



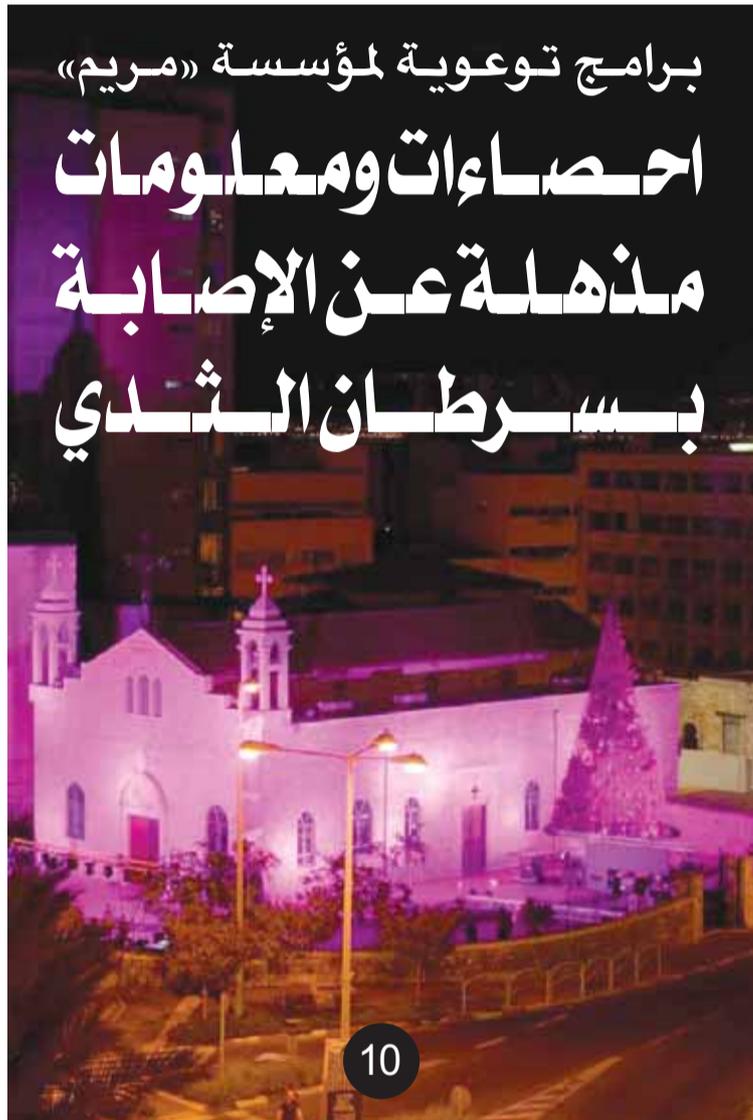
31

مها قندس علي  
052-8980085

خليل حجو  
052-2840945

مفتاح بيتك الجديد

## برامج توعوية لمؤسسة «مريم» احصاءات ومعلومات مذهلة عن الإصابة بسرطان الثدي



10

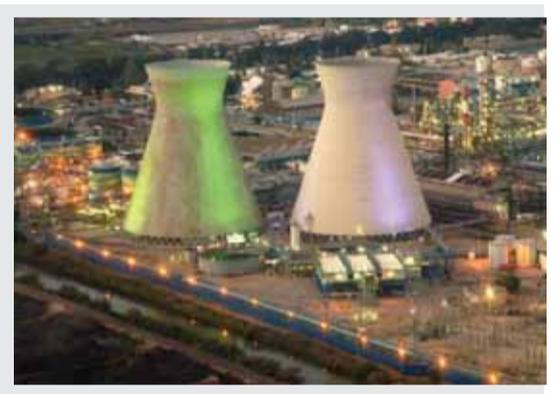
## دنيا مخلوف أبو حامد: «المفتاح» لنجاح المصالح، مرهون بالتخطيط الصحيح

16

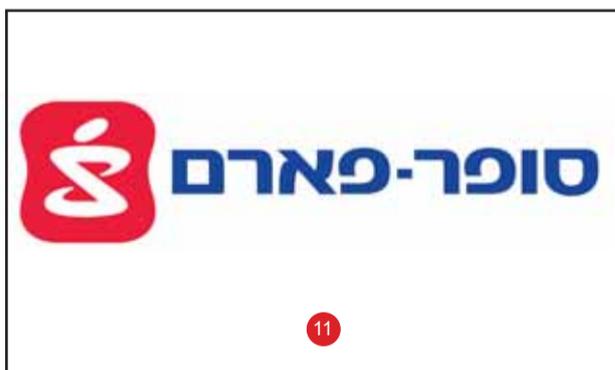


## هل ستبقى معاملاً تكرير البترول مغلقة بمرسوم البلدية؟

4




## يوم الاحد 30 تشرين الأول بدء العمل بالتوقيت الشتوي



11

## جولة عروض «سيد زيمتون تغني سيم القاسم»

17



10 كراخونيم او 3 تيلونيم של نסטלה 9.90 ₪

3 مشקה בטעמים קרטון 1 ליטר 14.90 ₪

מגוון של עוגיות 8.90 ₪

2 שמן חמניות שוקחה / סויה / תירס 920 מ"ל 14.90 ₪

אורז בסמתי שוקחה 5 ק"ג 29.90 ₪

ח'ורי 9, חיפה ■ 04-8526233 ■ ח'ורי 15, חיפה ■ 077-3202707 ■ שבתאי לוי 9, חיפה ■ 077-5051120

חלוץ 2, חיפה ■ 077-4655155 ■ חלוץ 27, חיפה ■ 04-8600808

חבל של מבצעים

# موت البنات.. وأين الشرف!



جواد بولس

أطفالنا، فنحنهم ليستعرضوا ذكاهم الحارق ويدلوا على «حماماتهم»، موطن الرجلوة وضمان المستقبل. بينما لا نتوقف عن كيل التنبيهات والإرشاد والتعنيف، إذا قفزت بنت وبان طرف فخذها، أو إذا تحركت ولم تحافظ على التصاق الساق بالساق، تكون الطامة كبرى. وهي، هذه المسكينة الغضة الطفلة، تصير، بأعين مجتمع مريض، على حافة ارتكاب الرذيلة والسقوط في المعصية. هكذا وهن في عمر براعم اللوز والفل، فلكن أن تتصوروا ما حالهن إن تكعب صدر أو نهد، وإن ماس قد وجد عنق! إنهن عالات ومناجم قلق، زواجهن سترة وملاد، يجب التحرز عليهن وإخفاهن، وحتى إن أبلين بلاء الوطن وجب التعذر من ذلك القدر، فالحسنة عند العرب ترفع حجابها إذا غابت الرجال وبكى القمر. إنه البيت، إنها الحارة وأبوابها، إنها المدرسة، إنها العائلة، إنها الكنيسة، إنه المسجد، إنه نحن، المجتمع، إنها تربية وثقافة وموروث. فما الذي يمنع لجنة المتابعة العليا من تبني مثل هذه المسألة الحارقة الدامية ومتابعتها؟ وما الذي يبعد سلطاتنا البلدية والمحلية من احتضان هذه القضية وإيفائها حقها، وتأمين ميزانيات تكفي لتأهيل وتشغيل طواقم خبراء في مواجهة الجريمة والقتل؟ وما الذي يثني مدارسنا من تخصيص ساعات وحصص ومربين أكفاء ومؤهلين لتوعية الأجيال، وللحديث عن هذه الآفة؟ ولماذا لا يتبنى الكهنة والأئمة هذه المصيبة، ويخصصوا لها عظات وعظات، فلهم يسمعون وإياهم يقتدون. على كل من يستطيع التأثير من موقعه أو من منبر أو منصة أن يشير هذه القضية ويعبر عن رأيه فيها بوضوح حازم. فشرطنا بكرامتنا وحرمتنا وتقدمنا وعلمنا واحترام ذاتنا والآخريين. لم يكن شرفنا يوماً بين أرجل حرائرنا ولن يبقى على ما انتصب من شوارب أو ذيول أحلام مخففة. فليفعل كل واحد منا ما يستطيع، علنا نبني معاً مستقبلنا الآخر، الذي لن يكون إلا إذا قبلنا مشتبهات الفراش، عرائس الخيال الجامح، شريكات درب وحياء ونضال. فمعهن الحياة أجمل. لن أفي، مهما أزيد وأكتب، حق هذا الموضوع. لكنني أضم صوتي لكل صراخ ضحية ذبحت على مذبح التخلف والقهر والهزيمة. أضم صرختي إلى كل من تصرخ ويصرخ في وجه هذه الأشباح الواهمة بأنها تدافع عن شرف عائلة وقبيلة وقوم. مرت السنون سوداء. سقطت الزنايق وقتلت الفراشات تباعا. ما زال حالنا يُبكي السرو ويُدمع محاجر السماء. فلن أضحك على حالي، ولن أكون بائع أمل خاسر وموهوم، لأنني لا أعرف من أين سيأتي الفرج، وكيف ومتى سنصبح أمة لا تقتل، وتبرر أنهر الدم باسم السماء، وشرف مهزوم ومزعوم، وتعيش في بحور من كذب ورياء ودجل! ما أسعدني ما أشقاني! قبل شهر احتفلت بولادة حفيدتي الأولى. مناسبة علمتني وأنا في الستين من عمري كيف يتجدد الفرج ويكون ندافاً، وكيف تتدافع الأقماع لتنبير عتمة العمر بسعادة وقادة. بكت «لورنا» لتعلن بختها أن لا حياة إلا تلك المنبعثة من قلب العدم، ومن بحر الوجد والتيه. بكيت فأخذتني الدمعة إلى رفقة النجوم، لأخلق معها عند حافة الكون، وعدت لأجدها أجمل الهدايا ونبعاً من ضوء وبركة. بدأ المهنتون يتصلون ويتمنون لي مزيداً من السعادة، وللحفيدة عمراً كعمر الريح والزهر. ما أسعدني! بعضهم، أصفاء الصحاري وأبناء تلك النار، قتموا في أذني، ودعوا أن «يزينها الله قريباً بالصبية الذكور»، وآخرون همسوا متعذرين لولادتها أنشي، وقتموا علي بالصبر، فبيعه حتماً سيأتي الفرج، وعندهم، عند إخوتي العرب، لا يكون الفرج إلا ذكراً ابن ذكر. ما أشقاهم. أغاظوني لكنهم لم يقهروا نطنطة قلبي. ويخت كثيرين وتوقفت حين استوعبت أنني أواجه أكثرية في مجتمع آمن، أجداده أن في الدنيا سرورين لا ثالث لهما: حياة البنين وموت البنات، والأهم أن جداتهم آمنت بأن: موت البنات من المكرومات.

والسلطات المحلية، ولجنة المتابعة العليا للجماهير العربية، الخالية من النساء تقريباً». لا أعرف إذا كان ترتيب تلك العناوين مقصوداً منها، لكنها حتى لو لم تقصد ترتيب تلك الجهات وفقاً لإمكانيات تأثيرها على مجتمعاتنا، فإنني أراها قد أصابت بما فعلته. لأنني أرى أن تأثير رجال الدين كان في المكانة الأولى لما يحظون به من إمكانيات تأثير، ومنابر يبشون من فوقها تعاليمهم، ويتبعهم رجال السياسة والمؤسسات التمثيلية الكبرى، وفي طليعتها لجنة الرؤساء ولجنة المتابعة العليا. فعلى جميعهم تقع المسؤولية الكبرى لمواجهة ظاهرة قتل النساء، وعليهم أن يضعوا رؤاهم بحزم ووضوح، وأن يباشروا بتنفيذ ما يكفل البدء في السير على طريق آراه طويلاً، وعدم الاكتفاء بمهرجانات الخطابة وبيانات الشجب والاستنكار التي تفيح كالسحاب بعد كل عملية قتل. كم أتوق وأتمنى أن يقع نداء سماح ورفيقاتها الناشطات في هذه الميادين، على أذان صاغية وصدور مفتوحة وعقول مستعدة لتسيير إرادات المجتمع، في وجه الجريمة والمجرمين. فأنا، في الحقيقة، لا أرى مخرجاً من هذه الآفة الضارية جذورها في العقلية العربية، منذ أن كانت البنت الوليدة عاراً على أهلها وقبيلتها. ولا أستشعر وجود مقومات جدية تبشر بنهوض جهات مؤثرة، تعمل بحزم على نسف تلك الرواسب المعششة عميقاً في جينات العرب، وتستهدف القضاء على الترب التي تنمو عليها السواعد القابضة على خناجر القتل وبلطات الإعدام، ويكفي أن نقرأ أن أكثر من نصف أبناء مجتمعنا يؤيدون قتل النساء بسبب شرف العائلة!

أقول ذلك أسفاً ومستذكراً عشرات حوادث القتل الأخيرة التي حصدت أرواحاً، وتركت أحراناً وأيتاما، فالسنين تمر والقتل يزداد وكأننا مجرد مجتمعات قاصرة، أفرت عملياً بعجزها وعدم قدرتها على تلمس نقطة ضوء، بدل إيمانها على اقتفاء نقاط الدم المراق في عتمة حياتها الفاحمة.

أقول ذلك عن وجع وقد كتبت في الماضي أن «الحياة معهن أجمل» وصرخت في أحد مواسم الذبح الكريهة أنني: كلما أقرأ عن جريمة قتل يتيمة، سجلت في حق «مجهول» أو قاتل باسم الشرف، أقول: هنيئاً لك يا أيها الموت العاهر! فلك ما لنا ولك الكتاب والمجاهدون، بناة العزة/الوهم وحماة الشرف المخياً في شقوق أكعابهم/حوافرهم، أسبياد التخلف والرياء، كهنة بابل والصحاري الخاوية. أغرف حتى البطر أو، يا ليت، حتى التعب. وكلما ذبحت زهرة وبقر بطنها «مأمور الشرف» وسيد العفة، لأنها خانت الرواية وما عادت تحتل عتمة خوابي الزيت القديمة، أبكي على ماضٍ دفنوه حياً في باحات بيوتهم وقصورهم وخيمهم، وعلى حاضر نسي المولدون قطع حبل سرته، فبات طرماً مشوهاً ناقص السمع أعشى البصر. حاضر يزهر برجال عقولهم تتمدد بين أرجلهم ورجولتهم «تتعنطن» على حافة شواربهم المنتصب، علماء بالأدعاء وفقهاء بالتشاوف والدم عندهم أرخص من «عفطة عنز».

الجرائم في حق النساء هي بمعظمها وليدة مجتمعاتنا وثقافتنا وقيمتنا. لا أظن أننا نجيد خياراً إذا أحلنا، كما نبرع دائماً، مسؤولية هذه الظاهرة المأساوية، وألقناها فقط بالدولة الصهيونية وسياساتها العنصرية الجهنمية للذليل من مجتمعنا وضربه. فالقصة تبدأ في البيت؛ كيف نفرح لمولودنا الذكر ونندب حظ الأثنيين. القصة تبدأ في البيت وكيف نضيء شموع الفخر والاعتزاز برجولة

كانت هدى كحيل، ابنة يافا، هي الضحية التاسعة التي قتلت منذ مطلع هذا العام، منضمة إلى عشرات السيدات اللواتي قضين بمعدل واحدة في كل شهر وذلك على خلفية ما يسمى عند العرب القتل باسم شرف العائلة. فالمجتمعات الذكورية العربية توأمت تاريخياً في أشجع محاولات تجميل عمليات قتل الأنثى العربية وتسويغ جرائم الذكور بحجة الدفاع عن العرض الذي جردت منه النساء واعتبر دوماً ملكاً للذكر وللعائلة والحمولة والقبيلة والقوم.

وكما في كل جريمة حدثت في الماضي قرأنا هذه المرة أيضاً فيضاً من البيانات الشاجية والمستنكرة وشهدنا بعض النشاطات المحدودة والنجولة التي شاركت فيها، على الأغلب، النساء وناشطات في مجال الدفاع عن حقوق الإنسان والمنظمات النسوية المنتشرة بيننا.

متحدثات كثيرات جنن على أسباب شيوع الظاهرة الخطيرة وحاولت بعضهن وضع الأصابع على الجروح في مسعى منهن، وأمل أن يوقفن هذا النزيف المتعظم في قرانا ومدننا في السنوات الأخيرة، وكان شرف النساء العربيات اكتشف من جديد، أو أنه صار أكثر عرضة للسلب، مع تقدم الحياة الاجتماعية ودخول الحداثة والعصرنة والتطور، إلى أماكن لم تنكشف في الماضي على ما يتيحها عالم الهاتيك، ووسائل التواصل الاجتماعي، وأسواق العمل، التي بدأ رعب السيدات يخضن غمارها.

ومن بين نداءات المتحدثين والمتحدثات بعد وقوع الجريمة الأخيرة، كان نداء العاملة الاجتماعية والناشطة النسوية السيدة سماح السلامة، لافتاً بما حملته من وضوح وشمولية، مع أنه جاء مكنوزاً ومقتضباً. فلقد طالبت بضرورة كشف الجهود من أجل منع الجريمة، وتطبيق القانون ومعاقبة المجرمين، وأكدت على «ضرورة العمل على تربية أجيال أقدر وأفهم من الناحية النسوية». ووجهت حديثها إلى كل من «رجال الدين، والسياسيين،

## تعزية

نتقدم بأحر التعازي القلبية  
إلى الشيخ رشاد أبو الهيجاء  
ولعموم عائلته، لوفاة شقيقه الغالي

## علي أبو الهيجاء

نسأل المولى تعالى عز وجل ان يتغمده  
بواسع رحمته ويسكنه فسيح جناته  
ويلهم ذوي الصبر والسلوان.

راني عباسي وطاقم صحيفة حيفا

● وائل عوض (تصوير فوتوجرافي)

● ميرا (شلهوب) فريوات (قسم الإعلانات)

● آية صفدي (تصميم إعلانات)

المدير العام والمحرر المسؤول: راني عباسي

مدير التحرير: مطانس فرح

حيفا  
Haifa

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

بريد إلكتروني: haifa.newspaper@gmail.com

العنوان: حيفا - شارع الجبل «5»

هاتف: 048522822 فاكس: 048522767 إعلانات: 0546481533

تصدر عن شركة «إكسترا توب» م.ض.

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

# جديد في ماكدونالدز!

تشيبس بلدي ضخم



حلقات بصل



## التخطيط بمراحل متقدمة لتوسيع شارع عباس

لقاءات مع لجنة الحي والسكان ضمن عملية «إشراك السكان» المخطط يشمل إزالة الصخور في عباس العلوي وقرب الجسر رئيس كتلة «الجبهة» د. سهيل أسعد: سنتابع التخطيط والتنفيذ



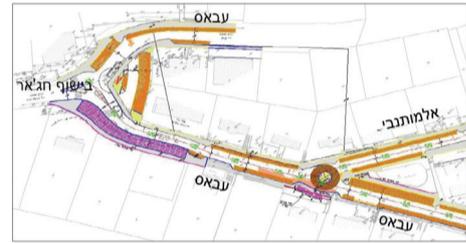
عن توسيع الشارع في المقاطع المذكورة) حلولاً إضافية لأزمة المواصلات والسير في الحي، ومنها إيجاد مدخل ومخرج جديد للحي (من شارع الجبل «هتسيونوت» في جزئه العلوي)، وزيادة 332 موقفاً جديداً للسيارات في خمسة مواقع مختلفة (في

مدخل الحي من ناحية ستيل مارس؛ تحت ساحة مدرسة المتنبى؛ عند دوار المطران حجار من الناحية الشمالية؛ في القسيمة 41 المحاذية لشارع الجبل؛ وفي قطعة أرض بين عمارتين سكنيتين في شارع المطران حجار). وتقدر التكلفة الإجمالية للمشاريع بعشرات ملايين الشواقل، تمت جدولة جزء منها في ميزانيات الأعوام 2016 و2017 و2018.

وقال الدكتور أسعد: هذه خطوة هامة في تطبيق المشروع، وتأتي بعد سنوات من المطالبات والتحذيرات من المخاطر في الوضع الحالي بسبب أزمة المواقف، خاصة في ساعات الصباح مع بدء دوام المدارس وخروج السكان إلى أعمالهم، وأيضاً في ساعات الليل حيث تتكدس السيارات عند الدوار وتمنع دخول دوريات الإطفاء والطوارئ وغيرها. وأضاف: إننا نعمل بتناغم وتعاون تام مع لجنة الحي والسكان ذوي الصلة المباشرة بالمشروع، وبإشراف الطاقم المهني لشركة يافيه نوف، وندعو السكان للتجاوب مع عملية «إشراك الجمهور» لضمان أفضل النتائج. ونحن من جهتنا سنواصل متابعة تخطيط وتنفيذ هذا الجزء والمشروع الشامل برمته.

باشرت بلدية حيفا مؤخراً عملية التخطيط المفصل لتوسيع شارع عباس، وذلك في إطار المشروع الشامل للمواصلات في حي عباس، والذي وضعته لجنة خاصة شارك فيها مندوبون عن بلدية حيفا وشركة «يافيه نوف»، برئاسة رئيس كتلة «الجبهة» الدكتور سهيل أسعد.

ويقتضي المخطط التفصيلي بتوسيع الحي في المقطع الممتد من دوار المطران حجار وحتى مدخل شارع المتنبى. حيث يتضمّن المشروع توسيع الشارع في عدد من المقاطع وإزالة الصخور في شارع عباس العلوي، وإقامة دوار جديد عند مدخل المتنبى، وذلك



دون إلحاق الضرر بالسكان وحقوقهم وإيجاد بدائل لمداخل بيوتهم. كما يقتضي إزالة الصخرة قرب الجسر (عباس 27).

ويتم بموجب هذا التنظيم عقد لقاءات واجتماعات مع لجنة الحي ومع السكان عموماً، عملاً بمبدأ «إشراك الجمهور» في العملية التخطيطية. يذكر أن مخطط المواصلات الشامل يتضمّن (فضلاً

## بلدية حيفا تصدر مرسوماً بوقف عمل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير

التاريخ: 28/10/16  
 سيكود: 113242000  
 تاريخ: 28/10/16  
 رقم: 113242000  
 تاريخ: 28/10/16

بموجب قرار صادر عن مجلس البلدية بتاريخ 28/10/16، تم إصدار مرسوم يمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.

ووفقاً للقانون رقم 20 لسنة 1968، تم إصدار قرار بمنع تشغيل مصنع «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل التكرير في حيفا، وذلك حفاظاً على سلامة البيئة وسكان المدينة.



لمراسل (حيفا) أصدرت بلدية حيفا أمس الخميس، مرسوماً إدارياً يقضي بوقف العمل في معمل «كرمل أولبانيم» من مجموعة معامل تكرير البترول. وقد منحت المعامل الحق في الاعتراض على قرار البلدية حيفياً.

ووقع الأمر الفوري، وفقاً للبلد 20 من قانون ترخيص المصالح - 1968. وجاء قرار إصدار المرسوم على ضوء الأدلة المقدمة للبلدية، والتي بموجبها ينتهك المصنع شروط الرخصة المؤقتة (رقم 113242000). إذ تبين هذا الأمر خلال جولة لممثلي وزارة البيئة، والتي جرت يوم الخميس المتضي، وفي أعقاب الخلل الذي وقع في اليوم التالي في أجهزة المعمل. لذلك، تقرر أن استمرار عمل المصنع في شكله الحالي، يهدد سلامة سكان المدينة، نتيجة لتسبب التلوث البيئي. وينص المرسوم على أن استمرار عمل المصنع يشكل تهديداً خطيراً ومباشراً على البيئة وعلى السلامة العامة للجمهور وصحته.

## الحزب الشيوعي والجبهة - حيفا

### اجتماعات أحياء

بمشاركة عضو الكنيست **أيمن عودة**، رئيس القائمة المشتركة ورئيس كتلة الجبهة في بلدية حيفا، **الدكتور سهيل أسعد**

### الحليصة

الجمعة 28.10.2016 الساعة 17:30  
 في بيت السيد روني أبو الهيجاء،  
 شارع جوش عتصيون 7

### عباس

الجمعة 28.10.2016 الساعة 19:30  
 في بيت الدكتور سهيل أسعد، شارع عباس 90

### الدعوة عامة



## تعزية

تتقدم أسرة جمعية التطوير الاجتماعي - حيفا، إدارة وطاقماً بأحر التعازي القلبية الصادقة، للشيخ رشاد أبو الهيجاء ولعموم عائلته، بوفاة شقيقه المرحوم

### علي أبو الهيجاء

نسأل المولى تعالى عز وجل ان يتغمده بواسع رحمته ويسكنه فسيح جناته ويلهم ذويه الصبر والسلوان إن لله وإن إليه راجعون

إدارة وطاقم جمعية التطوير الاجتماعي - حيفا

# دعوة لتلقي التطعيم ضد الإنفلونزا

الى مؤمّني مئوحيدت الكرام،

ندعوكم بهذا للمشاركة في يوم النشاط الخاص  
الذي تنظمه مئوحيدت، والذي سيعقد  
يوم الثلاثاء الموافق 1.11.2016  
ابتداء من الساعة 16:00 وحتى 18:30  
وذلك في عيادة بيت ماي شارع حسن شكري  
5 حيفا. يشمل هذا النشاط فعالية موسيقية  
ورياضية للأطفال من سن 3 سنوات إلى 12  
سنة، بالإضافة الى تضييفات خفيفة ومفاجآت  
للأطفال.

esurak:

# المنتدى السكني يستأنف نشاطه ضمن مشروع «ضمان حقوق السكن للمجتمع العربي في حيفا»



## لمراسل «حيفا»

برنامج ومخطط عمل مدروس. وقد تم في هذا اللقاء وضع الأهداف والخطوط العريضة، لإستراتيجية عمل المنتدى في السنتين المقبلتين، بعد أن تم توزيع المشاركين لمجموعات صغيرة تناولت كل منها مشاكل السكن، والأحياء التي بحاجة لظرفها وحلها أمام المجلس البلدي. فأثيرت، وبشكل بارز مشكلة المواقف العامة والازدحام المروري الخائق في الأحياء، ومشكلة القروض السكنية، والمباني المهجورة، شح وسائل النقل العامة بين الأحياء، سياسة التعتيم والضبابية التي تنتهجها البلدية مع السكان العرب حيال مخططات البلدية في الأحياء وغيرها. يجدر بالذكر أن هذا المشروع يتم بتمويل الاتحاد الأوروبي.

عقد يوم الثلاثاء المنصرم لقاء استشاري للمنتدى السكني المنبثق عن مجموعة ناشطي الأحياء الذين شاركوا في ورشات توعوية في مطلع العام الجاري، ضمن مشروع «ضمان حقوق السكن للمجتمع العربي في حيفا». يشار إلى أن اللقاء كان بدعوة وتنظيم من المؤسسات الثلاث القيّمة على المشروع: جمعية العدل في التقسيم، العيادة القانونية في جمعية حيفا وجمعية التطوير الاجتماعي، وهو اللقاء الأول من سلسلة لقاءات، يقوم بتسييرها المستشار التنظيمي درور إيتان من مؤسسة شتيل، تهدف إلى بلورة فكرة المنتدى عملا وتنظيما ووضع

# كنيسة التجلي على جبل طابور (الطور) تتعرض لسرقة وتدنيس بيت القربان



## لمراسل «حيفا»

للتخريب وألقي ببعضها خارجا، وسرقة محتويات أحد صناديق التبرعات. وقد عبر وديع أبونصار، رئيس اللجنة الأسقفية للإعلام، عن سخط مجلس الأساقفة في الأرض المقدسة لهذا الاعتداء، كما استنكر الاعتداءات الشبيهة التي تعرضت لها مؤخرا بعض المساجد ودور عبادة أخرى في البلاد. الصور المرفقة تشير إلى تكسير بيت القربان ورمي القربان المقدس على الأرض.

تعرضت كنيسة التجلي الواقعة على قمة جبل طابور (الطور) في الجليل هذا الأسبوع إلى السرقة. وقام مجهولون بتدنيس بيت القربان، وهو أقدس ما في الكنيسة لأنه يمثل وجود السيد المسيح فيها، وألقوا القربان على الأرض بعد تفريغه من الكؤوس الذهبية اللون وسرقوا هذه الكؤوس. كما تعرضت بعض الإيقونات في الكنيسة



المدرسة الثانوية البلدية - حيفا  
אלמותנבי - תיכון עירוני חיפה

تعلن مدرسة المتنبى الثانوية - حيفا عن افتتاح باب التسجيل لدورات في اللغة الفرنسية بجميع المستويات ابتداءً من الصف السابع وحتى الصف الثاني عشر (يمكن استيعاب خريجين).

- الدورات برعاية وإشراف القنصلية الفرنسية.
- مساعدة ترتيب طلبات دراسة أكاديمية بكل المواضيع (الطب، الهندسة، العلوم الطبيعية والاجتماعية...)
- بكافة جامعات فرنسا.
- تحضير لامتحانات DELF, DAP, TCF حسب الحاجة.
- اسعار مخفضة تناسب الجميع.
- للتسجيل تعبئة النموذج المرفق: <https://goo.gl/forms/C1vahSrQI7ZYEKg73>

ملاحظة:

يعلن عن افتتاح وموعد الدورات بعد استيفاء جميع الشروط المطلوبة.  
للاستفسار: هاتف المدرسة 04-8507554



المدرسة الثانوية البلدية - حيفا  
אלמותנבי - תיכון עירוני חיפה

المدرسة الثانوية البلدية "المتنبى" - حيفا  
تعلن عن حاجتها لمعلمة رياضة (تربية بدنية)  
للسنة الدراسية 2016/2017

تفضل ذوات التجربة وحاملات شهادة تدريس

على الملائمات ارسال سيرة ذاتية الى البريد الإلكتروني:  
[almutanabihaifa@gmail.com](mailto:almutanabihaifa@gmail.com)

# قهوة طربوش

ضريبة معلم



قهوة عربية مع هيل

# فقدناك، فخارطة حيفا ناقصة من دونك

عروة سويطات

ووضعها على طاولة متخذى القرار، متصدِّبًا لسياسات ومخططات مجحفة، في وادي النسناس وعباس والحليصة والمحطة والبلدة التحتى.

كنت تقول لي دائماً "العمل المجتمعي ليس حالة حماسية طارئة، وليس حالة انفعال وليس ردة فعل مؤقتة" وإنما تتسبب وتنتمي إلى جذور راسخة في هذه المدينة وفي هذه الأرض، وفي هذا الشعب، في تاريخها وثقافتها وروحها ومبانيها وأحيائها وتطلعاتها، وأبو فراس كان واحداً من هؤلاء الكبار، الذين ساهموا في صنع وتطور هذه المسيرة،

وسبقى فعله، وسبقى كلماته وكتبه وأثاره في تاريخ هذه المدينة. وكنت تفعل ذلك بإبداع الإنسان صاحب الرأي وصاحب الفكرة، يقدم، يخطط، يناقش ويحاور. العامل الجاد والدؤوب، صاحب الهمة العالية، الذي لا يعرف الكلال ولا يقعه تعب ولا مرض.

فحتى في الأشهر الأخيرة من المرض كنت ملتزماً للعمل، وحاضراً رغم الهموم والتحديات. هذه القدوة بالعزم والإرادة والجديّة والإخلاص والفعالية. وأحياناً أحاول اقناعك قائلاً: "أبو فراس أنت تتعب نفسك، الآن اهتم بصحتك اهتم بعافيتك". لكنك كنت تعتبر أن كل لحظة من العمر يجب أن تبهل في العمل والإنتاج. عرفتك الصديق المخلص ورجل المواقف الذي إن احتجته تجده سندا متيناً، فلن أنسى وقفتك معنا بعد وفاة والدي الراحل ورفيقك عيد سويطات، فكنت تقول لي أكبر عزاء لنا أن نستمر في مشروع إقامة أرشيف الأوقاف في حيفا، وهذا عهد علي أرثه منكما.

فقدان الأستاذ حسين اغبارية أبو فراس العزيز، هو ألم وخسارة كبيرة، لنا ولكل من عرفه، ولمجتمعنا العربي الحيفاوي، كأسوة ونموذج وقدوة، نحتاجه نحن. غادرتنا أبو فراس تاركا فينا محبة وابتسامة، ورحلت عنا بعد أن زرعت فينا صداقة وأخوة، وأسرعت في رحيلك ففاجأتنا وأحزنتنا، وتركت وراءك إرثاً عريضاً، وبصمات راسخة لا تمحى ولا تنسى. فيك كانت تنبض حيفا وفاءً وتحدياً، فعهد علينا أن نكمل هذه المسيرة. لروحك السلام.

في الأحياء المنسيّة في حيفا، كالمحطة والحي الشرقي والبلدة التحتى.

كنت تؤمن أن الوطنية ليست بالشعار وإنما بالعمل المنهجي والمنظم، ووضع المطالب يكون على أساس فحص معمّق للقضايا والاحتياجات، فكنت تؤمن برؤيتك حتى ألهمتنا بها. وأذكر حين قلت لي "إن الأوان قد حان لننتقل من ردّ الفعل للمبادرة والفعل" وتم إجراء بحث شامل لاحتياجات المجتمع العربي، وورقة المطالب الجماعية والحارثية. نصب أعينك التأثير وصياغة مطالب المجتمع والأحياء،



الأحياء، ودعم السكان والنشطاء، ولجان أحياء، وتأسيس لجان جديدة المهنية والرؤية، وهذا تجلّي من خلال تأسيس مجلس لجان ونشطاء

تدرك أن هذا الحنان والحب والود، من عناصر القوة والاستمرار. ومن هناك اشتعلت بنا الصداقة والرفاقية.

ورافقتك وجمعية التطوير الاجتماعي على مدار العقد الأخير، وشاهدت دورها في الأحياء العربية، وإصرارك على توحيد مجتمعنا، وتعزيز مكانتنا كفلسطينيين أصليين، فكنت تملك قدرة خاصة في التشبيك بين الناس والقوى الأهلية، فارضاً حيزاً من الثقة المتبادلة، فيه لقاء وتفكير وانتماء، وطرح مهني مجتمعي وجامع. همك تنظيم المجتمع وبناء قوته الجماهيرية، وتوفير المعرفة والأدوات

"أعزّ بكم ونحن معكم بكل قوتنا"، هذا ما قلته لنا حين التقينا للمرة الأولى في العام 2003، كنا مجموعة شباب في مطلع نشاطنا مؤسسين لحركة "حيفا الفتاة"، توجهنا إليك لترشدنا فاستقبلتنا كما أنت، الإنسان الودود، اللطيف، الحنون، المحب، بابتسامتك الحاضنة، ودفعتنا بقوة وعزم، مؤمناً بأهمية دور الشباب الحيفاوي في خدمة المجتمع. فكنا نعلم أنك العنوان للنشاط الوطني الوحدوي، وكنت

## دعوة حفل تأبين

زوجة الفقيد وأولاده وأصدقائه ورفاق دربه وآل اغبارية

يدعونكم إلى حفل تأبين فقيدهم الغالي، المرابي والمبادر الاجتماعي والشخصية الوطنية

ومدير جمعية التطوير الاجتماعي في حيفا

## حسين مصطفى اغبارية

وذلك يوم الجمعة 11.11.2016 الساعة الخامسة مساءً،

في قاعة مسرح الميدان، شارع الخوري 2 - حيفا.

للاستفسار: 052-6223753



من الاجتماع الأخير للسيد حسين اغبارية مع الهيئة الادارية للجمعية 24.11.2015

»  
فخر  
التغيير  
والصنع  
«الامل»

حسين اغبارية

حسين اغبارية  
2016-1957

# TRIPLE MIX!

2 פיצות משפחתיות

+ נגיסי תירס

+ טבעות בצל

+ מקלות שוקולד

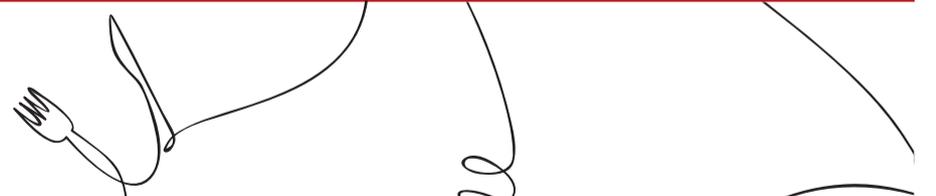
רק ב- 90 ₪ **129** ₪

מהצד השני מיוחד!



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



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

# كاتدرائية مار إلياس باللون الزهري

نايف خوري

للكشف عن السرطان في سنوات الستين والسبعين 74 عاما. معدل حياة المرأة اليوم 84 عاما. السرطان هو السبب الأول بوفاة المسنين. نسبة الإصابة بسرطان الثدي لدى النساء ما دون سن الخمسين ارتفعت في الآونة الأخيرة. أفضل سن لفحص ثدي المرأة بالأشعة هو حوالي الخمسين وتبلغ نسبة نجاح الكشف والفحص 85%. وما دون ذلك من الصعب تشخيصه بدقة.

نسبة اكتشاف المرض المبكر في الوسط العربي هو 5.1 لكل 1000 امرأة. معدل سن المرأة العربية المصابة بالسرطان هو أقل من المرأة اليهودية الغربية. نسبة الكشف عن سرطان الثدي للنساء العربيات ما دون سن الخمسين هو 43%. العامل الوراثي من أكثر مسببات سرطان الثدي. الجينات والموروثات لسرطان الثدي لدى المرأة العربية لم تكتشف بعد. نسبة الإصابة بسرطان الثدي تضاعفت 200% لدى المرأة العربية خلال 20 عاما.

في عام 1995 كان امرأة واحدة من كل 40 امرأة على مدار حياتها تصاب بسرطان الثدي. اليوم 1 من 17 امرأة عربية معرضة للإصابة بسرطان الثدي. ينصح بإجراء الفحص الإشعاعي مرة في السنة من سن 25 للمرأة إذا كانت إحدى قريباتها قد أصيبت بالسرطان، كالأم، البنت، الأخت، الخالة، العمّة. يفضل فحص الثدي مرة كل ستة أشهر. لأن الثدي هي غدة متغيرة ومتفاعلة على الدوام منذ سن البلوغ. اللون الزهري هو اللون الذي اختير لسرطان الثدي في أكتوبر.

وتحدثت جمالات أبو حمد عن تجربتها بالكشف المبكر ومعالجتها لسرطان الثدي. وبعدها تم تكريم سفراء مريم الجدد في حيفا، من بينهم الطفلة لينوي سوسان ووالدها أمير سوسان، ثم دُعي طاقم المؤسسة، وحضور الشرف

أضاءت مؤسسة مريم، وهي الجمعية العربية الوحيدة لمكافحة السرطان، كاتدرائية مار إلياس للملكيين الكاثوليك باللون الزهري ضمن فعاليات شهر «أكتوبر زهر» لرفع الوعي لمرض سرطان الثدي، والتذكير بأهمية الفحص المبكر. ابتدأ الحفل برقصة فنية تجسد صراع المرأة مع المرض وانتصارها عليه، من تصميم وتدريب الفنانة وداد عطا الله من الناصرة. وتحدث في هذا الاحتفال محمد حامد مدير مؤسسة مريم قائلا: اليوم أشعر بانفعال شديد وتأثر بالغ لوقوفي أمامكم، وهذا هو الاحتفال السابع الذي يقام في هذا المجال، حيث أقيم من قبل في السالزيان في الناصرة، ثم برج الساعة في مدينة يافا، تليها سرايا الظاهر عمر وبعدها قلعة الظاهر عمر في شفاعمرو، ثم في بيت جن يليها جامع الجزائر في عكا وهذا الأسبوع في حيفا، وبعدها مبنى السفارة الأمريكية في تل أبيب ثم بلدية سخنين والاختتام في جنين.

وحضر الاحتفال سيادة المطران جورج بقعوني الذي قال: الشكر العميق لهذه المؤسسة التي تسعى كي نتقي الأمراض ونعمل على الشفاء منها بقدرة الرب. فالسرطان تعتبر كلمة مفزعة للبعض، ويقول كثيرون «هذا المرض» فلا يجروون على لفظ الكلمة. واليوم يجب أن نتعلم كيف نواجه المرض بواقعية وعدم الخوف واليأس والإحباط. وفعالية الليلة تثبت أن درهم الوقاية خير من قنطار علاج. أما الأرشمندرت أغابويوس أبو سعدي فقال: لا بد من كلمة الشكر لمحمد مؤسس هذه الجمعية الراقية لقاء كل ما يفعل. ونحن اليوم بأمرس الحاجة لوجود شباب معطاء مثله في مجتمعنا. وأضاف أن هذا الصرح، الكاتدرائية، ليس مجرد كنيسة وحسب، بل هو صرح حضاري فكري

وثقافي، يعتني بالإنسان كإنسان، نريد أن نحذف من الآخر حرف الراء، ليبقى الأخ أخل في الإنسانية، بعيدا عن المتاهات الدينية والجدل العقيم، الذي لا يعطينا إلا الفتننة والتقسيم. كفانا فتننة وانقسامات وتشردمات.

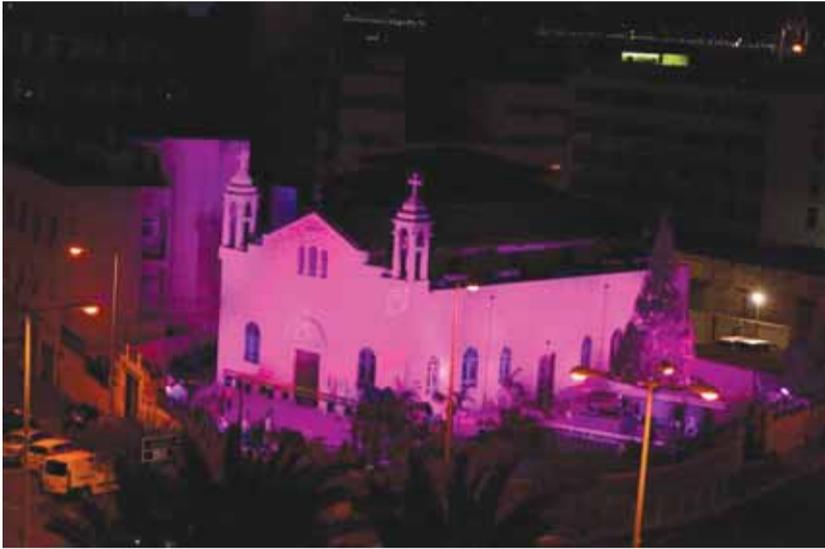
كما قدم الدكتور رمون منسى، مدير قسم صحة الثدي في مستشفى العائلة المقدسة في الناصرة، وعضو جمعية مكافحة سرطان الثدي الإسرائيلية، منذ عام 1994، محاضرة توعوية قيّمة عن مرض سرطان الثدي، وتكلم فيها عن إحصائيات وأرقام مهمة، ظهرت

عن طريق معالجته للمرضى منذ أكثر من ثلاثين عاما. وما قال:

70% من النساء العربيات يستجبن للدعوة لإجراء فحص الكشف المبكر عن سرطان الثدي مرة كل سنتين بحسب قانون الصحة العام الصادر عام 1995. وهذا القانون يمنح الحق لكل امرأة لإجراء الفحص والتصوير الإشعاعي، مجانا من سن الخمسين وما فوق.

سرطان الثدي يأخذ حصة الأسد في اهتمام الطب إجمالا في العالم.

نسبة سرطان الثدي لدى الرجال هي 1-1.5 لكل 100 امرأة مصابة بالثدي. 30% من مجموع سرطانات المرأة هو سرطان الثدي. 15% من أنواع السرطان لكافة الفئات العمرية هو سرطان الثدي. السرطان هو السبب الأول في وفيات النساء ما دون سن الخمسين. كانت الفئة العمرية



والمطوعون إلى المنصة للعد التنازلي وإضاءة الكنيسة باللون الزهري.

ويذكر أن مؤسسة مريم تعمل على توعية الجمهور والمرافقة وتقديم الدعم المعنوي والمادي للمريض والعائلة. وتقديم الدعم للمستشفيات والمؤسسات الطبية الرسمية، لشراء الأدوية والعلاجات الخاصة للمرضى. وتقدم المحاضرات التي يلقيها الأطباء المختصون أمام الجمهور عامة وطلاب المدارس خاصة. كما ترافق الأطفال المرضى بالسرطان في المستشفيات مجموعات من الطلاب الجامعيين الذين يتلقون منحة مالية للتعليم الجامعي. كما أنها تقيم مهرجانا سنويا لتكريم الذين يعانون أو تعافوا من السرطان. تشجيع الانضمام إلى مجموعات المتطوعين في المؤسسة وخارجها.

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

”رمبار“ - حيفا **جديد!**  
077-8882320

آرمون - حيفا  
077-8880820

سيتي ستر - حيفا  
077-8880790

Life

لايف  
رزمة تنظيف:  
صابون موس + مزيل ماكياج بمرحلتين +  
جل تنظيف للوجه  
150 مل



السعر للززمة  
162<sup>90</sup>  
**39<sup>90</sup>**  
ش.ج

أوربتول  
معجون أسنان  
البيسف فرش وتبييض



**7<sup>90</sup>**  
ش.ج

Sunday!

ساندي  
ورق تواليت  
40 لفة



**29<sup>90</sup>**  
ش.ج



نشترتي بـ 69 ش.ج وما فوق  
من تشكيلة منتجات الحانوت\*  
نضيف 1990 ش.ج  
ونحصل على  
مام  
قنينة\*\*



السعر للوحدة  
**19<sup>90</sup>**  
ش.ج

لا يشمل قناني زجاجية  
\*لا يشمل حملات "نشترتي. نضيف."  
نحصل على\*\*

نشترتي بـ 69 ش.ج وما فوق  
من تشكيلة منتجات الحانوت\*  
نضيف 125 ش.ج  
ونحصل على  
سيميلاك  
أفدانس بلس  
بديل حليب  
عبوتان توفير



السعر للعبوتين  
**125**  
ش.ج

\*لا يشمل حملات "نشترتي. نضيف."  
نحصل على\*\*

Life

BABY'S

نشترتي بـ 69 ش.ج وما فوق  
من تشكيلة منتجات الحانوت\*  
نضيف 2890 ش.ج  
ونحصل على  
لايف بيبيز  
حفاضات\*\*



**28<sup>90</sup>**  
ش.ج

\*\*مفاسات 2-6  
\*لا يشمل حملات "نشترتي. نضيف."  
نحصل على\*\*

وأيضاً، حصري لزبائن LifeStyle

پالموليف\*  
صابون سائل  
500 مل



السعر للوحدة  
**9<sup>90</sup>**  
ش.ج

\*لا يشمل جورميه

## نقّص ونوفّر مع مجموعة قسائم

سعر خاص!

بتسليم هذه  
القسيمة عند شراء  
أوزال بي فيتاليتي  
فرشاة أسنان كهربائية  
قابلة للشحن/  
فيتاليتي للأولاد/  
رؤوس تعبئة  
رزمة رباعية



السعر للوحدة بعد  
تخفيض القسيمة  
**79<sup>90</sup>**  
سوف-فارم

الحد الأدنى 6 وحدات من الخزون في كل فرع  
محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون.  
لغاية 2.11.2016 أو حتى نفاذ الخزون. الأسبق من بينهما، لا ازدواجية في  
الامتيازات. يحتمل وجود فرق في أسعار المنتج قبل التخفيض بين حوانيت  
الشبكة ولذا سيعرض السعر ما قبل التخفيض على المنتج/ بجانبه.

سعر خاص!

بتسليم هذه  
القسيمة عند شراء  
فرش وانز CARE  
مناديل رطبة  
رزمة خماسية



السعر لرزمة خماسية  
بعد تخفيض القسيمة  
**16<sup>90</sup>**  
سوف-فارم

محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون.  
لغاية 2.11.2016 أو حتى نفاذ الخزون. الأسبق من بينهما، لا ازدواجية في  
الامتيازات. يحتمل وجود فرق في أسعار المنتج قبل التخفيض بين حوانيت  
الشبكة ولذا سيعرض السعر ما قبل التخفيض على المنتج/ بجانبه.

سعر LifeStyle

بتسليم هذه  
القسيمة عند شراء  
تستر تشويس  
قهوة سريعة الذوبان  
مجففة بالتجميد  
200 غرام



السعر بعد تخفيض  
القسيمة  
**19<sup>90</sup>**  
سوف-فارم

محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون.  
لم يدفع بطاقة لايف ستايل فقط. لغاية 2.11.2016 أو حتى  
نفاذ الخزون. الأسبق من بينهما، لا ازدواجية في الامتيازات. يحتمل  
وجود فرق في أسعار المنتج قبل التخفيض بين حوانيت الشبكة  
ولذا سيعرض السعر ما قبل التخفيض على المنتج/ بجانبه.

سعر خاص!

بتسليم هذه  
القسيمة عند شراء  
لايف  
فوط صحية/  
فوط يومية



السعر للوحدة بعد  
تخفيض القسيمة  
**9<sup>90</sup>**  
سوف-فارم

محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون.  
لغاية 2.11.2016 أو حتى نفاذ الخزون. الأسبق من بينهما، لا ازدواجية في  
الامتيازات. يحتمل وجود فرق في أسعار المنتج قبل التخفيض بين حوانيت  
الشبكة ولذا سيعرض السعر ما قبل التخفيض على المنتج/ بجانبه.

سعر خاص!

بتسليم هذه  
القسيمة عند شراء  
لايف  
مناديل ورقية ناعمة  
رزمة سباعية



السعر لرزمة سباعية  
بعد تخفيض القسيمة  
**12<sup>90</sup>**  
سوف-فارم

محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون.  
لغاية 2.11.2016 أو حتى نفاذ الخزون. الأسبق من بينهما، لا ازدواجية في  
الامتيازات. يحتمل وجود فرق في أسعار المنتج قبل التخفيض بين حوانيت  
الشبكة ولذا سيعرض السعر ما قبل التخفيض على المنتج/ بجانبه.

سعر خاص!

بتسليم هذه  
القسيمة عند شراء  
سأپورا  
قطع كعك شخصية  
مطلية بالشوكولاتة  
ومحشوة بكريم  
حليب/كافو  
رزمة عشرة



السعر لرزمة عشرة  
بعد تخفيض القسيمة  
**7<sup>90</sup>**  
سوف-فارم

محدد باستخدام قسيمة واحدة للزبون.  
لغاية 2.11.2016 أو حتى نفاذ الخزون. الأسبق من بينهما، لا ازدواجية في  
الامتيازات. يحتمل وجود فرق في أسعار المنتج قبل التخفيض بين حوانيت  
الشبكة ولذا سيعرض السعر ما قبل التخفيض على المنتج/ بجانبه.

تفصّل حول الفروع التي تباع فيها الماركات المشاركة في الحملة. وخدمة الزبائن: 09-9725151. حملات سوف-فارم سارية لغاية 2.11.2016 أو حتى نفاذ الخزون. الأسبق من بينهما، الامتيازات المعلن عنها لزبائن لايف ستايل مشروطة بالدفع بواسطة بطاقة لايف ستايل فقط. تحتفظ الشركة لنفسها الحق بتحديد كمية الشراء. لا ازدواجية في الامتيازات. يحتمل وجود فرق في أسعار المنتجات قبل التخفيض بين حوانيت الشبكة، ولذا المكان الذي لا يعرض فيه السعر قبل التخفيض - سيعرض السعر على المنتج/ بجانبه في كل واحدة من حوانيت الشبكة.

## نورمان عيسى أفضل ممثل في مهرجان حيفا الدولي للأفلام

لمراسل "حيفا"

فاز الممثل نورمان عيسى بجائزة "أفضل ممثل" وذلك في ختام مهرجان حيفا الدولي للأفلام 2016، وقد تقاسم نورمان مع زميله الممثل موشي ايفجي جائزة التمثيل الأولى في الفيلم الكوميدي السياسي "حرب 90 دقيقة". وتدور أحداث الفيلم حول مباراة كرة قدم بين منتخب فلسطين ومنتخب إسرائيل، والفائز بهذه المباراة سوف يحكم البلاد. ويجسد نورمان عيسى في الفيلم دور مدير المنتخب الفلسطيني. وكان نورمان قد حصل العام الماضي على جائزة أفضل ممثل لقاء دوره في هذا الفيلم ضمن مسابقة جوائز الأوسكار الإسرائيلي.



## الفنان عفيف شليوط يقدم مسرحيته «اعترافات عاهر سياسي» في افتتاح مهرجان التراث الفلسطيني في جنين

لمراسل "حيفا"

شارك الفنان عفيف شليوط يوم الأحد الماضي في حفل افتتاح مهرجان التراث الفلسطيني الذي عُقد في الجامعة العربية الأمريكية في جنين، حيث عرض مسرحيته «اعترافات عاهر سياسي» وهي من تأليفه أيضاً، والتي حظيت باهتمام كبير من قبل الحضور، وتمّ بعد انتهاء العرض تسليم الفنان عفيف شليوط درعاً مقدّماً



داخل إسرائيل.

وسبق الاحتفال استقبال وفد مؤسسة الأفاق للثقافة والفنون في مكتب رئيس الجامعة العربية الأمريكية، والذي تألف من الشاعر رشدي الماضي، رئيس مجلس إدارة مؤسسة الأفاق للثقافة والفنون، والكاتب والفنان عفيف شليوط، مدير عام المؤسسة، بحضور مندوبين عن قسم الثقافة في محافظة جنين، والشاعر مفلح طبعوني، ومدراء الأقسام في الجامعة العربية الأمريكية.

من وزارة الثقافة الفلسطينية محافظة جنين، بحضور وكيل وزارة الثقافة الفلسطينية الشاعر عبد الناصر صالح، ومدير الثقافة في جنين عزت أبو الرب، ومندوب عن رئاسة الجامعة العربية الأمريكية.

من الجدير بالذكر أن المسرحية حازت على جائزة مهرجان مسرحيد الكبرى في عكا لعام 2002، وهي تطرح معاناة المواطن العربي الفلسطيني في

## نادي النساء الأخوة حيفا يستقبل مدير فرع أوبتنايس حيفا - الأوبتوماتريست بلال مصاروة



لمراسل «حيفا»

استقبل النادي النسائي «الأخوة وادي التسناس» الأوبتوماتريست بلال مصاروة، مدير فرع أوبتنايس - حيفا، الذي ألقى محاضرة شقيقة عن أسباب ضعف البصر، وعن أساليب وطرق العلاج، وعن الحفاظ على البصر والعينين، وكيفية استعمال

ومناقشته.

وشكر السيد بلال مصاروة كلا من مدير المركز عادل خلايلة ومركزة النادي النسائي خولة خشيبون، ومنسقي اللقاء ريتا توما وخالد محاميد.

النظارات المناسبة، والعدسات اللاصقة، وغيرها من المواضيع المفيدة، حيث لاقت المحاضرة إعجاب المشاركات، اللواتي طرحن الأسئلة على المحاضر

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

Dr. Samer Khoury  
الخبير الموسلم

- ✓ علاجات تجميلية: قشور خزفية وتبييض أسنان
- ✓ علاجات جراحية: زرع أسنان، زرع عظم وقلع
- ✓ تركيب أسنان: ثابت ومتحرك
- ✓ تقويم أسنان: عادي وغير مرئي
- ✓ علاجات عصب وحشوات
- ✓ زرع أسنان و تركيب بجلسة واحدة
- ✓ فحص وإستشارة مجانية

- حملة خاصة لتبييض الأسنان -

نحن نعمل مع كل من شركات التأمين - (هرثيل، فينيكس، ديكلا ومنورا)

الخبير الموسلم - د"ر سامر خوري

فرع حيفا: جادة بن جوريون: 077-2001660 | فرع الرينة: 04-6785548

تجدون لدينا جميع أنواع اللحوم الطازجة يوميا

# دجاج الزطمة

## ملحمة مريمار

فخاد دجاج 5 كغم 100 <sup>00</sup> ₪	صدر دجاج 4 كغم 100 <sup>00</sup> ₪	"برغيت" 3 كغم 100 <sup>00</sup> ₪	لحمة مطحونة 3 كغم 100 <sup>00</sup> ₪
--	---------------------------------------	--------------------------------------	--

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

## فعاليات ودورات في المركز الجماهيري كلور عين هيام وادي الجمال 2016 - 2017



نویدا لأطفال الجيل المكبر  
מועדונית לגיל הרך  
العاب ، قصص ، فنون ، حواسيب ، رياضة

دورات لتعليم اللغة الإنجليزية  
المعلمة كرين محيشم  
أطفال (الأجيال 4 - 8)

دورة الطبيب الصغير  
إرشاد دكتور محمد كناني

دورات الملاكمة ورفع الاثقال  
مع المدرب فادي صليبا  
للأولاد الصغار / للشباب  
للرجال + 18 / للنساء + 35



دورات بإرشاد المدربة  
ايناس زايد

\* ريثموسيقى أطفال أجيال 3 - 5  
\* دورة جمباز - رياضة بدنية  
\* دورة رياضة TRX للصبايا اجيال 12 - 18  
\* دورة رياضة TRX - للسيدات +18

دورات لتعليم اللغة العبرية والعربية  
المعلمة منيرفا مرة

اللغة العبرية للطلاب / اللغة العربية للكبار

دورات كرة القدم مع المدرب  
ميشيل يعقوب

أجيال 3 - 5 سنوات / صفوف أول - ثاني  
/ مجموعة للشباب + 18



المكان الدافئ للولاد والشباب  
مרחب فتوح ليلديم ولنوور

العاب ، فنون ، حواسيب ، رياضة ، مساعدة في التعليم

دورة للرسم والتخطيط للكبار  
إرشاد الفنان منير بن زينب

دورات بإرشاد  
المدربة فدا صليبا

\* الرقص والحركة للأطفال أجيال 3 - 5  
\* الجاز والبالية صفوف أول - ثاني عشر  
\* هيب هوب صفوف أول - ثاني عشر  
\* "إيروبي" - للسيدات

فلامنكو بإرشاد المدربة ملينا نجار  
صفوف أول - رابع

دورة إبداع ومشاريع للسيدات  
المبادرات بإرشاد إيمان خليف

نوادي إجتماعية

نادي للكبار والمسنين  
مركزة النادي مالكا اشكنازي

نادي للنساء  
مركزة النادي سيرين سيد

نادي للكبار الروس لاوليم חדשים  
مركزة النادي نتاشا روديسكي

نادي أجيال للشبية  
إرشاد المعلمة مريم حجير

دورة يوغا للكبار  
إرشاد جيرمان افشالوموبستش

### פרויקט "סובב עין הים"

المسار السياحي الجماهيري حول عين هيام وادي الجمال،  
بمبادرة السكان العرب واليهود والتعاون مع مركز كلور

دورة خاصة لاعداد 10 نشيطين اضافيين لإرشاد المسار السياحي  
للمجموعات الطلابية والكبار. الدورة بالتنسيق مع جامعة حيفا  
ورعايتها. محاضرات وورشات عمل بإرشاد الشيطين وعدد من  
المؤسسات البلدية. 8 لقاءات ابتداءً من تشرين الثاني 2016

### الحديقة الجماهيرية "مطل الهدهد" التابعة لمركز كلور وبإدارة السكان

شارع بيير كينغ 1، عين هيام. بمشاركة 38 عائلة عربية ويهودية  
تزرع وتنتج في قطعة ارض خاصة لها بملكية بلدية حيفا وبرعايتها.

الحديقة تستوعب عائلات اضافية في قطع ارض جديدة

## الكلية الأكاديمية العربية للتربية تنظم يوماً دراسياً للعام الأكاديمي القادم



### لمراسل «حيفا»

في التدريس واللقب الثالث ومنح اللقب الجامعي الأول قريبا في مساقات ذات علاقة بالتربية والتعليم، إضافة إلى افتتاح مساق جديد للموسيقى، يحصل خريجوه على الشهادة الجامعية الأولى، وافتتاح مدرسة للمتميزين قرب الكلية، وفرع للمسرح وإنهاء العمل على إقامة منشآت لتدريس الإعلام الإذاعي والتلفزيوني. ومضى يقول: «أسسنا قسما للدراسات الخارجية، مهمته إضافة إلى متابعة دورات تأهيل الطواقم التدريسية في الكلية وخارجها، وبالتعاون مع وزارة التربية، فتحت أبواب الكلية أمام الجمهور، وذلك هدف جديد عبر تنظيم دورات استكمال في مجالات أخرى، ليس لجمهور المعلمين فقط بل لكافة طبقات وفئات المجتمع. وتنظيم دورات للحصول على شهادات مهنية تفتح الباب أمام المشاركين لإيجاد فرص عمل في مجالات الهندسة والتخصصات المهنية الأخرى، وفقا لاحتياجات سوق العمل للنساء والرجال على حد سواء».

صرح المحامي زكي كمال، رئيس الكلية الأكاديمية العربية للتربية في حيفا: أنه «بعد سنوات من العمل المضني والمنهجي، وبعد أعوام أكاديمية متواصلة، عملنا خلالها على تحصين مكانة الكلية ككلية رائدة في البلاد. فيصبح العام الأكاديمي الوشيك بداية للمرحلة الجديدة التي عملنا لبلوغها، وتعزيز دراسات اللقب الثاني، وزيادة عدد المساقات التعليمية فيها، والانتقال معها إلى منح اللقب الجامعي الثالث، والانتقال قدما في مشروع الدراسات الخارجية والدورات المعدة لكافة الفئات والمجموعات». وجاء تصريح المحامي كمال في مستهل اليوم التحضيري الذي شهدته الكلية تمهيدا للعام الدراسي الأكاديمي المقبل. وذلك بحضور مئات من محاضري الكلية ورؤساء الأقسام فيها. وأكد المحامي كمال ان الكلية ستواصل نهجتها الأكاديمية بتوسيع نطاق الدراسات للقب الثاني،

## المتنبي... «سياقة آمنة» ورقة رابحة في وجه شوارع الموت



### لمراسل «حيفا»

والآمنة. وعبر الطلاب عن آرائهم بالقول: «كم من ربيع رحل باكرا وعلى غفلة منا، ربيع هو كل شاب رحل دون سابق إنذار يوم تریص به الأجل على شوارع الموت. ربيع هي حكاية كل شاب صارت حياة عائلته وكل من يعرفه ويحبه خريفاً من بعده». وجاء من إدارة المدرسة: «أنه إيماناً منا نحن أسرة المتنبي بقدسية حياة الإنسان وسلامته، وعطفاً على دور المدرسة في بلورة فلسفتها التربوية والتعليمية، القائمة أساساً على نظرية التكامل والتوأمة بين البيت والمدرسة، نقوم بالعديد من الفعاليات والمشاريع التربوية والتعليمية التي تحقق فلسفتنا ورؤيتنا التربوية. من هذه المشاريع القيمة التي نقوم بها، واستمراراً لفعاليات الحذر على الطرق». ولذا رفع الطلاب شعارات تدعو إلى الحذر الشديد: «نعم للسياقة الآمنة»، «نعم للحذر»، «لنقف معاً في وجه شوارع الموت ومخلفاته المفجعة».

نظمت مدرسة المتنبي عددا من الفعاليات حول موضوع «السياقة الآمنة» ومن ضمنها عرض لفيلم يحمل هذا العنوان. ويأتي ذلك في إطار فعاليات الحذر على الطرق بالمشاركة مع قسم الحذر على الطرق في وزارة التربية والتعليم، وتم عرض الفيلم السينمائي بتقنيات ثلاثية الأبعاد، وهو يتناول موضوع السياقة الآمنة وموضوع الكحول. ويتطرق إلى الشاب ربيع الذي راح ضحية حادث طرق مروع. وأتاح هذا الفيلم لجمهور الطلاب اختبار الشعور بحالات السياقة الخطرة، ولا سيما تلك التي تجري تحت تأثير الكحول والمخدرات، وحالات التعب والإرهاق التي تنتاب السائق لأسباب مختلفة ومتفاوتة، بالإضافة للسياقة بسرعات فائقة، والتي تكون غالباً مجاوزة للقانون، وكذلك السياقة تحت تأثير الضغوط الاجتماعية والشخصية المختلفة، واختتم بتوجيه النصائح العملية للسياقة السليمة

## مدرسة الكرامة الثانوية العلمية تشارك في «الحصّة العالمية الكبرى» تحت رعاية «منظمة الأمم المتحدة للطفولة - اليونيسيف»



### لمراسل «حيفا»

«ملالا يوسفزاي» - الطفلة الباكستانية الناشطة في حقوق الطفل. وعن طريق أحد الروابط المحوسبة التي أرسلت للمدرسة، قام الطلاب بمهام داعمة كي يتمكنوا بواسطتها بناء أهداف وخطوات ومشاريع توصلهم للهدف الرئيس، وهو المساواة بين أطفال المجتمع الإسرائيلي. وترك المشروع أثرا كبيرا في نفوس الطلاب، مما حثهم على بناء مشروع يليق بأطفال المجتمع، ويهدف إلى تقليص الفوارق بين أطفال مجتمعنا وتحقيق المساواة التعليمية.

شارك طلاب الصف الحادي عشر من مدرسة الكرامة الثانوية في اللقاء التزامني «الحصّة العالمية الكبرى» مع طلاب من جميع أنحاء العالم، ضمن مشروع تقوده منظمة الأمم المتحدة للطفولة - اليونيسيف. يطرح المشروع فكرة المساواة العالمية لتطوير الطفل تعليميا على الصعيدين المحلي والعالمي. وتخلل البرنامج مجموعة من المهام والأهداف، في حين اختار الطلاب العمل على الهدف العاشر ضمن مجموعة كبيرة من الأهداف. وبالتزامن مع مجموعة من المدارس المحلية والعالمية، شاهد الطلاب قصة الطفلة



# إعلان لجمهور السائقين

يوم الجمعة، 4.11.16 سيقام  
سباق saucony حيفا الـ 19

وذلك في متنزه شكمونا وشارع الهفانا.  
ولأجل ذلك ستغلق الطرقات التالية يوم الجمعة 4.11.16  
ابتداء من الساعة 05:30 وحتى 12:00

شارع دافيد ألعازار  
بين موقف شاطئ دادو ومفرق مكسيم

شارع الهفانا  
بين مفرق دولفين ومفرق متام حتى الساعة 09:30

شارع شاطئ هتخيلت  
من معهد أبحاث البحار والبحيرات حتى السلال المعلقة السفلى

نحن نعتذر لعدم الراحة المؤقتة

haifa.muni.il | 106 | الموقد العירוوني 106



*Rasha's studio*



Drums Alive

السبت 5.11  
17:00

\*فعالية خاصة للأولاد  
بمناسبة الإفتتاح...

\*العدد محدود والدخول مجاناً

الدورات:

Trampo-fit | Pilates | אימונים פונקציונליים | Zumba | إيروبيكا | TRX | kango power  
Kickboxing | hiit | رياضة بدنية للنساء ما بعد الولادة | رياضة بدنية للنساء الحوامل

دورات للأولاد:

كابورا | kango power | باليه | جمباز | زومبا كيدز  
تعلم الحركة لجيل الطفولة المبكرة

التسجيل للدورات مستمر



f Rasha's studio | 054-4481110 (مגדלהנביאים) 2 | شارع الخوري 2 | حجير | رشا بدران - حجير

# تنظيم الأعمال وإدارة المصالح من شروط نجاحها

لقاء مع نايف خوري

هل تقدمين استشارة للمجتمع اليهودي أيضا؟

بدأ عملي منذ البداية مع المجتمعين العربي واليهودي لإنقاذ المشاريع وتأسيسها بالشكل الصحيح والمتين ومرافقتها في المدى البعيد. وبإلقاء نظرة على الوضع الاقتصادي العام في البلاد، نجد ما تكشف عنه الدراسات والاستطلاعات، أن حوالي 38 ألف مصلحة تفعل كل عام في البلاد، من بين 40 ألفا، فهذا يدل على الصورة القاتمة للأوضاع الاقتصادية وخصوصا في الوسط العربي أسوأ مما هي في الوسط اليهودي. وبغضون أسبوعين أكثر من ألفي مصلحة تفتح وتغلق نظرا للمشاكل التي تواجهها وتعاني منها. وهكذا أجري الاتصالات مع المصالح الجديدة كي تعمل بطريقة معينة وأسلوب يمنحها البقاء مدة أطول، مثل تقديم البرامج لستة أشهر وبعدها لسنوات أطول.

أي أنواع المصالح تقدمين لها المشورة؟

أنواع ومجالات مختلفة، وكل مجال له خاصية التعامل معه. فأتعامل مع مصالح تجارية جديدة وأخرى مخضرة، من مجال الطب والصحة، الاقتصاد، التجارة، تصميم المناسبات، ريادة أعمال، مصانع وغيرها. أما بالنسبة للمرافقة الشخصية، هناك تنوع جميل ومهم يفيد أصحاب المهن الحرة المختلفة فمثلا، استشارتني إحدى الطبيبات لتحسين علاقاتها بالمرضى الذين تعالجهم، والأجواء المحيطة بالعيادة ومكوث المرضى بانتظار أدوارهم للدخول إلى الطبيب، ورأيت أنه من المفضل تحسين ظروف العيادة وترميم مظهرها، وكيفية ممارسة الإدارة بصورة صحيحة، وتعاملها مع المستخدمين عندها. وهكذا يصبح التدريب شخصا على الأفراد أيضا.

وكتاب «المفتاح» الذي هو عبارة عن تجربة شخصية، ماذا تقولين للجمهور عن طريقه؟

هذا الكتاب سيكون بمثابة تهديد للكتاب الذي قد يصدر بعد ثلاث سنوات، وهو يظهر بطريقة سلسلة ومبسطة، وليس بأسلوب الدراسات والأبحاث المعقدة، واستخدمت الطريقة الشخصية بلفت النظر إلى النواحي العاطفية والذاتية والإنسانية، وتحديد الهوية المهنية. وأما الكتاب الثاني فسيتمتع الدراسات والأبحاث التي تجربها في مجال عملنا. والكتاب هو مفتاح لكل شخص، ولذا جاء عنوانه «المفتاح»، بحيث يمكن لكل صغير أو كبير أن يستخدمه ويستفيد منه في حياته العملية المستقبلية. ويطلع القراء على المفاتيح التي استخدمتها وفتحت أمامي طريق المستقبل. والتعرف على الظروف التي يعيشها الفرد، وإعداد البيئة الداعمة له، وهو عبارة عن عشرة مفاتيح، كل مفتاح يكشف عن قصة داخل قصة.

ستحتفلين بإشهار الكتاب؟

الحفل الأول كان في الناصرة، وكان الاحتفال كمحاضرة، ونظمت أثناءها فعالية اجتماعية مع الجمهور بعنوان الخوف، وتحدثت فيها عن الخوف من كل شيء، من المستقبل ومن المجهول، ومن الأحلام. وسنقيم حفلا آخر في مسرح الميدان في حيفا بعد أقل من أسبوعين.

نتمنى لك التوفيق والنجاح.

شكرا جزيلاً.

ذلك إلى تجنيد الزبائن وتوسيع دائرة الخدمات التي يتم تقديمها. وعدم تسرب الموظفين أو الزبائن على حد سواء.

وهذا ينطبق على المستشفيات؟

بالتأكيد، فقد بدأت العمل مع مستشفى معروف مؤخرا، وأقدم له استشارة في تنظيم المناسبات والاحتفالات في الوسط العربي، بحيث يكون دور المستشفى مجديا ومثمرا على الصعيد الجماهيري وليس الصحي أو الطبي فقط. وهذا يتعلق باختيار الأشخاص بصورة صحيحة، وأحيانا أتحدث مع الإدارة لكيفية اختيار الموظفين بصورة سليمة، أو اتخاذ القرارات الصائبة في ما يتعلق بالمجالات الإدارية أو التشغيلية.

كيف تتواصلين مع المؤسسات والمصالح الكبيرة أو الصغيرة؟

منذ البداية شعرت بأن الحاجة متبادلة لنجاح

كمساعدة مخرج لنشرة الأخبار. كما عملت فترة من الزمن في تل أبيب في مجال العلاقات العامة، لإحدى الشركات الكبيرة، ثم قدمت الاستشارة لشركات اتصالات معروفة وصناديق مرضى وعدد من المصارف الكبيرة.

وهكذا دخلت مجال الاستشارة وأصبحت تراولين هذا العمل. إذ لم يقتصر العمل على المصارف وصناديق المرضى وغيرهم، بل تعداه إلى الجامعات والمؤسسات الأكاديمية كجامعة حيفا وتل أبيب، كالتخنيون وكلية ريشون لتسيون. وهذا جعلني في موقف الدهشة، فأتساءل في نفسي، أنا التي تلقيت من هذه المؤسسات الخدمات المختلفة، أصبحت اليوم تتلقى مني الخدمات والاستشارة.

ما هي الخدمات التي تقدمينها؟



الموضوع. فبعد انتهائي من الدراسة لاحظت أنني أكاد أصاب بشيء من اليأس أو الإحباط، خاصة أن أحد المصانع في مغدال هعيمك رفض قبولي للعمل فيه، رغم نجاحي وتفوقي في الاختبارات التي أجروها لي طيلة ثلاثة أشهر، بل قبلوا فتاة يهودية بدلا مني. وهنا أشار زوجي بأن أتحوّل من العمل كمستخدمة إلى مستقلة، فصوّرت نفسي بالكاميرا، وتحدثت عن قدراتي وما أستطيع أن أفعله وعن النصائح التي أوجهها إلى أصحاب المصالح الاقتصادية، ونشرت فيلما قصيرا في اليوتيوب. وإنهالت علي الاتصالات والمكالمات كي أقدم هذه المشورة للجمهور. فألقيت بعض المحاضرات، وأقمت ورشات عمل التي لاقت نجاحا في المدارس، وفي أحد المصارف الكبيرة في البلاد، وهكذا بدأت بتسويق نفسي، وأجريت معي مقابلات ولقاءات في وسائل الإعلام التي تعنى بالشؤون الاقتصادية.

مثلا في جامعة تل أبيب قدمت الخدمة عن طريق ورشات عمل ومحاضرات لطلاب الجامعة، وأرشدتهم إلى كيفية تسويق أنفسهم بعد الانتهاء من التعليم الجامعي، وبناء شبكة من العلاقات مع مختلف المؤسسات، كي يتدبروا أمورهم ويعملوا في المجالات الملائمة لهم، بحيث يقيمون مشاريعهم الريادية أو التجارية، ويمكن تطبيقها على أرض الواقع، فتعمل بنجاح على المدى البعيد.

ما هي المواضيع التي ترشدين إليها في هذا المجال؟ ثمة موضوع يتعلق بإثارة أفكار المبادرات والاستثمار، ويمكن لكل فرد من هؤلاء المبادرين أن يفحص أمره ليجد الظروف الملائمة لنجاح عمله. فالمصارف مثلا، كنت وما زلت أعمل مع طاقم الموظفين، وأرشدتهم ليحافظوا على أنفسهم في العمل وألا ينتقلوا إلى أماكن عمل أخرى، وهذا من شأنه، من ناحية أخرى الحفاظ على مصلحة المصرف أو البنك، وعمله وزبائنه، وبالتالي سيؤدي

دنيا مخلوف أبو حامد، حيفاوية المولد والمنشأ، درست الابتدائية والثانوية في مدرسة راهبات الناصرة، واختصت باللغة الفرنسية ولم تزاوّل مهنة التدريس، حصلت على إجازة بتدريس اللغة الفرنسية من السفارة الفرنسية، وكانت تدرّس مجموعات طلابية في حيفا والناصرة وأم الفحم، من العرب واليهود. وتشرف على تدريب هؤلاء الطلاب للنجاح في المقابلات التي يجرونها، مع ممثلي السفارة أو المؤسسات الأخرى، ليتم قبولهم في العمل. وهكذا فتحت أمامها آفاق تنظيم الاستشارة والتسويق. ثم التحقت بالجامعة وحصلت على القبول الأول بتفوق باللغة الفرنسية، واللقب الثاني بتفوق في موضوع الاستشارة التنظيمية والتسويقية. متزوجة ولها ولد. افتتحت مكتبا خاصة لتقديم خدماتها الاستشارية، وأصدرت كتابا جديدا بعنوان «المفتاح» للاستشارة التنظيمية والتسويقية.

المستشارة التنظيمية والتسويقية دنيا مخلوف أبو حامد

ما هي الاستشارة التنظيمية والتسويقية التي تقدمينها؟

اخترت هذا الموضوع لأنه يعتمد على اللقاء المباشر مع الجمهور، والحديث معه وجهًا لوجه، وجاءت الاستشارة التنظيمية كموضوع مثير للاهتمام، ويمكن تقديم المحاضرات في مجال التنظيم والتسويق للشركات، والمؤسسات والمصالح الكبيرة، لتطوير أعمالها والحفاظ على مستقبلها المهني.

وكيف جاءت فكرة تقديم الاستشارة في هذه المواضيع؟

بعد الانتهاء من الدراسة الثانوية كنت أعمل في عدة مجالات وأماكن عمل مختلفة، خصوصا في المصالح العائلية، حيثما عملت أنا وأبي في ذات المكان لفترة معينة، ورأيت معاملة أصحاب المتاجر للمستخدمين في مصالحتهم، فنشأت في نفسي رغبة شديدة كي أقلب المعايير وأحسن هذه المعاملة، وأصحح الأخطاء في التعامل والعلاقة، فلماذا يتطلع صاحب العمل بهذه النظرة إلى عماله؟ هو وكل أفراد العائلة، وضرورة أن تكون العلاقة في مكان العمل مغايرة لما هي عليه في البيت. فقررت أن أخوض مجال الاستشارة التنظيمية وأن أتحدث عن موضوع الاستشارة وتطوير الأعمال والأشخاص في الشركات.

إن إصدار كتاب مهني أو تخصصي ليس بالأمر السهل، فماذا جرى؟

بما أنني رأيت مشهدا مؤلما أو غير سليم من الناحية الإدارية والمهنية، بحثت عن السبيل لإصلاحه. وبما أنني أحب اللغة العربية، وأجيد التعامل بها، فكرت، بعد تخرجي الأكاديمي بتقديم خبرتي وتجربتي للجمهور عن طريق هذا الكتاب، الذي جاء بلغة مبسطة ومفهومة، فجمعت القصص والتجارب التي اختبرتها من سن الثامنة عشر إلى سن الثلاثين. ولم أكتف بتقديم النصائح أو المشورة كيفما اتفق، بل بعد إنجازي للقب الثاني في هذا الموضوع. وهذه القصص من أماكن العمل التي تعاملت معها، أو المؤسسات التي تعاونت معها، حتى أنني عملت في التلفزيون الإسرائيلي

# سيد زيتون

تفني سميع القاسم  
أعيش اشتياقاً



برعاية

STRATEGY FALCONS

REACH  
HOLDING

MIRIAM WAKIM  
FASHION DESIGNER

WARDY  
Fashion & Makeup Artist

DANIEL

حيفا  
بمرافقة فرقة «سراج» بقيادة الفنان سامر بشارة  
عريفة الحفل الإعلامية ايمان القاسم  
قاعة كريجر  
الخميس 2016/11/3 - الساعة الثامنة مساءً  
سعر التذكرة 100 شيكل

للحصول على التذاكر، الإتصال: القاهرة عنين 0549455001

## هي مطر صحوه شتاء مضمراً!

رشدي الماضي



لن أذهب بي بعيداً  
إلى وضوح سفر قاس  
أتلو مراتي الفاجعة كي تولد الذكريات  
استعارة أمكنة غائبة  
تنتظر تضاريس لم تفقد أطلسها  
ولا تضيق بالقادمين إليها...  
\*\*\*

اتكأت على منقار حمامة نبي  
تستعيد السّفانن  
ونزلت... إلى شاطئ... صدفاته وجوه منتظرة  
\*\*\*

درست براحة أقدامي  
حجارة لسبوس التي تبكيها طرودة  
مدينة... لا تسلني عن اسمها!!!  
نريد... ضمّ القادمين العالقين في قوارب أوديسيوس  
وجوها مُتلهّفة

ابتعدت عن "ياس نوح"  
لتمسك بطوفان غير صالح للغرق...  
\*\*\*

يا للكرمل حيفا  
أغنية... في أناشيد سافو  
لا تمزقها في ألم الرّيح عصّفة  
انزل!!!

سفائن نوح تستعيد قوارب العودة  
احضن بعولاً وصلوا قبل أن تردّم عنك  
موجة... في مكان شرقيّ لاح في لمح  
أجود الخمر الذي حلموا به...

عندما سال لون الليل  
شلالاً

يصوّتهم في شارع لأبي التّواس ذابت النّايات فيه بما واقعت من  
أنغام مزدهية  
\*\*\*

مدينتي!!!  
تعالني نهز بجذع "الفاتحة"  
لتساقط فوقك "السبع المثاني"  
تخرج حيفا من حيفا

بيوتنا... تطهّرت من دنس الغياب  
من وأد النّجوم  
من رجمها بالظلام...  
\*\*\*

أقول: أوقدني الحلم  
ولن يُطفئه إلا الجنون!!!  
\*\*\*

سبعون حلماً

وأنا أنرسم اللحظات

وأرسم الخطوات... طريقاً

لا تذهب كما قرطبة

في طريق الي ما خسرتُه من مكان!!!

تعالني!!! ندلنا إليك

مدينة "لا ظل يقهرها"

نطوف بهيكلك السري... معنى

لا يغرق هناك؛

هناك... خارج المعنى!!!

حكاية العدد..

طارق عسراوي



## عود وأمل

منفعلاً، ومنحازاً للفكرة أكتب هذه الكلمات.

في تمام العاشرة صباحاً، أطلق الجبرانيون الأشقاء العنان لأوتار  
أعوادهم في مارثون يضيء الحب في قلب رام الله، وقادوا مجرة  
تكتظ بالنجوم والمبدعين الفلسطينيين، جعلوا الهدف من وراء  
هذا الحدث الفارق جمع التبرعات للوصول إلى عيادة متنقلة تُعنى  
بالكشف المبكر عن سرطان الثدي.

في العاشرة ليلاً، وضعوا أعوادهم وصفقت قاعة قصر الثقافة  
الملتئنة بالحضور مرتين، مرة للمبادرة النبيلة وقد حققت أهدافها،  
ومرة لاثنتي عشرة ساعة من الجمال الخالص، والإبداع المتنوع،  
الذين لم تنل منهما أسباب عذابات الفلسطينيين، فلا الجدار  
استطاع حجب لوحة الجليل الفاتنة، ولا الانقسام استطاع اعتراض  
سرب النوارس الآتية بزرقه البحر. كما كان الجولان يوزع فتاحه  
السكري.

من خلال الرسم والديكة والعزف والغناء وغيرها من الفنون التي  
ظللتها الأعواد الجبرانية الثلاثة، أظهر الفلسطينيون مرة أخرى  
تعاذهم واندماج أرواحهم في سبيكة واحدة في سبيل الفكرة  
النبيلة وانحيازهم للإبداع.

هم ذاتهم الذين يضيئون في كل ليلة حالكة أرواحهم قناديل  
الخلاص من الاحتلال، أشعلوا الأمل في وجه اليأس، والعافية في  
وجه المرض الخبيث.

نعم.. لقد جمعت المبادرة ما يزيد عن مليون دولار في نهار  
واحد، من أجل عيادة متنقلة - الهدف المرجو من المبادرة - ولنا أن  
نقرأ في ذلك آية الخير في قلوب الناس.

سأعود من حيث البداية، قبل العاشرة صباحاً بقليل كانت تظن  
في مسرح قصر رام الله الثقافي خلية حيوية تتفقد كل شيء  
قبل أن تصهل الأعواد معلنة بدء المارثون، ثم أعلنت ساعة المسرح  
انطلاق الفعالية مع جلوس الأشقاء الثلاثة وعازف الإيقاع فوق  
مقاعدهم، ومع رجفة الوتر الأول انبعثت أصوات النوارس الآتية من  
سواحل المدن الفلسطينية. عرض فني تلو العرض، وفراخ تقيس  
بين وترين وأسراب تحلق من فقرات متنوعة، تحمل على أجنحتها  
أرواح الحاضرين وترفعها إلى علو الدهشة الشاهقة.

موسيقى تفيض بوتر الجنين، فتورق القلوب، قلوبنا وتخضر،  
ينسل منها خيط شيف يرتق روحاً منردمة فتنبق حنجره من  
بين الحضور: الله.

لوحة بشرية ترسم الحياة وتعلي الأمل على اليأس، عناق بين  
الساكسفون والقانون في حضرة العود وإيقاع دف الوجد البليغ،  
مبدعون شباب حملوا إبداعهم من زرقه البحر إلى حضرة القصب  
التمايل على ضفاف النهر.

أخذت مقعدي قبيل العاشرة بقليل، جلست مأخوذاً بهذا الجمال  
تنجو روجي من مقطوعة لتغرق بأخرى، كان الوقت يذوب مثل  
قطعة سكر في فمي فلم أتزحزح!  
هزمتك يا فرقة الفنون جميعها، خطتك يا أمل يد الإبداع  
الناصعة.

وقف الحضور مصقفاً مع ختام الفعالية بينما تصاعد صوت  
محمود درويش وهو يردد: كانت تسمى فلسطين.. صارت تسمى  
فلسطين.

حيفا

www.haifanet.co.il

عنوانكم الأول والأكيد للأخبار الحيفاوية

حيفا

## انسحاب دولة جنوب إفريقيا من المحكمة الجنائية الدولية صفقة موجعة لأمريكا... فليتعلم العرب منها

الإعلامي أحمد حازم



المعروف أن أمريكا كثيراً ما تهزّ العصا  
للدول التي تخالف أوامرها، أو قادة الدول  
(وخصوصاً العرب) الذين لا ينفذون ما  
تريده الإدارة الأمريكية، إن كانت واشنطن  
على حق أو على غير حق، لأنها تعتبر

نفسها سيّدة العالم. وأذكر أن وزير الخارجية اليميني السابق أبو  
بكر القريبي، وخلال مقابلة لي معه، طلب مني إغلاق آلة التسجيل  
بعد أن شعر بإحراج من سؤال وجهته إليه، وقال لي بصراحة: "لا  
يوجد ملك أو رئيس عربي يستطيع قول لا لأمريكا، فلا تخرجني  
أستاذي الكريم بأسئلتك".

ما قاله الوزير اليميني تذكرته هذه الأيام عندما قرأت أن رئيس  
دولة جنوب إفريقيا قرر سحب عضوية بلاده من محكمة الجنايات  
الدولية في لاهاي (هولندا)، والتي تهيمن عليها واشنطن كليا،  
غير مهتمة بتحذيرات الولايات المتحدة وحلفائها. تصوروا أن  
السبب هو القرار الظالم، الذي أصدرته محكمة الجنايات الدولية،  
بملاحقة الرئيس السوداني عمر البشير، بحجة ارتكابه جرائم في  
السودان. ولم نسمع عن أي دولة عربية تجرأت وانتقدت القرار  
ولو قولاً، بينما دولة جنوب إفريقيا فعلت ذلك قولاً وفعلاً. فأين  
الأشقاء العرب، وأين الجامعة العربية؟

دولة جنوب إفريقيا تعتبر بدون شك دولة عظمى في القارة  
الافريقية، ولذلك ترفض أن تتعرض كرامتها للمس من محكمة  
عدل دولية (!؟) هي نفسها لا عدل في قراراتها، لأنها تتبنى  
أجندات عنصرية، وتخضع كليا للولايات المتحدة. كما أن هذه  
الدولة الإفريقية أول بلد ينسحب من المنظمة الدولية التي ترفع  
شعار العدل ولا تعمل به، والتي أصبحت تركز فقط على الأحداث  
في القارة السوداء، وعلى ملاحقة الأفارقة بنهم جرائم حرب. وقد  
نظرت محكمة لاهاي منذ تأسيسها عام 2002 في ثلاث وعشرين  
قضية تتعلق بإفريقيا فقط، وكان المحكمة مختصة بالقارة السوداء  
دون سواها، ولا تستطيع أن تتحدث عن العدل إلا على الأفارقة.  
وبالرغم من أن أمريكا هي صاحبة تاريخ أسود ضد الإنسانية،  
إلا أن هذه المحكمة لم تتحدث عن الإجرام الأمريكي في العالم.  
حتى أن بعض المؤرخين يرى أن الولايات المتحدة هي أكثر الدول  
دموية في التاريخ. وقد ذهب المفكر الأمريكي ناعوم شومسكي  
إلى أبعد من ذلك في تحليله للرؤساء الأمريكيين، حيث قال: "من  
وجهة النظر القانونية هناك ما يكفي من الأدلة لاتهام كل الرؤساء  
الأمريكيين منذ نهاية الحرب العالمية، بأنهم مجرمو حرب، أو على  
الأقل متورطون بدرجة كبيرة في جرائم حرب".

لقد رفضت هذه المحكمة طلبات قدمتها منظمات حقوقية ودول  
لمحاكمة مجرمي الحرب من الدول الكبرى مثل أمريكا، عن  
جرائم جنودها في أفغانستان والعراق. ورفضت طلبات لمحاكمة  
مجرمي الحرب الإسرائيليين عن جرائمهم في العدوان على غزة  
عام 2008، واستخدام أسلحة محرمة كالفسفور واليورانيوم المشع  
وقنابل الأعماق وغيرها، لقتل أطفال ونساء وشيوخ غزة. وفي كل  
مرة كانت الجنائية الدولية ترفض إصدار قرار للتحقيق في جرائم  
أمريكية أو إسرائيلية أو أوروبية، وبالمقابل قبول التحقيق مع دول  
إفريقية فقط، حيث كانت ازدواجية المعايير واضحة.

وإذا كانت أمريكا مهتمة بنشر العدل ودعم قرارات محكمة  
الجنايات الدولية من خلال المساواة (وهذا ما لم يحدث)، وإذا كانت  
هذه المحكمة مهمة لدرجة كبيرة وتحقق العدل فعلاً، فلماذا لم  
تنضم الولايات المتحدة إلى معاهدة روما التي انبثقت عنها تأسيس  
محكمة الجنايات الدولية. ويبدو بوضوح أن واشنطن تخاف من أن  
يكون مسؤولوها وكبار قادتها العسكريين أول الملاحقين للمثول  
أمام محكمة لاهاي.

على أي حال، فإن إقدام دولة جنوب إفريقيا على الانسحاب من  
محكمة الجنايات الدولية، هو بلا شك صفقة قوية لواشنطن،  
وخطوة مهمة في رفض الهيمنة على منظمات الأمم المتحدة  
وهيئاتها الدولية. وما دام هناك دول ترفض الخنوع لواشنطن وترفض  
التمييز والظلم، فالعالم لا يزال في خير، وليتعلم الرؤساء العرب  
من خطوة دولة جنوب إفريقيا.



PHOTO BY: MUPERPHOTO

مؤسسة بيت النعمة تستضيف الموسيقار العالمي

# عُمر فاروق تكبيلك

## وفرقته الموسيقية

بأمسية من ألبومه الجديد *Love is My Religion* ومعزوفاته المعروفة

قانون: بهادير سينر | أورغ: يانيس ديميترياديس | جيتار: إيتمار إيرز | إيقاع: ريفر جورجريان، مراد تكبيلك | متعهد العروض: عوفر زيق | مهندس الصوت: جادي ريك

يوم السبت 26/11/16 الساعة 20:00 - أوديتوريوم مار يوسف - الناصرة

للتفاصيل: 052-8038826 | 04-8666235 | الناصرة: \*8386

برعاية



# لم أتغير. وقفت على الرصيف!



ستثبت زيف دعاوهم، وتكشف لتابعيهم المغفلين بطلان مقولاتهم.

حتى النقد الأدبي غدا في هذه الأيام دونما عيار، وبالمجان. كل من يكتب خرابيش يسمونه شاعرا أو أديبا، ومن يجترأ أباطيل رددوها قبل عشرات السنين هو ناقد رصين! لم يعد القارئ يعرف نقادا صادقين، فيقرؤهم ويشق بهم. وماذا يمكن لناقد أن يقول في أمسية هدفها التكريم، ولا شيء غير التكريم والمجاملات. وإذا ارتفع صوت صادق، يقول للأعور أعور في عينه، عدوا الصوت ذاك نشازا، مبعثه الغايات الشخصية، أو الخلاقات العقائدية.

في هذا المناخ الهجين، رأيت أن انصرافي إلى كتابة مواد كثيرة في السياسة لا يفيدني ولا يفيد من حولي. لا تنفع المقالات، ولا هي تغير شيئا من بحر الغباء المتلاطم حولنا. يبدو أن التاريخ لا تغير مساره المقالات، ولا يسير قدما، بفعل الأفكار والفلسفات. كثيرون تظنهم عقلايين واعين، فتكتشف أنهم عطلوا المنطق، وسلموا مقاليدهم للغيبات والغيبين. خائب الأمل محبط أنا؟ ربما. متشائم فاقد الأمل؟ لا وألف لا! واقف على الرصيف أنا أراقب، منصرف إلى كتابة أخرى أجدى من الآنية المباشرة.

تذكر أن مهمات كثيرة أخرى دفنتها في جواريري، فلم أعد أحتمل تذكرها، وتذكر تقاعسي إزاءها. هل تصدق أن مقالة في شعر درويش نامت أصولها بين مسوداتي أكثر من سنة كاملة، فصرت أحسن لذة في ضميري كلما فتحت الجارور عرضا، فرأيتها تستغيث هناك، وأن فصولا كثيرة من الماضي البعيد، السياسي والفكري والاجتماعي، ما زالت أصولها تنتظرني مستغيثة بين أوراق ودفاتري.

أنباء الممثلين والممثلات، والمطربين والمطربات؛ من تزوجت ومن تطلقت، ومن أين اشترت المطربة فستانها الأخير- هذه تملأ المواقع كلها طبعا. والمحزر يهيمه قبل كل شيء، كما نعرف، دوام صدور موقعه أو صحيفته، فيضطر إلى حذف المواد الجادة طبعا. ماذا يفضل قراؤه فعلا: المواد الجادة أم المسلسلات العربية الحاسوبية، والتركيبة المدبجة؟ المحزر يهيمه إرضاء قرائه قبل كل شيء، وعلينا أن نعذره. إذا عرفنا السبب بطل العجب.

والسياسة، يا عيني على السياسة والكتابة السياسية. لا أعرف: هل يضحك القارئ على رجال السياسة، فيقرأ السطور وما بينها ساخرا، أم رجال السياسة يضحكون على قرائهم بالصياح أمام الكاميرات، والتمثيل المصطنع، وقد صدقوا هم ما يروجون! معظم الناس، في ظني، يعرفون رجال السياسة كما أعرفهم. تمثيلية يعرف الجميع دوافعها وفصولها ونهايتها أيضا. لكنهم يواصلونها للتسلية والترفيه.

ثم إنني لم أصب في الكتابة السياسية، وحياتك، بخيبة أمل كبرى تشل فكري وقلمي، كما زعمت. لكي أكون صادقا أقول إنني لم أكن أتوقع للمد الأصولي هذا الطغيان، فيزوي معظم معارضيه مشدوهين، حتى يشلهم عن التصريح بما يؤمنون. عرف شرقنا الملوك فخذلوه، والجمهوريين فاضطهدوه، و"الاشتراكيين" فوسعوا سجونهم، وزادوا من فقره وجوعه. والآن جاء دور الداعشيين، القتل المتخلفين. لن تدرهم الأنظمة العربية الفاسدة. ولا أميركا وإسرائيل وقد خرجوا عن المرسوم لهم. يريدون العودة بمجتمعاتنا إلى القرون الوسطى، والتجربة فقط

سليمان جبران

التقيت بصديق قديم، من أيام زمان، فعاتبني قائلا ما معناه: لماذا أقلعت عن كتابة النقد السياسي والاجتماعي؟ هل خذلك العمر فصرت تخاف من البيئة حولك، أم هي الأحداث جرت بغير ما رجوت وتوقعت، فضربك يأس شلك عن النقد السياسي والاجتماعي؟

إلى "الصديق القديم" لائحة دفاعي، وموجز دواعي تبريراتي. وأرجو أن يقرأ فيحاول التفكير، والافتناع طبعا. دعني أسألك أنا أولا، على طريقة بعضهم في الرد على السؤال بسؤال: لماذا رجوتني الامتناع عن ذكر اسمك، حتى بالأحرف الأولى منه؟ لماذا تخاف تعريف المحيطين بك آراءك ومواقفك في السياسة والاجتماع؟ أعرف مبرراتك، لا حاجة إلى ذكرها لي. بل يمكنني فهمها وقبولها. لست مصابا بمرض البسارطة الطفولي. والآن دعني أبسط أنا لك، وللقرءا طبعا، موقفي واعتباراتي.

لم أغير موقفي السياسي والاجتماعي قيد شعرة. لكنني وجدت بالممارسة أن الكتابة في هذه الأيام لا تجدي، ولا تغير، لا في المحيط القريب حولنا ولا في البعيد. هل كانت التغييرات الكبرى في العالم استجابة لمقالات الفلاسفة والمفكرين، أم استشراف هؤلاء التغيير القادم في مسار التاريخ لا أكثر؟ مقالاتي في السياسة والاجتماع تستنزف جهدي ووقتي لا أكثر. كثيرون جدا من أمتنا بحمدته تعالى لا يقرءون، وكثيرون يقرءون فلا تحرك فيهم القراءة ساكنا. ما تكتبه المواقع من مواد جادة، في السياسة والفكر، يمضي في سبيله. لا يكاد يقرؤه أحد. أما

كثيرون حولي لاموني في السابق. ما لك وللكتابة السياسية، سألوني مؤننين. لن تغير ما في قوم حتى يكتشفوا بأنفسهم سواء السبيل. انظر حولك تري كثيرين لا تنزاح أعينهم عن مصالحهم الذاتية، وكل ما يعلنون ويكتبون كذب في كذب. بل وسيلة لخدمة مصالحهم الضيقة. الجميع اليوم مخلصون وطنيون، لأن وطنيتهم تخدم مصالحهم الذاتية، وتظل في نظرهم ماحية يمسخون بها فظائع ماضيهم، أفرادا وبيوتات. وأنت ما لك يا أستاذ، هل تظن أننا يمكننا تغيير البيئة حولنا بالكلمة المكتوبة؟! العمر قصير كما تعرف، ولا أحد منا يعرف متى تنتهي فرصته. فأني طريق تريدني أن أسلك: كتابة مقالات في نقد بحر الجهالة والزيف المتلاطم حولي، أم إنهاء ما بدأت من نقد في الأدب والحياة. أنا اخترت الطريق الثاني، وأظنه أسمى، وأجدى أيضا. صدقني!

Dr. Haj Yahya Nafi  
Dentist - أسنان - طبيب

بدك اسنان جميلة؟  
بدك ما تغطي ابتسامتك؟

تقويم أسنان بأساليب متطورة  
للوصول لابتسامة مثالية!

✓ مظهر خارجي جميل

✓ إحساس بالثقة بالنفس

✓ شعور مريح مع الإبتسامة

د. نافع حاج يحيى

طبيب أسنان - حيفا

أساليب متطورة بتقويم الأسنان

معاملة شخصية وخاصة وأسعار معقولة

للإتصال وللحفص والإستشارة الأولية مجاناً

077-2103373

إحاد هعام 13 حيفا www.dr-nafi.co.il

عيادة د. نافع حاج يحيى

# مفروشات البستان يركا



~~14,990~~

ش.ج. **6,990**

صالون ركلينير 1+2+3 جلد اصلي ومع كفاله

[الكميه محدوده]

حملات مميزه للعروض اثاث بيت كامل

**SALE**

**14,990**

[www.ALBOSTN.com](http://www.ALBOSTN.com)

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

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

## حفنة قلب جليلية

إياس يوسف ناصر



فوق التلال الخضراء من أرض الجليل!  
والطود قرب الطود.. كالأبد الطويل!

أنظر إليها.. قريتي وطفولتي  
وصباي يلعب عند ذيك السبيل

أنا لا أفتش في المعاجم عن فمي  
وأكلف القلب المجاز الاستحيل

في كل سوسنة هنا أنشودة  
في كل سفح قصة من ألف جيل!

لغتي على ورقي زنايق قريتي  
من ذا يشم الشعر من قبل الوصول؟!!

يا أيها الشعب الذي بطفولتي  
قد كنت تحملني إلى تلك الحقول!

اليوم عدت.. وفي الفؤاد تلتفت  
للكذريات الماضيات ولا تزول!

اليوم عدت.. وفي النسائم نفحة  
راحت بروحي كلما راحت تميل

اليوم عدت.. لأبجدية دفنري  
وقطفت عن زهر الخمائيل ما أقول!

هذا الجليل.. وقد تجدد عندما  
جاء المسيح به «وطاف قرى الجليل»!

إذا نظرت إلى السهول بقريتي  
رنت بأذني موعظت ابن البتول!

فكأنني أحياء الزمان بلحظة  
في بقعة بقيت على قلبي دليل

تلك «السناسل».. إن مددت لها يدي  
قامت تحدثنني عن الجيد الأصيل

لما بناها كان يبني حينها  
وطناً لأحفاد يصونون الجميل!

واليوم أحفظها ولا أنسى يدا  
بسطت مكارمها على الزمن البخيل

لغتي.. بلادي.. نفع أجدادي هنا  
ما جف فرع إن تمسك بالأصول

والدهر ينحط في الفراغ ولم يزل  
أثر الأوبة خالداً جيلاً فجيل!



الصورة: قرية كُفرسُميع في الجليل الأعلى، تظهر على رأس التلة. صورة التقطت في الخامس من آب من العام الجاري من الجهة الغربية للقرية.

## وللغربية في الزمن الأخير باب وكتاب ومحراب ومن عيون شيوخه رمضان عبد التواب

أسعد موسى عودة



مديراً في كلية الآداب في جامعة عين شمس ويبدأ مشوار تدريجه وترقيته. خلف الدكتور رمضان عبد التواب أزيد من خمسين كتاباً مرجعياً في اللغة العربية وآدابها، بين تأليف وترجمة وتحقيق، من قبيل: «التطور اللغوي - مظاهره وعلله وقوانينه» (تأليف)؛ «اللغات السامية» للمستشرق الألماني ثيودور نولدكه (ترجمة)؛ «التطور النحوي للغة العربية» للمستشرق الألماني برجستراسر (تحقيق). كتب أزيد من مائة وثلاثين بحثاً علمياً أكاديمياً. أشرف على أزيد من ألف أطروحة ماجستير ودكتوراه في مصر والعالم العربي وأوروبا، واشترك في مناقشة أزيد من ثلاثة آلاف أطروحة ماجستير ودكتوراه في مصر والعالم العربي وأوروبا، وقد كان عضواً في أزيد من أربعين هيئة علمية.

هذا، وقد كان عالماً الجليل الجميل مثلاً لورع الأتقياء وتواضع العلماء، وأباً حانياً بأبدايه البيضاء لألوف الطلاب النجباء، وقد كرس حياته لخدمة العربية العسما، ولي في مكتبتي منه كتاب له مع إهداء بخط يد الكبراء الكرماء، أهدانيه عمّ كريم لي، هو الدكتور إبراهيم أسعد عودة، الذي كان جمعه به لقاء الأقرباء في بلاد الغرباء، فرحم الله حبيب الأرض وحبيب السماء، وعهدنا أن نظل نخلص به الاقتداء ونخلص له الدعاء.

### الصيداء..

من آخر ما صادفت من خطأ شائع أو غير شائع في العربية تأثراً بالعبارة، لدى النقل (الترجمة) من الأخيرة إلى الأولى: «أغرورقت عيناه بالدمع»، علماً أن الفعل أغرورق يفيد معنى امتلاء العين بالدمع؛ فأني داع معنوي وأي منطق لغوي أو عقلي يضطرنا إلى تكرار المعنى بالقول: «أغرورقت عيناه بالدمع»؟! بل الصحيح والملح أن نقول: أغرورقت عيناه، وكفى.

كما من الخطأ قولهم: «صافحه بيده» أو «صافح يده»؛ علماً أن الفعل صافح يفيد معنى وضع الكف في الكف.

ومن الخطأ قولهم: «كف اليد»؛ علماً أن الكف - في العربية الشريفة - تفيد معنى راحة اليد. وتقابلها القدم، بينما لا يكتمل معنى المفردة في العبارة إلا بقرينة اليد أو الرجل، فيقولون هناك: «كاف ياد» و«كاف ريسجل».

### سئلت فأجبت..

سألني الزميل العزيز ف.س. عن أصل مقولة «اختلاف الرأي لا يفسد للود قضية»، فيسرتني أن ألفت عنايته وعنايتكم إلى أنها وردت في بيت شعري لأمير الشعراء وشاعر الأمراء، أحمد شوقي بيك، في مسرحيته الخالدة، مجنون ليلى، حيث يقول:

«ما الذي أضحك مني الطيبات العامرة

ألآتي أنا شيعي وليلى أموية؟

اختلاف الرأي لا يفسد للود قضية».

### قالها أبو الطيب، أحمد بن الحسين..

قالها أبو الطيب، أحمد بن الحسين (المتنبي) قبل أزيد من ألف عام: «إني أصحاب حلمي وهو بي كرم / ولا أصحاب حلمي وهو بي جبن»، فهل من مذكر مذكر، أي هل من متذكر معتبر؟ أم هل هو زمن القهر والعهر بلا مهر؟!

## داعش بلا عين

### إبر و دبابيس (بالعامية والمشبح)



حياتهم وانهاروا وتدمروا وانهمزوا • ما عاد اسمها إلا داش.. وبالقاموس الدوش يعني ضعف البصر وضيق العين.. وما بشوف ولا ببصر.. ومحبتنا لكل المكفوفين والمبصرين.. لكن هذول عيمان القلب والعقل والبصيرة.. • ما عاد ينفع تجار السياسة والسياسيين.. والإرهابيين والتخريبيين.. والتكفيريين والمتآمريين على الإسلام والمسلمين.. وعلى المسيح والمسيحيين • ما عاد داش.. وصار ماش.. يعني لا شيء.. كانوا ولا زالوا ماش لا شيء.. هم والمشجعين والمؤيدين، والمصنفين والراقصين على الدم البريء اللي شربته الأرض وطلع صوت ضحاياها للسم • كفاكم الله شر هؤلاء.. ووقاكم من ظلمهم.. ونجاكم من مكائدهم..

أبو إلياس

• ما عاد تنظيم الدولة منظماً.. فرط التنظيم وانحلت العقدة • ما عاد داعش دولة العراق والشام.. راحت العراق من بين أيديهم وان شاء الله الشام • ما عاد اسمها داعش.. صار داش.. ولازم تخنفي بقية حروفها وأسماءها وكيانها • ما عادت العين فيها.. وقريبا بروح راسها.. وعقلها.. هذا راح من زمان • ما عاد تقوم لهذا التنظيم قيامة.. بس بنحاسبو في يوم القيامة.. ومصيرهم النار • ما عاد الأمر مستور.. إنه دول الغرب وبعض العرب هم اللي أسسوا داش • ما عاد الأمر مخبأ.. إنه هاي الدول دعمت داش وأعطتها السلاح • ما عاد مخفي.. وصار واضح اللي قلناه من قبل إنه داش بوخذ سلاحه وأمواله من هاي الدول • ما عاد غايب عن النظر.. لما رفعت الدول أيديها عن الداشرين.. والداشرين.. خربت

# VIP D.R. ד.ר. נכסים

תיווך, ניהול, יעוץ ושווק נכסים

ביע, שרא, תאגיר وإدارة جميع أنواع العقارات بإدارة: روجيه ضاهر

## للبيع



7. **عباس:** طابق 2 4 غرف  
بوضع جيد - 102م ومنظر مفتوح  
+ مصعد + مخزن  
أماكن متوفرة لوقوف السيارات



8. **للإيجار البلدة التحتی**  
**شارع ننتزون:** بجانب بنك يروشليم  
و مكاتب קרית הממשלה  
مطعم 70م مع جميع لوازمه  
+ مخازن - جاهز للعمل فوراً



9. **للإيجار مبنى في شارع يافا:**  
مكاتب راقية للتسليم فوري في منطقة مركزية  
بمحطة محطة אגד "بات جليم" 225م مرمر  
حديثاً ومنظر للبحر - حراسة طيل الوقت +  
موقف مسقوف للسيارات + 4 مصاعد

10. **حسن شكري:**  
بمحاذاة קופות חולים ملائمة لمكاتب أو عيادات - أماكن متوفرة لوقوف  
السيارات طابق أرضي 230م - 3 إمكانيات لدخول المبنى

6. **عباس:** 196م (داران مندمجتان)، امكانية تقسيم لدارين بـ 5 دقائق  
واسعة جداً 5 غرف (مخزن لكل دار) أماكن متوفرة لوقوف السيارات، منظر رائع!

11. **متسبونوت:** دار مع حديقة 120م، مبنى حجر - سقف عال، بلاط زخرفة قديمة،  
مرممة حديثاً - 4 غرف + حديقة 100م (مع تأشيرة بناء 400م)  
+ موقف لسيارتين + مخزن بالطابو

12. **مדרגות הנביאים - (דמי מפתח):** دار بمحاذاة מגדל הנביאים و هاي ماركت  
85م 3 غرف + 3 شرفات طابق 2 - مرتبة ومنظر مفتوح للبحر + 3 اتجاهات

14. **الحي الألماني:**

زاوية شارع بن غريون لمحبي المباني  
التميلية 135م - 4 اتجاهات طابق وسطي  
+ موقف خاص (+ مرمت 40م)



13. **مور - الكبابير دירת גן:**

4 غرف + حمامان + زاوية جلوس للأكل  
120م + حديقة مرمرية بخوق ومنظر للبحر  
+ موقف ومخزن بالطابو



## للبيع

1. **الكرمل الفرنسي - بيت ليحم:** 110م 5 غرف + شرفة + حمامان  
طابق 2 - مبنى مرتب ومنظر للبحر + مخزن



2. **شاي عجنون:** 72م 3 غرف طابق  
3 ومنظر للبحر - مرتبة بسعر مفري!



3. **الكرمل الفرنسي أفيدور:** 125م  
5 غرف + شرفة 30م منظر رهيب  
للوادي وللبحر مرمر بخوق رفيع



4. **هتسلبنيم:** بالمنطقة الراقية!!  
المطلة للمنظر الخلاب 150م،  
طابقان 5 غرف + شرفة مطلة لمنظر  
رائع، مرمرية بمستوى عال



5. **جميل شلهوب - ميني بنتهاوز:**

130م + شرفة - مبنى جديد  
ومنظر رائع + مصعد حتى داخل  
البيت + موقف



6. **للجديين فقط!**

**في مدخل الكرمل الفرنسي:**

بالمنطقة الراقية وهادئة 190م من الزواق  
والمستوى العال طابقان + شرفة 70م (من  
الصالون) المطلة لمنظر بانورامي. وحدة  
زوجية مطلة لمنظر خلاب  
+ حديقة 40م مطلة لمنظر مفتوح  
(امكانية لبركة متنقلة) + موقف لـ 3 سيارات  
+ مصعد + مخزن.

\*مبنى جديد، 6 سكان فقط\*

شارع تشارنيحوفسكي 14، حيفا | تل: 04-8333603 | نقال: 052-8260007

بريد الإلكتروني dr2008r@gmail.com | d.r.realestate



كشفت شبكة الأزياء النسائية كريزي لاين هذا الأسبوع، عن تشكيلة الملابس النسائية لموسم خريف- شتاء 2016 - 2017 في المجتمع العربي في حفل رسمي أقيم في فرع الشبكة في مجمع بيج فاشن في الناصرة. وتتضمن التشكيلة تصاميم لأزياء متنوعة صممت بإحشاءات من قصص وأساطير حول العالم تجسد ملتقى الحضارات بين الشرق والغرب، وبين الماضي والمستقبل مع دمج لصراعات عالمية من عالم اللوحة وجميعها ضمن تشكيلة مذهلة متنوعة وكلاسيكية تلائم جميع أنواق النساء مع التشديد على الجودة العالية للأقمشة والتصاميم الملتفة.

وتتضمن تشكيلة الأزياء الشتوية قصات وأطوال مختلفة مصنوعة من أنواع قماش جديدة مثل القماش المنسوج بحلقات طولية وعرضية، قماش "البافيل" أقمشة التريكو والناليون، وجميعها تتجاوب مع احتياجات وأنواق المرأة كإمرأة توابك صرعات اللوحة والأزياء العالمية لتضفي رونقا خاصا على مظهرها، توفرها شبكة الأزياء النسائية كريزي لاين من خلال خبرة طويلة على مدار عشرات السنين في هذا المجال. كما وتتضمن التشكيلة إضافات جديدة لفئة الجينس، بالتصميم النحيف والضيق لتشمل أيضا قصات مستقيمة وقصات واسعة والتي تعود في هذا الموسم من جديد مع مسحات ملفتة ودمج لأزرار معدنية مرصعة للزينة وأزرار عادية، وأنسجة مختلفة أخرى. كما تضم أيضا التشكيلة قطع مفضلة من الأقمشة منها الكلاسيكية مثل جاكيتات وبدلات وملابس مصنوعة من الجلد الخالد الذي يلائم كل موضة.

تصاميم بإحشاءات من عالم السفاري، الفن والموسيقى Grunge Music - Lucci: تدمج ماركة "لوتشي" لهذا الشتاء منسوجات غنية وناعمة في آن واحد مثل دمج الجلد والدانتيل، حياكة لأنسجة ملونة كالأسود، الرمادي، الكحلي، جينس والبرتقالي. إضافة لذلك تتضمن التشكيلة السترات المنقوية، فساتين بنقشة المربعات، قمصان مع وشحات "لوراكس"، جاكيت جلد لامع مرصع بمسامير معدنية للزينة، فساتين تريكو وغيرها. Wintry Tri Color: تعكس نعومة وكلاسيكية موسم الخريف، وتقدم قطع من الأزياء بألوان دافئة مثل اللون الأزرق، الأحمر، البني والأبيض، تلائم هذه الفئة المظهر اليومي وتتضمن الأصواف، التونيكا، فساتين الجينس، معطف من قماش الناليون الخفيف والمريح، معطف من الجلد بقصة "الشانيل" مع السحابات المدمجة باللون الذهبي والأحمر وغيرها.

Leopard Desire: تشمل تصاميم ورسومات مخططة كالنمر والذئب، إضافة إلى رسومات مكملة كزهور الغابية بالوان الزهري الفوشي، الأسود والبني. ومن بين تلك القطع البناتيل المرطبة بالقضات المستقيمة، قطع جينز بقضات كلاسيكية مع بطانة النمر والمزيد من القطع المكلمة، سترات الجلد و فساتين باللون الأسود.

Cobalt Lady: هي فئة شتوية تتضمن قطع أزياء كلاسيكية تساهم في إضفاء مظهر كلاسيكي من خلال تكامل رسومات ما بين القسم العلوي والسفلي، ودمج منسوجات متنوعة كجاكيت "ببيتا"، جاكيت جلد سويدي صناعي، بلوزات شيفون، بلوزات بمطبوعات "بيزلي"، جاكيتات جلد بأطوال مختلفة.

Sporty silver - تشكيلة تدمج منسوجات أقمشة ناعمة بألوان البنفسجي الفاتح، الرمادي والفضي بمظهر رياضي عقوي مثل

## من يقف وراء المسلسل "السلطانة كوسيم"



تابعت مؤخرًا المسلسل التركي "السلطانة كوسيم"، منبهراً بضخامة هذا الإنتاج التلفزيوني، إن كان من حيث تصميم وتنفيذ الديكورات ومواقع التصوير والأزياء المثيرة والألوان البراقة، هذا المسلسل الذي تم تصويره بين اليونان وتركيا، فالشخصية الرئيسية "كوسيم" هي من أصول يونانية، وابنة كاهن من جزيرة تينوس، فأحداث المسلسل تجري في تركيا واليونان.

قصة المسلسل تاريخية، يهدف بالأساس إلى تسليط الضوء على كوسيم، تلك الشابة التي حكمت الدولة العثمانية، والتي كانت إحدى أقوى النساء في تاريخ السلطنة. اسمها الحقيقي أناستازيا، وقد تم شراؤها كعبيدة وأرسلت إلى اسطنبول لتقضي بقية حياتها داخل قصر السلطان أحمد الأول، وفي جناح الجوارى على وجه التحديد، والذي كان يُطلق عليه اسم "الحرملك".

كان لها تأثير كبير على سياسة الامبراطورية العثمانية، وذلك من خلال زوجها السلطان أحمد الأول، حيث كانت في البداية الجارية المفضلة لديه، إلى أن تزوجها، وحصلت على السلطة فيما بعد من خلال أولادها مراد الرابع وإبراهيم وحفيدها القاصر محمد الرابع. وأصبحت السلطانة "الأم" حين حكم أولادها مراد وإبراهيم كسلطين، وحكمت رسميًا لمرتين في حياتها.

يطلق اللقب "السلطانة الأم" على أم السلطان العثماني، وكان يُطلق عليها أيضًا لقب «السلطانة الوالدة» أو «والدة السلطان»، وعرفت في المصادر العثمانية باسم «مهد علياى سلطنت» أي مهد السلطنة العالي، وكان يطلق عليها في البداية اسم «خاتون» ذي الجذور السلجوقية وذلك حتى القرن السادس عشر. وتعدّ والدة السلطان أكثر الشخصيات نفوذًا في السراي العثماني، وأكثر سيدات القصر اتصالًا بالعالم الخارجي، وتحظى بهذه الصفة والدة السلطان الحاكم.

من الملفت للنظر في المسلسل أنه تم تأدية شخصية كوسيم من قبل ممثلتين، فبينما جسدت الممثلة الشابة أناستازيا تسيليمبيو دور "كوسيم" المراهقة في المسلسل، تولت من بعدها النجمة بيرين سات شخصية كوسيم التاريخية العظيمة. في الحقيقة لست من عشاق الدراما التلفزيونية التركية، ولكني لا أخفي شغفي بالمسلسلات التاريخية بالذات، لهذا وجدت نفسي من

حيث أدري أو لا أدري من المتابعين لهذا المسلسل، فأنا أعشق الدراما التاريخية، فهي بمثابة رحلة عبر الزمن نحو الماضي العريق، بحلوه ومره. كما يمكنك التعرف على بواطن الأمور عندما تعرف من يقف وراء كل عمل أو إنتاج درامي، فالذي أنتج وأخرج هذا المسلسل مجموعة أضن دوغان الإعلامية ذات التوجّه العلماني، لهذا لا غرابة من إلقاء الضوء في هذا المسلسل على فترة التخلف التي عانى منها الأتراك.

ومن لا يعرف من هم مجموعة أضن دوغان الإعلامية، فهم المجموعة التي كانت تُعد أكبر المجموعات الإعلامية خلاقًا مع الرئيس التركي رجب طيب أردوغان وحزب العدالة والتنمية الحاكم. والمفاجأة التي حصلت لدى حدوث الانقلاب الفاشل الأخير في تركيا، ظهور الرئيس التركي رجب طيب أردوغان عبر قناة "سي إن إن تورك" التابعة لمجموعة دوغان الإعلامية، الأمر الذي كان بمثابة النقطة الفاصلة والتي قلبت مجريات الأمور، حيث دعا أردوغان من خلال هذه القناة جموع الأتراك إلى الخروج للشوارع والميادين للدفاع عن شرعية السلطة.

من الجدير بالذكر أن مجموعة دوغان الإعلامية تضم مجموعة من أشهر الصحف التركية أبرزها "حرييت" و"ميلليت" و"راديكال" و"بوستا" و"يورت"، بالإضافة إلى قنوات "سي إن إن تورك" الاخبارية و"كنال دي" و"ستار" ووكالة أنباء دوغان وهو ما يُشكل نسبة 40% من إجمالي وسائل الإعلام في تركيا.

وإذا عدنا للمسلسل بعد أن عرفنا من يقف وراء هذا الإنتاج الدرامي، نعرف تمامًا لماذا يختصر المسلسل تاريخ السلطة العثمانية من خلال صراع الجوارى على فراش السلطان، فتم إهمال تاريخ الفتوحات لبيتم التركيز على قصص العشق والغرام داخل قصر السلطان، ويصور المجتمع داخل قصر السلطان مجتمعًا منحلًا، وكل ما يشغل السلطين في تلك الفترة من يختار السلطان من جواريه ليضارحها الغرام في تلك الليلة.

### كيف نعوّد الطفل على الرّوتين؟

#### إنتهت عطلة الولادة، وعلى الأطفال أن يعتادوا على الأطر اليومية. كيف نسهّل عليهم الانتقال؟



إصابته بالعدوى..

البروبيوتيك والوقاية من الأمراض - هكذا تساهم في تقوية مناعة طفلك الطبيعية يتعرف الطفل على العالم الذي حوله من خلال «الفم»، وبالإضافة إلى ذلك يبدأ بالتواصل والإختلاط المكثف مع أطفال آخرين. هذه هي مراحل ومعالم أساسية في التطور الحركي والذهني والإجتماعي، وكذلك في تطوّر ونموّ جهاز المناعة لديه، لأن التعرض إلى الجراثيم والأمراض هو أمر ضروري لتقوية جهاز المناعة. خلال تواجده في الحضانه مع أطفال آخرين، سيستمتع الطفل ويستفيد، لكن في نفس الوقت سيكون معرضًا لتلوثات وأمراض. لهذا، يُستحسن أن يتلقى الطفل البروبيوتيك (بكتيريا صديقة) من خلال وجباته اليومية وبشكل ثابت ويمكن الحصول عليها من بديل الحليب. بالنجاح..

إنتهت عطلة الولادة وعليك العودة لأطرك اليومية. أما بالنسبة لطفلك.. فعليك تحضيره لأطرك التي تنتظره. من المفضل أن نحافظ دائمًا على نظام يومي ثابت قبيل اقتراب موعد الإندماج في الأطر الجديدة. أخضائيات مركز الإستشارة في متيرنا يشدّن على أهمية النظام اليومي الثابت، حيث يمنح الطفل الإحساس بالأمان والراحة: عندما يعرف الطفل ما ينتظره خلال اليوم، يصبح أكثر هدوءًا، ممّا يُسهّل الأمر على الأهل والحاضنة لتحديد علامات الجوع، عدم الراحة والتعب، وبالتالي منحها ما يلزمه. بالنسبة للأطفال، حتى أيام العطل المليئة بالإغراءات يمكن أن تكون متعبة، والروتين يساهم في يستوعبوا ويحتوا التجديدات التي تحيط بهم من كل جهة. لذا، فمن المهم البدء بتعودهم على الأنظمة الثابتة فور الإقتراب من نهاية العطلة، وإقامة طقوس اليوم المختلفة كمواعيد الوجبات الثابتة، الراحة خلال اليوم، الحمام وساعات الخلود إلى النوم. إذا كان الطفل قد بدأ بتناول الأغذية الصلبة والمكتملة، من المهم الحفاظ على مواعيد وجبات ثابتة وعرض أطعمة جديدة عليه باستمرار، بهذه الطريقة ستزداد احتمالات تقبّله لتجربة المذاقات والأنسجة الجديدة. مع كل الإيجابيات التي ترافق إندماج الطفل في هذه الأطر، ونهابة إلى الرّوضات والحضانات، يصبح الطفل أيضًا أكثر عرضة للجراثيم والفيروسات وتزداد مخاطر

# احتفال في عمان لفريق كرة القدم للفتيات الكوريات



## لمراسل "حيفا"

المباراة النهائية في عمان العاصمة الأردنية. واستضاف فندق الرويال في عمان مدرب وفريق كرة القدم للفتيات بعد فوزه بكأس العالم. ويظهر في الصورة من اليسار المحامي كميل موسى من حيفا ود. وليم قسيس من الرامة

أحرز فريق كرة القدم للفتيات من كوريا الشمالية كأس البطولة ضمن مباريات كأس العالم لكرة القدم للفتيات، دون السابعة عشر في نطاق منظمة الفيفا FIFA لسنة 2016 وقد جرت

# أعيش اشتياقا في حيفا

لمراسل «حيفا»



تحيي الفنانة سيدر زيتون حفلا غنائيا من ألبومها الجديد «أعيش اشتياقا» الذي صدر في بيروت في أيار الماضي. وتجري هذه الأيام التحضيرات اللازمة للعرض في رام الله وحيفا، وتجري التدريبات لتقديم مجموعة الأغاني التي تضمنها الألبوم الجديد. ومن المقرر إن يقام الحفل الأول يوم الاثنين القادم في رام الله، في قصر الثقافة برعاية وزارة الثقافة، بحضور ممثلين عن السلطة الفلسطينية وأفراد عائلة الشاعر الراحل سميح القاسم، والذي غنت له الفنانة سيدر من قصائده، وسترافقها فرقة موسيقية بقيادة سامر بشارة. ومن ثم في قاعة كريغر في حيفا، حيث ستقدم الحفل الإعلامية المعروفة إيمان القاسم. وقد دعي عدد من الأدباء والشعراء ورجال المجتمع الديني والعلماني الحيفاوي لحضور هذا الحفل. وتقول سيدر، إنه من المقرر إقامة الحفل في الناصرة في قاعة مدرسة راهبات مار يوسف، وسيقدم البرنامج الإعلامي فادي زغايري. ويعد حيفا والناصرة سيقام الحفل في بيروت، ضمن الاحتفالات بمعرض الكتاب الدولي هناك. وستعزف في ذلك الحفل فرقة موسيقية لبنانية بقيادة المايسترو إحسان المنذر. وتضيف سيدر إن الألبوم يتضمن مجموعة من الأغاني وهي قصائد للشاعر القاسم، وشارك المايسترو إحسان



## Farid Saeed

Real Estate Consulting & Sales

0 5 4 - 3 0 3 7 9 9 9



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

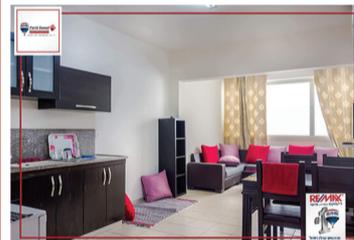
להשכרה - שי עגנון: 3 חדרים משופצת עם מרפסת 12 מ"ר  
מידית בקומה 2 על עמודים 2,800 ₪



**אלנבי חדש**  
במיקום מבוקש  
3 וחצי חדרים כ 110 מ"ר  
+ מרפסת - משופצת  
קומה 3 מוארת ומאווררת  
חניה בשפע מול הבניין  
מחסן בטאבו  
1,250,000 ₪



**במושבה הגרמנית חדש**  
**יצחק שדה**  
3 חדרים קרוב ל 90 מ"ר  
גדולה ומרווחת קומה 4  
במיקום שקט במיוחד  
עם חניה בשפע במרחק  
הליכה מבתי ספר, מרכזי  
קניות ותחבורה ציבורית  
870,000 ₪



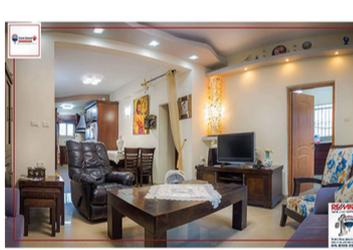
**לבונטין**  
3 וחצי חדרים  
כ 75 מ"ר קומה 2  
על עמודים משופצת,  
מושקעת וממוזגת  
מרוהטת (ריהוט חדש)  
כניסה מיידית!  
מצויינת למשקיעים!  
690,000 ₪



**פועה**  
מצויינת למשקיעים  
ולזוגות צעירים  
3 חדרים  
כ 68 מ"ר קומה 3  
במצב מצויין  
650,000 ₪



**סטלה מאריס**  
4 חדרים כ 90 מ"ר  
קומה 1 על עמודים  
מחסן בטאבו  
חניה לדירי הבניין  
פונה לנוף חלקי לים  
מיקום מרכזי ונגיש



**פועה חדש**  
מיקום מבוקש  
- בחלק העליון של  
הרחוב, בטאבו -  
3 וחצי חדרים כ 90  
מ"ר קומה 2 משופצת  
ומושקעת בניין מטופח  
גישה נוחה  
950,000 ₪



**פועה**  
**לרציניים ולמהירי החלטה**  
מצויינת גם למשקיעים  
3 חדרים + יציאה  
לחצר פרטית כ- 65 מ"ר  
קומה מינוס 2 במצב  
מצויין גישה נוחה  
+ 2 כניסות לדירה  
650,000 ₪



**למהירי החלטה חדש**  
ברח' שי עגנון  
מיידית!  
3 חדרים כ 70 מ"ר  
בקומה 3 מ 4  
במצב מצויין פונה  
לנוף ים מיקום מבוקש  
ונגיש במרחק הליכה  
ממרכזי קניות ותחבורה  
ציבורית



**סטלה מאריס חדש**  
4 חדרים כ 90 מ"ר  
קומה 1 על  
עמודים מחסן  
בטאבו חניה  
לדירי הבניין פונה  
לנוף חלקי לים  
מיקום מרכזי ונגיש



**שי עגנון**  
3 חדרים  
(אופציה ל 4)  
כ 75 מ"ר פונה לנוף  
ים במצב מצויין  
מיקום מבוקש  
ושקט קומה 3



**מכירה/השקעה**  
**רח' דוד בקרית אליעזר:**  
3 חדרים בקומה 4  
זקוקה לשיפוץ  
כ 65 מ"ר לרציניים  
ולמהירי החלטה!  
720,000 ₪

**עסק - בתחום הסלולר**  
(תיקון ומכירת מכשירים סלולריים וכל מה שקשור לסלולר) בעל מוניטין והכנסה גבוה במיקום מרכזי ביותר

## علاج الهرمونات النباتية



لذلك، تتبدل الفاعلية الفردية للإستروجينات النباتية، سواء كان مصدرها الطعام أو المكملات الغذائية، وقد تعود بفائدة على النساء اللواتي يحتجن إلى الحد الأدنى من الدعم الهرموني.

لكن المرأة قد تتسبب، عن غير قصد، بخلل في الهرمونات بمحاولة التداوي من تلقاء ذاتها بمكملات غذائية تحتوي على الإستروجينات النباتية، حسبما يوضح رودي دراغون، صيدلي متخصص في تركيب الأدوية من الصفر في أريزونا، له كتاب **Bioidentical Hormone Replacement Therapy** (العلاج البديل بالهرمونات المطابق حيويًا). لذلك استشيرني طبيبك أولاً قبل أخذ أي مكملات من هذا النوع.

### العلاج الهرموني المطابق حيويًا

من البدائل التي تحتاج إلى وصفة طبية للمكملات الغذائية والأطعمة التي تحتوي على الإستروجين النباتي، العلاج الهرموني المطابق حيويًا. يضم هذا العلاج هرمونات مطابقة بتركيباتها الكيميائية والجزئية لتلك التي ينتجها الجسم، وفق دراغون. تُنتج هذه عموماً من خلاصات من الصويا واليام البري يحولها المختبر إلى الهرمونات المطلوبة (في المقابل، تكون العلاجات البديلة بالهرمونات، عموماً، اصطناعية أو مستخلصة من مصادر حيوانية).

يضيف دراغون: "إن كنت تعاني حساسية تجاه الصويا وتتناولين علاجاً هرمونياً مطابقاً من الصويا، فلن تعاني ردة فعل حساسية لأن هذا العلاج يُعدّل كيميائياً ولا يعود يحتوي على الصويا".

يمكنك الحصول على العلاج الهرموني المطابق حيويًا من الصيدليات بجرعات محددة أو تراكيب حائزة موافقة إدارة الأغذية والأدوية الأميركية (مثل Estrace و Prometrium) أو بتراكيب معدلة تعدها صيدليات تركيب الأدوية، وذلك بالتعاون، طبيعياً، بين الطبيب والصيدلي المركب.

يعلن دراغون: "يسمح العلاج الهرموني المطابق حيويًا المركب في الصيدليات بمرونة أكبر لتعديل الجرعات، شكل الدواء، والمواد الفاعلة وفق حاجة كل مريضة، وخصوصاً في الحالات التي تعاني فيها المريضة حساسية تجاه أحد المكونات المعتمدة". كذلك من الممكن الدمج بين الإستروجين والبروجيسترون المطابقين حيويًا في حبة واحدة.

صحيح أن الدراسات أظهرت سلامة منتجات العلاج الهرموني المطابق حيويًا في الصيدليات وفعاليتها في علاج أعراض سن اليأس، ولكن ثمة نقص في الدراسات الواسعة النطاق، العشوائية، والمضبوطة لتلك التي تُركب وفق حاجة المريضة. إلا أن الأدلة على فاعلية هذه العلاجات المركبة وسلامتها في كثير من الحالات الفردية تبدو مشجعة.

### إعداد نانسي نعمة

الهبات الساخنة، اضطرابات النوم، جفاف المهبل، تقلبات المزاج، صعوبة في التركيز، وهشاشة العظام: تُعتبر هذه المسائل شائعة بين النساء عندما تتراجع معدلات الإستروجين في جسمهن وتختل الهرمونات خلال فترة الانتقال إلى سن اليأس. ولكن تتوافر بالتأكيد بدائل للنساء اللواتي يردن حلاً طبيعياً.

### الإستروجين النباتي

تحتوي بعض الأطعمة النباتية طبيعياً بعض المركبات التي تحاكي أو تعدّل عمل الإستروجين في الجسم. لذلك ندعوها إستروجين نباتي. إليك ثلاثة من أكثر أنواع الإستروجين النباتي شيوعاً:

الإيزوفلاقونون، بما فيها الجينيستين والدايدزين: تتوافر في مأكولات الصويا المعالجة بالحد الأدنى (خصوصاً العضوية منها)، مثل التوفو وحليب الصويا.

الليغنانات: تكثر في بذور الكتان، ومن الممكن طحنها وإضافتها إلى السلطات، المشروبات الباردة، المخبوزات.

الكوميسستانات: تكثر في براعم البرسيم الحجازي والنفل، ويمكن زراعتها في المنزل من بذور صغيرة، إن لم يتوافر في المتاجر المحلية.

استخدميهما مع السلطات والسندويشات. قد تحد الإستروجينات النباتية عموماً (خصوصاً تراكيب الإيزوفلاقونون والليغنانات، كتلك المتوافرة في المكمل الغذائي (Femarelle)) من أعراض سن اليأس، وفق مراجعة بحثية نُشرت في عدد يناير 2014 من مجلة **Steroid Biochemistry and Molecular Biology**.

تشمل الفوائد التخفيف من حدة (وأحياناً وتيرة) الهبات الساخنة، تعزيز صحة المهبل، تحسين النوم ووظائف الدماغ، وتقوية العظم. بالإضافة إلى ذلك، يبدو أن استعمال الإستروجين الطبيعي لا يزيد خطر الإصابة بسرطان الثدي، سرطان الغدد الصماء، أو مرض القلب.

من المؤسف أن دراسات الإستروجين النباتي في سن اليأس تختبر عادة المركبات النباتية مقابل دواء وهمي لا العلاجات المستخدمة عادة. لذلك لا تتوافر مقارنة مباشرة لدى فاعلية هذه المواد النباتية.

### تأثيرات شخصية

صحيح أن تناول مأكولات الصويا المعالجة بالحد الأدنى وأخذ المكملات الغذائية التي تحتوي على الإيزوفلاقونون وغيرها من الإستروجينات النباتية قد يعودان بالفائدة على بعض النساء في سن اليأس، لكن الكميات الضرورية من هذه المأكولات غير محددة بسبب الاختلاف في ظروف الزراعة، التبدلات الطبيعية في استهلاك الطعام اليومي، والاختلاف في امتصاص المواد الغذائية.

تحسّل البكتيريا في الأمعاء بعض الإستروجينات النباتية إلى مركبات لها التأثيرات ذاتها كما الإستروجين. لكن عملية التحويل هذه تختلف باختلاف عادات الطعام، صحة الأمعاء، والجينات. كذلك من الممكن أن تتعطل، لأسباب عدة، بتناول المضادات الحيوية.

## رسالة بلا عنوان من.. هيئة الأمم المغلوبة



### هاشم ذياب

محامل المنفى على

كتفك ..

المجولتين من أسطورة.

كل الأسماء أسماؤنا

كل حرائق الخريف ..

تستكمل الصورة.

تعدو بخيالها ..

تغريبة الاحتجاج

\* أشدّب سيرة الرحيل ..

متاهة الأمل ..

بجملة عبثية.

الغياب ..

فارس يرحل بالغد

\* ترحمنا على أمجاد

القلب ..

في سَماعة تصلي.

والهمم ..

يشمّع بالصمم أحزاني

\* ها هنا نكتب على

الجراح ..

عن الحراك الجاثم.

جَل ما قلنا ..

يتمنطق به الأيتام.

حراكنا يجرّ وجعا ..

تتكاثر به الجمل.

أسمع ..

العديد من أسمائي

تقترع عليها الأمم.

الحق والعدالة ..

وثائق بالصورة.

الأمن والأمان ..

في (نيو يورك) ..

يعبث بالطريق ..

من البحر إلى المحيط

\* أسافر إلى سيناء ..

وحدي ..

في صحراء الخيال ..

حيفا طمرة

## توصيات أخصائي مركز شنابير مع اقتراب فصل الشتاء



أخصائيو مركز شنابير لطب الأطفال من مجموعة كلاليت يقدمون لكم نصائحهم مع اقتراب فصل الشتاء. في كل شتاء يزيد الانتشار الموسمي للإصابة بالإنفلونزا إضافة إلى فيروسات أخرى، والتي تستطيع خلال فترة قصيرة لا تتعدى عدة أسابيع، أن تصيب نسبة كبيرة من الجمهور بالمرض وبمضاعفاته المختلفة. تنتشر الإنفلونزا ومضاعفاتها بشكل أكبر لدى الأطفال مقارنة بالبالغين، وفي معظم الأحيان يبدأ انتشار الإنفلونزا من أوساط الصغار.

د. أفي بيليسكي، أخصائي الأمراض المعدية وطبيب كبير في قسم الأطفال «ج» في مركز شنابير لطب الأطفال، يشدد على أهمية الحصول على تطعيم ضد مرض الإنفلونزا في كل عام، كما يوضح كيفية التصرف من أجل منع تكرار الإصابة بالمرض لدى الأطفال في فصل الشتاء قدر الامكان.

تطعيم الأطفال ضد الإنفلونزا: التطعيم ضد الإنفلونزا ليس جزءاً من التطعيمات الروتينية التي تعطى في البلاد، ولكن وزارة الصحة تنصح بتطعيم جميع الصغار، وفي كل شتاء. فعالية التطعيم تختلف من عام لآخر، ولكن حتى في السنة التي تقل فيها الفعالية (حوالي 60%-70%)، فإن من يحصل على التطعيم ضد الإنفلونزا يصاب بالمرض بشكل أخف. لذلك، ومن أجل منع دخول الفيروس إلى المنزل، يجب تطعيم جميع أفراد العائلة ممن تخطوا سن النصف عام. ونتيجة لانخفاض فعالية التطعيم الحي الضعيف الذي يعطى عبر الرش في الأنف، سيعطى التطعيم هذا العام في البلاد بالحقن فقط، وهو يحتوي على فيروسات ميتة. هذا العام سيطلق أيضاً تطعيم طلاب الصف الثاني الابتدائي ضمن التطعيم في المدرسة. التطعيمات الروتينية: برنامج التطعيمات الروتينية في البلاد هو برنامج شامل. أثبتت التطعيمات الروتينية من ناحية أنها فعالة جداً في منع الأمراض، ومن ناحية أخرى بانها آمنة جداً للحاصلين على التطعيم، ولذلك ينصح بشدة بالالتزام بتطعيم الصغار بجميع التطعيمات الروتينية. في السنوات الأخيرة انتشرت ظاهرة توزيع التطعيمات الروتينية على عدة مراحل، وذلك من أجل التخفيف من أعراضها الجانبية. هذه الظاهرة سببت تأجيل الحصول على تطعيمات مهمة، والتي من الضروري أن يتم الحصول عليها في السنوات الأولى من العمر. من المستحسن أن تعطى التطعيمات في الوقت الصحيح ولا يتم تأجيل الحصول عليها إلا في حال المرض المصحوب بالحمى. الأعراض الخفيفة مثل الرشح، السعال أو ألم الحلق لا تعتبر سبباً كافياً لتأجيل الحصول على التطعيم الروتيني. عودة الأطفال إلى مؤسسات التعليم: يجب الامتناع عن إرسال الصغار المرضى إلى المؤسسات التعليمية. من المهم تذكّر أن طفل مريض واحد يمكنه أن ينقل العدوى للعديد من الأطفال والأخرين وبذلك يخلق سلسلة من نقل العدوى يصعب إيقافها. إذا التزم جميع الأهل بعدم إرسال طفلهم المريض إلى مؤسسات التعليم المختلفة، سنضمن بذلك أن يصاب عدد أقل من الأطفال بالعدوى وأن يمرض الأطفال بنسبة أقل. من المهم إعلام المعلمة في الروضة أو المدرسة بوجود مشكلة صحية لدى الطفل في حال وجدت. وكذلك حول الأدوية التي يتناولها بشكل منتظم.

الفحص في عيادات الأطفال: غرف الانتظار لدى الأطباء بشكل عام ولدى أطباء الأطفال خصوصاً مزدحمة في فترة الشتاء بالأطفال المرضى الذين ينقلون العدوى. من المهم معرفة أن جزءاً من الفيروسات التنفسية تنتقل عبر الهواء وجزءاً منها عن طريق الممس، بما فيه لمس الأسطح التي يمكن أن تعيش عليها الفيروسات وتنقل العدوى حتى بعد ساعات طويلة. لذلك ينصح بالامتناع قدر الامكان عن الوصول إلى العيادة دون حاجة. الأعراض التي تستوجب الحضور للفحص لدى طبيب الأطفال دون تأخير تشمل الحمى، الشحوب، التقوؤ، الإسهال الحاد وظهور طفح دون سبب واضح. تجنب العدوى: يجب المواظبة على غسل اليدين بالماء والصابون بعد تبديل الحفاضات، أو استعمال المراحيض وطبعاً قبل لمس الطعام. العائلات التي لديها أطفال صغار في المنزل عليها الالتزام بغسل اليدين قبل لمس الطفل وكذلك تعليم الآخوة الكبار القيام بذلك. يجب الامتناع عن لمس الأطفال بشكل مباشر في حال كان أحد أفراد العائلة مريضاً، كما يجب تهوية المنزل جيداً.

الاستعمال الصحيح للمضادات الحيوية: يجب تذكّر أن معظم الأمراض في فترة الشتاء هي أمراض فيروسية والمضادات الحيوية لن تساعد في عملية الشفاء منها. زد على ذلك فقد تبين أن إعطاء المضادات الحيوية في السنة الأولى من عمر الطفل يزيد من خطر إصابته بالأمراض في سن البلوغ (منها أمراض التهاب الأمعاء، والربو وغيرها). مع ذلك، وفي حال أوصى طبيب الأطفال ووصف له العلاج بالمضادات الحيوية، فيجدر الالتزام بتقديم العلاج كاملاً. تطعيم النساء الحوامل: تنصح وزارة الصحة بتطعيم جميع النساء الحوامل بتطعيم الإنفلونزا، ومن الثلث الثالث من الحمل بالتطعيم ضد السعال الديكي أيضاً. الهدف هو حماية الأم الحامل من المرض، وحماية الجنين الذي سيحصل على أجسام مضادة من أمه بشكل غير مباشر (عن طريق المشيمة خلال الحمل، وعبر الرضاعة بعد الولادة).

الرضاع: فوائد الرضاع في منع إصابة الأطفال بالعدوى في السنة الأولى من حياتهم هي امر مثبت. إذ تنقل المرضعة لطفلها بشكل غير مباشر أجساماً مضادة للعديد من الأمراض. من المهم معرفة أن الرضاعة غير الكاملة تساعد أيضاً في منع العدوى خلال أشهر الشتاء. لذلك، ينصح بتأجيل الفطام قدر الامكان حتى بداية الربيع. دخول الروضة في السنة الأولى من العمر: ينصح قدر الامكان بتأجيل دخول الطفل للروضة حتى بداية الربيع. من المهم أن نعرف ونفهم أن دخول الطفل في الشتاء في السنة الأولى من عمره إلى الروضة، سيؤدي بشكل شبه مؤكد لإصابته بالعدوى وبأمراض فيروسية وبكتيرية عديدة. الدخول إلى الروضة في وقت لاحق، وخلال جو أكثر دفئاً، سيؤجل مرض الطفل لفترة يكون فيها أكبر سناً ويملك القدرة على التعامل مع هذه الأمراض بطريقة أفضل.

مع الاحترام،  
ربيا شكيد،  
ناطقة إعلامية



# هل تريد بيع أو تأجير بيتك شادي نجار هو عنوانك!



<p><b>NEW</b> - للبيع - أللنبي: 3 وحدات سكن كل وحدة 3 غرف مكيفات في الوحدات (مؤجرات) <b>₪1,320,000</b></p>	<p>- للبيع - فيا ماري: بنتهاوز مبنى جديد 157م + 4 شرفات + موقف خاص للسيارة + مخزن</p>	<p>- للبيع - الجبيل: طابق 4 100م 4 غرف - مرصمة بالكامل ملائمة للإستثمار <b>₪600,000</b></p>	<p>- للبيع - يافا: دار ستوديو 50م <b>₪410,000</b></p>
<p>- للبيع - لفونتين: طابق أرضي - شقتان أول شقة غرفتان مرصمة بالكامل ومكيفة الشقة الثانية غرفتان + ساحة (مؤجرة) <b>₪790,000</b></p>	<p>- للبيع - لوحمي هجيتوت: بنتهاوس 180م 5 غرف + شرفتان - مرصمة بالكامل ومنظر خللاب <b>₪1,720,000</b></p>	<p>- للبيع - قيسارية: 50م طابق أرضي + ساحة 65م + موقف خاص للسيارة + مخزن - مرصمة بالكامل <b>₪520,000</b></p>	<p>- للإيجار - الجبيل: 100م 3 غرف طابق 4 + شرفة وموثنة - مرصمة <b>₪3,500</b></p>
<p>- للبيع - لوحمي هجيتوت: طابق أرضي مبنى حجر 170م 5 غرف + ساحة + موقف سيارة <b>₪2,800,000</b></p>	<p>- للبيع - رداك: طابق 1 120م 4 غرف + شرفتان <b>₪1,600,000</b></p>		



(تتوور ندل"ن بحيفا) House Deal

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



## مومحي הנדל"ן בחיפה

מבחר דירות להשקעה ומגורים בשכונות  
חליסה, תלעמל, נווה פז ונווה גנים.

אמיר אקמן | בעלים | בן מלכה

### דרושים נכסים לעסקה מיידית בכל חיפה!

במשרדנו מאגר לקוחות גדול שמחפשים דירה באיזור חיפה בניהם זוגות צעירים משפרי דיור ומשקיעים.

<p>בשכונת רמת התשבי רחוב בית אל 4.5 חדרים משופצת ברמה עם נוף ים מדהים</p>	<p>בשכונת רמת התשבי פרויקט חדש 5 חדרים + מרפסת עם נוף ים מדהים!</p>	<p>בשכונת כבאביר רחוב לבונה בבנין חדש 4 חדרים משודרגת עם מרפסת שמש</p>	<p>בכרמל צרפתי רחוב אדמונד פלג המבוקש 3 חדרים במחיר שלא יחזור!!</p>	<p>בכרמל צרפתי רחוב בית לחם 5 חדרים מושקעת ברמה גבוהה קומת קרקע</p>	<p>בכרמל צרפתי רחוב סטפן וייז דירת גן 6 חדרים 200 מ"ר גינה חניה ומחסן</p>	<p>בכרמל צרפתי רחוב בית לחם 4 חדרים מושקעת עם מרפסת שמש וגינה</p>
---	---	--	---	---	---	---

### בשכונת עין הים



ברחוב התורן המבוקש דירת גן מהממות בבנין מדורג 4 חדרים הכוללת גינה של 120 מ"ר בטאבו - מרפסת 20 מ"ר פונה לנוף ים מדהים + חניה + מחסן + מעלית + ממ"ד

בשכונת חליסה ברחוב יד לבנים 3.5 חדרים קומה 3 מסודרת בהזדמנות!

 בשכונת קרית אליעזר ברחוב שד' ההגנה 3.5 חדרים 84 מ"ר קומה 3 מסודרת בהזדמנות! | בשכונת עין הים ברחוב העוגן 2.5 חדרים 65 מ"ר, גינה בטאבו משופצת ומושכרת בהזדמנות! |

החינית 6 חיפה | 04-8272555 | פקס: 04-8272556 | בן מלכה: 054-6799191 | אמיר אקמן: 054-2928745 | א.ב.נדל"ן

شو رأيك؟

## اسمعوا رأي المصممين والمهندسين المعماريين بمنتجات IKEA



الإستعمال وفعالاً يحافظ على نظافة مكان العمل ويسهل عملية البرش  
 3. لمن كنت ستهدبها؟  
 لكل من يحب العمل في المطبخ ويريد أن يحافظ على النظافة فالبرشة عملية، سريعة، آمنة وتصميم جميل  
 رامي قبطي - مهندس معماري  
 1. ماذا يميز المنتج؟  
 المنتج يلائم الحاسوب النقال اي ان حجمه العرض والطول رفيع ويناسب الحاسوب، يمكن استعماله كطاولة مدخل قرب المدخل وهي مناسبة أيضاً لوضع المفاتيح او المكاتب عند دخولك البيت.  
 كون المواد المستعملة مطلية باللون الابيض والزجاج فانها تندمج بالبيت ولا تكون حجم غير مرغوب به. كون وجود لاصق للاسلاك يزيد من الشفافيه والترتيب حول الحاسوب ويزيد من الترتيب المرأي.

2. تجربة الإستعمال  
 تركيب المنتج سهل للغاية ويمكن على أي شخص جيد التركيب، تركيبه لوحده ولا يتطلب أكثر من 20 دقيقة لتركيبه. الان اصبح للحاسوب النقال مكان وعنوان ثابت في البيت بدل تركه على السرير، الأريكة او على طاولة المطبخ.

3. لمن كنت تعطيه هدية؟  
 كنت لأهديه لجدتي، فانها الان تستعمل الIpad وافكر انه سيروق لها ان يكون له مكان يمكن شحنه هناك وعرض صور الاحفاد عليه أيضاً.

شادي شريف - مهندس معماري  
 ماذا يميز المنتج:  
 1. السكن بتصميم عصري ومجمل ذو قبضة مريحة. حاد وسهل الإستعمال، اللوح الخشبي هو قطعة اثاث بحد ذاتها تتميز بزوايا دائرية مصنوعة باتقان  
 تجربة المستخدم:

1. سكن حادة مريحة جداً ذات قبضة سهلة للسيطرة  
 2. سطح اللوح الخشبي مرتفع مما يجعلها مريحة للعمل  
 3. لمن كنت تعطيه هدية؟  
 أود أن أقدم السكن واللوح الخشبي للأصدقاء والعائلة، ويمكن أن تشكل هدية رائعة لشيف محترف

يعقوب طنوس - مهندس معماري  
 1. ما الذي يميز المنتج؟  
 أعتقد أن المنتج متميز بتصميمه الفريد. من جهة، تصميم المصباح ليس كالتصميم التقليدي والمألوف، على العكس فهو مصمم بشكل إبداعي يأسر الأنظار، ومن جهة أخرى، للمصباح بسيط في التصميم وسهل الاستخدام.  
 قاعدة المصباح وجسم الإضاءة موجودة في نفس العامود، بدون أي إضافات لا حاجة لها  
 المصباح يذكرني بـ« فن الطهي» الذي استخدمه كبار الفنانين في العالمن خاصة في مجال التصميم الصناعي والهندسة المعمارية مما يقوي ويدعم الفكرة التي عمل بحسبها FORM FOLLOW FUNCTION

2. تجربة الإستعمال  
 المنتج سهل الإستعمال والتشغيل وهو أداة أساسية في كل مكتب وبالأخص مكاتب الهندسة المعمارية التي تدمج في تصميمها المنتجات المفيدة وذات التصميم المتميز بنفس الوقت بدون أي شك ممكن إضافة المصباح وترتين أي زاوية في البيت، المكتب أو أي زاوية أخرى.  
 3. لمن كنت ستهدبها؟

المصباح ممكن أن يكون هدية ملائمة لكل اصداقائي أصحاب المهن ذوي الذوق الرفيع. المصباح هو منتج ذو ميزات مفيدة جداً وتصميم رفيع. ولهذا السبب يشكل هدية ممتازة لأي صديق يفتتح مكتب جديد أو ينتقل لبيت جديد

من الجدير بالذكر، كوني محاضر في قسم التصميم في كلية بيتسليفل لطلاب طموحين وموهوبين، أنني ساكون سعيداً جداً بإهداء المنتج لأي واحد منهم - ومن المؤكد أنه سيساعدهم في عملهم ويطور أفكارهم وحس الإبداع لديهم  
 رياض دويري - مهندس معماري

1. ماذا يميز المنتج؟  
 البرشة هي أداة كلاسيكية ومطلوبة جداً في المطبخ وهذه البرشة، إضافة للبرش بعدة درجات، احضرت تجديد عملي ومهم - الجارور  
 2. تجربة الإستعمال:  
 البرشة آمنة وسهلة للإستعمال والجارور الذي يميزها ثابت لدى

## مطلوب

موظفة لمكتب مبيعات لبيع الأجهزة المكتبية

للتفاصيل وللإرسال السيرة الذاتية عبر البريد الإلكتروني: ehabja@hotmail.com

أو للرقم: 050-5368903

## للبيع

دار 100م بالطابو دون وسيط عقارات، 3 غرف + منظر رائع للبحر وللباهائية

1,300,000 ₪

050-7777184

## للإيجار

شارع عباس طابق 4، 4 غرف، حمام + مطبخ - الدخول 2/2017

للتفاصيل 050-3344166

## ويكتور نكسيم

בהנהלת ויקטור נאמן תיווך - השקעות ושיווק נדל"ן 052-2410113

victor-n-1973@hotmail.co.il • ויקטור נכסים

### למכירה - אלנבי

4 חדרים + מרפסת שמש קומה 3 משופצת קומפלט + חנייה בשפע

1,250,000 ₪

### למכירה - יצחק שדה

3 חדרים גדולים תקרות גבוהות. אפשרות ל 4 חדרים קומה 4 משופצת קומפלט עם חנייה בשפע

870,000 ₪

### להשכרה - אלנבי

3 חדרים + מרפסת שמש קומה 1 - מסירה מיידית -

2,600 ₪

### להשכרה - אנילביץ

3 חדרים + מרפסת קומה 1 - מסירה מיידית -

2,800 ₪

חושבים למכור? דרושות דירות למכירה בחיפה לעסקה מיידית!

## חיפה

www.haifanet.co.il

עنوانکم الأول والأکید للأخبار الحيفاوية

## تسويق عقارات واستثمار

نيلاي عبود دباغ: 0529770054

ميسر سلامة: 0502342003

انسان ياكوب

للمزيد من العروض زوروا صفحتنا في الفيسبوك: نكسيم فلوس

<p><b>للبيع -</b> 3. הגבן طابق عال 3 غرف منظر خلاب للبحر + مصعد وموقف (التسليم فوري)</p>	<p><b>للبيع -</b> 2. שי עגנון 3 غرف طابق 3 مرهمة و منظر للبحر فرصة لا تعوض</p>	<p><b>للبيع -</b> 1. במושבה הגרמנית (מינת עריב) 4 غرف طابق أرضي + حديقة بوضع جيد و بسعر مغربي!</p>
<p><b>للبيع -</b> 6. הציונות 2 غرفتان طابق أرضي مرهمة بالكامل + حديقة ليست بالطابو (مؤجرة)</p>	<p><b>للبيع -</b> 5. אחוזה 3 غرف طابق 3 مرمة بالكامل</p>	<p><b>للبيع -</b> 4. הגיבורים طابق 2 تقريباً 130م 4.5 غرف مرهمة + شرفتان (التسليم فوري)</p>
<p><b>للإيجار -</b> 9. אלנבי 2 غرفتان بوضع جيد (التسليم فوري)</p>	<p><b>للإيجار -</b> 8. אלנבי 4 غرف طابق 2 - مرهمة (التسليم فوري)</p>	<p><b>للإيجار -</b> 7. המושבה הגרמנית طابق أرضي 2.غ + حديقة مع مدخل خاص فريدة من نوعها!</p>
<p><b>للإيجار -</b> 12. הציונות עליון 3 غرف طابق 2 بوضع جيد (التسليم فوري)</p>	<p><b>للإيجار -</b> 11. הציונות طابق أرضي 140م ملائمة لأي مصالحة، مرهمة + حديقة</p>	<p><b>للإيجار -</b> 10. שי עגנון 3 غرف طابق 3 مرهمة ومنظر للبحر</p>

لدينا عروض أخرى!



ענאן יעקוב RE/MAX city סוכנות נדל"ן דיסקט סיטי

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

<p><b>בלעדיות</b> מיוחדת למכירה - רזק קומה 2 כ- 120 מ"ר 4 חדרים + 2 מרפסות נכס מיוחד! ירידה במחיר!</p>	<p><b>בלעדיות</b> למכירה - שד רוטשילד שדרות רוטשילד קומה 4 מתוך 4 80 מ"ר 4 חדרים הזדמנות לא חוזרת! 700,000 ₪</p>	<p><b>בלעדיות</b> חדש למכירה - עבאס תחתון קומה 1 100 מ"ר 3 חדרים גדולים 2 מרפסות עם נוף מדהים משופץ חדש ברמה גבוהה</p>
<p><b>בלעדיות</b> למכירה - אני מאמין 55 מ"ר 3 חדרים במחיר מציאה!</p>	<p><b>בלעדיות</b> למכירה - הירוק 130 מר קומה 3 5 חדרים רק - 1,490,000 ₪</p>	<p><b>בלעדיות</b> למכירה - חלוץ קומה 3 מתוך 3 4 חדרים 3 מרפסות כ- 110 מ"ר מתאימה להשקעה</p>
<p><b>בלעדיות</b> למכירה - אלנבי דירות סטודיו כ- 160 מ"ר מושכרות משופצות ומרוהטות עם תשואה טובה עסקת השנה</p>	<p><b>בלעדיות</b> למכירה - הציונות קומה 2 2.5 חדרים חכירה 23 שנה מושכרת עם תשואה טובה</p>	<p><b>בלעדיות</b> למכירה - בן יהודה קומה 4 כ 75 מ"ר 3 חדרים מסודרת בטעם טוב ומושכרת מחיר סופר אטרקטיבי אסור לפספס! 430,000 ₪</p>
<p><b>בלעדיות</b> חדש למכירה - הציונות 70 מ"ר קומה 4 3 חדרים 430,000 ₪</p>	<p><b>בלעדיות</b> למכירה - קיסריה בית בודד 130 מ"ר 5 חדרים + חצר אופציה לבנייה על הגג ירידה במחיר!</p>	<p><b>בלעדיות</b> חדש למכירה - לבונטין קומה 1 2.5 חדרים 67 מ"ר</p>

anana.jakob05@gmail.com | ענאן יעקוב



# NATALY SALIBA

REAL ESTATE

נטלי סליבא - נטלי סליבא יועצת ומשווקת נדל"ן

מורשה ממשרד המשפטים | תיווך • השקעות • ושיווק נדל"ן

## أجمل موقع في حيفا بمشروع حي وادي الجمال!

בבלעדיות!

נשארו דירות  
אחרונות למכירה!

• شركة "تسار"  
و "سكاي سي" تقدما  
لكم المشروع الأضخم  
من نوعه في حي وادي  
الجمال مع بناء 25 وحدة  
سكن 4 وحدات بنتهاوس  
ومنازل مع حديقة.

• بكل طابق منزلين فقط •  
— ابتداءً من **1.380.000 ₪**

شرفات واسعة مطلة على منظر خلاب للبحر • موقف خاص لكل وحدة سكنية • مخزن • "انتركوم"  
مصاعد • أبواب فخمة • مطبخ حديث • تصميم داخلي أولي

### للبيع

1. عباس: 110م طابق 3 منظر خلاب (فرصة لا تعوض) 960.000 ₪
2. بوعا: 115م طابق أخير 5 غرف، مرممة 3 مواقف خاصة بالطابو + مخزن بالطابو (مبنى مع انتركوم)
3. هتسيونوت: 140م + شرفتان طابق 1 مرممة بالكامل + وحدة سكنية (مؤجرة 1,700 ₪) غرفتان، 3 حمامات + صالون ومطبخ
4. عباس: طابق 1- 65م مطلة للبحر - بوضع جيد
5. عباس: 3 غرف طابق 3 تقريباً 96م مرممة + شرفة 920.000 ₪
6. الكرمل الفرنسي - بيت لحم: 120م + شرفة + موقف خاص (من المقاول)
7. وادي جمال: بنتهاوس - 156م + 4 شرف من مقاول
8. الحوري: 150م (امكانية التقسيم الشقتين) بوضع ممتاز طابق 1 + شرفة كبيرة

ستيلاماريس: 92م + شرفة 8م طابق أول مرممة بالكامل  
1,190,000 ₪ تأشيريات للإضافة بناء مم"ד وشرفة

إبتداءً  
من 2.2  
مليون

دور للبيع في وادي جمال (العليا): دور من المقاول  
120م + شرفة + موقف خاص + مخزن ومنظر خلاب للبحر

بقيت  
دار أخيرة!

### للإيجار

1. هجيفن: 3 غرف طابق 3 محفوظة، كاشفة ل 3 اتجاهات 2,800 ₪ **جديد**
  2. آني מאמין: وحدتان سكن (غرفتان) لشريكان - مرممة ومؤثثة (يشمل مياه، كهرباء وإنترنت) 2,700 ₪ **جديد**
  3. أحفا: مرممة ومؤثثة (يشمل مياه كهرباء) 1,800 ₪ **جديد**
  4. عصفور: غرفتان، مؤثثة جزئياً، ملائمة لشخص
  5. هننمليم: غرفتان، مرممة وملائمة لطلاب جامعيين 1,600 ₪
  6. هننمليم: ملائم لمكاتب (بحسب الأمتار)
  7. وادي جمال: 80م طابق أرضي + شرفة 2,600 ₪
- \*\* غرف للسكن ملائمة للطلاب بمنطقة الحي الألماني \*\*

• 052-8550022 •

לפגישת ייעוץ ללא התחייבות התקשרו עוד היום!

✉ nataly\_saliba@hotmail.com **f** נטלי סליבא - יועצת נדל"ן

## ميجا كريسي تشيكن وميجا تشيكن ستيك 50% أكثر دجاج!



وجبات الدجاج الشهية من ماكдонаلدز-ميجا كريسي تشيكن المقرمش وميجا تشيكن ستيك المشوي على الفحم، مع 50% أكثر دجاج! 100% من صدر الدجاج الفاخر، مُقدّم بشطيرة خبز طرية، بإضافة خس وبندورة، مع ستة صلصات للاختيار

## لماذا سيميلاك من أبوت أحسن اختيار: تركيبة طعام للأطفال بدون زيت نخيل تتيح امتصاص أفضل!

القيم الغذائية التي تظهر على اللاصقة تعتبر معيار مهم في اختيار التركيبة، إلا أن القائمة الطويلة لا تدل بالضرورة على جودة تركيبة الطعام. أهم معيار في اختيار تركيبة طعام الأطفال هو مستوى الامتصاص لكل من المكونات الغذائية، في جسم الطفل وقدرته على استغلالها للبناء والتطور.

زيت النخيل صعب الهضم والامتصاص. وجود زيت نخيل في تركيبة طعام الأطفال قد يسبب أوجاع بطن، امساك ويضر بامتصاص الدهون والكالسيوم. تركيبة الزيوت، الموجودة في تركيبة طعام الأطفال، بدون زيت نخيل، أثبت من خلال الأبحاث أنها تساهم في الهضم السهل! تركيبة الزيوت الخاصة، بدون زيت نخيل، الموجودة في سيميلاك، أثبت علمياً أنها تساهم في خروج نسيج براز أكثر ليونة وبوتيرة أعلى، كما لدى أطفال يرضعون.

دل بحث سريري اختير نحو 7000 طفل في 17 دولة على أن لدى الأطفال الذين تغذوا على سيميلاك كانت وتيرة خروج براز لينة أكبر مقارنة مع أطفال تغذوا على تركيبة طعام أطفال مع زيت نخيل.

حتى أن هؤلاء الأطفال انفسهم عانوا بشكل أقل من أوجاع البطن (الكوليك) ونسبة القشط لديهم كانت أقل مقارنة مع أطفال تغذوا على تركيبة طعام للأطفال تحتوي على زيت نخيل. يعايل رافهون، المدير العامة في أبوت في البلاد تقول: إن ميزتنا البارزة وكوننا شركة أدوية ومنتهجت صحية، ذات خبرة سنوات طويلة وتصدر عالمياً في البحث والتطوير من أجل الأمهات، ونذكر انهن واعيات جداً وترغبن بالأفضل لأطفالهن، استخدام منتج سيميلاك يمنح الام التركيبة الناجحة والمتطورة والتي قد جربتها وتمتعت بها ملايين الأمهات في أرجاء العالم ويعتمد على مئات الاختبارات.

سيميلاك هو الوحيد بدون زيت النخيل والذي أثبت علمياً أنه يساعد على الهضم السهل كما لدى طفل يرضع ويساعد على امتصاص الكالسيوم المثالي، الداعم لنمو الطفل السريع، كما ويمنح سيميلاك لاله الأطمئنان والثقة بفضل الذي يلبي الحاجة الغذائية في سن الرضاعة ومساهمته الغذائية تؤثر على شتى المجالات: التطورية، الإدراكية، الحركية. «أحسن ماما»: أبوت في البلاد، منتجة سيميلاك انطلقت في مشروع «أحسن ماما» تحت شعار «سيميلاك معك في كل مرحلة»، ضمن هذا المشروع تعرض في موقع الشركة عدة أفلام مصورة قصيرة تصف طرق التعامل مع أوضاع شائعة تواجهها كل أم كالتغذية المفضلة أثناء الحمل، التغذية المناسبة للطفل الجديد تتضمن المجموعة 10 أفلام قصيرة مدة كل منها بين دقيقة ونصف إلى دقيقتين. وتتضمن كيفية التعامل مع الحفاض، الغازات، والنوم وكافة المعلومات العامة والمتعلقة بالأطفال وتربية الأطفال. سيميلاك، تدعو الأمهات لتصفح موقع سيميلاك ماما باللغة العربية [similacmama.co.il](http://similacmama.co.il) يمكن أن نجد مواد وسائل يمكنها أن تساعدنا في فهم ويعمق كل ما يتعلق بالتغذية، وطرق العناية بالأطفال.

إذا كان لديك أي سؤال حول تغذية طفلك باللغة العربية وللحصول على عينات يمكن التوجه إلى مركز «طاقم الخبراء» في سيميلاك، ويشمل أخصائيات تغذية على هاتف: 01-65-65-1800.

## تلتقي مع أمل خازن وفرقتها «كيف وليش» في عرض:

### «نغني، نرقص ونتعلم» في فرع مزراحي طفحوت كفر ياسيف

الفعالية مخصصة لزيائن جميع البنوك ودون مقابل في إطار المشروع المجتمعي «تلتقي في مزراحي طفحوت» الذي يتم ضمنه تنظيم نشاطات ممتعة ومحاضرات إثراء لخدمة المجتمع في الفروع المختلفة في أنحاء البلاد، سيقام في فرع كفر ياسيف، يوم الثلاثاء الموافق 08/11/2016، الساعة 17:00، عرض فني ترفيهي وتربوي مميّز للأطفال تقدّمه نجمة ومحبوبة الأطفال الفنانة أمل خازن وفرقتها «كيف وليش». سيكون العرض مليء بالمفاجآت، ويتخلله سكتشات تقدمها الفرقة بطريقة كوميدية عن مواضيع تربوية هادفة يعيهاها الطفل من خلال حياته اليومية، بالإضافة إلى رقصات تركية وفعاليات مباشرة بمرافقة الدمى الضخمة وفعاليات الصابون والبالونات وفعالية الباراشوت. يهدف العرض إلى تشجيع الطفل على الانخراط بالمجتمع وصل شخصيته ودعمه وتشجيعه للمشاركة بفعاليات بناءة مع أطفال من أبناء مجتمعاتهم، جيله. العرض مخصص لأطفال من جيل سنتين حتى جيل 9 سنوات وبمشاركة الأهل.

تجدر الإشارة إلى أن فعالية «تلتقي في مزراحي طفحوت» تقام هذه السنة في 23 فرعاً في أنحاء البلاد، من بينها فروع في الوسط العربي: الناصرة، كفر ياسيف وأم الفحم، حيث تتحوّل هذه الفروع إلى مكان للقاءات شيقة وممتعة، يستطيع كل شخص أن يجد فيها محاضرة أو نشاطاً يثير اهتمامه، علماً أن الفعاليات والمحاضرات منشورة في موقع الإنترنت التابع لبنك مزراحي طفحوت، وهي مفتوحة لزيائن جميع البنوك، دون مقابل. وما على الراغبين في الحضور والمشاركة سوى التسجيل للفعاليات والمحاضرات في المكان المخصص لذلك في موقع الإنترنت الخاص بالبنك أو عبر الهاتف. وعليه، ندعوكم للتسجيل للعرض الفني الترفيهي والتربوي للأطفال مع أمل خازن في فرع كفر ياسيف، وذلك يوم الثلاثاء الموافق 08/11/2016، الساعة الخامسة مساءً 17:00 في موقع البنك: [www.mizrahi-tefahot.co.il](http://www.mizrahi-tefahot.co.il) أو عبر هاتف رقم: 077-6004060.

## جديد في ماكдонаلدز!



## وأخيراً في ماكдонаلدز حلقات بصل وتشيبس بلدي ضخمة

طرحت شبكة مطاعم ماكдонаلدز مؤخراً مُنتجين جديدين: حلقات بصل وتشيبس بلدي ضخمة: تشيبس جديد بشكل مميز وطعم شهّي يدوم ويدوم. تُباع حلقات البصل والتشيبس البلدي الضخم كإضافة للوجبة أو لوحدها ب: سعر حلقات بصل: 12.90 ₪ . سعر تشيبس بلدي ضخمة: 19.90 ₪ أو عند تبديل التشيبس في الوجبة: 2.90 ₪ في وجبة ضخمة. 3.90 ₪ في وجبة كبيرة. 5.90 ₪ في وجبة عادية

بيزك بينيلثومي تنشئ للجمهور مركز للحماية من هجمات الإنترنت (سايبير) هو الاول من نوعه في البلاد:

## سيقوم المركز بتقديم الاستشارة المهنية والدعم الفعلي مجاناً وكخدمة للجمهور من خلال خبراء تم تجنيدهم وتأهيلهم خصيصاً لهذا الهدف

تعمق بيزك بينيلثومي تواجدتها في مجال الحماية من هجمات الإنترنت للزيائن الخصوصيين وتعلن عن افتتاح مركز الحماية من هجمات الإنترنت والذي سيمتدح الردود، الاستشارة المهنية والدعم المجاني لكل الجمهور حول مواضيع تتعلق بحماية الحاسوب البيتي (تجنب الاختراقات المحسوبة) والتصفح الآمن في شبكة الإنترنت. يدور الحديث عن المركز الأول من نوعه، والذي سيمتدح ابتداءً من اليوم الخدمة، المرافقة والدعم المهني الناشط للوسط الخاص.

اقامة المركز الجديد هو استمرار مباشر لمبادرة عمال بيزك بينيلثومي للمتواجدين في علاقة يومية مع الزيائن الخصوصيين حيث اشاروا الى مسالة اخذة بالازدياد لدى الزيائن في هذا المجال. من معطيات بيزك بينيلثومي في السنة الاخيرة تم تسجيل ارتفاع بنحو 400% في توجهات الزيائن الى مراكز الشركة حول مواضيع متعلقة بالقلق من جراء سرقة التفاصيل والمعلومات الشخصية والاختراقات المحسوبة.

جندت بيزك بينيلثومي من أجل المركز الجديد خبراء تاهلوا في الاسابيع الاخيرة بشكل خاص لهذا الهدف. سيعمل مركز الحماية من هجمات الإنترنت ايام الأحد - الخميس بين الساعات 08:00-20:00. سيقدم المركز الردود باللغات: العبرية، الروسية، الانجليزية والعربية ورقمه (مكالمة مجانية): 040-014-1800.

اودي عطار، نائب المدير العام للزيائن الخصوصيين في بيزك بينيلثومي: "المواضيع المتعلقة بعمليات الاحتيال وانتحال الشخصيات في الشبكة وسرقة الاسماء، للمعلومات والتفاصيل الشخصية وغيرها هي امور تشغل الزيائن أكثر فاكتر، خاصة على ضوء الارتفاع المتواصل في استعمال خدمات الإنترنت وتوسيع الأعمال التسويقية والمالية التي تقوم بها من خلال الإنترنت. نشهد في السنة الاخيرة ارتفاع بنحو 400% في توجهات الزيائن الى مراكز الشركة تتعلق بهذه المواضيع. افتتاح مركز الحماية من هجمات الإنترنت للزيائن الخصوصيين، والوحيد من نوعه في البلاد، هو جزء من ادراكنا في بيزك بينيلثومي انه يجب تقديم الرد الشامل للزيائن حول هذا الموضوع الجوهرى وان الحماية من هجمات الإنترنت قد أصبحت جزء لا يتجزأ من تجربة التصفح في شبكة الإنترنت".

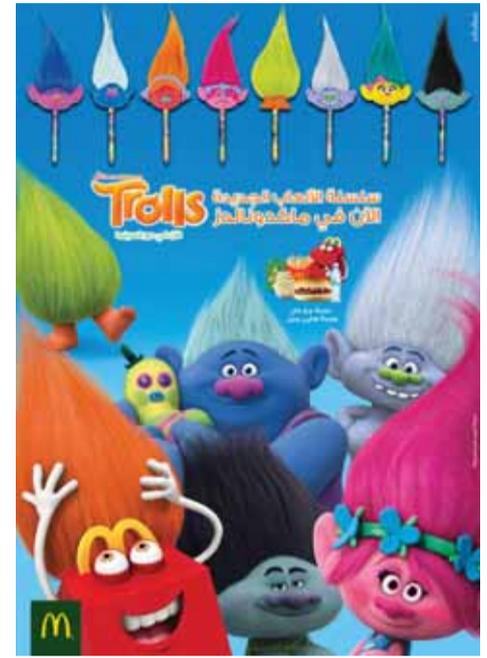
## كيرلاين تقدّم أقلام شفاه جديدة

أقلام تحديد الشفاه الجديدة من كيرلاين - بيضاء، براققة ومع هذا ملونة وجريئة - تمكّنك من التحكم بكل خط ولون. كيرلاين تتجدد بأربعة أقلام شفاه جديدة: المظهر الجديد يفرق بين لون جسم وطرف القلم، حيث يكون بإمكانك اختيار لون الخط المناسب لك في كل ظروف الإضاءة. عدا الشكل الخارجي الجذاب -

تشكيلة أقلام التحديد الكبيرة تمكّنك من رسم وتحديد الشفاه بالوان عصرية، بالسّمك الذي تريدين، وتدوم لساعات طويلة. تضم التركيبة الجديدة ألواناً قوية، مواد ذات جودة عالية لا تسبب التهيج وتدوم لوقت طويل.

المجموعة متوفرة بالوان: light 167 nude. 168 pink mauve. 169 nude و pink cantaloupe beige.

## 8 دُمى ترولز TROLLS بانظاركم في ماكдонаلدز



شبكة مطاعم ماكдонаلدز توزع 8 دُمى ترولز مع قلم بتصاميم والوان خلابه ومختلفة للدمى المحبوبة والودودة TROLLS -هدية مع كل وجبة هابي ميل تدور أحداث القصة حول الدُمى المحبوبة والودودة التي اعتادت اللعب في المناطق المحيطة بها، وذات يوم يظهر اجمعوا الآن 8 ألعاب TROLLS مع كل وجبة هابي ميل. بإمكانكم مشاهدة جميع الألعاب في موقع الإنترنت باللغة العربية [www.mcdonalds.co.il/ar](http://www.mcdonalds.co.il/ar) HYPERLINK

الألعاب متواجدة في جميع فروع ماكдонаلدز مع كل وجبة هابي ميل حتى نفاذ المخزون.

## رئيس القطاع التجاري في بنك هبوعليم: "نحن لا نلزم الزيائن على الاختيار بين البشري والتكنولوجي، لكننا نزودهم بالدمج الصائب بين الاثنين"

بنك هبوعليم يطلق مجموعة تجديبات تكنولوجية من أجل زيائنه، كمرحلة اضافية ضمن استراتيجية «مصرفية بشرية، شخصية وتكنولوجية». تتضمن مجموعة التجديبات دمج لعمليتين رئيسيتين: ربط ما بين التطبيق المصرفي في السمارتفون وموظفي البنوك في الفروع، والتمكين الديجيتالي للزيائن، وذلك عبر موظفي بنك ماهرين اجتازوا تاهيلاً خاصاً وزوّدوا بأجهزة آيباد متطورة، والتي ستقوم وبشكل كبير بتحديث تجربة الخدمة في الفرع.

اليكم الخدمات والأدوات الجديدة التي يطلقها بنك هبوعليم لزيائنه: فرعك الشخصي، من الآن أيضاً في التطبيق في تطبيق ادارة الحساب في بنك هبوعليم سيتم تكريس منطقة كاملة للفرع الشخصي للزيائن، والتي ستتضمن عدة تجديبات:

يمكن مشاهدة موظف البنك الشخصي الخاص بك: الزيائن الذين يحصلون على خدمة من موظف بنك شخصي في الفرع، يمكنهم مشاهدة صورته في تطبيق ادارة الحساب - خطوة ستدمج ما بين المساحة البشرية والشخصية وبين المساحة الديجيتالية.

الحصول على نصائح ملائمة بشكل شخصي: أثناء اجراء شتى المعاملات، يمكن للزيائن ان يحصلوا وفي المنطقة الشخصية على رسائل ونصائح للإدارة المالية السليمة، حتلتنا تتعلق بمعلومات عن الحساب ومعلومات عن الخدمات التي توفر المال - والملائمة لمزايا العمليات واحتياجاتهم. اضافة الى هذا، سيتضمن الفرع في التطبيق شتى الأدوات التي ستكّن الزيائن، وبكسبة زر واحدة، من الوصول الى أي معلومة أو عملية يريد تنفيذها في حسابه عبر محرك بحث متطور، امكانية الاتصال، الوصول الى الفرع، حجز دور لدى موظف البنك من السمارتفون، معلومات عن ساعات الدوام وغيرها.

سيقوم الموظفون بإرشادك من خلال الأيباد تتضمن خطوة التمكين الديجيتالي في الفروع حتلتنا البنى التحتية التكنولوجية، بما فيها تلك الموجودة تحت تصرف الموظفين، من أجل اتاحة استعمال منصات متطورة من خلالها يمكنهم منح قيمة اضافية كبرى للزيائن. حيث انه وبالدمج مع تمميز لحظات الحياة الهامة لدى الزيائن واقتراحات قيمة تعتمد على المعلومات، ستتيح تقديم خدمة شخصية، والملائمة لاحتياجات الزيائن وتمنحه قيمة حقيقية، الموظفون في فروع البنك مزودون بأجهزة آيباد متطورة، ومن خلالها سيشرحون للزيائن كيفية تنفيذ المعاملات المصرفية في موقع البنك وفي مختلف التطبيقات التي يضعها لخدمتهم. سيتم دمج كافة فروع بنك هبوعليم في عملية التمكين الديجيتالي، وكل موظف بنك في الفروع سيؤد بجهاز آيباد من أجل هذا الغرض.

تهدف هذه الخطوة الى مساعدة الزيائن في استخدام القنوات المباشرة لتلقي خدمة سريعة، ناجعة ومرحبة في الزمان والمكان المناسبين لهم، والسيطرة أكثر على ادارتهم المالية. بالمقابل، ستتيح هذه الخطوة لموظفي الفروع الاهتمام أكثر وتخصيص وقت أكثر للمعاملات البنكية المعقدة، كالاستشارة المالية، الاستشارة المتعلقة بالتقاعد، الاستشارة التجارية والتخطيط المالي في البيوت.



## هيفا

[www.haifanet.co.il](http://www.haifanet.co.il)

عنوانكم الأول والأكيد للأخبار الحيفاوية

## مفتاح بيتك الجديد



### المطران حجار

#### بنتهاوس

غ. 130م + شرفه و سطح  
30م. + مخزن وموقفين  
للسيارات. منظر رائع للميناء



شرف لنا  
أن تنضموا  
إلى زبائننا  
الكرام!

جديد | صهيون - للايجار | بناية جديدة 65م - 85م بأسعار 2.500 - 3.000م | شنييس دنوبمبر - للبيع | طابق عالٍ ومنظر رائع للبحر 4 غرف - مرتبة. | جديد

### كرملا צרפתי - פנטהאוס و شقق

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

### פועה - للبيع

2.5 غرف + شرفه. طابق 3 بوضع ممتاز  
585.000م

### شارع מאיר - للبيع

الحي الألماني مينى حجر - طابق أرضي  
شقة 4 غرف 110م + ساحة 90م مرممة بذوق رفيع



## بيت كله عراقه !!

- (1) شقة 235م 7 غرف + 3 شرفات، طابق - 1
  - (2) شقة 98م 3 غرف + شرفتان، طابق - 2
  - (3) شقة 156م 4 غرف + 3 شرفات، طابق - 2
- مع سطح 250م وإمكانية لإضافة بناء

### الحليصه - بالقرب من الجامع

3.5 غ 75م ط - 2 مرممة  
مع منظر خلّاب للبحر



### פועה - للبيع

شقة 3.5 غرف + شرفة  
طابق 3 90م مرممة

785.000م

### الكباير - مزر - للبيع

شقة طابق أرضي - 5 غرف + ساحة كبيرة  
مرممة ومطلّة للبحر

### ياقوت - وادي النسناس - للبيع

شقة طابق أرضي، غرفتين  
+ ساحة و مدخل منفرد



### الكباير - פנטהאוס - للبيع

5 غرف + شرفتان - 120م + مصعد  
+ موقف سيارة ومخزن - مرممة بذوق رفيع



### הציונות

شقة 3.5 غ + شرفه. 105م  
بوضع جيد - طابق 4  
680.000م فقط!

### المطران حجار - للبيع

4 غرف + شرفة + مصعد + موقف + مخزن  
مطلّة للبحر ومرممة بذوق رفيع



للبيع  
הרב כלפון/אלנבי  
بيت أرضي 150م + ساحة 80م  
5. غ + شرفة - مرممة بذوق



بدك تشتري شقة؟ إتصل!  
مها قندس علي: 052-8980085

نحن عنوانك الجديد!

بدك تبيع بيتك؟ إتصل!  
خليل حجو: 052-2840945

# موسم الأناقة

يتجدد في أوبتينايس

# 1=3

اشترِ نظارة نظر  
وأحصل على 2 هدية  
فقط بـ 399 شيكل



D&G PRADA Ray-Ban VERSACE ARMANI

نظارة شمس

فقط بـ

# 99

بدلاً من ~~399~~ شيكل

عدسات مولتيفوكال NOVAX

فقط بـ

# 699

بدلاً من ~~1400~~ شيكل

يشمل إطار فاخر وإنترفلكس

Do it

أوفتينايس  
نظاراتك.. أوبتينايس

فحص نظر  
مجانياً

خاضع لشروط الحملة - الصور للإيضاح فقط

حيفا، شارع عصفور 21، هاتف 04-6667988

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