



ص 34

KHOURY
REAL ESTATE - [شهوثي نول]



توزيع مجاني

الجمعة 14 كانون الأول 2018

العدد 441

أسبوعية قطرية، مستقلة، شاملة

Haifa net



عاصفة المطبخ العثماني في البلدة التحتا في حيفا



مهرجان الشام
2018

16

ضربي معلم!

«الجبهة» تسحب البساط من تحت أرجل نتنياهو وحكومته

4



قوة عرب حيفا
تخيف اليمين
العنصري

6



حملات شهر الأعياد في

عبي ماركت حيفا

19 18



أحسن الظن بالله

الشيخ رشاد أبو الهيجاء

(إمام مسجد الجرينة ومؤذن حيفا الشرعي)



عنها: إلها أرجو آية في كتاب الله. وما أجمل وأحسن أن يظن المرء برته خيراً، تكون العلاقة بينه وبين ربّه علاقة مودة ومحبة متبادلة، لقوله تعالى في الحديث القدسي: «أنا عند ظن عبدي بي، فإن ذكرني في نفسه ذكرته في نفسي، وإن ذكرني في ملأ ذكرته في ملأ خير منه، وإن تقرب إلى شبراً تقربت إليه ذراعاً، وإن تقرب إلى ذراعاً تقربت إليه باعاً، وإن أتاني يمشي أتيته هرولة». والتابع لسيره رسول الله يجد أنه كان يحسن الظن بربه في أصعب الأحوال وأشد الأزمات، ومنها لما هاجر وأوى إلى غار ثور، ليتواري عن أعين أهل مكة الذين كانوا يريدون قتله، وقد لحقوا به ووقفوا على باب الغار، قال له أبو بكر وهو صديقه في المهرة: لو أن أحدهم نظر تحت قدميه لأبصرنا، فقال: «ما ظنك يا أبو بكر باثنين الله ثالثهما». نتعلم من ذلك أنه إذا ضاقت علينا الدنيا وابتليانا فيها بأي مصاب فلنصل: يا الله! وقد صور لنا رسول الله مشهدًا من مشاهد رحمة الله يوم القيمة فقال: «إذا كان يوم القيمة يخرج الله سبحانه من النار رجلىن، يقول لهم: كيف وجدتم من قبلكم، وسوء مصيركم؟ فيقولان: شر منقلب، وأسوأ مصير، فيقول لهم: ذلك بما قدّمت أيديكم وأما صنعت، فيقول لهم: يا رب بما قدّمت أباً منكما وما يأمر بهما إلى الجنّة». وجاء عن رسول الله أنه قال: «لما خلق الله الخلق كتب في كتاب فهو عنده فوق العرش «إن رحمتي سبقت غضبي»، وقد طمع سلفنا الصالح برحمة الله إلى أبعد الحدود؛ قال إبراهيم بن أدهم: كنت أطوف بالكهوة في منتصف الليل، وقد خلا المطاف، فجعلت أكثر من ذكر الله تعالى وتسبّيحه، وطاب لي الدعاء في هذا الوقت، فتضررت إلى الله مبتلاً، وقلت: اللهم اعصّي من الذنوب والأثام، فاعترضني رجل جميل الوجه، نظيف الثياب، طيب الريح، لا عهد لي به من قبل، وصاح بي قائلاً: يا إبراهيم كلّكم تسألون الله العصمة من الذنوب، فإذا عصّمكم منها فعلى من يتكم بالغفرة، والذي بعث محمدًا بالحق ليغفر الله يوم القيمة لعباده ذنوبهم، ليرحمهم رحمة يتطلّل لها إبليس رجاء أن تناله». فأحسّوا الظن بالله؟ فأنزل الله هذه الآية: وقد فسرها رسول الله فقال: «ما أحب أن لي الدنيا وما فيها بهذه الآية». وقال الإمام علي: يا رب، يا رب!

الميلاد، فرح السماء وخلاص الأرض

الأرشمندريت أغابيوس أبو سعد (رئيس رعية الملكيين الكاثوليك، حيفا)



إن لم يكن كل عيدٍ تدفق حبٍ يكن، فقط، قطعة من الزمان ولا يصبح الزمان نقطة فينا، وقد يضحي زمانه زماناً رديناً نقضى فيه حاجتنا إلى التفاهات. أرى هنا مساحات مضاءة تقول للناس إن الميلاد آتٍ أو آتٍ. هل دخلنا نحن عن عالم المعنى؟ من صاحب العيد أو هل للعيد صاحب أم نحن وأطفالنا المحتفّ بهم، ولا سيما إذا أكلنا وشربنا ولم يلمسنا؟ هل هناك فاصل بين المؤمنين الذين يصلون وأولئك الذين لا يصلون؟ أتحجب هدايانا من تقبل هدايا المجروس؟ شففنا بالزينة إذا جملنا الموسم فارغاً من المعبد أليس عبادة للمخلوق؟ لا أعطانا الله أن تنفع الذكرى.

في البدء كان الفصح، أي عبرونا من خطايانا إلى حرية أبناء الله بالبر. وفي مرحلة ثانية أنت الكنيسة بعيد الظهور الإلهي، الذي يُعيَّد في السادس من كانون الثاني، ويضمّن ذكرى عماد السيد وذكرى ميلاده، حتى فُصلَّا لأسباب رعائية. فصلّت الكنيسة الميلاد عن العتاد فجعلت تاريخه في عيد مولد الشمس في الإمبراطورية الرومانية، لثلاثة ينضمّ الشباب المسيحي إلى الشبيبة الوثنية فيلهمون معاً.

الميلاد بدء الخلاص الذي يكتمل بصلب المخلص وقيامته. وهذا ينعكسان فينا غلبة على الخطيبة وخوف الموت. للرعاة قال ملاك إنكم تصيرون عظاماً إذا استقبلتم ملك الملوك الذي يدعى مخلص العالم. لقد ولد في الجسد في بيت لحم لتولدوا مع كل البشر من فوق فتصيروا فاهمين، وبالفهم الروحي فيكم تتجدد الإنسانية كلها، وتصبح أرضكم سماء يسكن فيها العدل والعدل الكبير هو المحبة.

هي محبة الله لكم من الآب وابنه وروحه. فالكلمة صار جسداً وحلّ فينا، وبعبارة أوضح لليونانية التي نزل فيها الكتاب «صار الكلمة جسداً لينصب خيمته في حيننا»

فإنّه يساكننا حيث نبيت ونبت في أرض الله الواسعة مع كل من أحيم الله يجعلهم أبناءه. أنت كذلك لأنّ المولود الجديد جعلكم بذلك «شركاء الطبيعة الإلهية»، حيث تقرّ فيكم كل قوه الله وتدنو من كل إشارات الرّب، لتضخّوا بدوركم مكّلين بالضياء الإلهي. لقد اختار الله أن يبعث إليكم بابنه لتعرفوا عيدهم اليوم زينتكم الداخلية وما من زينة أخرى حتى احتضانه. بتناكم بملائكتكم بشريته لتدركوا حقيقة قرباه. هذا هو سره أنه أراد هذه الصورة ليعبّر لكم عن عيدهم. أجل، كان له أن يخلّصكم بكلمة وبقى في سمائه لكنه أراد بمشيئته الأزلية أن يوضح لكم محنته بصورة كمنطلق إلى العلّى. هذه معموديّتكم الثانية. إنكم لقد متمّ مع المسيح لتقوموا معه، وذلك كل يوم في نباهة النفس وشهادة الكمال الذي ينزل من عنده. بعد هذا لا تدركون عند ذلك أنكم قادرون على تقبّل الألوهة بيقى لكم ما تطلّبونه.

أنت المسيح بعدما جلس عن يمين الآب قال لكم إنكم الميلاد الثاني لكم، هذا الذي وعدكم به. يولد الإنسان من السماء قبل أن يبلغ السماء العلوية. هو أزال الهوّة التي كنتم تتصورون بين ما هو فوق وما هو تحت. لأنّه هو الذي أصعدكم منذ الآن إلى فوق. هذا هو ميلاد الرّب وميلادكم. إنّهما واحد حتى تخرج من أفواهكم وقلوبكم ترنيمة أبدية.

بها تفهمون أنّ المسيح كما كان فقيراً هو الذي يجعلكم

المدير العام والحرر المسؤول: راني عباس

العنوان: حيفا - شارع الجبل «5»

حيفا
Haifa

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

• وائل عوض (تصوير فوتوغرافي)

• ميرا (سلهوب) فريوات (قسم الإعلانات)

• شربل الياس (تصميم الصحفة)

بريد إلكتروني: haifa.newspaper@gmail.com

هاتف: 048522822 فاكس: 048522767 إعلانات: 0546481533

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



SPIDER-MAN

INTO THE SPIDER-VERSE

في دور السينما

العاب سپайдرمان
الآن في ماكدونالدز

excellent

حصري لـ ماكدونالدز | الصورة لـ ماكدونالدز.



لعبة مع كل وجبة
أولاد هاپي میل

«الجبهة» تسحب البساط من تحت أرجل نتنياهو وحكومته

* رجا زعاترة يرفض الاعتذار والتراجع ويعلن توّلي شهيرة شلبي منصب نائبة الرئيسة * كاليش تثمن خطوة «الجبهة» وتوّكّد: لن أسمح لـ«الليكود» بمحاربة عرب حيفا *

عننت كلיש רותם
@EINATkalisch



המגזר הערבי היה במשר
ההיסטרוריה, ושאר אמ
בתפקידנו, חלק מהמנהיגות
חיפה.
המלחמה האישית נגד עצתרא
הסתמימה. לא אתן שניצאי
הליקוד המקומיים, שכועסים
על כי לא קיבלו א'בים, נהלו
מלחמה נגד האוכלוסייה
הערבית בחיפה.

תרגום את הציג

בנייגוד להודעות הצלב
בתקשורת, לא הצבתי
לעצורה אולטימטום.
החליטנו נובעת מדאגה
עומקה לח'ם המשותפים
בחיפה, ולהמשך מימוש
התקווה שהשליטו החדש
בראשותי מביא לעיר.

תרגום את הציג
Twitter · 16:32 · 18 דצמ' 18 · ישראל · for Android



חיפה – لمراسينا –حظيت خطوة كتلة «الجبهة» الحيفاوية، بتناول رجا زعاترة عن منصب نائب رئيسة البلدية وتولّي شهيرة شلبي المنصب بدلاً منه، بردود فعل واسعة، بعد أن سحب البساط من تحت أرجل اليمين الفاشي، وجوبة التحرير الذي قادها رئيس الحكومة، بنiamin Netanyahu.

وعقد الحزب الشيوعي و«الجبهة» مؤتمراً صحافياً، أمس الأول، الأربعاء، بمشاركة زعاترة وشلبي ورئيس لجنة المتابعة العليا للجماهير العربية، محمد بركة، أداته ريم حزان، عضو اللجنة المركزية للحزب الشيوعي. حيث هاجم زعاترة بشدة رئيس الحكومة المحرض، وأكّد ثباته على مواقفه، موقفها تحرير حزب «الليكود» على العرب في حifa.

وعلق الشعوب في مقاومة الاحتلال بكل

لِسْمَةُ الْجَهَةِ الْجَهَةُ
هو الحي الباقي
يا أيتها النفس المطمئنة ارجعي إلى ربك راضية
مرضية فادخلي في عبادي وادخلي جنبي

آل شريف "الصفدي" وأقرباؤهم
وأنسباؤهم في الناصرة والخارج
ينعون بمزيد من الحزن والأسى فقيدهم الغالي

محمد حسن شريف الصفدي
(أبو الشريف)

الذي انتقل إلى رحمة الله تعالى عن عمر يناهز 77 عاماً،
وسيسجع جثمانه الطاهر من مسجد النبي سعين، إلى مثواه الأخير في المقبرة الجديدة.
وذلك يوم الأربعاء الموافق 12/12/2018 بعد صلاة الظهر.

إنا لله وإنا إليه راجعون
تقيل التعازي في قاعة الياسمين في المنطقة الصناعية مقابل
قاعات أبو ماهر أيام الأربعاء والخميس والجمعة
من الساعة العاشرة صباحاً حتى الواحدة ظهراً، ومن الساعة
الرابعة عصراً حتى التاسعة ليلاً.

تقيل التعازي في حifa يوم الأحد الموافق 16/12 من الساعة
الخامسة حتى الساعة التاسعة في قاعة مسجد الجرينة

طلبات الدعم
للمؤسسات غير الربحية التي تعمل لخدمة ورفاهية الجمهور في حifa

للسنة المالية 2019

تعلن بلدية حifa بهذا للمؤسسات التي تعمل في مدينة حifa بأهداف غير ربحية، وتعنى برفاهية الجمهور في المجالات المختلفة، مثل التعليم، الشبيبة، الثقافة، الأديان، الصحة، الرفاه، الرياضة وغيرها، أن بإمكانها تقديم طلبات للحصول على دعم مالي من بلدية حifa.

(شروط باقرار ميزانية البلدية، والذي يشمل مبالغ الدعم بواسطة مجلس البلدية)
المعايير للحصول على الدعم يمكن ايجادها على موقع الانترنت أو لدى موظف الدعم
(هاتف للتوجه: 8356082 - 04).

يمكن الحصول على استعلامات طلبات الدعم من موقع الإنترنت للبلدية أو لدى السكرتيرة ساريت في مبني البلدية، شارع حسن شكري 14 الطابق 3 غرفة 311.

سيتقرر قيمة الدعم وفقاً للمعايير، حجم الميزانية وعدد المؤسسات التي تفي بالشروط.

البلدية غير ملزمة بتوفير نفس الدعم الذي تقرر في الماضي.

ينبغي ارفاق كافة المستندات الالزمة مع طلبات الدعم المقدمة.

الموعد الأخير لتقديم الطلبات هو يوم الثلاثاء 15.1.19

معلومات عامة عن دعم الجمعيات خدمات المتاجر > www.haifa.muni.il

أنتم تصنعون الأمنيات ونحن بكلاليت نعتني بكم

نحن في كلاليت، نوفر كامل خدماتناكي نحافظ على صحتكم
وصحة أطفالكم، ونرافقكم لكل مكان وفي كل وقت بفترة العيد

لمعلومات حول دوام العيادات وخدمات الطوارئ خلال فترة العيد.
زوروا موقع كلاليت www.clalit.co.il/arb

ميري ٩ريسماس

رعية مار إلیاس للروم الملكيين الكاثوليك

تضيء شجرة الميلاد



حيفا - مراسلنا - أضاءت رعية مار إلیاس، يوم الأحد من هذا الأسبوع، شجرة عيد الميلاد بأجواء احتفالية، تضمنت قداساً احتفالياً ترأسه قدس الأرشمندريت أغابيوس أبو سعدى، رئيس الرعية؛ وقد عاونه كلٌّ من الآباء عماد الحاج، رامي حجار، إميل روحانا، مكاريوس جريس، ويوحنا بشوتى، بحضور حشد كبير من أبناء حيفا، بالإضافة إلى بعض الشخصيات كالنائب أيمن عودة، نحشون توسع، نائب رئيس البلدية، وجاكى واكيم، محاسب بلدية حيفا. وبعد القداس الإلهي، توجه الجميع إلى ساحة الكنيسة، حيث كان هناك عرض موسيقى لأناشيد عيد الميلاد مع أوركسترا «لقاء» بقيادة الفنان فيروdi غسان حرب، ومشاركة الفنان الكبير زهير فرنسيس، ثم هنأ النائب أيمن عودة الحاضرين بالأعياد الميلادية المجيدة ورأس السنة الجديدة، تلاه الأرشمندريت أغابيوس الذي تمي أن تبقى هذه الاحتفالات جامعةً لكلِّ أبناء حيفا على مختلف انتماهم، فهذا هو ما يُميز حيفا، أنها مدينة التنوع، فكلَّ عامٍ والجميع بألف خير.

الحزب التبوي الاسرائيلي
الجبهة الديمقراطية للسلام والمساواة
حركة النساء الديمقراطيات في اسرائيل
ابناؤها خالد ووليد وبشير، عائلة كركبي وطوبى
دعونكم لحضور امسية لذكرى

ماهي (طوبى) كركبي

يوم السبت 15.12.2018 في متحف حيفا
شارع تبؤاي ليفي 26، حيفا.

التجمع في الساعة 18:00. يبدأ البرنامج الساعة 18:30.



www.haifanet.co.il

عنوانكم الأول والأكيد للأخبار الحيفاوية



لا تقروا معكم سنة إضافية!



تمديد موعد ملصق ركن السيارات
التي تنتهي صلاحيتها بتاريخ
31.12.2018

تعلن بهذا بلدية حيفا:
سكان حيفا الذين بحوزتهم ملصق ركن سيارات
(ملصق ساكن، عزيز حيفا أصحاب سيارات
هبريدية)

انه تقرر تمديد موعد
الملصق الذي بحوزتهم لسنة اضافية
حتى تاريخ
31.12.19

السكان الذين يسكنون ببيوت مستأجرة،
تاريخ الملصق الذي بحوزتهم، ينتهي بالموعد المذكور
باتفاقية الإيجار، الذي سلم لسلطة ركن السيارات عند
استلام الملصق.

مركز استعلامات بهاتف: - 1-700-50-22-24



مركز الاستعلامات البلدي 106

www.haifa.muni.il

وانا كمان بطلعلي!

تم توسيع دائرة المستحقين لمنحة العمل.

بحص بسيط وسريع في الانترنت يمكنكم ان تكتشفوا اذا كنتم انتم ايضا تستحقون المنحة.

خدمة جديدة !

يمكن تقديم طلب منحة عن طريق الإنترت والتطبيق الهاتفي باللغة العربية.

لین بطلع منح؟

✓ الي عمرهم فوق الـ 23 مع اولاد،
او عمرهم فوق الـ 55 حتى بدون اولاد
ويستوفون شروط الاستحقاق حسب القانون

✓ بتشتغلوا ومعاشكوا لحد
6830 ش.ج في الشهر

مستاهله تشتغل !



الموضوع يستاهل الفحص!

taxes.gov.il | * 4954

قوة عرب حيفا تخيف اليمين العنصري



نتصدى للهجوم الفاشي على القوة السياسية لعرب حيفا.

٢. فيما مستهدفة بسبب قوة عرها وقدرة تأثيرهم السياسي على الرأي العام، علينا تنظيم واستخدام قوتنا الاقتصادية لدعم القوة السياسية والإعلامية.

٣. حifa دفعت وستدفع ثمن سياسة الاحتلال والتحريض العنصري، علينا لأن نسمح بإضعافنا.

٤. علينا المطالبة بوقف تمويل الاحتلال والاستيطان من أموال الضرائب التي يدفعها الحيفاوي.

٥. علينا تجنيد القوى الديمقراطية المعارضة لحكومة نتنياهو إلى جانبنا.

٦. يجب أن نطالب رئيسة البلدية الحالية بأن ترفض نزع شرعية منتخبى عرب حيفا، علينا أن نلزم أحرازاً أخرى بمن في ذلك رئيس البلدية السابق، بونا ياهف، أن يخرج عن صمته (خصوصاً أنه قد تلقى دعم غالبية أحزاب عرب حيفا في الانتخابات الأخيرة).

يحاول اليمين العنصري نزع شرعية الحراك السياسي والثقافي الوطني في المدينة، وقد نجح في عدة مناسبات

خلال السنوات الخمس الأخيرة بجرئيس بلدية حifa السابق، بونا ياهف، إلى جانبـه. وقام هذا اليمين بالتحريض على عرب حifa وحركـهم السياسي الوطني

في عدة مناسبات، منها على سبيل المثال: التحرير والاعتداء البوليسي والمدني الذي نفذ على مظاهرات ٢٠١٤، والذي شمل اعتقال عشرات الشباب، والاعتداء جسدياً على مظاهرة الكرمل، والاعتداء على نائب رئيس بلدية حيفا، د. سهيل أسعد؛

ملاحقة مسرح الميدان ومحاولات إغلاقه المستمرة؛ حملة التحرير على العرب خلال حرائق ٢٠١٦؛

والاعتداء على مظاهرات شهر أيار ٢٠١٨ وما يحدث في الأيام الأخيرة هو محاولة متقدمة لإبتزاز الرئيسة الجديدة لبلدية حيفا، وفي حال نجحوا فستدفع كعرب وستدفع حifa الثمن غالياً خلال كل السنوات القادمة. وبناء عليه:

١. علينا كعرب وكقوى ديمقراطية في المدينة أن

كتب: جعفر فرح

ن تعرض، نحن - عرب المدن التاريخية عموماً - أعني عكا، اللد، يافا والرملة، وحيفا خصوصاً، منذ العام ٢٠١٤ لهجوم منظم من قبل اليمين العنصري وجماعاته ووسائل إعلامه، كجزء من حملة نزع الشرعية عن هويتنا الوطنية وقوتنا السياسية والاقتصادية في هذه المدن.

تحتاج مدينة حifa اقتصادياً لأهلها العرب ولقدرة استهلاك زوارها العرب من الجليل والمثلث. علماً أن حيفا قد استقطبت أكثر من ٧٠٠ مواطن عربي خلال السنوات العشر الأخيرة، غالبيتهم أزواج شابة وأصحاب مهن أكademie، بينهم أطباء وصلوا إلى وظائف مدريي أقسام في المستشفيات وفي مؤسسات عامة وخاصة. ومن يتبع ما يحدث على مستوى المقاهي والمطاعم الجديدة في البلدة التحتا وهي الألمانية يلاحظ استقطاب الشباب العربي للمدينة، ومساهمتهم في نموها الاقتصادي والاستهلاكي والثقافي.



סמייל
מרכז תיל

جديد في مركتيل سمايل

أصحاب بطاقة اعتماد مركتيل سمايل
يتمتعون من تخفيض ثابت
عند دفع الفاتورة في پارك التحديات چرافتي پارك

Gravity
park

٥% تخفيض

مركتيل 100
سنة ازدهار

للتفاصيل: 073-7802861

عنوانكم الأول والأكيد للأخبار الحيفاوية

www.haifanet.co.il

حيفا
Haifa net

أرقى الخدمات المصرفية قرص بـكفالـة الـدوليـة لـتطـوير المصـالـح

توجهوا للفرع أو اتصـلوا:

***5600**

مرکنیل ۱۰۰ سنه ازدهار



*** يحق للبنك وقف الحملة في أي وقت وبدون بلاغ مسبق.** * عدم الالتزام بسداد القرض قد يؤدي إلى فرض فائدة تأخير واتخاذ إجراءات لتحصيل القرض. *** التفاصيل الكاملة والملزمة في الفروع** خاضع لأنظمة البنك ولكل قانون.

مشروع التجسير لصفوف الثامن



وقد تم اختتام الدورة بحفل مهيب أُقيم في المدرسة بحضور وفود وشخصيات من كلا الناديين، أهالي الطالب، طاقم المعلمين، ومربيات الصفوف. وقد افتتح الاحتفال مدير المدرسة، المربى باسم جمال، ثم تحدث نائب رئيس نادي روتاري الكرمل، السيد يونا مازور، ورئيس نادي روتاري ستيلار مارس، الدكتور حاتم خوري، كما تحدث القاضي سليم جبران، وأشاد بدور المدرسة بتنقيف الطالب وأهمية المشروع للمجتمع بشكل عام وللمدرسة بشكل خاص. وقد تضمن الاحتفال فقرات فنية وفعاليات منوعة قدمها الطالب، وتم عرض فيلم قصير يلخص المشروع وأهدافه بالتعاون مع طلاب الثاني عشر - تخصص اتصالات. وقد اختتم الاحتفال بتوزيع شهادات الإهتمام على الطالب.

حيفا - مراسلنا - تم اختيار مدرسة راهبات الناصرة - حيفا ، كأول مدرسة عربية، من قبل نادي روتاري الكرمل ونادي روتاري ستيلار مارس (Stella Maris) لتمثيل دور تجسيـر لطلاب صفوف الثامن. مدة الدورة 6 لقاءات تم تمريرها في المدرسة بمرافقة المستشارـة المربيـة منـال بلـوط وهـيـ. حيث كان عدد المـشارـكـينـ فيـ الدـورـةـ 20 طـالـبـ. ومن خلال اللقاءـاتـ اكتـسبـ الطـالـبـ آليـاتـ وـمـهـارـاتـ تـسـاعـدهـمـ عـلـىـ الـقـيـامـ بـعـلـمـيـةـ التـجـسـيرـ بـيـنـ الطـالـبـ،ـ كـماـ تـسـاعـدـهـمـ فـيـ حـيـاتـهـ الـيـومـيـةـ.ـ وـمـنـ أـهـمـ أـهـدـافـ الـمـشـرـوـعـ تـوـظـيـفـ الطـالـبـ لـعـلـمـيـةـ حلـ المـشـاـكـلـ بـيـنـ طـالـبـ آخـرـينـ خـلـالـ الدـوـامـ الـمـدـرـسـيـ إـلـىـ جـانـبـ الـمـعـلـمـيـنـ،ـ كـمـ تـطـوـرـتـ لـدىـ الطـالـبـ الـمـشـارـكـيـنـ فـيـ الدـورـةـ مـهـارـةـ الـإـصـغـاءـ،ـ الـاحـتوـاءـ،ـ التـفـكـيرـ خـارـجـ الصـنـدـوقـ،ـ وـحـسـنـ مـسـاعـدـةـ الـآخـرـينـ.

ريما بضم العاء تتأهل لنهايات بطولة الشطرنج



حيـفاـ - مـراسـلـناـ - اـشـتـرـكـتـ الطـالـيـةـ رـيمـاـ بـضـعـانـ فيـ مـبـارـيـاتـ التـصـفـيـةـ لـبـطـوـلـةـ إـسـرـائـيلـ فيـ لـعـبـةـ الشـطـرـنجـ،ـ عـنـ فـئـةـ 11ـ سـنـةـ فـماـ فـوـقـ.

وـقـدـ جـرـتـ الـمـبـارـيـاتـ فـيـ 4ـ وـ6ـ 2018ـ فـيـ «ـكـرـيـاتـ مـوـتـسـكـيـنـ»ـ،ـ وـقـدـ تـأـلـفـتـ الـمـبـارـيـاتـ مـنـ سـتـ جـوـلـاتـ سـوـيـسـرـيـةـ لـكـلـ مـشـرـكـ،ـ وـهـدـفـ تـحـدـيدـ الـمـتأـلـهـيـنـ لـهـيـائـيـاتـ بـطـوـلـةـ إـسـرـائـيلـ لـلـشـطـرـنجـ.ـ وـقـدـ حـصـلـتـ رـيمـاـ عـلـىـ الـمـرـتـبةـ الثـانـيـةـ.

هـذـاـ وـقـدـ بـدـأـتـ رـيمـاـ تـعـلـمـ لـعـبـةـ الشـطـرـنجـ وـمـارـسـهـاـ مـنـ سـنـ 5ـ سـنـوـاتـ،ـ ضـمـنـ مـدـرـسـةـ الشـطـرـنجـ فـيـ الـمـكـتـبـةـ وـالـمـرـكـزـ الثـقـافـيـ «ـكـلـورـ»ـ فـيـ بـيـتـ الـكـرـمـ بـحـيـفـاـ،ـ وـتـعـدـ الـمـدـرـسـةـ الـأـلـيـأـ وـالـرـائـدـةـ فـيـ الـوـسـطـ الـعـرـبـيـ،ـ حـيـثـ حـصـدـتـ إـنـجـازـاتـ وـمـرـاتـبـ مـشـرـفةـ وـمـمـيـزةـ خـلـالـ أـعـوـامـ نـشـاطـهـاـ الـتـسـعـةـ،ـ عـلـىـ صـعـبـ الـمـسـتـوىـ الـعـرـبـيـ،ـ حـيـثـ إـنـهـاـ بـعـدـ هـذـهـ الـإـنـجـازـاتـ اـنـضـمـتـ إـلـىـ اـتـحـادـ الشـطـرـنجـ إـسـرـائـيلـيـ،ـ وـسـجـلـتـ كـنـاـءـ مـعـرـفـ بـهـ.

بـمـنـاسـبـةـ الـيـوـمـ الـعـالـمـيـ لـذـوـيـ الـإـعـاقـاتـ

مدينة حيفا تحتفل بشهر التوعية لمساواة حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة



تصوير: قسم الرفاه في بلدية حيفا والمدرسة الإيطالية

حـيـفاـ - مـراسـلـناـ - يـحـتـفـلـ الـعـالـمـ فـيـ 3ـ كانـونـ الـأـوـلـ دـيـسـمـبـرـ مـنـ كـلـ عـامـ بـالـيـوـمـ الـعـالـمـيـ لـذـوـيـ الـإـعـاقـةـ،ـ حـيـثـ يـهـدـفـ هـذـاـ الـيـوـمـ إـلـىـ زـيـادـةـ الـوعـيـ فـيـ الـمـجـتمـعـ تـجـاهـ الـمـوـضـوـعـ وـدـمـجـ الـأـشـخـاصـ ذـوـيـ الـإـعـاقـةـ فـيـ جـمـيعـ جـوـانـبـ الـحـيـاةـ السـيـاسـيـةـ وـالـاجـتـمـاعـيـةـ وـالـاقـتصـادـيـةـ وـالـثـقـافـيـةـ.ـ وـهـذـهـ الـفـعـالـيـاتـ تـقـومـ بـلـدـيـةـ حـيـفـاـ خـلـالـ شـهـرـ كـانـونـ الـأـوـلـ دـيـسـمـبـرـ بـمـجـمـوـعـةـ وـاسـعـةـ مـنـ الـبـرـامـجـ الـفـعـالـيـاتـ،ـ وـالـمـشـارـعـ الـمـخـصـصـةـ لـتـعـزيـزـ الـتـعـاطـفـ مـعـ الـأـشـخـاصـ ذـوـيـ الـإـعـاقـةـ،ـ وـمـرـاعـيـتـهـمـ وـتـشـجـعـ الدـعـمـ تـجـاهـ حـقـوقـهـمـ وـرـفـاهـيـهـمـ.

هـذـاـ وـقـدـ الـبـلـدـيـةـ مـنـ خـلـالـ قـسـمـ التـأـهـيلـ فـيـ مـكـتبـ الـرـفـاهـ فـيـ بـلـدـيـةـ حـيـفـاـ بـنـشـاطـ فـيـ جـامـعـةـ حـيـفـاـ،ـ بـمـشارـكـةـ قـسـمـ الـعـمـلـ الـاجـتـمـاعـيـ،ـ شـمـلـ مـحـاضـرـاتـ مـنـ قـبـلـ أـشـخـاصـ ذـوـيـ إـعـاقـةـ،ـ مـنـ خـلـالـهـاـ حـصـلـ الطـالـبـ عـلـىـ فـرـصـةـ نـادـرـةـ لـلـقـاءـ أـشـخـاصـ يـخـلـفـونـ عـنـهـمـ بـالـشـكـلـ،ـ وـلـكـنـمـ مـلـهـمـ:ـ حـيـثـ اـسـتـطـاعـوـاـ تـوجـيهـ كـلـ الـأـسـنـلـةـ الـتـيـ أـرـادـوـ طـرـحـهـاـ،ـ وـلـكـنـ لـمـ يـجـرـأـوـاـ عـلـىـ تـوجـهـهـاـ مـنـ قـبـلـ.ـ بـالـإـضـافـةـ إـلـىـ ذـكـ التـقـيـ الطـالـبـ السـيـدـةـ دـافـيـ روـجـرـ،ـ مـنـ «ـمـجـتمـعـ دـاعـمـ لـحـيـاةـ مـسـتـقلـةـ لـذـوـيـ الـإـعـاقـةـ»ـ،ـ الـتـيـ تـعـمـلـ مـنـ خـلـالـ جـمـعـيـةـ «ـشـيلـوـ»ـ وـبـمـشـارـكـةـ وـزـارـةـ الـرـفـاهـ الـاجـتـمـاعـيـ وـبـلـدـيـةـ حـيـفـاـ،ـ الـتـيـ شـرـحـتـ لـهـمـ عـنـ عـلـىـ الـجـمـعـيـةـ.

وـفـيـ حـدـيـثـ مـعـ الـعـالـمـةـ الـاجـتـمـاعـيـةـ السـيـدـةـ مـرـيمـ عـطاـ اللـهـ،ـ نـائـبـةـ مـديـرـةـ قـسـمـ التـأـهـيلـ فـيـ بـلـدـيـةـ حـيـفـاـ،ـ عـنـ شـهـرـ التـوعـيـةـ لـذـوـيـ الـإـعـاقـةـ قـالـتـ:ـ «ـمـنـ الـمـهـمـ أـنـ يـكـونـ مـجـتمـعـاـ مـتـاخـداـ وـبـمـتـنـاوـلـ الـيـدـ،ـ إـلـيـهـ لـاـ يـوـجـدـ أـشـخـاصـ ذـوـيـ الـإـعـاقـةـ وـلـكـنـ هـنـاكـ مـجـتمـعـ يـعـانـيـ مـنـ الـعـقـبـاتـ وـالـقيـودـ الـيـتـمـ تـحدـدـ مـنـ إـمـكـانـيـاتـ تـطـوـرـهـ،ـ وـمـنـ الـمـهـمـ أـنـ يـكـونـ الـجـمـعـيـةـ مـجـتمـعـاـ قـائـمـاـ عـلـىـ الـمـساـواـةـ،ـ وـذـكـ الـجـمـعـيـةـ لـلـسـمـاحـ لـلـأـشـخـاصـ ذـوـيـ الـإـعـاقـةـ بـأـنـ يـكـونـواـ مـسـتـقـلـيـنـ،ـ وـيـمـنـحـهـمـ كـلـ الـإـمـكـانـيـاتـ لـلـانـدـمـاجـ فـيـ الـجـمـعـيـةـ.ـ بـالـإـضـافـةـ إـلـىـ ذـكـ كـلـ شـخـصـ أـوـ مـؤـسـسـةـ أـوـ مـدـرـسـةـ مـعـنـيـةـ بـتـطـوـيرـ الـمـوـضـوـعـ مـنـ أـجـلـ عـرـضـ الـمـوـضـوـعـ وـتـقـبـلـ الـأـخـرـ،ـ فـيـسـعـدـنـاـ تـوـجـهـهـمـ إـلـىـ قـسـمـ التـأـهـيلـ فـيـ بـلـدـيـةـ حـيـفـاـ.ـ عـلـىـ إـعـاقـاتـ لـمـ تـكـنـ مـعـرـفـةـ لـدـيـهـمـ،ـ وـمـهـمـشـةـ.ـ مـنـ الـجـديـرـ بـالـذـكـرـ أـنـ هـذـاـ الـمـشـرـوـعـ كـانـ مـنـ تـخـطـيـطـ مشـرـكـ بـيـنـ قـسـمـ التـأـهـيلـ فـيـ مـكـتبـ

”رميام“ - حيفا
077-8882320

آرمون - حيفا
077-8880820

سيتي سنتر - حيفا
077-8880790

الآن في سوبر فارم حملات عديدة بأسعار مدهشة

نستري من تشكيلة مستحضرات التجميل

تضفي 20 درجة للوجه في 39 ثانية

ونحصل على

NIVEA URBAN قناع ترطيب/تنظيف/لتبييض ثقوب الجلد (المسامات) 75 مل

A photograph of two Fa brand deodorants. On the left is a pink roll-on bottle labeled 'Fa NEW' and 'Lemon & Lime'. On the right is a blue aerosol can labeled 'Fa SPORT'.

A photograph showing two Rexona deodorant products. On the left is a white bottle of Rexona Women's Deodorant with a green and white label featuring a mountain landscape. On the right is a dark bottle of Rexona Men's Deodorant with a black and white label featuring a checkmark logo.

The image shows a green plastic tub of Ariel detergent with a blue lid and a white Ariel fabric softener bottle with a blue cap.

TAX FREE سارية المفعول لغاية 19.12.2018 أو حتى نفاذ الميزانية. الامتنارات المعلنة لزيان لا يقتصر على ستابيل فقط بل يشمل جميع ستابيلات الميزانية. لا يقتصر على ستابيلات الميزانية. لا يقتصر على ستابيلات الميزانية.

TAX FREE



لتحمیل تطبيقنا على جهازك | shop.super-pharm.co.il

للانضمام لنادي **LifeStyle**: اتصلوا على ٨١٠٠* | في فروع سوبر فارم

حيفا: حملة «فكّر بغيرك» للمرة الثالثة على التوالي



هذا وأكدت مرکزتا المشروع، السيدة عرين عوض والسيد سماح حماد أبو ظلام، على ضرورة تكثيف المشاريع الجماهيرية التي تساهمن في تذويت قيم العطاء والتآخي والشعور بالآخر، وأهمية التطوع الذي يؤثر بشكل إيجابي على جميع فئات المجتمع.

كما أثني مدير مرکز شالقا، السيد وديع شحادة، على هذا العمل الإنساني، وافتتح المشروع بمحاضرة قدمت لفريق العمل عن ماهية التطوع وأثره في خدمة المجتمع.

بالإضافة إلى ذلك بارك السيد بسام ريناوي، مدير المرکز الجماهيري عباس، هذه الحملة، وأكد أنها واحدة من سلسلة مشاريع جماهيرية معدّة للمجتمع العربي في

حيفا.

ونقول شكرًا للمجتمع الحيفاوي الذي تبعه بسخاء،

لتنعم كل عائلتنا بالعيد؛ ولشبكة «مای مارکت» على التبرع السخي بمنتجاتها للعائلات، ولكل الشبان والشابات الذين كرسوا هذا الأسبوع للعطاء الاجتماعي.

تصوير

المرکز الجماهيري شالقا والمرکز الجماهيري عباس

Abbas

حيفا - لمراسلنا - استمراً للحملات السابقة التي لاقت نجاحاً باهراً، قام طلاب وطالبات المرکز الجماهيري شالقا والمرکز الجماهيري عباس بحملة «فكّر بغيرك» للمرة الثالثة على التوالي، والتي بدأت في مطلع هذا الأسبوع. فعل مدار 5 أيام متتالية قام فريق عمل ضمّ 25 شاباً وشابة من طلاب القيادة الشابة والداخل الاجتماعي ومتطوعون في شبكة «مای مارکت»، بتوزيع منشورات على زبائن الشبكة، حثّهم على شراء منتجات ذاتية والتبرع للعائلات المحتاجة في مدينة حيفا. وقد تولّت مؤسسة بيت النعمة مسؤولية توزيعها.

لاقى هذا المشروع نجاحاً ونال إعجاب وتعاطف زبائن «مای مارکت» الذين تعاملوا مع الفريق، وساهموا بشراء المنتجات بسخاء كبير. هذا ويعتمد نجاح «فكّر بغيرك» على الشراكة بين الأطر المختلفة، المرکز الجماهيري شالقا والمرکز الجماهيري عباس، شبكة «مای مارکت»، مؤسسة بيت النعمة، وفريق المشروع الشبان والشابات من المدارس الثانوية المختلفة في مدينة حيفا.

المجلس الملي الارثوذكسي الوطني في حيفا لجنة النشاطات الاجتماعية والثقافية

بمناسبة عيد الميلاد المجيد ورأس السنة المباركة
ندعو أطفالنا الأحباء للمشاركة في

الحفل الميلادي السنوي

الجمعة | 21.12.2018 | 17:00

في قاعة كنيسة القديس يوحنا المعمدان للروم الارثوذكسي
شارع الفرس (هبارسيم) 3 - حيفا

في البرنامج:

- كلمة ترحيب يقدمها الأب ديمتريوس سمرة-كاهن الرعية
- فعاليات العيد مع الفنانة مارلين مطر دعوب أميرة الأطفال
- توزيع هدايا العيد من أعضاء لجنة النشاطات

نأمل مشاركتكم



ثانوية الكرمة العلمية في حيفا تحتفل بيوم المعلم ولجنة أولياء أمور الطلاب تقيم إفطاراً للهيئة التدريسية



تصوير: ثانوية الكرمة العلمية - حيفا

لتناول فطور جماعي، قامت بتحضيره وتقديمه لجنة أولياء أمور الطلاب، تكريماً وتقديراً لمجهود طاقم المدرسة وعطائهم. كذلك عبر الطالب عن تقديرهم لعلّمهم بكلمات شكر وعرفان، وحلوا مكانهم بتأدبة مهنة التعليم، وقد أبدوا بذلك الإحساس بممّا، حيث ألقى كلّ من مدير المدرسة ورئيس لجنة المعلمين كلمات الترحيب والتقدير، وتم تقديم هدية رمزية لكل معلم من قبل لجنة المعلمين. كما اجتمع طاقم المدرسة والضيوف الكرام حول المائدة في الفرصة الأولى

المجلس الملي الارثوذكسي الوطني في حيفا لجنة النشاطات الاجتماعية والثقافية

يسرنا دعوتكم للمشاركة في
حفلة ميلادية عائلية
تحييها فرقه احلام مع المطرب

زهير فرنسيس

26.12.2018 | 20:00

الأربعاء | في قاعة الجليل للأفراح - حيفا

في البرنامج:

- كلمة ترحيب يقدمها السيد يوسف خوري رئيس المجلس الملي
- ستاند أب كوميدي مع الفنان ايمان نحاس
- سحب يانصيب على تذاكر الدخول
- توزيع هدايا للمشاركين للاحتفال بالعيد في منتصف الليل
- وجبة عشاء فاخرة

للحجز:

0506403325 | 0506664686 | 0544395311
كميل مطانس مكتبة الحكمة

هنري خوري

سعر التذكرة 175 شاقل

بادارة: منير مخول

מרכז *لـ* לטיפול אלטרנטיבي

الحملة حتى 31-01-2019

מחיר יחיד **239** ₪
במקום **310** ₪

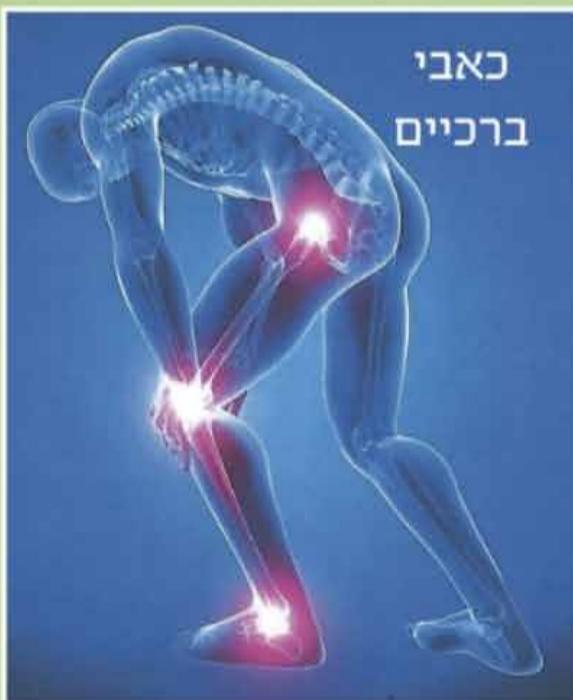
אפשר לשדרוג לארוחת
צהרים / ערבי
בתוספת 50 ₪ יחיד

SPA G.COLONY
ספא במושבה

حملة اسعار خاصة
بمناسبة الاعياد
وباسعار مميزة

عيسني زوجي + شيموش
بمتكنين + قيود كل +

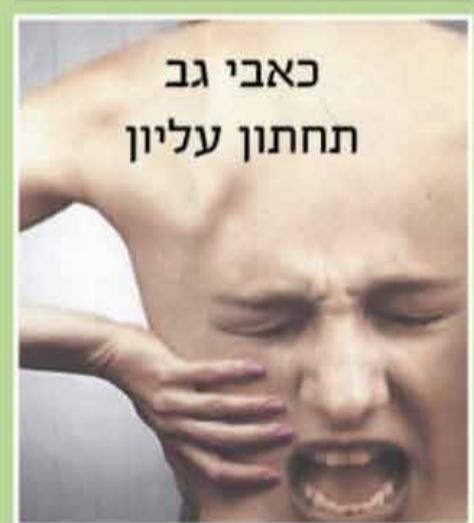
ارוחات بوكر زوجية **450** ₪
במקום ~~620~~ ₪



- انواع الم萨جات ■
- شويدي ■ شيازو ■
- رفلكسولوجيا تايلندي ■
- مشولب ■ ركموت عميق ■
- متكنين: ج'كوزي وساونا ■

علاجات اضافية بالمركز

- طبول כאב غالب/كتف • كابي رجلين
- طبول طينيس البا • كتف كفواه
- طبول كوسوت روح
- طبول بابنام حموم



اصلنا تمتص فترن
لهستيدات بمفرakis



حيفا - جادة بن جوريون 25 - هاتف: 048511133 / 0502375979

www.spa-g-colony.co

mmmkhoul@gmail.com



المتنبي؛ ورشة تطوعية لرفاهية نزلاء بيت المسن

العطاء قوة، لا يقدر عليه إلا الأقوياء... بالعطاء والمحبة يحيا الإنسان



لهذه الورشة كذلك بعدها الإنساني-القيمي، الاهتمام بالغير والعطاء من أجل العطاء، وكلها قيم مهمة وعلى المجتمع أن يعمل على تعزيزها وإياحتها لتكون في متناول الجميع، فالفرحة التي تقفز من أعين النزلاء والتزيارات كافية وكفيلة بشحن الطلاب والطالبات بطاقات رهيبة. وبدورها قامت إدارة البيت باسمها وباسم النزلاء والتزيارات بتقديم أجمل الشكر وأعظم العرavan للطلاب، مقدرين خطوة العطاء التي يقومون بها، راجين لهم النجاح والتغلق في جميع مجالات حياتهم. العطاء المزدوج بلمسات إنسانية قيمة، إذا ما تعرّزت في مجتمعنا صرنا أقرب إلى مراتب الريادة... معًا بسعادة وتعاون نكتب حكاية المتنبي... «من يكتب حكايته \ يرث أرض الكلام \ ويملك المعنى تماماً»

حيفا - ملراسلنا - بادر فرع فن التجميل وتصفيق الشعر من مدرسة المتنبي إلى تنفيذ مشروع إنساني رياضي من الدرجة الأولى، هذا الأسبوع، إذ ترافق مجموعة من الطلاب والطالبات مع مرحلة الفرع ومعلمة الموضوع، فادية هريش، لزيارة بيت المسنين «فينديزور» لتنظيم ورشة تطوعية لرفاهية وراحة النزلاء والتزيارات في البيت.

وللسنة الخامسة على التوالي يحضر الطالب والطالبات لهذه الورشة نفسياً ومهنياً، وذلك في سبيل تقديم أفضل ما يمكن للنزلاء والاهتمام بهم، خطوة مجتمعية ولفتة إنسانية لتعزيز قيم مختلفة في المجتمع: كالتكافل الاجتماعي، التطوع، العطاء والانتماء، وذلك بالتزامن مع الأعياد المجيدة. يُذكر أن مجموعة الطلاب المشاركين في الورشة تكونت من نخبة طلاب الفرع المتميزين ومن مختلفطبقات التعليمية في المدرسة، وعن هذه الجرأة في اختيار الطالب تحدثت المربية فادية: « تكونت المجموعة من طلاب الصفوف المختلفة كالعاشر، الحادي عشر، والثاني عشر؛ وذلك ليتسنى للطلاب الانكشاف على هذا المشروع الإنساني، تطبيقاً لنهج وفلسفة المتنبي التربوية- التعليمية من جهة، ومن جهة أخرى تمكين طلاب الصفَّ العاشر من ممارسة المهنة بشكل عيني وتجريبي، الأمر الذي أظهر تمكّنهم من استخدام الأدوات بمهارة وإبداع رغم حداثتهم في الفرع، والتعامل مع المسنين بلطف، اهتمام، وحذر».

الجمعية الوطنية الحيفاوي:

* انتحاب زعترة يشكل تحولاً خطيراً في قواعد اللعبة السياسية

* هل زعترة هو العربي المتطرف وشلي هي العربية الصالحة بحسب نتنياهو؟

العنصرية

أهلنا في حيفا

نعتبر انتحاب رجا زعترة من منصب النيابة واستبداله بشهير شلي، تحولاً خطيراً في علاقتنا السياسية مع البلدية وله دلالات واسقطات كبيرة جداً على حقوقنا وقواعد اللعبة السياسية. أولاً، نؤكد ما جاء في بياننا السابق الصادر يوم الثلاثاء الماضي، أننا نقف مع الجهة وندين هذه الجماعة العنصرية المسورة على عضو البلدية رجا زعترة. ولكننا حذرنا أيضاً من وجود صفة سياسية مع السلطة لاستبدال زعترة بشلي ضمن البقاء في ائتلاف يشمل الجبهة وليبرمان والبيت اليهودي ودافيد عتسينوفي، أكثر المحظوظين على مجتمعنا. للأسف قد أبْرَمَت الصفة، والتي نعتبرها استسلاماً ورضوخاً لنتنياهو والنخبة السياسية العنصرية الذين بهذا قد حددوا هوية من يكون نائب رئيس في بلدية حيفا، والتي تريد أن ترسم من جديد هيولتنا وموافقنا بحسب الإجماع الصهيوني وتضييق الشرعية السياسية حول مواقفنا وحقوقنا الوطنية.

فما معنى هذه الخطوة وما هي الرسالة منها؟ هل كل ما ازداد التحرير على ممثلينا في البلدية ننسحب؟ وإذا كان تحرير على شهير شلي هل سنسحب أيضاً؟ هل شهير شلي هي العربية الصالحة والمقبولة على السلطة وأما زعترة فلا؟ هل نتنياهو يحدّد من هو العربي المتطرف؟ اشرحوا لنا ما هي الاتفاقية الجديدة والعلاقة مع السلطة وطاقم كاليش؟ ولماذا التمسك في الائتلاف بكل ثمن مع حزب ليبرمان والبيت اليهودي وعتسينوفي؟ هل هي مسرحية ومن إعداد من؟

هل ننسى أن الجبهة قد كانت بالائتلاف البلدي أكثر من خمسة عشر عاماً وكان لها نائب رئيس مع صلاحيات، فلماذا إذا لازال الأحياء العربية مهمشة ووادي الصليب هدم ووادي النسناس بدون أي تطوير والمحطة يتم كل هذه السنين؟

لذا نؤكد أن وجودنا وهويتنا ومكانتنا لا يحدّدنا الائتلاف مع العنصريين والانتهازية، بل مواجهة العنصرية بكل براعة وعزيمة وكبراء، ما يحمينا من العنصرية هو التوحد كشعب أصيل والعمل الجدي والجماهيري من أجل حقوق ومتطلبات مجتمعنا الجماهيرية واليومية، لا العنتريات والبطولات الإعلامية التي يتمخض عنها استسلاماً لطلب نتنياهو مقابل تمسكاً بالائتلاف مع أشد العنصريين في حifa من حزب ليبرمان والبيت اليهودي ودافيد عتسينوفي.

وقال المحامي جورج شحادة سكرتير التجمع الوطني الديمقراطي في حيفا إن المرحله تتحم علينا وفي خضم هذه التطورات الخطيرة، العمل معاً وتوحد كافة القوى الوطنية والديمقراطية والأهلية والسياسية الفاعلة في حيفا، من أجل إفشال كل المشاريع العنصرية، من خلال تأسيس مجلس عرب حيفا، إطار وطني عام وجامع ينظم السكان العرب في حيفا ويكون مرجعية لمواجهة العنصرية في حيفا.

سكرتارية التجمع الوطني الديمقراطي في حيفا

لما تصل الفهوة... فتش مسلح جوخ ابو سلمى قهوة بيته تقوم بالواجب



المتنبي؛ تنتفض عن بكرة أبيها ضدّ هولوكوست قتل النساء في المجتمع العربي

مع كلّ امرأة تُقتل في بلادي تذبل حديقة وتمهاوى عاصمة وتسقط الرجولة...



ولكننا شركاء في الجرائم القادمة مالم يأخذ كل واحدٍ مثا دوره في المجتمع، من خلال رفض جميع أنواع وأشكال وألوان العنف المختلفة بشكل عام، ضدّ النساء بشكل خاص.

بناءً على ما تقدم كان للمتنبي وطلاّبها كلمتهم الجازمة وانتقاضتهم الحاسمة جملةً وتفصيلاً ضدّ هولوكوست قتل النساء، حيث تم تخصيص يوم أمس الأول، الأربعاء، لتنظيم فعاليات خاصة، فيها تناول كلّ مُربٍ الموضوع أمام طلابه، وفي تمام الساعة العاشرة وقف ستة وعشرون طالباً، حمل منهم خمسة وعشرون طالباً أرقاماً تعدّ ضحايانا النساء، بينما حمل الطالب الأخير لافتة تدعوا إلى وقف مسلسل سفك الدماء بحق النساء في المجتمع، بينما حمل باقي الطالب لافتات تستنكر العنف وتشي أشكاله وتدعوا إلى التسامح وإرادة الحياة. وتأتي وقفة الغضب هذه تزويجاً لفلسفة المتنبي التربوية- التعليمية التي ترى إلى الطالب مركزاً وأساساً، فتتأدب على أن تجعل منه سوياً وقدراً على التماهي مع قضايا مجتمعه المفصليّة والهامّة.

معاً بسعادة، انتماء وتعاون نكتب حكاية المتنبي... «من يكتب حكيته يirth أرض الكلام ويملك المعنى تماماً»

حيفا - لمراسلنا - إيمان عوض: ضحية أخرى من ضحايا مجتمعنا العربي، يضاف اسمها إلى القائمة الطويلة من قائمة النساء المذبوحات اللاتي يذبحن ويُقتلن بالبثّ العيّ والمباشر، بينما يعتاد مجتمعنا على الكثير من صور الدم، الذبح والدمار. تصير النساء مع كلّ جريمة وجريمة أخرى، مجرد أرقام، ونحن أبناء هذا المجتمع نتفنّ بشرب الدم ووأد الإناث على طريقتنا الخاصة، وما من أحدٍ فيما يقدر على منع الجريمة القادمة. إيمان عوض من عكا تحلّ الصورة الإعلامية بجثتها الذبيحة مكان أشلاء عروس الجيش يارا أيوب، ومن قبلهما منال فريزات من النقب، من يافا: سمر خطيب وحياة ملوك ونورا ملوك وفادية قدّيس، من الطيرية؛ زيدة منصور وريما أبو خيط، من دبورية: رسميّة طه مصالحة؛ ومن النقب نورا أبو صلب؛ ومن شقيق السلام عفاف العرجاوي... والقائمة أطول من ذلك بكثير، وكلّ بقاعنا تلوّن بدماء النساء التي سالت بأيدي غاشمة تثال من الحرّة، الجمال، وإرادة الحياة.

تُشير آخر الإحصائيات إلى ارتفاع ملحوظ في عدد جرائم القتل بشكل عام، وفي مجتمعنا بشكل خاص، وفي المقابل نجد أنّ الحكومة الإسرائيليّة قد قررت، مؤخراً، تقليص مبلغ ٤٠٠ مليون شاقل من ميزانية خطة مكافحة الجريمة في المجتمع العربي رغم تفاقمها، الأمر الذي لا يغفينا نحن كذلك من المسؤولية، فالمسوّلية جماعيّة والتقصير مشترك



عاصرة المطبخ العثماني في البلدة التحتا في حيفا مهرجان الشام 2018



تركية محشوة بالفستق الحلبي حسب التقليد التركي الأصلي. هذا ومن الجدير بالذكر أن د. نوف عثمانة - إسماعيل هي المستشارة والمديرة الفنية للمهرجان.

تصوير: أساف أفرام | ميخا بريكمان | نير بلزيتسكي

الحرمين» - دكان «هاراتاتوابل صغير وعائليّ أقيم في المستويات من القرن الماضي، وحالياً تستورد العائلة الهارات والحلويات، حيث الكثير منها من تركيا، وخلال المهرجان تحول إلى دكان «هاراتات خاص بالطبيخ التركي وأنواع كثيرة من الراحة\الحلقوم بمذاقات متنوعة كلها مستوردة من تركيا.

كما شارك بيت التراث، وهو دكان ساحر موجود في كفر قرع، فتحه أبو حسين أحمد، ميكانيكي سيارات سابق وجامع لأدوات من التراث العربي. يبيع في دكانه أدوات منزلية وملحقات\إكسسوارات مستوردة استيراداً شخصياً من تركيا، أوزبكستان، فلسطين، المغرب، مصر، والهند. وبمناسبة المهرجان انتقل بيت التراث من كفر قرع إلى حيفا إلى دكان مؤقت تميّز، عرض الكثير من الأدوات المنزلية التركية الأصلية والقديمة.

ولأنى دكان حلويات زلاطيمو الشهير الذي جاء خصوصاً ولمرة واحدة إلى حيفا من القدس، فقد تذوق زوار المهرجان العقبة التقليدية الرائعة من صنع محمد زلاطيمو، التي قام بخبزها في المكان وإلى جانبها قدمت بقاوة

حيفا - مراسلنا - رغم حالة الطقس العاصفة التي شهدتها البلاد نهاية الأسبوع الماضي، في يومي الخميس والجمعة، 6-7/12/2018 اكتظت مطاعم البلدة التحتا في مدينة حيفا بالزوار من كل أنحاء المدينة والبلاد، والذين شاركوا في مهرجان "الشام 2018"، وتذوقوا من الوجبات الخاصة التي قدّمها لهم أفضل الشيفات في البلاد: د. نوف عثمانة - إسماعيل، جلال سالم، صلاح كرد، دخل صندي، علي خطيب، شادي بشارة، نشأت عباس، نايفه ملأ، يسرائيل أهروني، حاييم كوهن، چيل حوقاف، هلا آلبرت، وغيرهم.

وقد كرس المهرجان هذا العام للمطبخ العثماني، حيث وجبات السلاطين في قصور الإمبراطورية العثمانية عادت إلى الحياة من جديد؛ وإلى جانب القدور التي فارت فيها مأكلات معروفة أكثر أو أقل، قدمت مجموعة مختارة من الوجبات الخاصة وأقيمت فعاليات للكبار والصغار، مناقشات، وورشات لجميع الأجيال، جولات وعروض موسيقية، كلها مكرسة للثقافة العثمانية.

بالإضافة إلى ذلك تحولت دكاكين شارع «بؤابة پلمر» إلى تركيا صغيرة، وحرص زوار المهرجان على التجول بينها فذوقوا وشعروا كيف عادت الإمبراطورية العثمانية إلى الحياة. ومن هذه الدكاكين كان دكان «هاراتات

المنتج على عبّاسي يزّلزل الساحة الفنية ببرنامج «عرب ستار»



التسجيل لبرنامج المواهب

لل إذاعة والتلفزيون العربي

من: الإعلامي عمري حسنين

بعد غياب طويل لبرامج اكتشاف المواهب الغنائية عن ساحتنا الفنية، يزّلزل المنتج الكبير على عبّاسي الساحة الفنية بإنتاج ضخم لدعم المواهب العربية الصاعدة، والوصول بها إلى النجمية.

فقريراً سيطرّ علىكم البرنامج الغنائي «عرب ستار»\Arab Star الذي سيُبثّ على شاشة قناة «مكان» 33، بمشاركة لجنة التحكيم المكونة من الفنان البروفسور تيسير إلياس، الفنان إميل جمال، والفنانة رهام حمادي؛ ومع مقدمة البرنامج إيمان بسيوني، وبإخراج جمال صبجي.

ويعدّ هذا البرنامج المواهب الغنائية من عمر 17 عاماً فما فوق، وتقبل طلبات التسجيل حتى تاريخ 20/12/2018 على الموقع التالي:

<https://www.makan.org.il/Item/?itemId=51600>

يُذكر أن الفنان المنتج على عبّاسي عُرف بدعمه المتواصل للفن، وبمكانته الفنية داخل البلاد وعلى مستوى الوطن العربي، وأنه قد أثرى الساحة الفنية سابقاً بعده من البرامج التي لاقت نجاحاً باهراً ونالت استحسان الجمهور، وانتهت بعدد من كبار الفنانين والنجوم الموجدين حالياً على الساحة الفنية، كما أنها لم تستهدف فئة معينة من الجمهور حسب، إنما حرص عبّاسي على أن يصل بدعمه إلى جميع الأعمار والفئات، مثل برنامج «عرفزيون» وبرنامج «كيد ستار» وبرنامج «نجمون الغد» ومسلسل «أمال وكمال».

الكلية الأكاديمية أونو كامبوس حيفا وجمعية القانون الجماهيري في إسرائيل يتشرفان بدعوتكم لحضور مؤتمر حول موضوع:

قانون القومية

المؤتمر يقام في 23.12.18 في تمام الساعة الرابعة في مبنى الكلية الأكاديمية أونو كامبوس حيفا، بنيין شعار הנמל, הנמל 32, حيفا

كلمة ترحيبية

بروفيسور يوقال الباشان، عيد كلية الحقوق أونو

16:15-16:00

الجلسة الأولى: «قانون القومية صهيونية قومية وحق تقرير المصير»
ميسرة الجلسة: د. هالة خوري - بشارات، الكلية الأكاديمية أونو

17:30-16:15

المحاضرون:
بروفيسور روت چفيرون، الجامعة العبرية في القدس
بروفيسور دانيال ستاتמן، جامعة حيفا
د. رائف زريق، الكلية الأكاديمية أونو

استراحة

17:45-17:30

الجلسة الثانية: «الاستيطان اليهودي وسكنة العرب بعد قانون القومية»
ميسرة الجلسة: د. ميطال بينطوط، الكلية الأكاديمية أونو والكلية الأكاديمية صفد

19:00-17:45

المحاضرون:
د. أهل جبارين، الكلية الأكاديمية أونو
د. حجاي ڤينيتسكي، المركز الأكاديمي (كلية شعاري مشباط)، رئيس معهد بيجن للقانون والصهيونية
بروفيسور حاييم راتنبرغ، المسار الأكاديمي، كلية الادارة (همخلاه لنهال)
بروفيسور يوسف جبارين، التخنون

الجلسة الثالثة: «قانون أساس القومية من وجهات نظر من الحلبة السياسية»

ميسر الجلسة: د. يعقوב بن شيمش، الكلية الأكاديمية أونو

20:00-19:00

المحاضرون:
النائب أحmed طيبى، القائمة المشتركة
حاييم ريمون، وزير القضاء ورئيس الحكومة سابقاً
النائب أكرم حسون، حزب كلنا
النائبة شولي معلم - رفالى، رئيسة كتلة البيت اليهودي



להרשמה לחצו כאן



העמותה למשפט ציבורי בישראל
جمعية القانون الجماهيري في إسرائيل
The Israeli Association of Public Law



تشكيلة واسعة من زينة عيد الميلاد في مي ماركت فرع حيفا



* لا ازدواجيه في العملات * الصور للتوضيح فقط * يحق للشركة إيقاف/تحديد الحملة بكل وقت ، احتمال الخطأ وارد ومردود

فتخ طارق

حملة الخفالة

شمن أنتوكا شوكولاتة
لـ 2.7 لتر



14.90

سوكر شوكولاتة كمثرى مفترض
لـ 5 كيلو



1.90

سوانة سفيفيكو شليسفيه
لـ 95 جرام لـ 1 كيلو



8.90

نمسك فرس بمعذبيه



15 جرام 400

فپسي، ميرندا، 7 أغ
شيشية 1.5 لتر



14.90

شيشية كوكا كولا



32.90

كافه نحله يرök 1 كيلو



34.90

كافه جيكوبس 300 جرام



19.90

نمسك لـ 1.5 لتر



10.90

شيلولت شوال كواكر
لـ 500 جرام



7.90

أوش تايلادي 1 كيلو سوكت



10.90

أوش فرسى كلاسي 1 كيلو سوكت



7.90

مجنون فستكه - سفagi



8.90

شوكليت عيليت 850 جرام



13.90

תה ويسوكى 100 شكيك



9.90

ملپفون فري خل - حموم - ملچ
مع تحسفه 20% - 20 جدول 9-7



10

دجي بوكر كلجم 750 جرام



11.90

بريله مجنون ذروت 500



12

كبساحه اسهم 750 جرام



7.90

سخينه الامير 900 جرام



14.90

فكتور ويلفود 300



10

مرق شكمي مرك اسهم 400 جرام



7.90

فرسل جل 2.5 لتر



19.90

مرق سودا 1 لتر



20

فيري 900 ميل



7.90

قميشيت مجبونيم



7.90

Choi تهاتوليم 10 لتر



مفتوح
أيام في الأسبوع

حيفا شارع الخوري 2 (مגדל النبيایم) 04-8666512



حبيوا
بعض



HILWI STUDIO

عرض جديد مع أغاني
وشخصيات جديدة

مسرعة فلافل وسلط بندورة

تابع التذاكر لدى معرض كرام حيفا شارع الجبل 10
إمكانية شراء التذاكر من موقع تذكريتي
www.tzkrte.com

السبت 15/12/18

الساعة 12:00

المكان: اوديتوريوم حيفا

التذكرة من جيل سنة وفوق



Fozi Mozi

www.fozimodzi.com
booking@fozi-mozi.com



ماضي صادر
بيع وتصليح حواسيب
وشركات اتصال



Helen Doron English



Tarneem PERFUME



نقدم باحر التهاني والتبريكات بمناسبة حلول
عيد الميلاد المجيد ورأس السنة المباركة
وبهذه المناسبه نعلن بكل فخر عن افتتاح

محلنا الجديد في
ח'ורב
רחוב בנימין ד' ירושלי 2

فاهلا وسهلا

وكما ونعلن لجميع زباء ننا الكرام بان محلنا في شارع ماير
مفتوح لاسرتكم يوم السبت بمناسبة عيد العياد

MERRY
Christmas

وكل عام وانتم بخير

الاحد - الخميس: 9:00-19:00 | الجمعة: 9:00-17:00

تل: 04-8511641 | فاكس: 04-8511642 | شارع متير 21، حيفا | tarneem perfume

محل العرسان



حملة هائلة بمناسبة الأعياد

شوكولاتة

SORINI

1 كيلو = 45 شيكل



صحون بورتسلان

مع شوكولاتة فاخرة

ابتداء من 35 شيكل



شوكولاتة بابا نويل
(صغير)

1 كيلو = 45 شيكل



سلال العيد

ابتداء من

100 شيكل



4 قناني نبيذ
متعددة
شيكل 100



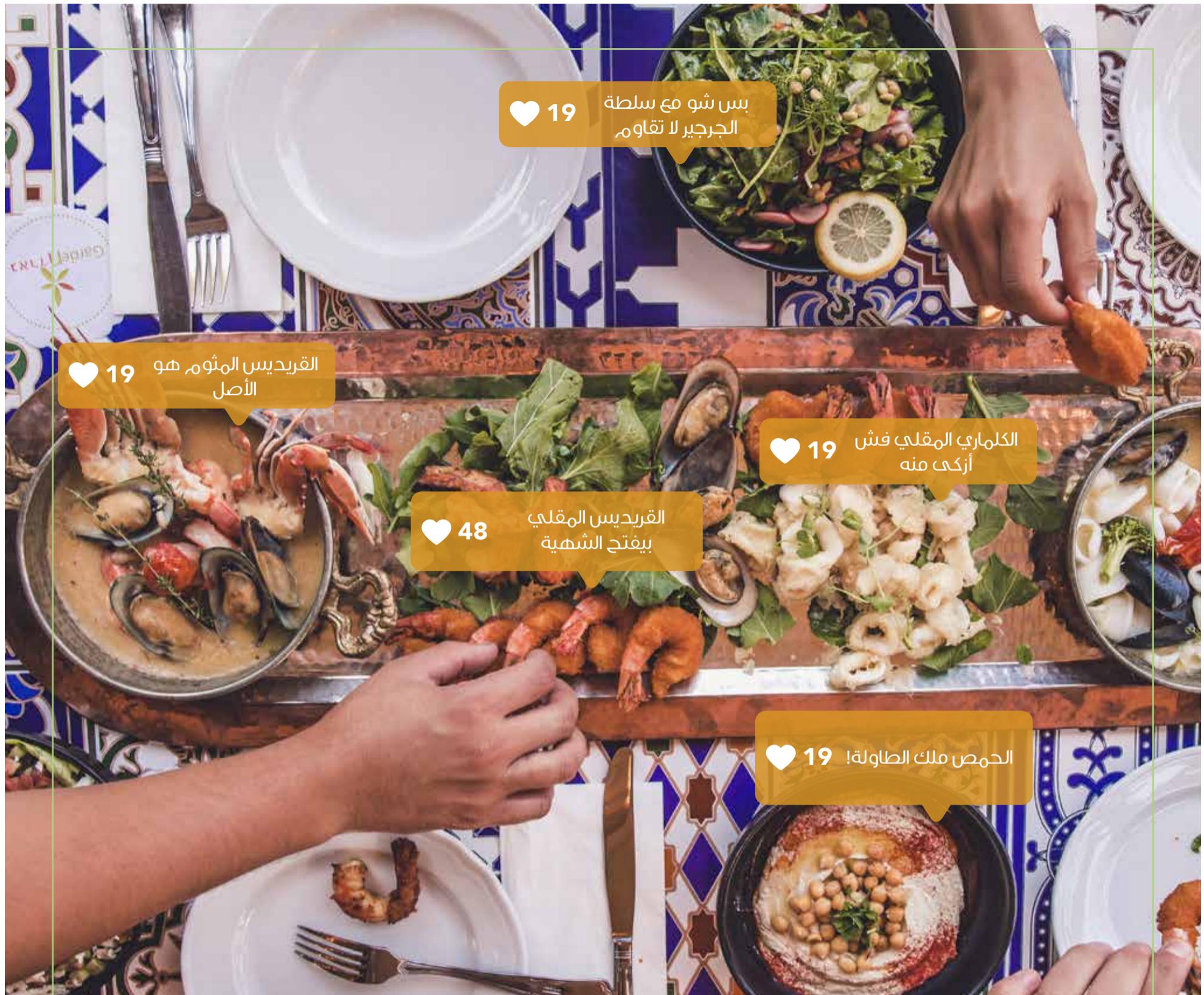
4 قناني
شمبانيا لاروش
شيكل 100



للمدارس
اكياس بابا نويل
100 غرام
شيكل 6.50



افخر المشروبات الروحية باسعار خيالية



وانت شو بتحب؟

في اللي بيحب القعدة برا وفي اللي بيحبوا السلطات والمقبلات او اللي بتحب فواكه البحر او اللي بيحب اللحوم، وفي اللي بيحبوا وجبات الطابون وفي اللي بيحب الخدمة الهمزة والترحيب الدائم، واللي بيحب التصميم الجديد واللي بتحب الارجيلة او اللي بيحب الموسيقى او اللي بيحب ملععب الأطفال او قائمة الطعام الغنية... بالآخر عندنا بالجاردن...

كل واحد بيلتقي اللي بيحبه... الجاردن قلب الألمانية



مطعم الجاردن هي الألمانية، جادة بن جوريون 43، حيفا

04-8507061

مدهص حسن خرساني

تزييلات بمناسبة عيد الميلاد المجيد

اسعار
خاصة
للمدارس



1 كغم اصابع
سانتا 44 شيكل

اكياس عيد الميلاد
ابتداء من 5.90 شيكل

1 كغم شوكولاتة
سانتا 34 شيكل



اسعار خاصة
لرجال
الاعمال



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

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



جديد في حيفا.... جديد في حيفا.... جديد في حيفا.... جديد في حيفا....

h
h
h

STYLE, QUALITY & BRANDS

بادارة: حمودي خرساني



بمناسبة عيد الميلاد
المجيد ورأس السنة المباركة
نعلن عن حملة تحطيم الاسعار

بدلات للعرسان من افخر دور الازياء

ابتداء من 499 ش

بدلات للعرسان 4 قطع

ابتداء من 699 ش



زيارتكم تشرفنا



البوتيك مفتوح كل ايام الاسبوع من الساعة 10:00 صباحاً وحتى 22:00 ليلاً

شارع همجنيم 70 - حيفا 052-5887494

زورونا: موقع فيس بوك انستجرام



دوzan يحتفل بعيد ميلاده الـ 18

تصوير: وائل عوض

احتفل مطعم ومقهى دوزان يوم الاربعاء 12.12.18 بعيد ميلاده الثامن عشر مع لفيف من الأصدقاء وسط أجواء حميمية، تعتبر هذه الأمسية استمراراً للتقليد الاحتفالي السنوي الخاص والمميز.



מרכז הבשר

₪ 65	1 كيلو رقب خروف
₪ 65	1 كيلو اباطاط خروف
₪ 40	1 كيلو قص خروف
₪ 100	1.5 كيلو عجل للطبيخ
₪ 100	1.5 كيلو شوارما عجل
₪ 100	4 كيلو شنيتسل
₪ 50	4 كيلو كبدة/ قلوب

اسعار جنوبية

- 7 كيلو فخذ دجاج ₪99
- 4 كيلو برغيوت ₪99
- 5 كيلو صدر دجاج ₪99
- 6 كيلو جنحان ₪49



* الحملة حتى نفاذ المخزون، الخطأ مردود

وادي النسناس، شارع ماريونا 36 04-8510776

الكبابير، شارع عوده ندى مقابل الصيدلية 052-9598903 | عبلين: 052-7012438

شأنيّة الجدوى واللاجدوى !!!



رسالى الماضى
فليحضر الإيمان باباً لِلْجَهَةِ إِلَى الإِيْقَانِ...
ننعود ونؤكّد أنَّ سُؤَالَ الْأَجْدُوِيِّ فِي الْوُجُودِ... هُوَ
مُقْلُوبٌ سُؤَالَ الْجَدُوِيِّ فِيهِ...
اللَّاَئِي أَرِيدُ الْحَدِيثَ عَنِ الْفَعْلِ الثَّقَافِيِّ وَالْإِبَادِعِيِّ
كِرَافَعَةً لِلْتَّنْبِيَةِ الْاِقْتَصَادِيَّةِ، أَسَارَ إِلَى الْقَوْلِ
لَاِتَّائَةً: الْأَجْدُوِيُّ تَرْبِطُ بِالْإِقْتَصَادِ...
مَا الْغَرِيبُ؟ فَهِيَ تُلْزِمُنَا حِينَ نَغْوُصُ فِي قِرَاءَةِ أَبْجِيدِيَّةٍ هُوَيْتَهَا أَنَّ
قَوْمَ بِعَمَلِيَّةِ جَمْعِ الْمَعْلُومَاتِ وَالْبَيَّنَاتِ، وَمِنْ ثُمَّ تَحْلِيلِهَا، بِهِدْفِ
عِرْفَةِ إِمْكَانِيَّةِ تَفْنِيذِهَا، وَكَذَلِكَ مَعْرِفَةِ مَا تُقْدِمُهُ مِنْ فَائِدَةِ مِنْ
جَلِ الْرِّيحِ...
ذَذَذَ... لَا يَخْفِي عَلَى الْقَارِئِ الرَّأِيِّ، الْبَاحِثُ فِي مَاهِيَّةِ الْأَجْدُوِيِّ فِي
لِوْجُودِ، كِمْقَلُوبٌ عَنْ سُؤَالَ الْجَدُوِيِّ فِيهِ، نَعَمْ!!! لَا يَخْفِي أَنَّ
لِلْأَجْدُوِيِّ هِيَ تَعْبِيرٌ وَاضْعَفُ وَجْلِيٌّ عَنِ الْخَسَارَةِ، فِي حَالٍ لَمْ يُحْفَقِّ
لِوْجُودِ الْفَائِدَةِ الْمَرْجُوَةِ مِنْهُ: جَسِيًّا وَشَعُورِيًّا وَحْتَيْ أَخْلَاقِيًّا!
وَلَكِي أَبْرِزَ ارْتِبَاطَ ذَلِكَ بِالْفَعْلِ الْإِبَادِعِيِّ أَضِيفُ وَاسْجَلُ:
لِمَنْفِي يَحْلِمُ بِالْوُجُودِ، فِي الْوَطَنِ... فَنَرِى أَنَّ مَقْطَعَ الْقَصِيدَةِ
مَذَاهِدًا يَكْتُبُ أَسْتَلَةَ الْوُجُودِ الَّتِي تَحْمِلُ وَتَتَضَمَّنُ عَنْصَرِيَّ الْجَدُوِيِّ
وَالْأَجْدُوِيِّ...
لِإِيْضَاحِ أَكْثَرَ... أَضِيفُ أَنَّ الْوُجُودَ الْفَلَسْطِينِيَّ لِجُغْرَافِيَا الْوَطَنِ
كَانَ بِالنَّسَبَةِ إِلَى الشَّاعِرِ قَصَّةَ يَسْمَعُهَا أَوْ صُورَةَ تُشَعَّلُ الْحَنِينَ
وَتُلْهِبُ الْمُشَاعِرَ لِوَطَنِ غَيْبِيِّ لَمْ تُدْرِكْهُ حَوَاسِهُ كَمْبَدِعٌ، إِلَّا عِنْدَ
سُجُودِهِ عَلَى تَرَابِ فِلَسْطِينِ، مُقْبَلًا أَرْصَفَةَ الْمَدِينَةِ وَشَوَّارِعِهَا...
لَذَا! إِلَيْسَ يَقْظَطُ الْوُجُودُ وَيَطَابِقُ مَعَ الْوَاقِعِ، فَتَكْتُمُ عَنْهَا رَوْيَةُ
الشَّاعِرِيَّنِ الْوُجُودُ وَالْوَاقِعُ فِي مَعَادِلَةِ الْوُجُودِ وَالْوَاقِعِ مَعَ الْغَيْبِ...
طَبِيعًا يَطْفُوهَا، أَيْضًا، إِيمَانَهُ بِوْجُودِ الْوَطَنِ عَيْنِيًّا... حِينَما أَدْرَكَ
نَفْهَهُ هَوَاءَ فِلَسْطِينِ وَسَعَ وَقْعَ الْأَقْدَامِ عَلَى تَرَاهِمَهَا، فَمَارَسَ عَمَلِيَّةَ
لِمَشِيِّ وَاقِعًا مَعِيشًا...
هَكَذَا، عَرَفَ وَلِسُ الْجَدُوِيِّ وَالْوَاقِعِ فِي ثَنَاءِيَّةٍ تُكَسِّرُ قَوَالِبِ
لِلْأَجْدُوِيِّ الَّتِي كَانَتْ تَعْنَى، وَهُوَ فِي الْمَنْفِي، تَتَعَالَى أَلْمًا فِي ضَمِيرِهِ...
يَكْتُبُ: يَمْرَحُونَا الْجَنُودُ... تَأْخِذُهُمُ الرَّهْبَةُ مِنْ طَلَقَاتِ الْعَيْنَ...
جَنُودُ مَمْتَسِنُونَ خَلْفَ بَنَادِقِهِمْ... يَطْوِيْهِمُ الرُّعْبُ... وَأَسْتَلَةُ
لِلْأَجْدُوِيِّ فِي الْوُجُودِ...
صَبَاحُ الْخَيْرِ لَكَ نَسِيجُ شَعْرِيِّ جَمَالِيِّ، لَدْنَهُ فِي كَلْمَاتِهِ، وَيَخْرُجُ مِنْ
لِلْأَجْدُوِيِّ إِلَى الْجَدُوِيِّ، مَتَمَسِّكًا بِالْوُجُودِ وَالْوَاقِعِ عَلَى هَيْنَةِ وَجُودِيَّةِ
شَاعِرِيَّةِ، قَادِرًا عَلَى نَقْدِ الْوَاقِعِ بِخَفْفَةِ وِرْشَاقَةِ...
شَاعِرِيَّةِ، قَادِرًا عَلَى نَقْدِ الْوَاقِعِ بِخَفْفَةِ وِرْشَاقَةِ...



أمة «اقرأ».. لا تقرأ!

فتحی فورانی

أنا والبح

أخيراً.. اكتشفت حيفا!

في ساعات الفجر الأولى.. تكون حيفا الحسنة نائمة.. فأهربها من شاطئها.. وأوقفنها من نومها.. ونسير معًا.. يدي بيدها.. وأحياناً نسير متعانقين!

كانت غائبة عيًّا أكثر من أربعين عاماً.. رغم أنها إلى جانبي.. وتسكن في حقيبتي.. بين دفاتري وأقلادي وأحالمي.. وهي مسقط رأسي! وشاهدت حال الشاعر القديم.. فلقيت ما لاقاه! «وأشدُّ ما لقيت من ألم الجوى \ قرب الحبيب وما إليه وصول كالعيش في البيداء يقتلها الطما \ والماء فوق ظهورها محمول» لقد اكتشفت حيفا الجميلة الرائعة ذات العينين الزرقاويين.. واكتشفت كم خسرت من عمري.. قبل أن أدمن هذه اللقاءات اليومية!

**

العجوز الشابة.. والكتاب!

في ساعات المساء.. التي تخيم على شاطئ البحر.. تلتقي عجوزاً
شابة عمرها أكثر من ثمانين عاماً.. تجلس على مقعد خشبي..
تحمل كتاباً.. وتطالع على ضوء عمود الكهرباء ذي العينين
الناعستان. تسأل نفسك: كم سيدة في مثل عمرها.. في الوطن
العربي وفي هذا الوطن المثخن بالهموم.. تجلس الآن على الشاطئ
أو في صالون البيت.. أو على الرصيف.. أو في العراء تحت شجرة
يتيمة.. وتطالع كتاباً أو جريدة؟!
كم سيدة مثل هذه السيدة؟!
وسرعان ما يأتي الجواب الجار والمفجع والموجع:
”كارثة قومية“!

(من كتاب «بين مدینتين» - سیرة ذاتیة)

مراجع عالنسوان



- هل يعقل إنه القاتل المجرم يكون هو القاضي على مصير إنسانة وحياتها؟ • لا أديان ولا شرائع، لا وصايا ولا قوانين، لا سماوية ولا أرضية سمحت بالقتل..
 - القاتل هو من مجرمي الحرب، وقطعان الطرق، واللصوص، والزناة، والشياطين.. • القاتل بدّو يعيش في مجتمع الفوضى والاضطرابات، والتخرّب والهدم..
 - ما عاد عنّا عقال؟ رجال مجتمع؟ رجال دين؟ كلنا فاسدين؟ شو هالمصيبة اللي صابتنا؟
 - ما بدّي أشكّي للشرطة، لأنها بتحرك بعد الجريمة.. لكن بدّي أشكّي لأهل التربية والإصلاح.. يمكن عندهم لجا؟ ما بعف !!

أبو الياس

سلطاتنا المحلية بين كفتي الميزان⁽⁴⁾

كتبت: رقيّة عدوّي؛ مُدرّسة في مدرسة المتنبّي

سلطاتنا المحلية، ولونظرًا، هي التعبير الصارخ عن إرادة المواطنين وانعكاس حقيقي لصورتهم، صوتهم، وخياراتهم المختلفة، بعيداً عن الدوافع والمصالح الشخصية والضيقة. لا شك أن دور المواطنين لا ينتهي بعد الانتخابات، التي نراها هي البداية، فقط، بل يتحتم على المواطنين أخذ دورهم الريادي وال حقيقي في متابعة ومواكبة عمل سلطتهم المحلية، ذلك في سبيل تحقيق أقصى ما يمكن تحقيقه من رفاهية، عدل، أمن، ومساواة خلال فترة عمل السلطة المحلية.



الوقوف مليأً على مفهوم المواطن الحقيقة والانكشاف على ماهية الحقوق والواجبات وتعزيز الاتباع للبلدة نفسها، لتنتج السلطة بدورها فلسفة إدارية-جماهيرية راقية، ترى إلى المواطن إنساناً فتعمل على حفظ كرامته وحقوقه، وتتضمن سبل تقدمه وتطوره. هذا وإن التغيير الحقيقي وتحقيق ما تقدم على أرض الواقع يستدعي التعامل مع الواقع المحلي بصبر وروبة وإدراك واع لقضايا ملحة يجب أن توضع على سلم الأولويات، تُشكل معاً ثالثاً مشابكاً: الاهتمام بالمحور الثقافي-العلمي في البلدة، تمكين الانتقال إلى «مجتمع مدني» بعيداً عن الفكر الحتمياني-القبلي، من خلال تعزيز وتمكين الطبقة الوسطى في المجتمع، وأخيراً مراعاة إشكاليات كل بلدة على حدة، والعمل على حل مشاكلها الداخلية كالعنف، الصحة، والرياضة، والاهتمام بالمرافق المختلفة، وما إلى ذلك.

وفي ما يخص الاهتمام بالمحور الثقافي-العلمي في البلد، فإنه لا تقوم قائلة المجتمعات ما لم تضع العلم والثقافة على رأس سلم أولوياتها، فويل للفئة أعلى أسوارها مدارسها، فلا يكفي الانصياع لإتاحة التعليم للجميع وفقاً لقانون التعليم الإلزامي، بل على السلطة المحلية أن تكثّف من وجودها وتواصلها مع المدارس المختلفة في الحيّ السكاني، مواكبة العراك في البلدية. العمل الجاد والدؤوب على الارتفاع بالمواطن الإنسان من خلال تأهيل أجيال رياضية وقيادية، سلاحها العلم والثقافة تستند إلى المعرفة، ف تكون تلك الأجيال قادرة على صنع واقعها بوساطة أفكارها وتفكيرها خارج العلب والصناديق، بعيداً عن كل القوالب المسبقة والجاهزة؛ اللُّحُطم بذلك المزيد من تابوهات وقيود هذا المجتمع البالية. فالعلم يفسح المجال ويُعطي المساحة الآمنة لتشكل طبقة وسطى في البلدية، منوطة بمحرك اقتصادي يعتمد على مفهومي الربح والخسارة، يأخذ فيما بعد أبعاداً استهلاكية ثقافية، نظراً للتعزيز من محور العلم والثقافة. فيحاول أبناء هذه الطبقة الثورة على الواقع الاجتماعي المأزوم، وبالتالي هم يبتعدون عن عباءة الحمولة والفكر الحمائي-القبلي. هذا بالتوازي مع توسيع دائرة الاحتياج عند أبناء هذه الطبقة، الأخذة بالتطور والنمو؛ فتدرجياً تبدأ دائرة الثقافة والتئير بالتتوسيع، الأمر الذي يؤدي، بطبيعة الحال، إلى نشوء حراك ثقافي-أدبي يعتمد على الفنون بأنواعها والمسرح. فالانكشاف على الفنون، وبلا أدنى شك، يغير وبالتدريج خطاب المجتمع من خلال التطرق إلى قيم الحرية والمديمقراطية، وأليات بناء مجتمع مستنير مبنٍ على قيم مختلفة عن القيم الموروثة والنمطية، مثل: حرية الفرد، حرية المرأة، حرية الفكر، والاستقلالية الفردية والذاتية.

تختلف احتياجات كل بلد في مجتمعنا عن الأخرى، إلا أننا نجد تقاطعاً في احتياجات المواطنين المختلفة، الأمر الذي يستدعي اهتماماً من قبل السلطات المحلية بقضايا مختلفة: كتحسين البُنى التحتية وتعبيد الشوارع كمحاولة جادة لوضع قضايا حوادث الطرق على سلم الأولويات، من خلال تبئي محاضرات توعية للقيادة الآمنة ووضع حزام الأمان وما إلى ذلك، تحسين بنية المدارس وشكلها الخارجي، والاهتمام كذلك بالموافق المختلفة كالعيادات ورياض الأطفال وبناء مكتبات لإتاحة القراءة للجميع، تبئي عروض فنية، مسرحية وغنائية ومحاضرات علمية تملأ أوقات المواطنين بشكل عام والمرأهقين وأبناء الشبيبة بشكل خاص، تنظيم برامج توجيه مهني وأكاديمي؛ وذلك لتمكين الطلاب من الانخراط الواعي والمُؤَسَّف في حياة ما بعد المدرسة الثانوية وما بعد الخروج من حيز البلدية. ولا بد كذلك من التطرق إلى موضوع الصحة ونشر التوعية الالزامية فيما يتعلق بقضايا التدوير وإعادة الاستهلاك الآمن، التعزيز من الرياضة وافتتاح النوادي الرياضية ولملعب كرة القدم، دعم الفريق المحلي وسبل تملكه؛ وذلك لجعل الرياضة وسيلة للتواصل الإنساني مع جسمه، روحه، ذاته، وصوّلًا إلى تربية المجتمع بأكمله على التحلّي بالروح الرياضية، التسامح، والتقليل من مظاهر العنف ومعدلات الجريمة الأخذة بالتفاقم والارتفاع. مسؤوليتنا جماعية وتقصيراً مشترك، كما أنَّ تغيير واقعنا مُنْوطٌ بنا، ينتظر منا أن نأخذ دورنا الحقيقي والفعلي، فزمن المعجزات قد ولَّ وانقضى، فلينتُشِّر كل واحدٍ منا عن سعاده العمل والجد، ما دام الإنسان قادرًا على صنع واقعه ومحبيه بِ فعله، إرادته، عمله، وأفكاره.



MEAT HOUSE

פרגית

4 ק"ג

₪ 100

ברעיים

7 ק"ג

₪ 100

חזה שלום

5 ק"ג

₪ 100

חזה פרוס

4 ק"ג

₪ 100

בשר לבשול

1 ק"ג

₪ 60

شورמה עגל

1 ק"ג

₪ 60

כבד ולבבות

3 ק"ג

₪ 50

כנפיים

7 ק"ג

₪ 50

פליה

1 ק"ג

₪ 110

אנטרייקוט

1 ק"ג

₪ 110

בשר טלה

1 ק"ג

₪ 85

צלעות טלה

1 ק"ג

₪ 90

פתח בימי שני – שבת 19:00–8:00

רחוב אלנבי 39 (מול קונדיוריית המזרח) חיפה, 054-7200606, 04-8512244

רחוב קיסריה 17, טל' 04-8667627



كزخاتِ المطر الأول
بعد صيفٍ طويٍ هكذا أنتِ
تغسلُ قطراً ثُقْدَهُ قسماتٍ وجِبٍ
وتبُعِّرُهُ كصفحاتٍ تتعفَّفُها الرياح.
ترشحُ الكلماتُ، حارقةً
وتتوهّجُ الذكرياتُ كالبرقِ
ثم تختفي كالسرابِ
لمَن إذاً أكتب؟

تناثرُ الكلماتُ حولي
حزينةً، غاضبةً، لاهثةً.
أخرجُ منْ حُلْمي
أدخلُ مدينةَ الصمتِ
مدينةَ القلوبِ المكلوّنة
قلوبٌ تنزفُ دمًا
وعيونٌ تدمّعُ أَمَا
وأفقُ أَسْوَدُ قاتِمٌ.
أَقْفُ فوقَ جرفِ الجُنُون
أَسْقُطْ صارِخًا
كفى، كفى.

[حيفا]



الوجه الآخر للعملات النقدية: بعض المصطلحات والأسماء

العديد من الأسماء للعملات النقدية والبعض منها نستعملها في أيامنا هذه، إلا أننا نجهل مصدرها أو معناها. في هذا العدد نبذة مختصرة عن بعض الأسماء والمصطلحات الشائعة استعمالها في العملات النقدية.

Money: العملة في اللغة الإنجليزية واللغات اللاتينية تسمى Money - ما هو مصدر الكلمة؟ يعود استعمال الكلمة «موني» في الإنكليزية إلى الفترة الرومانية. إلى الإلهة يونو زوجة يوبير (كبير الآلهة) والتي سميت، آنذاك أيضًا، باسم مونيتا (Moneyta) - الصورة رقم 1 عملية تحمل صورة مونيتا). ووفقاً للأسطورة الرومانية، فقد وعدت الآلهة القياصرة الرومان بأنهم إذا لم يحاربوا إلا في حال الضرورة فهـي تعدـهم بـأنهم لن يحتاجـوا إلى مـال مـطلـقاً. من هنا ارتبط اسم مونيتا بالعملات النقدية ونشاهـد أنـ القـياـصـرـةـ الرـومـانـيـةـ، اـبـتـدـاءـ مـنـ الـقيـصـرـ فـيـتـالـيوـسـ (15ـ 69ـ مـيـلـادـيـ) رـسـمـوا صـورـةـ الإـلـهـةـ مـونـيتـاـ عـلـىـ الـعـمـلـاتـ (الـصـورـةـ رقمـ 1ـ عملـةـ تحـمـلـ صـورـةـ مـونـيتـاـ). وـفـيـ عـصـرـ الـأـخـيـانـ تـظـهـرـ عـلـىـ الـعـمـلـاتـ عـلـىـ شـكـلـ ثـلـاثـ نـسـاءـ، حـيـثـ تـرـمـزـ إـلـىـ ثـلـاثـ أـنـوـاعـ الـمـادـنـ الـتـيـ صـنـعـتـ مـنـ هـاـ الـعـمـلـاتـ: الـذـهـبـ، الـفـضـةـ، وـالـبـرـونـزـ.

دراخماً: اسم العملة اليونانية التي شاع استعمالها ابتداء من الفترة الهيلينية. كانت تزن 4 غرامات. صنع اليونان العملة بعدة أوزان وأحجام، ووفقاً لها اختلف اسم العملة، فمثلاً: سميت دي - دراخماً تلك التي كانت بحجم عملتين من فئة الدراخماً. أما ترا - دراخماً فكانت العملة التي تزن ما يساوي أربع عملات من فئة الدراخماً. أما أكبر عملة يونانية نعرفها حتى الآن فهي من صنع مدينة أكتنوس (Acantus). وتاريخها القرن السادس ق.م. وهي تزن قرابة 70 غراماً، أي ما يعادل 16 دراخماً.

دينار: يعادل الدينار قيمة الدراخما اليونانية وكان يصنع من الفضة الخالصة، ابتداء من القرن الثاني قبل الميلاد. خلال فترة القبصرين (54 - 68 ميلاديًّا) انخفضت قيمة الفضة، وبالتالي انخفضت قيمة الدينار ليصبح في بعض المراحل مصنوعاً من الفضة المختلطة مع معادن أخرى، وفي بعض الأحيان وصلت نسبة الفضة في الدينار ما يقارب 10% فقط، فقط (الصورة رقم 2 - دينار تاريخه فترة حكم ترييان، وعليه النصب التذكاري الموجود في روما حتى أيامنا هذه).

شاقل: تعود عملة الشاقل إلى الفترة الرومانية، والكلمة مشتقة من الكلمة الوزن في اللغة العربية (شاقل = وزن). إذ كانت توزن المعادن قبل سكها للنقدود، ومن هنا ارتبط وزن العملة بقيمتها الفعلية. على سبيل المثال، الحكم المملوك صلاح الدين الحسني الثاني، أصدر عملة عام 1193 قيمتها «أوقية»، وهي وحدة وزن 35 غراماً (الصورة رقم 3 - عملة بقيمة أوقية).

دولار: الدولار في عصرنا هذا: يعود مصدر الاسم إلى الأوروبية «تلر» (Thaller)، وهو اختصار للموقع يواخيمشتلر، وهو الموقع الذي فيه كانت مناجم الفضة التي استخرجت خصوصاً لصناعة هذه العملات. أما العالمة المستعملة رمزاً للدولار وهي \$، فهو ن hak من روح أنها مزيج بين الحرفين US، بينما رجح بعض الباحثين أنها تحمل خطين رمزاً لمضيق جبل طارق.



نقديّة: بدأ استعمالها في إيطاليا، في ميديني ميلانو والبنديقية خلال القرن الخامس عشر. لاحقاً انتقل الاسم من إيطاليا إلى مدن العالم. مريا تريزا: عملة من الفضة كبيرة الحجم، طبعت منذ العام 1780 بكميات كبيرة، وهي تحمل صورة مريا تريزا. رغم أنها عملة نمساوية فقد كانت قانونية الاستعمال في بلادنا والدول المجاورة في الشرق الأوسط، خلال القرن التاسع عشر.



مجيدية: عملة سميت نسبة إلى السلطان التركي عبد المجيد الأول، الذي حكم ابتداء من منتصف القرن التاسع عشر. كانت قيمتها تساوي 20 قرشاً. ولكن نوضح قيمة العملة، على سبيل المثال، فقد كان سعر الحصان، آنذاك، 45 مجيدة.



بشكلك: البشكك عملة تركية مصنوعة من البرونز ممزوجة مع القليل من الفضة. كانت قيمتها 5 قروش، إلا أنه مع مرور الوقت وبسبب انخفاض قيمة الفضة، انخفضت قيمة البشكك إلى 2.5 قرش.



بومه: اسم أطلق على العملة اليونانية من القرن الرابع ق.م. لأنّ صورة اليوم كانت منحوتة عليها، وهو الطائر المقدس للإلهة أثينا، ووفقاً للأساطير اليونانية (الصورة رقم 4).

أبو جرة: لقب العملة الرومانية من فترة بار كوخبا، مصنوعة من البرونز، وسميت بهذا الاسم لأنها تحمل رسمة الجرة عليها.

هيلانة: اسم أطلق على العملات من الفترة البيزنطية، التي حملت، عموماً، كتابات باللغة اليونانية.

درهم: هو تشويس لاسم اليوناني دراخما، وقد حصل هذا التشويس ابتداء من القرن السابع الميلادي (الصورة رقم 5 - درهم من الفترة الأموية).

هاشم ذياب



- حرّة اللاّمعقول سؤال صوفيّة إيماءة الروح تهلل منا تسكننا حبل القيود تراوح في سهرة ماجنة يصورها سفينـة مسارات ضياعـنا..
- المبـوـصلةـ. كما يحـبـيـ الـبدـئـيـونـ.. بوـهـيمـيـهـ. مـراـيـاـناـ العـاكـسـةـ اـدـعـاءـاتـناـ النـزـهـةـ تـداـهـنـ الصـدـىـ.. ظـلـ أـمـيـنـاـ لـوـاقـعـناـ * يوجد بالانـشـراحـ.. على الغـرـيقـ بالـأـمـلـ يـعـينـ أـحـزـانـناـ
- نيـامـ قـطـارـ الطـرـيقـ نـغـرـ فيـ الـحدـودـ أـوـتـارـهاـ المـتـحـكـمـةـ بـالـلـعـبـةـ زـيـنـةـ رـقـابـنـاـ الـمـسـتـعـبـدةـ
- (قطـبـانـ) الـأـحـلـامـ إـيقـاعـ مـسـالـكـ الرـفـاهـ أـمـانـ مـهـاجـعـناـ خـانـتـ الثـوـرـةـ بـالـطـمـانـيـةـ
- عـلـىـ الـبـنـينـ عـلـىـ الـبـنـاتـ وـالـمـأـوىـ فـالـحـدـودـ فـلـنـاتـ الـكـبـدـ وـظـيـفـةـ، مـنـاصـبـ، سـفـرـ الـلـنـدـنـاتـ وـدـيـعـةـ تـقـاعـدـنـاـ لـلـشـيـخـوـخـةـ *
- الـنـاسـ تـسـلـكـ مـوـاقـعـ الـاتـصالـاتـ.. تـهـنـاـ أـسـمـاءـ مـدـمـنـةـ جـدـيدـ (ـالـمـوـبـقـاتـ)
- (ـتـدـلـقـ) الشـعـارـاتـ الطـائـشـةـ قـابـلـةـ الـمـخـاضـ إـجـهـاضـاـ
- وـلـادـةـ لـلـجـوـعـ لـلـأـلـمـ
- الفـقـرـ وـعـيـهـ أـسـمـاءـ الـصـرـاخـ
- وـالـخـوـفـ
- هـاـ هـنـاـ الـوـفـاقـ رـفـيقـيـ رـفـيقـيـ حـيـفاـ طـمـرـةـ
- تـبـيـخـرـ (ـمـسـلـمـاتـ مـطـلـقـةـ) أـمـلـ الـغـرـيقـ



بادارة: شربل مطر

فخاد مسحوب طازج
(برغيوت)



3 كغم
99

صدر دجاج طازج



4 كغم
99

فخاد دجاج طازج



5 كغم
99

دجاج طازج



1 كغم
12.90

شنител دجاج نظيف



3 كغم
99

جنحان دجاج طازج



4 كغم
50

قرامي دجاج طازج



4 كغم
99

شوارما عجل



1.5 كغم
99

عجل مفروم خشن



1.5 كغم
99

عجل مفروم ناعم



1.5 كغم
99

كفتة مع بصل وبقدونس



1.5 كغم
99

عجل للروستو او لبن امه



1.5 كغم
99

لحم عجل للطبخ



1.5 كغم
99

شارع أللنبي 26، حيفا • 048677770



اثاث البستان يركا



36x230
₪ قسط

طقم تركي 3+2+1+1



36x166
₪ قسط

طقم زاوية راقي



36x180
₪ قسط

طقم ركابينر 3+2+1+1



36x390
₪ قسط

غرفة خشب ملان +
خزانه ٦ ابواب

إمكانية الدفع حتى **60** قسط

WWW.ALBOSTN.COM

يركا المنطقة الصناعية: 04-9562353



רחוב שי עגנון 18
, 3.5 חדרים, במצב מצוין

מחיר סגירה 820,000 ₪



רחוב הנוף 58,
דירת 4 חדרים, מושפעת, קומה 1

מחיר 1,120,000 ₪



רחוב נבאס
דירה ענקית במבנה אבן, תקרות גבוהות, כ 100 מ'ר

מחיר 1,040,000 ₪

KHOURY
REAL ESTATE - **שירותי נדל"ן** - **כמיהה מיום קידום!**
עו"ד סמיר ח'ורי - יועץ & מ激动 נדל"ן

רחוב מד' צפת
דירת גן מהמתה - כ 140 מ'ר, 5 חדרים + גינה ענקית

מחיר 1,320,000 ₪

רחוב היובל 6
דירת 130 מ'ר, קומה ראשונה, 5 חדרים - בהזמנה -

מחיר 1,450,000 ₪

רחוב שי עגנון 16
קומה 5, כ 80 מ'ר + מרפסת לנוף ים !

מחיר 850,000 ₪

משרדי ראשי: שדר' המגנים 58, חיפה | טל': 04-682-1816 | פקס: 052-377-49-49 | נייד: 048-540-450-04 | חפשו אותנו בפייסבוק



توصيات من كلاليت في مجال الغذاء والأمان لعيد الميلاد المجيد ورأس السنة الميلادية

(5) الأمان أثناء الاحتفالات في كل عام في عيد الميلاد ورأس السنة يصاب عشرات الأطفال من جراء استخدام البخاخات التالجية، المفرقعات النارية، ومن استعمال الأشيائش الخشبية أثناء حفلات الشواء. لذلك يجب أن لا تتركوا أطفالكم دون مراقبة ولو للحظة.

(6) الهدية وفروا للأطفالكم ألعاباً آمنة ومناسبة لمرحلة تطورهم. من المهم أن تكون الألعاب معدة للتعليم والتثقيف وتحفيز حسهم الإبداعي ومصادق عليها من قبل معهد المعايير التابع لوزارة الاقتصاد: لا تقدموها ألعاباً صغيرة أو ألعاباً يمكن بسهولة نزع أجزاء منها ليضعها الطفل في فمه، ألعاباً فيها زوايا حادة، أو ألعاباً تطلق أصواتاً عالية، وقدموا فقط ألعاباً مصنوعة من مواد غير سامة.

في هذا السياق، تحدث السيد محمد فرج البديوي، مدير التسويق للوسط العربي في كلاليت: «نحن في كلاليت نقوم بحملات توعية في مجال نمط الحياة الصحي في جميع فصول السنة، وخصوصاً في فترات الأعياد حيث يكتظ المحتفلون من تناول الأطعمة الغير صحية وللنبيه بالسعرات الحرارية، وأضاف: انه بإمكان المحتفلين زيارة موقع كلاليت باللغة العربية من أجل اكتساب معلومات قيمة بموضوع التغذية السليمة وكيفية تبني نمط حياة صحي. وفي هذه المناسبة أتقدم باسمي وباسم إدارة كلاليت بهذه زيارتنا للمحتفلين بحلول عيد الميلاد المجيد ورأس السنة المباركة وأتمنى أن يعاد عليكم بالمزيد من الصحة والخير».

خلال فترة عيد الميلاد المجيد ورأس السنة الميلادية، نحتفل بالعائلة والأصدقاء ونختبىء الكبار من وقتنا حول مائدة الطعام لنسعد بتناول أشهر الأطباق والحلويات. ونكتشف في نهاية العيد أننا قد تناولنا خلال فترة قصيرة العديد من الوجبات الغنية بالدهون والكثير من السعرات الحرارية.

لهذا تقوم كلاليت هذا العام بتقديم التوصيات الغذائية اللازمة لزيارتها المحتلفين بعيد الميلاد المجيد ورأس السنة الميلادية لتحضير ماكولات متعدة. لنذيدة وصححة خلال فترة الأعياد: (1) اختياروا الشوكولاتة الداكنة التي تحتوي على 70% على الأقل من الكاكاو، حيث انه كلما ارتفعت نسبة الكاكاو، كلما ازدادت القيمة الغذائية.

(2) فضلاً عن ذلك، ابتعدوا عن النقرشات المصنعة المهدورة وكمية عالية من الملح. (3) تجنبوا المعجنات، حيث تتكون معظم أنواع المعجنات من طحين أبيض وكمية كبيرة من الزيت. (4) اللحوم رغم أن الحمّة تحمل قيمةً غذائيةً عالية، إلا أن استهلاك كمية كبيرة منها يرتبط بأمراض عديدة، مثل السمنة، مرض هشاشة العظام، وتصلب وتضيق الشريانين.

TOP NCISIM
יעוז - קניה - מכירה והשכרת נכסים
שיעור פרויקטים

бедك تبيع بيتك؟ لتقييم سعر البيت مجانا اتصل: امير صفورى - امانة ومصداقية

للإيجار

الطلبيات مرمرة بالكامل

5 غرف 120 متر، طابق ثاني موقف خاص منظر خلاب للبحر.

شارع كذوش دمشق

3.5 غرف مرمرة طابق 3 موقف سيارات مشترك 2900 ₪

مكاتب / تجاري

60 متر بالهادار قرب بلدية حيفا يصلح لدكاكين او مكاتب 3000 ₪

مكاتب بمساحات مختلفة بموقع ممتاز عיר תחתייה / كريית הממשלה

20/50/70/120 متر ابتداء من 1000 ₪

اراضي

3.7 دونم ارض زراعية على الشارع الرئيسي قرب يوكونعام (الهמושבה) بسعر مغربي.

فرصة لا تعوض !!! ارض زراعية (מושבה يوكנעם)

بيوكونعام، قريبة من الشارع الرئيسي 1.35 دونم ب 135000 ₪

قطعة ارض في شفاعمرو 600 متر للعمارة.

شقق للبيع

جديد باجمل بناءة بشارع هيلل

4 غرف كبيرة مساحة 125 متر منظر خلاب يسحر الانظار للبحر وحدائق الهمائيين، مصعد، موقف خاص ومخزن امكانية اضافة شرفة 15 متر

الكرمل الفرنسي

5 غرف واسعة 120 متر + شرفة كبيرة مطلة على أجمل منظر للبحر.

بن יהודה קרוב לציזנות
للزواج الشابة او للاستثمار
عمارة جديدة ومرتبة 4. غرف 85 متر طابق 3
سعر مغربي 790000 ₪

شارع كيساري

2.5 غرف (توفيق طبو) + سطح طابو طابق 3

هتسبيونوت علوي

3 غرف مرمرة بن涓ق رفيع منظر خلاب للبحر

شדרות הציונות 17 חיפה | נייד 058-7633398 | topnadlan10@gmail.com



ض. ر. للعقارات D.R. Real Estate

كلم نعيم

بيع، شراء، تأجير وإدارة جميع أنواع العقارات بإدارة: روجيه ضاهر

للبيع بالكرمل الفرنسي

(ديرات ٢٦) 72 م حدائق
60 م السطح مسجل
بالطابو امكانية اضافة بناء
لبناء 60 م بنية حجر عربي
سقوف عالية بلاط مرسوم
شبابيك خشب ومخزن

للبيع شارع ستيل مارييس

طابق اول 10 درجات مدخل منفرد 62 م² غرف شرفة كبيرة مرتبة
تصلح لعيادة او مكتب

للبيع فيلا الاحلام دينيا

للبيع رمات بيغن شارع بني بريت

5 غرف شرفة مع منظر 30 م
حمامان الخروج من وحدة الامل
السكنية للحدائق.
 موقف بجانب الشقة

للبيع بنبغه يوسف شارع يروشلمي العزر

بالقرب من التخنيون بنية منفردة 3 طوابق مطلة
للجر حوالي 150 م موقف تحضير لمصعد

للبيع بالحي الالماني

(ديرات ٢٦) 110 م² 4 غرف مرممة حديثاً مدخل منفرد
حديقة مع فاصل 150 م (غير مسجلة بالطابو)

للبيع شارع ستيل مارييس

الطبقة 3 حوالي 52 م² 3 غرف مطلة للبحر مرتبة

للبيع بوادي النسناس

ارض 400 م، حواصل 85 م، مساحة مبنية 200 م (3 شقق سكنية)، امكانية
اضافة بناء حوالي 350 م، امكانية لهدم وبناء مبني مع موقف خاص،
4 طوابق سكنية، مكونة من 8 شقق، كل شقة 12 م²+شرفة 80 م²

للإيجار بالبلد التحتى كامبوس هنمال

بجانب الكليات
ملائم لمقهى صغير / او اي مصلحة اخرى
48 م²+ غاليريا 27 م²



مطعم وكافيتريا Paprika مفتوح للزبائن الكرام



”تفضلوا زورونا
ومن اكلاتنا
دوقوا وشاركونا“

حملة الاعياد

4 باغيت- شنيتسل/برغيوت/صدر دجاج/
معورب يروشلمي/ او نوعان من البستراما/
جبنة/سلامة/كتف بقر

فقط ب 100 شيكل



3 باغيت مع لحمة فيليه

فقط ب 100 شيكل

وجبة فطور- باغيت مع عجة+سلطنة

فقط ب 20 شيكل



لحمنيوت مع عجة 10 شيكل

قهوة اسبرسو 5 شيكل

هفوخ 8 شيكل



المحل مفتوح يوميا من الساعة 7:00 صباحا حتى 24:00 ليلا

للطلبيات والارساليات 04/8536300 شارع النبي 12- زاوية هبنكيم-حيفا