכזי, שקט ופסטורלי אמיר 053-5275696	חדש בבלעדי דירות לסטודנטים בנווה שאן צמודות לטכניון החל מ-1,500 אילן 052-6362746	חדש בבלעדי למכירה בדמי פינוי עסק של חנות מכולת עם 12 שנות מוניטין ברמות רמת אילן 052-6362746
חדש בבלעדי למכירה בדמי פינוי שני דו משפחתיים מפוארים במיוחד וחדשים מהקבלן, מפרט גבוה במיוחד!! בריכה, גינה, מרפסות ענק ונוף מרהיב לים ויקטוריה 054-9415088	חדש בבלעדי רח' נתיב חן 4.5 חדר, ענקית משופצת במחיר מצוין אילן 052-6362746	חדש בבלעדי דירות להשקעה בנווה שאן החל מ-777,000 חדשות מקבלין אילן 052-6362746	חדש בבלעדי ברחוב התווך דירת 4.5 חדר, 95 מ"ר, גיוף 052-7075851	חדש בבלעדי גוש עציון דירת 3 חדר, 60 מ"ר + 20 מ"ר מחסן, קומות קרקע חצר משופצת, הבית משופץ חלקי גיוף 052-7075851	חדש בבלעדי רחוב יצחק נדב בניין רב קומות, 140 מ"ר, קומה 2, משופצת קומפלט, חניה • מחסן בטאבו, נוף לים גיוף 052-7075851
חדש בבלעדי כרמל צרפתי אדמונד פלג 26 דירת 3 חדר, 70 מ"ר, קומה 3, משופצת כחדשה לבוא ולהתאהב! שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי רחוב ח'ורי 16 קומה ראשונה, 3 חדרים, משופצת ברמה חנייה שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי שד' ההסתדרות 21 בינייה מהמנהרות למכירה בניין מסחרי, 4 קומות, כל הבניין מושכר לטווח ארוך, במיקום מרכזי בצק פוסט שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי אלנבי 109 דירה ענקית, 115 מ"ר, 4 חדר, קומה 3, חניה • מחסן בטאבו, בניין מטופח שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי שבתאי לוי 75 מ"ר, קומה 2, 3 חדרים משופצת חלקית, 2 מרפסות שמש גיוף 052-7075851	חדש בבלעדי עסק ברחוב יפו אזור המוסכים, 75 מ"ר, אזור מבוקש, אפשרות למכור עם הציוד שרבל רוזה 054-6860638
חדש בבלעדי שכונת עין הים רח' בניין מגורים, 4 קומות, הדירות משופצות ברמה גבוהה, חניות בטאבו, גינת 250 מ"ר בוקות הכניסה שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי למכירה ברחוב עובדיה 21 דירת גן 100 מ"ר 4.5 חדרים, גינה של 40 מ"ר שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי ברמת התשבי רח' בית אל 12 דירת 3.5 חדר, 95 מ"ר, קומה שלישית, נוף עוצר נשימה, חנייה ומחסן בטאבו שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי להשכרה ברחוב קיסריה משדרים המתאימים לכל מטרה, 15 מ"ר כל אחד, לובי המתנה, משופצים ברמה גבוהה שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי משרד להשכרה ברחוב המגנים משופץ 90 מ"ר, מחולק ל-5 חדר • חדר המתנה, נוף לים, בבניין עם מעלית, חניון ולובי רימה 054-3333143	חדש בבלעדי דלית אל כרמל דירת 4 חדרים, דו סטליט, ניתן להסות את המפלס הראשון ליחידת דירה, כניסה נפרדת לכל מפלס, במפלס העליון נמצאים ארבעת החדרים, הדירה חדשה לגמרי רימה 054-3333143
חדש בבלעדי עסק למכירה בשדרות הציונות מכולת פעילה בעלת מוניטין גבוהה, עסק רווחי שקיים שנים, המחיר כולל מלאי וכל הציוד שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי הנביאים 28 מ"ר, מעלית • חניה מתאים לכל מטרה שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי למכירה ברחוב התשבי 48 קומה 3, נוף עוצר נשימה, 75 מ"ר • אישורי בנייה שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי למכירה/להשכרה בשדרות המגנים משרד משופץ כ-53 מ' מחולק ל-2 חדר מרווחים, בבניין מעלית, חניון, תת קרקע ולובי, רימה 054-3333143	חדש בבלעדי משרד להשכרה ברחוב המגנים משופץ 90 מ"ר, מחולק ל-5 חדר • חדר המתנה, נוף לים, בבניין עם מעלית, חניון ולובי רימה 054-3333143	חדש בבלעדי דלית אל כרמל דירת 4 חדרים, דו סטליט, ניתן להסות את המפלס הראשון ליחידת דירה, כניסה נפרדת לכל מפלס, במפלס העליון נמצאים ארבעת החדרים, הדירה חדשה לגמרי רימה 054-3333143
חדש בבלעדי למכירה ברחוב הירוק 17 קומה ראשונה, 70 מ"ר, נוף יפה, מאגרת ומאווררת ברחוב הכי מבוקש שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי שי עננון 24 קומה 3, 4 חדרים מצוינת להשקעה שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי למכירה עובדיה 14 קומה 4, חדשה מקבלין, 120 מ"ר, 5 חדרים, מרפסת, מרפסת נוף, מעלית חנייה בטאבו שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי ברמת הנשיא דירת 5 חדר, 130 מ"ר, קומה 2, עם מרפסת שמש, מחסן ו-2 חנויות בטאבו לונה גלר 054-7992281	חדש בבלעדי למכירה בהרץ ברחוב י.ל. פרץ דירת 3 חדר, 80 מ"ר, קומה 3, משופצת מרפסת גבוהה לנוף אלן דכור 054-6738943	חדש בבלעדי דלית אל כרמל דירת 4 חדרים, דו סטליט, ניתן להסות את המפלס הראשון ליחידת דירה, כניסה נפרדת לכל מפלס, במפלס העליון נמצאים ארבעת החדרים, הדירה חדשה לגמרי רימה 054-3333143
חדש בבלעדי רמת התשבי רח' בית אל דופלקס דו קומותי-160 מ"ר, 5 חדרים, 2 מרפסות • חנייה בטאבו שרבל רוזה 054-6860638	חדש בבלעדי להשכרה ברחוב הרצל דירת 2 חדר גדולים ומרווחים • מרפסת במיקום מרכזי ובקרבה לתחבורה ציבורית, הדמנות לדמי שכירות (נמוכים משמעותית!!) ג'אנה 054-8090223 אסף 050-3493337	חדש בבלעדי למכירה בדמי פינוי מספרה בלב הכרמל 70 מ"ר, מוכנה קומפלט לעבודה ג'אנה 054-8090223	חדש בבלעדי למכירה ברחוב ההרצל 12 חנות חזיתית לרחוב 30 מ"ר • גלריה, מתאימה לכל עסק ועסק מזון ג'אנה 054-8090223 אסף 050-3493337	חדש בבלעדי בעין הים רח' התורן, 4 חדר משופצת קומפלט סמי 052-2669013	חדש בבלעדי למכירה ברחוב השומר 2 דירת 5 חדר, 120 מ' 3 מרפסות, קומה 3, נוף ליים ותקריות גבוהות, ניתנת לחלוקה, מוצעת להשקעה או למגורים אלן דכור 054-6738943
חדש בבלעדי דרן הים 4 חדר, משופצת ברמה גבוהה, מפלסים, מרפסת גדולה לנוף ים, 2 חנויות בטאבו אסף 050-3493337	חדש בבלעדי למכירה בכיכר פריז עסק פעיל ורווחי בתחום המזון בעל מוניטין גבוהה ג'אנה 054-8090223 אסף 050-3493337	חדש בבלעדי רח' מור דירת גן, 130 מ"ר בנוי 90 + 2 חדר חניה ומחסן בטאבו ג'אנה 054-8090223	חדש בבלעדי להשכרה ברחוב ההרצל 12 חנות חזיתית לרחוב 30 מ"ר • גלריה, מתאימה לכל עסק ועסק מזון ג'אנה 054-8090223 אסף 050-3493337	חדש בבלעדי למכירה ברחוב השומר 2 דירת 5 חדר, 120 מ' 3 מרפסות, קומה 3, נוף ליים ותקריות גבוהות, ניתנת לחלוקה, מוצעת להשקעה או למגורים אלן דכור 054-6738943	חדש בבלעדי במושב הגרמנית הירוק 2 13 מ"ר, 5 חדרים מרווחים מחסן בטאבו אלן דכור 054-6738943



אילן זונס
מנהל אזור נווה שאן
052-6362746



יעד חכים
מומחה כרמליה, רמת
אשכול, שמבור וציר מרריה
054-2800517



שרבל רוזה
מומחה כרמליה, רמת
המנוחה, הגרמנית
054-6860638



ג'וסף מוסלם
מומחה עיר תחתית
עין הים ושמירנצק
052-7075851



אלן דכור
מומחה סטלה מאריס
והמושב הגרמנית
054-6738943



אמיליה בנימינוב
סוכנת קונים ציר הכרמל
054-6873332

sami7nadlan@gmail.com | www.rs-nadlan.co.il
שדרות מוריה 52 חיפה - 077-4014234

מיואשים מלחפש בית?
מתווכים לא חוזרים אליכם ולא מתייחסים אליכם בריצות?
מוזמנים להתקשר ולקבל ליווי VIP עד לרכישת מוצלחת...
בירות צרכים יסודי | ליווי נכסים לא רלוונטיים
| ימי סיוור מתואמים במספר נכסים

רימה חסדאן
מומחית כרמל צרפתי
054-3333143



ויקטוריה
קורסיצקי
מומחית אזור ציר
כרמל ודרה
054-9415088



לונה גלר
סוכנת קונים כרמל
צרפתי, שמירנצק וק.
אליעזר
054-7992281



جديد في ماكودومالذ ماك وينجز: أجنحة دجاج مقرمشة وبيكانتي



طرحت شبكة مطاعم ماكودونالدز مؤخرا مُنتج دجاج جديد: S G N I W c M |ـماك وينجز، أجنحة دجاج بغلاف مقرمش وطعم وبيكانتي شهى. تباغ الماك وينجز ب 3 أو 5 قطع ووجبة تشمل 5 أجنحة دجاج مقرمشة، تشيبس ومشروب. سعر 3 قطع من أجنحة الدجاج المقرمش: 09.91 ش.ج. وسعر ال 5 قطع: 09.13 ش.ج. سعر وجبة 5 ماك وينجز: 09.64 ش.ج.

جديد في ماكودومالذ سلطة خضراء مع تفاح وصلصة حمضيات



شبكة مطاعم ماكودونالدز تستمر في طرح منتجات جديدة لقائمة الطعام. فقد طرحت ماكودونالدز مؤخرا سلطة جديدة: سلطة خضراء مع تفاح بإضافة جوز الملك وصلصة حمضيات مع العديد من الإضافات للاختيار مثل: كريسي تشيكن، ناجتس، أصابع ذرة، تشيكن سيليك و غيرها. تشمل السلطة 352 سعرات حرارية فقط.

ألعاب الفيلم الجديد steP fo efiL terceS eTh الآن في ماكودونالدز



شبكة مطاعم ماكودونالدز توزع 8 ألعاب مختلفة من شخصيات الفيلم الجديد steP fo efiL terceS eTh. الحياة السرية للحيوانات الأليفة فيلم رسوم متحركة الآن في دور السينما. اجمعوا الآن ألعاب الفيلم الجديد مع كل وجبة أو لاد هابي ميل. بإمكانكم مشاهدة جميع الألعاب في موقع الانترنت باللغة العربية ra/li.oc.sdlanodcm.www الألعاب متواجدة في جميع فروع ماكودونالدز مع كل وجبة هابي ميل حتى نقاد المخزون.

بنك هبوعليم يستضيف المئات من رجال الأعمال على موائد الإفطار في الجليل، المثلث والنقب بمناسبة شهر رمضان المبارك



بمناسبة شهر رمضان المبارك، اقام بنك هبوعليم في الاسبوعين الأخيرين 3 وجبات افطار مميزة لرجال اعمال، صنّاع رأي ورؤساء مؤسسات كبيرة من الوسط العربي من منطقة الشمال، المثلث والنقب. شارك مئات الحضور في هذه المناسبات المميزة التي أصبحت جزءاً من العادات والتقاليد، والتي يقيمها بنك هبوعليم للسنة الثانية على التوالي. اقيمت هذه المناسبات المشتركة ووجبات الافطار بدعوة شخصية من قبل رئيس مجلس ادارة بنك هبوعليم، السيد يئير سروسي، وبمشاركة ادارة البنك الكبيرة برئاسة مدير عام بنك هبوعليم الجديد اريك بيتنو، السيد رونين شطابن نائب المدير العام، المسؤول عن القطاع التجاري، السيد جولان شرمان، مدير قطاع المصرفية التجارية، السيد جاكى كوهين مدير قسم المصرفية التجارية، ومدرء المناطق. حضر هذه الاحتفالات ايضاً رؤساء مدن ومجالس محلية من بينهم السيد علي سلام رئيس بلدية الناصرة، السيد مضر يونس رئيس مجلس عارة والسيد طلال قربناوي رئيس بلدية رهط ، رؤساء مؤسسات، رجال اعمال، وموظفون في البنك. في وجبة الافطار التي اقيمت في وادي عارة، هنا يئير سروسي رئيس مجلس ادارة بنك هبوعليم المشتركين بتهنئة رمضان كريم وعيد سعيد، وقال: «لقد أصبح هذا الحدث الرابع جزءاً من التقاليد التي نفتخر بها جداً في بنك هبوعليم. من المهم لنا ان نكون جزء من احتفالات ترمز الى التعددية الثقافية وتساهم في الشعور بالانتماء للمجتمع في البلاد لدى مختلف الشرائح السكانية. يدمج نشاط البنك ما بين تطوير المصالح التجارية وتطوير المجتمع من خلال توطيد العلاقة بين الموظفين والمدرء وبين الزبائن والمجتمع». اريك بيتنو المدير العام الجديد في البنك، قال في الاحتفال الذي اقيم في الناصرة: «يسعدني ان اشارك في هذا الحفل الذي يعتبر جزء من اقدس وأهم الاشهر في السنة الاسلامية. القرى والمدن في الجليل، المثلث والنقب ترتدي حلة العيد في هذا الشهر، وكلّي فخر وسعادة غامرة في ان اشارككم هذا الشعور بالبهجة والغبطة بمناسبة العيد. الاستثمار في المجتمع العربي هو جزء من رؤيتنا في بنك هبوعليم، ونحن نعمل بلا كلل من اجل ازدهاره، من خلال منح الخدمات المتطورة لرجال الاعمال، افتتاح فروع وتطوير منتجات خاصة. انه لامر اساسي ورئيسي لنا ان نكون جزء من هذا التكاتف، استضافتكم ومشاركتم هذه الفرحة.» نبيل تورتري مدير الوسط العربي في البنك، اضاف: «لقد كان من المهم لنا في البنك هذه السنة وللمرة الاولى اقامة هذا الحفل في مدينة رهط ايضاً، من اجل لقاء زبائننا وتكريمهم بوجبة افطار، اهتئ الجميع بمناسبة اقتراب العيد الفطر السعيد».

جديد وحصري في ماكودونالدز كؤوس أولمبيادة ريو 6102



أعلنت شبكة مطاعم ماكودونالدز عن بدئها ببيع كؤوس أولمبيادة ريو 6102 الكؤوس بخمسة تصاميم مميزة وجديدة. سعر كأس واحدة 09.6 ش.ج. فقط عند شراء وجبة. سعر الكؤوس بدون وجبة كأس واحدة: 09.21 ش.ج. 2 كؤوس: 00.42 ش.ج. 3 كؤوس: 00.43 ش.ج. 4 كؤوس: 00.24 ش.ج. 5 كؤوس: 00.94 ش.ج.

اجمعوا الآن طقم كؤوس أولمبيادة ريو 6102

أحمد لوابنة - لاعب فريق الفريديس يسجل أسرع هدف خلال دوري LX 6102



سجل فريق الفريديس رقما قياسيا خلال دوري LX حيث استطاع لاعب الفريديس أحمد لوابنة من تسجيل الهدف الأسرع في البطولة منذ انطلاقتها قبل ثمانية سنوات حين سجل هدف السبق بعد 41 ثانية من انطلاقة المباراة ليدخل فريق الفريديس سجل تاريخ البطولة. أحمد لوابنة البالغ من العمر 52 عاما ، ذكر لنا في حديثه انه يشارك للمرة الاولى في دوري LX ، الا ان فريق الفريديس وغالبية لاعبيه شاركوا في السنوات السابقة في الدوري وتأهلوا لمراحل متقدمة . فريق الفريديس استطاع بلوغ مرحلة النصف نهائي بجدارة بعد منافسة نارية في مباريات الربع نهائي. أحمد لوابنة -لاعب فريق الفريديس : « الف شكر لشركة LX على هذه الرعاية ودعم الشباب والرياضة من خلال الامسيات الكروية الرائعة ، قدمنا مباريات كبيرة وأداء رفيع المستوى كلي أمل ان نستمر في مثل هذا الأداء الذي سيقودنا الى البطولة»

أيتها الأم، ابوت تهتم بصحة عيون طفلك من خلال التغذية السليمة



كيف تتأكدون من أن صغاركم يحصلون على مركبات الغذاء الصحيحة لعيون صحية ونظر سليم. رونيت دوييف، المديرية العلمية في ابوت منتجة سيميلاك: ابتداءً من التطور السليم للعينين في سن الطفولة وحتى منع أمراض معينة تتعلق بالجليل المتقدم، للتغذية دور مهم في صحة النظر منذ الولادة. صحة العينين لدى الاطفال تبدأ منذ كونهم في رحم الام، والتغذية الصحيحة للولادة يمكنها ان تساعد في التطور السليم لجهاز النظر. اضافة الى هذا فان تغذية الطفل ابتداء من الولادة وعلى مدار السنوات، أي جيل الولادة، المراهقة وحياته كشخص بالغ- لها تأثير كبير على جودة النظر وصحة العينين. من بين الاغذية الموصى بها للاستهلاك من اجل صحة العينين توجد صبغة اللوتئين. اللوتئين هو صبغة صفراء - برتقالية من أصل نباتي، من عائلة الكروتونويدات، تساهم الكروتونويدات في التقليل من احتمال الإصابة بالعمى ومن أنواع معينة من السرطان. يتواجد اللوتئين بشكل طبيعي في حليب الام وكذلك في بدائل الحليب، في البلاد، سيميلاك هو بديل الحليب الوحيد الذي يحتوي على لوتئين. بما ان اللوتئين يؤثر كثيرا على تطور النظر وصحة العينين فان هناك اهمية كبيرة على استهلاكه من الطعام، حيث ان اللوتئين يتم امتصاصه على افضل وجه عندما يُستهلك مع طعام دهني. المحافظة على التغذية المتوازنة عند اولادنا تعتبر طريقة ممتازة للتأكد من حصولهم على كافة مركبات الغذاء المطلوبة من أجل المحافظة على صحة العينين والنظر»، تقول تيفاني دي - فيت، إخصائية تغذية في ابوت. «مثلا، الفواكه الحامضيات ، الكيوي، البابايا والتوت تحتوي على فيتامين C ، والذي وجد انه يبطئ حدوث مرض الكتاركت، المسبب رقم 1 في العالم للعمى.»

اضافة الى فيتامين C المتواجد في الفاكهة، ايضا الاغذية التالية: الحبوب الكاملة، منتجات الحليب الكامل، الخضار الورقية الخضراء والاسماك، تحتوي على المركبات المطلوبة للمحافظة على صحة العينين. اليكم عدة توصيات عن الاغذية التي يُفضل دمجها في وجبات اولادكم:

الحبوب الكاملة: كينوا، أرز كامل، دقيق الشوفان والطحين الكامل غنية بفيتامين E ، بالزنك والنياتسين. منتجات الحليب: أغذية كالحليب السائل والاجبان الغنية بفيتامين A (رتينول)،الرتينول يساعد في حماية شبكية العين من الجراثيم وبالتالي يقلل من احتمال حدوث تلوث بالعينين. خضار ورقية خضراء: السبانخ، الكيل، الخس والملفوف الأخضر، تحتوي على مضادين تاكسد قويين - لوتئين و زاكسنئين. مضادات التاكسد هذه تساعد في تصفية الأشعة الخطيرة وتحمي خلايا العينين.

الاسماك: السلمون، الطونا والسريدن تحتوي على كميات كبيرة جداً من احماض دهن من نوع اوميغا 3. اوميغا 3 يمكنها ان تساعد في انتاج الدموع، وبالتالي التقليل من احتمال حدوث جفاف بالعينين.

نصائح من خبراء كلاليت لاستقبال عيد الفطر بصحة وحيوية



بدأ العد التنازلي لاستقبال عيد الفطر المبارك الذي يأتي عقب صيام شهر كامل تغيّرت فيه مواعيد وطبيعة الوجبات بشكل جذري، خبراء المجموعة الصحية الأكبر في البلاد «كلاليت» تقدم لكم أهم النصائح الصحية للحفاظ على صحتكم خلال أيام العيد: محتوى الصفحة

1) اختر أطعمة سهلة الهضم من المجموعات الغذائية التالية: الخضروات: تناول الخضروات النيئة والسلوقة والمطبوخة والشوية وابتعد عن المقلية منها. الفواكه: استمتع بجميع أنواعها الطازجة أو المجففة بمعدل ثلاث حصص يومية، وتجنّب العصير. الحبوب: فضل الحبوب غير المقشورة مثل الخبز المحضّر من طحين قمح كامل والبرغل والفريغة على الخبز والأرز الأبيض. منتجات الحليب: كلما انخفض الدسم في منتجات الحليب، كلما سهل هضمه. استهلك حليب 1% دسم، لبن حتى 5.1% دسم ولبننة وأجبان بيضاء وصفراء حتى 5% دسم. وشار إلى أن اللبن الذي يحتوي على الجراثيم الحية الحميدة يوفّر للأعضاء كميات كبيرة من هذه البكتيريا التي تخفّر الغذاء وتساعد في عملية الهضم. وتشير الدراسات إلى أن استهلاك هذه الجراثيم الحميدة عن طريق اللبن أو الأقراص يساعد كثيرا في التخلص من الغازات والانتفاخات والإمساك التي تصيب الكثيرين بعد انتهاء صوم رمضان مباشرة بسبب التغيير المفاجيء في مواعيد ونوعيات الغذاء. البيض: امتنع عن المقلي منه وفضل المسلوق أو المشوي. اللحوم والدواجن والأسماك: اختار اللحمة الحمراء الخالية من اللية أو الدجاج والحشيش بدون جلدة والسلمك. حضرها بأساليب طهي صحيّة مثل الشوي والسلق والطبخ. الدهون: لأن استهلاك الدهون يؤدي إلى إرباك للجهاز الهضمي، امتنع عن الزبدة والسمنة النباتية والحيوانية والمارجرين و«الشمينت». أضف كمية قليلة من زيت الزيتون في كل وجبة رئيسية ولا تتألب في استهلاكه لأن كل ملعقة كبيرة منه تعادل 09 سعر حراري! وبسبب الفوائد الصحية المختلفة للمكسرات، ينصح باستهلاك معدل ملعقتين كبيرتين منها يوميا.

الحلويات: تحتوي حلويات العيد التقليدية على كمية عالية من الدهون، مما يشكل هضمها بشكل على الجهاز الهضمي. اختار حلويات صحيّة مثل الشوكولاتة 07% كاكاو، بوظة قليلة الدسم، الفواكه المجففة، السحلب أو المهلبية أو الأرز بحليب، سلطة الفواكه، أو حلويات بيتية محضرة بطرق صحيّة. اعتذر أثناء الزيارات عن تناول حلويات العيد الدسمة التي تشك أنها ستجهد جهازك الهضمي أو تناولها بكميات قليلة جدا أو اطلب أخذها معك لتأكلها في أيام لاحقة.

السوائل: اهتم بشرب الماء وابتعد عن العصير والمشروبات الغازية ومشروبات الطاقة. تجنّب تناول كميات كبيرة من السوائل مع الوجبات حيث يفضل استهلاكها بكميات صغيرة وبنمط متكرر. ويشار أن الزنجبيل المغلي هو أفضل مشروب ساخن للتخلص من سوء الهضم والانتفاخ والغازات.

2) تناول وجبات صغيرة ومتعددة: الهدف من تقسيم الوجبات هو إراحة الجهاز الهضمي من التعامل مع وجبات كبيرة تسبب انتفاخ وغازات وسوء هضم. من المهم مضغ الطعام جيدا وتناوله ببطء، حيث أن هذه الممارسات تسهّل من عملية الهضم وتزيد من فرص الاستمتاع بالماق. ولتجنب الشعور بالتخمة، ينصح بالتوقف عن تناول الطعام فور الشعور بدرجة الشبع المريح وعدم الاستمرار في الأكل إلى حد التخمة. اهتم بتقسيم وجباتك الغذائية بعد صوم رمضان بشكل منظم، وابتدا غذائك يوم العيد بوجبة فطور صغيرة تحتوي على مصدر بروتيني مثل بيضة مسلوقة أو جبنة قليلة الدسم، كمية عالية من الخضروات، خبز مصنوع من حبوب كاملة، زعتر وملقة أو ملعقتين صغيرتين من زيت الزيتون، ومشروب ساخن مثل الشاي.

3) تجنب التسمم الغذائي: تشكل أغذية العيد الشعبية التي تعرض على البسطات كالحلويات والشوكولاتة والساكر والأسماك والعصائر والمشروبات الجاهزة وحشوات الحلويات الجوز والتمر أخطر مصدر للتسمم الغذائي نتيجة تعرضها المباشر لأشعة الشمس والهواء الملوث بالغبار وعوادم السيارات أو بسبب انتهاء مدة صلاحيتها. انتبه أن بعض هذه الأغذية تكون رديئة النوعية أو ملوثة أو فاسدة نتيجة عرضها بطرق غير صحيّة، فتجنّب شرائها تحت أي ظرف كان لأنها تشكل خطرا على صحتك وصحة أطفالك خلال فترة العيد. إضافة إلى ذلك، امتنع من شراء الوجبات الجاهزة والسريعة من مصادر غير موثوقة أو معروفة لأنها هي أيضا قد تكون ملوثة بالجراثيم فسيب لك التسمم الغذائي. ومن جانب آخر، أحرص على تناول الوجبات البيتية مباشرة بعد تحضيرها ولا تتركها خارج البراد أكثر من ساعتين لأن هذا يجعلها عرضة للتلوث والفساد.

Maiko Beauty House

מחפשים מקצוענים/מקצועניות בתחום הטיפוח:
מניקור | קוסמטיקה | איפור
עיצוב גבות | שיערות
אם אתם אנשי מקצוע עם תודעת מכירה ושירות ומשכורת מינימום לא מדברת אליכם...
בואו להיות חלק מצוות **מנצח!**

לפרטים: 052-4554422 טל

מطلوب

מطلوب למכתב חיפה
סקרנית/תיתרה ذات חברה
מפצל מוהלה
בالحسابات او
הנדסאית/תעשיה וניהול
لوظيفة كاملة
سيرة ذاتية
moc.liamg@asadnahmf

مطلوب

مطلوب لشركة معروفة
لمستحضرات التجميل
موظفة حسابات صاحبة خبرة في المجال
للإتصال: 04-8554550
أو إرسال السيرة الذاتية لفاكس:
04-8554551

مطلوب

مطلوب لمحللات
الخرساني
عمال و كوفات
ذو خبرة - للمعنيين:
04-8521008

אמיל וראמי
יועצים לשיווק והשקעות נדל"ן

למכירה - אלנבי
קומה 3 (אחרונה) - 3 חדרים מושכרת
2,200 שח (שכירות עוברת)
775,000 שח

למכירה - קדושי דמשק
קומה 2 עם אופציה ל 4 חדרים + נוף
880,000 שח (מיידית)

להשכרה - במושבה הגרמנית
3 חדרים מתאימה למרפאות או למשרדים - מעט מדרגות
3,500 שח

להשכרה - פינת עין דור
דירת חדר מרוהטת חלקית
1,500 שח (כולל ארנונה)

ראמי: 054-4527316 | אמיל: 054-2282022

تسويق عقارات واستثمار

نيللي عبود دباغ: 0529770054
ميسر سلامة: 0502342003

للمزيد من العروض زوروا صفحتنا في الفيسبوك: نكسيم فلو

للإيجار

1. كريت أليغز 2.5 غرف طابق 4 بوضع جيد
2. وادي جمال طابق 2, 4 غرف, مرممة بالكامل - موقف خاص ومنظر خلابة للبحر
3. الحيوون 4 غرف طابق أرضي محدل خاص + ساحة خاصة - مرممة
4. آلنبي 3 غرف طابق أرضي منطقة مركزية بوضع جيد, تصلح للسكن أو لمكاتب
5. آلنبي 3 غرف طابق 3 مرممة بالكامل + شرفة واسعة و منظر خلابة
6. شارع يافا طابق أرضي غرفة واحدة مرممة بالكامل تصلح لأي مصلحة
7. المتنبى 3 غرف طابق أول مرممة بالكامل ومنظر خلابة للبحر

للبيع

1. آلنبي (للمستثمرين) طابق 4 2.5 غرف بوضع جيد
2. הגפן طابق 1 3 غرف - مرممة + مصعد
3. الحيوون 4 غرف مرممة و محدل خاص + ساحة
4. الكرمل الفرنسي 4 غرف طابق 2, مرممة ومنظر خلابة للبحر
5. الكرمل الفرنسي 3 غرف طابق 2 - + شرفة مطلة للوادي والبحر + حديقة صغيرة خاصة للبيت

- محلات للإيجار في البلدة التحتا والكرمل الفرنسي تصلح لأي مصلحة -
- شقق للإيجار مرممة بالكامل مؤلفة من غرفة واحدة بمنطقة الهدار -

لدينا عروض أخرى!

ענאן יעקוב
יעוץ, שיווק ותיווך נדל"ן
054-9094869
מוכר/קונה נכס לפגישת ייעוץ
ללא התחייבות פנה אלי עוד היום!
מאגר דירות למכירה/השכרה בכל רחבי חיפה

למכירה - בני יהודה בבלעדיות קומה 4 מתוך 5 מ"ר 75 3 חדרים מסודרת ומאוררת (מושכרת) מתאימה להשקעה עם תשואה טובה! 545,000 ₪	למכירה - עבאס עליון בבלעדיות 110 מ"ר קומה 2 + חניה פרטית נוף מדהים ומרפסת אחורית
למכירה - בנישוף חגאר בבלעדיות קומה 9 100 מ"ר 4 חדרים חניה ומחסן משופצת עם נוף מדהים לים 1,560,000 ₪	למכירה - חלוץ בבלעדיות חדש קומה 4 מתוך 4 כ- 100 מ"ר 4.5 חדרים במיקום מרכזי
למכירה - הברון הירש בבלעדיות קומה 3 כ 80 מ"ר - 3.5 חדרים 950,000 ₪	למכירה - קיסריה בבלעדיות בית בודד 130 מ"ר 5 חדרים + חצר אופציה לבנייה על הגג 850,000 ₪
למכירה - אלנבי בבלעדיות קומה 3 4 חדרים 75 מ"ר יצאה לגג עם נוף מדהים 670,000 ₪	למכירה - רחף (בת גלים) בבלעדיות קומת קרקע 80 מ"ר + חצר 40 מ"ר 3 חדרים משופצת ברמה גבוהה
למכירה - המגנים בבלעדיות קומה 75 מ"ר 3 חדרים בניין מסודר עם מעלית 850,000 ₪	להשכרה - אדמונד פלג בבלעדיות קומה 3 - 3.5 חדרים משופצת נוף פתוח לים 3,700 ₪
להשכרה - עספור חדש 115 מ"ר 3 חדרים גדולים 2,600 ₪	להשכרה - יובל חדש בניין מסודר עם חניה עם נוף - 4 חדרים + מעלית 4,700 ₪

ענאן יעקוב | yakovanan@remaxcity.co.il

تنوفا تقدّم وجبة شيف مدلّة وفاخرة للإفطار هدية لـ 10 عائلات في ارجاء الوسط العربي



انطلقت شركة تنوفا، الرائدة في سوق منتجات الحليب في البلاد، في نشاط خاص في شهر رمضان تحت شعار «بالإفطار يتلأ الدار مع تنوفا».

ضمن هذا النشاط عرضت تنوفا على الجمهور العربي امكانية الفوز بوجبة شيف مدلّة وفاخرة لكل افراد العائلة من الشيف الياس مطر عبر المشاركة في مسابقة انترنت خاصة بـرمضان.

تم طهي الوجبات المدللة من قبل الشيف الياس مطر في بيت العائلة الفائزة وقدمها هو بنفسه للعائلة الموسعة والكبيرة.

تمتعت 10 عائلات بوجبة لكل العائلة وبأفضل المأكولات من يدي الشيف. الوجبة تضمنت

تشكيلة غنية من السلطات الاصلية من المطبخ العربي، وكذلك السلطات المفاجئة مثل الباذنجان الشوي على النار بإضافة البوغورت المتبل بالزعر. تمتع الفائزون بالعديد من الوجبات الرئيسية التي لا يمكن نسيان مذاقها الشهى، اوسوبوكو عجل بطهي لفترة طويلة بإضافة بوغورت حار وكثيف وسك كامل بالقرن بإضافة مكعبات البندورة والكزبرة المفرومة بصلصة الليمون، الثوم، الفلفل واعشاب التتبيل. الحلويات كانت مغرية، لبالي ببيروت مع الحليب والشميت مع ماء الزهر والفسنق الحلبي اضافة الى القطايف المحشية بالجوز والقرقة او بحشوة الجبنة بالطعم المذهل.

عائلة ابراهيم خليفة من ام الفحم شكرت شركة تنوفا وقالت: "نحجت تنوفا في إسعاد كل افراد العائلة من خلال وجبة افطار ممتعة، طعام لذيذ، وفرحة غامرة. كان هذا افطار لن تشاهد العائلة طول العمر".

عائلة همسة جيوسي من قلنسوة شكرت شركة تنوفا وقالت "شكراً لتنوفا التي نحجت في جمع افراد العائلة حول مائدة الافطار التي تضمن أفضل المأكولات، كانت الوجبة مثيرة ومذهلة، ولذيذة جداً"

تستمر تنوفا في هذه الايام بنشاطها وتقدم وجبة افطار للمزيد من العائلات في ارجاء الوسط العربي.

لوصفات الشيف الياس مطر، ندعوكم الى دخول الميني سايت:
<http://tnuva-ramadan.co.il>

תתקשרו עוד היום

רויאל נכסים
050-2401339

רויאל נכסים - אמל שהלא

רשת יועצים לשיווק, קניה, מכירה והשקעות נדל"ן

- ניהול משא ומתן ■ קנית ומכירת בתים / דירות / בניינים ■ עזרה בהליכי קבלת המשכנתא עד המפתח
- תוכנית שיווק למכירה מובטחת המותאמת באופן אישי לכל לקוח ■ שיתוף פעולה עם מתווכים נוספים

למכירה

למכירה - אלנבי

ברב קומות מבוקש

דירת כ 100 מ"ר 4.5 חדרים, מעלית, חניה בטאבו, מתאימה למגורים או להשכרה. בקרבת מרכז מסחרי ותחבורה. הכניסה מיידית!



חדש

למכירה לבונטין

שטח של כ- 100 מ"ר בקומת קרקע, ניתן לשימוש כדירה אחת או כ- 3 יחידות דיור שונות עם 3 כניסות נפרדות מחיר מיוחד!



חדש

למכירה

בשכונת הוואדי

ברחוב יוחנן הקדוש

כ 50 מ"ר בקומת קרקע, מתאים לעסק או לשימוש ביחידת דיור

חדש

למכירה

הציונות

(בדמי מפתח)

במרכז העניינים - עסק כ- 30 מ"ר קומת קרקע - מתאים לכל מטרה הכניסה מיידית!

חדש

למכירה

למכירה - אלנבי

(בסוף הרחוב ליד המוזיאון)

בניין שבוצע בו פרויקט תמ"א בקומה 1 כ 105 מ"ר + כ 12 מ"ר מרפסת פתוחה + 5 מ"ר מוחסן, מעלית נוף ים חלקי, דירה מאוד מאווררת ומוארת כניסה מיידית!

חדש



f Amal shahla

Email : royal-nechasim@hotmail.co.il

לקוחות יקרים משרדנו עובד בשיתוף פעולה עם מגוון אנשי מקצוע וגופים שונים: בנקים, יועצי משכנתאות, קבלנים, אדריכלים, שמאים ועוד..

ואם תרצו לקנות/למכור/לשפץ, אנחנו הכתובת לכל לקוח תהיה תוכנית עסקית אישית, אמינה ורווחית לפי הדרישה! הנכם מוזמנים לפנות עוד היום כי על מקצועיות לא מתפשרים.

כלאית تطلق ورشات خاصة لمرضى السكري خلال شهر الصوم المبارك

مرض السكري هو مرض مزمن حيث قد يكون تأثيره غير ظاهر او ملموس للمدى القريب ولهذا في العديد من الحالات يقوم المريض بتجاهله وعدم الالتزام بالعلاج، من المسببات لتفاقم مرض السكري في المجتمع: ارتفاع متوسط العمر المتوقع، السمنة المفرطة، التدخين، قلة ممارسة الرياضة وتناول مفرط للنشويات البسيطة.



العلاج المتكامل لمرض السكري خلال المراحل الأولى من المرض يخفف الاحتمالات لتفاقم المرض مستقبلاً، من أجل ضمان ذلك يجب المحافظة على نمط حياة صحي يشمل ممارسة الرياضة، التوقف عن التدخين، تغذية غير مزودة بالسكريات، النوم لساعات كافية، تلقي العلاج المناسب حسب وصف الطبيب المعالج ومتابعة تعليمات الطبيب.

مثل كل سنة، هذه السنة أيضاً قد قام الطاقم الطبي في شتي العيادات والمراكز الطبية التابعة لكلاليت بالمبادرة لمحاضرات وورشات صحية خلال شهر رمضان المبارك في شتي المواضيع مثل العلاج المناسب للمرضى بأمراض مزمنة خلال شهر رمضان، التغذية السليمة خلال الإفطار والتي تهدف لتشجيع السكريين على المحافظة على نمط حياة صحي أيضاً خلال شهر الصوم.

من خلال التجهيزات لشهر رمضان، تم نشر نصائح خاصة لمرضى السكري في العيادات المختلفة، كما قام طاقم الأطباء والمرضات في العيادات في الشمال والنقب بورشات خاصة لمرضى السكري لمتابعة حالتهم الطبية وتحضيرهم لشهر الصوم وتقديم النصائح الطبية والصحية الخاصة.

من أبرز الورشات التي قامت بها الطواقم الطبية كانت ورشات لمجموعات صغيرة من السكريين والتي تعتمد على «تبادل الحديث» بين المعالجين حول مواضيع تتعلق بمرضهم وهذا بأرشاد مرضية مؤهلة لمثل هذه الورشات التي تهدف الى تعزيز ثقة المريض بنفسه وبأساليب العلاج.

بحسب اقوال رائد اطرش، مركز السكري في لواء الشمال لكلاليت: «خلال شهر الصوم، السكريين يتعرضون بشكل اكبر لحالة عدم توازن لنسبة السكر في الدم. من خلال الورشات نحن نقدم لهم اليات وطرق التي من شأنها ان تساعد على ان يبقوا متوازنين ايضا خلال شهر رمضان من خلال لائحة غذائية مناسبة والتشارك بالأفكار والتجارب مع جميع المرضى وبشكل مريح.»

وأضاف: «الورشات تشجع المشاركين على الحفاظ على نمط حياة صحي ومتوازن للمدى البعيد أيضاً، كما وقد وجدنا ان العلاج من خلال مجموعات كان له تأثير أفضل ايضا من ناحية المعايير الطبية.»

كما يذكر ان المعالجين عن طريق الورشات المذكورة اعربوا عن تقديرهم وشكرهم للطواقم الطبية من خلال رسائل شكر وصلت الى العيادات.

כלכלה ואינטרנט **D.R.** **ד.ר. נכסים** תיווך, ניהול, יעוץ ושיווק נכסים بيع، شراء، تأجير وإدارة جميع أنواع العقارات بإدارة: روجيه ضاهر

للإيجار

1. **عبّاس:** طابق 3 واسعة جداً 3 غرف، مرتبة ومنظر مفتوح للبحر
2. **متسيونوت 50:** 65م - طابق 1 - 2.5 غرف
3. **متסיونوت 47:** 1.5 غرف 38م طابق أرضي **1,400 ₪**

تجاري

1. **بن جوربون:** 65م + ساحة 45م مع مدخول شهري مؤمن!
2. **لتسليم فوري:** مقهى في مجمع مركزي مع زبائن دائمين يشمل جميع لوازمه
3. **متסיونوت - بن יהודה:** 2.5 غرف + شرفتان، مرتبة 75م - فرصة!
4. **حسن شكري:** مكاتب بحجم 250م بجانب مكاتب بلدية حيفا طابق أرضي (التسليم فوري)
5. **يافا - للإيجار:** مصلحة/مكتب 25م + غالري مرممة.
6. **الحي الألماني - للإيجار:** مكاتب 80م طابق 2 مقسمة لـ 3 غرف + شرفتان مرممة (التسليم فوري)
7. **البلدة التحتا:** مخازن بأحجام مختلفة من 35م وحتى 65م سقف عالٍ + موقف
8. **البلدة التحتا - نتنزون:** مصلحة مع جميع لوازمها - مرممة بمنطقة مطلوبة

للإستثمار

1. **حلميش:** مبنى جديد، قريباً من التخنيون والجامعة 3 غرف 65م + موقف
2. **وادي النسناس:** 95م طابق أرضي ملائمة لعيادة/مكاتب مرممة وبسعر خاص!
3. **عبّاس:** دار ستوديو 35م طابق أرضي - مرممة
4. **وادي النسناس:** 150م + ساحة مرممة مبنى قناطر



5. **بيلو:** دار ستوديو 30م فقط بـ **288,000 ₪**

للبيع

1. **اللبني:** 120م 4 غرف مرممة حديثاً طابق 1



2. **الكرمل الفرنسي تشارنيحوفسكي:** شقة الأحلام 5 غرف واسعة، 130م شرفتان كبيرتان (30م + 40م) مرممة بذوق رفيع منظر جزئي للبحر - 4 سكان فقط! (ط. ثانية وأخيرة)

3. **الكرمل الفرنسي:** "بنتهاوس" طابقان 3.5 غرف 100م + شرفة 90م + منظر مفتوح للبحر + مصعد + موقف + مخزن

4. **الكبابير - مور:** 120م 4.5غ + حمامان + حديقة 90م مرممة ومنظر للبحر + موقف + مخزن



5. **مبنى حجر جميل جداً:** 250م 7 غرف ط.1 + شرفات بلاط مزخرف (قديم)

6. **الكرمل:** "دوبلكس" 190م مرممة + شرفة 70م + حديقة + موقف + مخزن ومنظر خلّاب - بمنطقة هادئة





Farid Saeed

Real Estate Consulting & Sales

054 - 3037999

Google



חושבים למכור את דירתכם? בזמן הקצר ביותר ובמחיר הטוב ביותר?

נכס מסחרי ברח' צהרון: קרוב ל 100 מ"ר (זקוק לשיפוץ), מתאים למשרדים 570,000 ₪
חנות להשכרה ברחוב אל מותנבי: במיקום מצויין בשכונה פנימית מול בית ספר כ 45 מ"ר קרקע



עבאס עליון
למהירי החלטה
ולרציניים!!
תהליך לקבלת אישורים
לתוספת מנמד ומרפסת
3 חדרים כ-70 מ"ר
קומה 2 - פונה לנוף ים
מוארט ומאווררת
850,000 ₪



רח ח'ורי
במיקום מרכזי ושקט
במרחק הליכה מבתי ספר
ומרכזי קניות!
4 חדרים כ 100 מ"ר קומה
3 ואחרונה משופצת פונה
לנוף ים וגמל + חניה
בשפע לדיירי הבניין
דירה מרווחת ומוארט
עם 3 כיווני אוויר



ישעיהו
בכרמל צרפתי
4 חדרים כ 115 מ"ר
קומה 1 (סה"כ 14
מדרגות) במצב מצויין
גישה נוחה מרווחת
מוארט יחידת הורים
פונה לנוף ים וואדי



חדש
בלב המושבה
הגרמנית דירות בוטיק!
- מומלץ למשקיעים -
פרויקט המגורים היחודי
במושבה הגרמנית בחיפה!
דירות 2 חדרים ומרפסת
דירות 3 חדרים ומרפסת
החל מ- 849,000 ₪ לדירות
2 חדרים ומרפסת, מעלית
וחניה פרטית



לרציניים ולמהירי
החלטה רח' פועה
3 חדרים + יציאה לחצר פרטית
כ-65 מ"ר קומה מינוס 2
במצב מצויין - גישה נוחה
+ 2 כניסות לדירה
660,000 ₪



ברמת הנשיא
בבנין חדש
5 חדרים כ 130 מ"ר
+ מרפסת כ 15 מ"ר
משודרגת + 2 חניות
בטאבו ומחסן
1,770,000 ₪



להשכרה
שניים בנובמבר
(מיידי)
4 חדרים כ-100 מ"ר
במצב שמור פונה לנוף ים
פתוח קומה 1
3,600 ₪



שניים
בנובמבר
- ימים ולמהירי החלטה!
4 וחצי חדרים - 2 חדרים
שירותים כ-110 מ"ר
3 כיווני אוויר - מרווחת
ומוארט פונה לנוף מהמם
ליים ולגמל
במיקום מבוקש



ג'מיל שלהוב
סטלה מאריס
בבנין חדש 7 דירות
מעלית וחניה פרטית
בטאבו 3 חדרים + מרפסת
כ-65 מ"ר קומה 3 מ"ר
משופצת ומושקעת, פונה
לנוף ים פנורמי
1,120,000 ₪

www.faridsaeed.co.il | farid saeed YouTube | Farid Saeed Real Estate Consulting & Sales - פריד סעיד יועץ וסוכן נדל"ן - f



هل تريد بيع أو تأجير بيتك شادي نجار هو عنوانك! كل ما عليك



- للبيع -
شارع اللبني:
2.5 غرف
طابق 3
730,000 ₪

- للبيع -
اللبني: طابق 2, 120م
4 غرف + شرفة -
مرممة بالكامل
+ مخزن 6م
1,200,000 ₪



- للبيع -
اللبني: مشروع بناء 38
90م + شرفة 10م
مع منظر خلّاب
+ موقف سيارة + مصعد
(التسليم خلال سنة ونصف)
1,500,000 ₪



- للبيع -
بيت لحم: مشروع بناء
مبنى جديد 90-126م
دور 4-5 + شرفة
+ مصعد + موقف + مخزن
ابتداءً من -
1,900,000 ₪

- للبيع -
وادي جمال - بئر شطيرن: مشروع
بناء 38 96م / 110م / 120م
+ منظر خلّاب + موقف سيارة
+ مصعد + مخزن
ابتداءً من -
1,380,000 ₪

- للبيع -
تسديدون: طابق أول
150م - 4 غرف
430,000 ₪

NEW
- للبيع -
طبريا: طابق أرضي
3.5 غرف + ساحة - مرممة
990,000 ₪

NEW
- للبيع -
اللبني: طابق 3 95م 4 غرف
مكيفة ومرممة جزئياً
990,000 ₪

- للإيجار -
يوأ: 85م + شرفة
طابق 1 - مرممة
2,500 ₪

- للبيع -
فيا هاريس: بنتهاوز مبنى جديد
157م + 4 شرفات + موقف خاص
للسيارة + مخزن
3,000,000 ₪

- للبيع -
يافا: دار ستوديو 50م
410,000 ₪

- للبيع -
قيسارية: طابق أرضي 2 غرف
مرممة بالكامل + ساحة 60م
+ موقف خاص + مخزن
520,000 ₪



House Deal (تايور ندى) بحيفا

house-deal@hotmail.com 0528259977 - إدارة: شادي نجار -

شرف لنا
أن تنضموا
إلى زبائننا
الكرام!

مفتاح بيتك الجديد



للإيجار

مور - 4 غرف
+ شرفة + موقف
+ مصعد

للإيجار

الحيونوت
2.5 غ مرممة
ومؤنثة



جديد

بنتهاوس

المطران حجار

عسعيد

5.130م + شرفة وسطح 30م. مخزن وموقفين للسيارات. منظر رائع للميناء

فوعة - للبيع

2.5 غرف + شرفة. طابق 3 بوضع ممتاز
585.000 ₪

مور - الكباير - للبيع

شقة طابق أرضي 120م 5 غرف + حديقة 100م
مصعد + موقف سيارة + مخزن ومنظر خلابة للبحر

كرمل צרפתי - פנטהאוס و شقق

תמ"א 38 - 127 מ - 5 غرف + شرفة (سطح 70م
للبنتهاوس فقط) موقف + مخزن ومنظر خلابة للبحر

פל פור - للبيع

شقتان للبيع كل واحدة 2.5 غرف بناية حجر
540.000 ₪ (للمستثمرين)

פועה - للبيع

شقة 3.5 غرف + شرفة
طابق 3 90م مرممة
785.000 ₪

كرمل צרפתי - للبيع

شارع טשרניחובסקי - 135م طابقين
5 غرف - شرفتان 80م - مرممة

الحي الألماني - מאיר - للبيع

مبنى حجر - طابق أرضي
شقة 4 غرف 110م + ساحة 90م مرممة بذوق رفيع



عباس العلوي - للبيع

شقة فاخرة ومرممة 4 غرف + شرفة 90م - طابق 1 وموقف للسيارات



الكرمل الفرنسي - للبيع

دوفלקس
شقة 5 غرف
(تشمل وحدة
منفردة) 140م
+ ساحة + شرفة
وموقف سيارة



הצלבים - للبيع

في أحلى شوارع البلد شقة 5 غرف
126م موقف سيارة - منظر خلابة للبحر وجبال الجليل



בכרמל הצרפתי-דירת פאר

5 غرف 160م + حديقة وساحات 200م
مرممة بذوق - ملبسة حجر موقف سيارة
+ مخزن - هادئة ومطله للبحر



יפה נוף - للبيع - شقة فاخرة

بمبنى مميز وشارع مطلوب 3.5 غرف - 110م
+ شرفة 16م ونادي رياضي



הציונות

شقة 3.5 غ + شرفة. 105م
بوضع جيد - طابق 4
630.000 ₪ فقط! جديد



بدك تشتري شقة؟ إتصل!

مها قندس علي: 052-8980085

نحن عنوانك الجديد!

بدك تبيع بيتك؟ إتصل!

خليل حجو: 052-2840945



نحتفل
وإياكم
بالأفتتاح
فرعنا في
حيفا



15 + 70% حتى

خصم على الماركات العالمية رحلة زوجية الى تركيا

كل عام
وأنتم بخير

كما عودتكم أوبتينايس الشبكة العربية الأكبر في البلاد

تحتفي وإياكم بفروعها الـ 15 خلال شهر رمضان المبارك

وتطلق حملتها الكبرى على 15 رحلة الى تركيا

نشترى وندخل السحب فوراً ويمكن أن تكون أحد الفائزين الـ 15.

خاضع لشروط الحملة

אופטינייס
نظاراتك.. أوبتينايس

حيفا، شارع عصفور 21 ، هاتف 04-6667988

* 9 1 2 6 | www.optinice.co.il