

ابيليا اوريا
بيع صيانة ودوzan
جميع ماركات البيانو
www.luriapianos.com
عسفيا - 050-5293670



توزيع مجاني

الجمعة 28 كانون الأول 2018

العدد 443

أسبوعية قطرية، مستقلة، شاملة

ننقدم إلى القراء كافة، بأحر التهاني القلبية، متمنين للجميع سنة جديدة مباركة.
أملين أن يحل العام الجديد وقد نعم شرقنا وبلدنا الحبيب بشمس مضيئه مشرقه تحمل بشائر خير
وبارقات أمل بمستقبل أفضل.
ولهذه المناسبة نعلمكم أنَّ صحفة "حيفا" ستحتاج عن الصدور لمدة أسبوعين، على أن تعاود الصدور
كالمعتاد صباحة يوم الجمعة من العام القادم (18/1/2019).

لله الحمد

حملات العروض السنوية

حملة هائلة مناسبة الأعياد

حبي ماركت حيفا

حملات شهر الأعياد في

Haifa Market

19

18

مِيلَادُ الْمَسِيحِ فِي الْقُرْآنِ

الشيخ رشاد أبو اليماني

(إمام مسجد الجرينة ومأذون حيفا الشرعي)



المُلخصات، تلميذات المصلوب

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



25 «هناك عند صليب يسوع، وقفَتْ أمُهُ، وأختُ أُمِّهِ مريمُ للمجديَّة، كما هي الحال مع امرأة قُولوا، ومريم المجديَّة».

- ## ١. الصَّلِيبُ، رَمْزٌ مَلَكِيَّةِ الْمَسِيحِ

المخلص، إذ إنه «الساعنة» الحاسمة والنهائية لسيادة المسيح الملكية. وهكذا، فإن الصليب تحول من أدلة لعنية إلى عرش ملكي للمسيح. فالصلب هو، ليوحنا، ليس مكاناً للألم، للعار والكراهيّة، بل إنه المكان الذي تجلّى فيه الحُبُّ المعطى للبشرية حياءً أبدية، عبر التضحيّة الاختياريّة والإرادية للابن الوحيد: «ليس لأحد حُبٌّ أعظم من أن يبذل نفسه في سبيل أخيه» (يو 15: 13): إنه مكان الكشف الحقيقي لألوهية سوء وقوته الانتصاريّة: إنه سرُّ الخلاص وتحقيقُ مُخطّط الله.

2. **المريمات (آ.)**

- .2 المِرَيْمَاتُ (أ.)

نُلاحظُ من خلال هذه الآية أنَّ الْيَسُوَةَ وَقَفَنَ بجانبِ صليبِ يسوع وبُرُّبٍ (إنَّ حرفَ الجرِّ «بُرُّبٍ» يُستعملُ في الدلالةِ على «شخصٍ» وليس «شيئاً» كمفعولٍ به) يسوع المصلوب، تَعْمِيماً لقولِ يسوع نفسيه في الإنجيل: «وَأَنَا إِذَا رُفِعْتُ مِنَ الْأَرْضِ، جَذَبُتُ إِلَى الْجَمِيعِ» (يو 13:32-33). أمَّا الإِرَائِيُّونَ (مَتَّى، مرقس، لوقاً) فَيُصَفُونَ حُوْدَ الْيَسُوَةِ، وَمِنْ بَيْنِ مَرِيمَ الْمَجْدَلِيَّةِ، بِالْبَعْدِ عَنِ الصَّلَبِ (مَتَّى 27:55-56؛ مر 15:40؛ لو 23:49). إنَّ هُؤُلَاءِ النِّسَاءِ يَمْلِكُنَ الشَّجَاعَةَ المفقوَدةَ عَنِ التَّلَامِيدِ، مَا عَدَ التَّلَمِيدُ الحَبِيبُ، لِيَقُنَّ بُرُّبٍ يسوع. وَقَرْبُ الْيَسُوَةِ الْمَرِيمَاتِ مِنَ الصَّلَبِ هُوَ إِشَارَةٌ لِإِلَاهَوِيَّةِ عَلَى تَلَمِيدَيْنَ الْحَقِيقِيَّةِ لِيسوع.

- لَا هُوَ يَهِيئُ لِلْمُتَّهِنِينَ

أ. مريم، أم يسوع
 إن أول ملاحظة يمكننا لمسها في الإنجيل الرابع هي أن مريم لا تذكر بتاتاً باسمها الشخصي، بل يكشف الإنجيلي أنها «أم يسوع»، هذا اللقب الذي يظهر هوئيتها الأمومية بارتباطها بيديها يسوع، فلولا الأنجليل الإزائية (متى)، مرقس ولوقا لما كان في وسعنا حتى معرفة كيف ندعو والدة يسوع باسمها. فالإنجيلي يوحنا لديه الرغبة في تقديم بعض الشخصيات الحقيقية بدون ذكرها باسمها، جاعلاً منها «نموذجاً» يتفاعل، بطريقة خاصة، فيما يتعلق بيسوع وسانته. وهذا ينطوي، أحياناً، على حالة منه، التي - وكما

علاقة جديدة بين التلاميذ والله، وبين التلاميذ أنفسهم كإخوة. نحن هنا أمام إنجاز العهد الجديد، المختوم على صليب يسوع، عرشي مجده. فالبشرى «قد رأيت الرَّبَّ» (يو 20:18) التي قامت المجدلية بنقلها إلى الرُّسُل (رؤيا القائم) كإعلان واعتراض بالإيمان بيسوع المسيح الحي والقائم من بين الأموات، جعلتها تأخذ صبغة مساوية للرُّسُل، إذ إن الصيغة المذكورة سابقاً تتردّد في الإنجيل الرابع في إشارة إلى بطرس أو إلى الآتي عشر أو إلى بولس كرسول (راجع لو 24:23؛ كور 15:5؛ 1:9).

لابد من التوقف قليلاً عند مناداة يسوع للمحدثة

- رسالتة. وهذا ينطبقُ

باسمها: «فقال لها يسوع: مريم!» (يو 20:16)، إذ إن يسوع من خالقها يُجسّد شخصيّة الراعي الصالح الذي يعرف خرافه باسمها وهي تعرّفه من صوته. مثال آخر في العهد القديم، وبالتحديد في سفر الخروج، حيث يقول الله نفسه لموسى: «إِنِّي عَرَفْتُكَ بِاسْمِكَ وَنَلَّتْ حُظُوهُ فِي عَيْنِي» (خر 33:12). فالإيمان، حسب الروحانيّة اليوحناوية، هو تَكْبِيل يسوع ابن الله، كمحليّ لتاريخ الإنسان الخاص. وهذا الإيمان يُدرك، فقط، في «الثبات» في كلمة يسوع (يو 8:31)، في «معرفة» يسوع نفسه (يو 6:69) وفي «حمل التّمار الكثيرة» (يو 15:8).

- وعليه، فإن الإنجي

لسر التجسد، الذي يدرك من خلاله، تبولوجية ورميّة معنى الشخصيات والأحداث البيلية التي تلعب دوراً أساسياً في هذا السر العظيم.

بـ. شخصية مريم المجدلية

فالمجدلية إذا، تجسد شخصية الإيمان الفصحي، شخصية العبور من الظلمات إلى نور الفصح الذي لا مساء له، وذلك برؤية الرَّبِّ القائم من بين الأموات. بكلماتٍ أخرى، إنها الشاهدة الأولى على المسيح القائم.

لقد ظهرت هذه المريم لأول مرة في الإنجيل الرابع

• وائل عوض (تصوير فوتوغرافي)

- ميرا (شهوب) فريوات (قسم الإعلانات)
- شريل الياس (تصميم الصحيفة)

المدير العام والمحرر المسؤول: راني عباسي

الكتاب : haifa.newspaper@gmail.com

عنوان: حيفا - شارع الجبل «5»

هاتف: 048522822 فاكس: 048522767 إعلانات: 0546481533
• المقالات المنشورة لا تعتبر عن (أي) التحرير. • الإعلانات على مسؤولية المعلن.



مجوهرات بشاره إخوان

بإدارة: ميشيل بشاره وأولاده

أسعار خاصة بمناسبة حلول عيد الميلاد المجيد
ورأس السنة المباركة كل عام وانت بخير



*Merry Christmas
and Happy New Year*



RADO

TISSOT

D&G

BOSS

GIORGIO ARMANI

DKNY

GUESS

Gc

GANT

LACOSTE

أفراحكم أذناء سعادات



Find us on
Facebook

Bishara Bros. Jewellers

حيفا - شارع الخوري 22، هاتف: 04-8622719

قاطرة الأنفاق «الكرمليت» في
مدينة حيفا ستعمل بتواصل
خلال ليلة رأس السنة!



حيفا - مراسلنا - سوف تعمل «الكرمليت» بتوصية من رئيسة بلدية حيفا، د. عينات كاليش - روت، بشكل متواصل في ليلة رأس السنة، يوم الاثنين الموافق 12/12/2018. وفي اليوم التالي 1/1/2019. وسيتم السفر فيها كالمعتاد.

هذا وستعمل «الكرمليت» طوال ليلة رأس السنة الميلادية من أجل تسهيل وصول المحتفلين إلى مراكز الترفيه، على محور «موريا» والبلدة التحتا، بأمان.

تصوير: رؤوفن كوهين - مكتب الناطق بلسان بلدية حيفا

عودة: قانون القومية هو مركز الانتخابات والمشتركة هي البديل الحقيقي الوحيد



لأن نصل إلى كل الواقع والمراكز يحمّس ويحرّك الفاشيين ضدنا، لأنّهم يرون إلينا تهديداً.

ولهذا السبب - يقول النائب عودة - إن خوض الانتخابات كقائمة مشتركة بكل مركباتها هو أمر غاية في الأهمية، رغم كل ما يُشرّع مؤخراً؛ فإن كل مركبات القائمة يدركون أن القضية الأساسية ليست قضية مقاعد، بل هي قضية تعزيز وحدتنا للمساهمة في إسقاط حكومة اليمين وتعزيز قوتنا حتى نصل إلى 15 مقعداً.

حيفا - مراسلنا - في خطابه الأخير قبل التصويت على حل الكنيست، تحدث النائب أيمن عودة، رئيس القائمة المشتركة، عن أنّ قانون القومية هو الأمر الأكثر مرتكزة في الانتخابات القريبة، وأنّ القائمة المشتركة، فقط، هي من يطرح البديل القيعي الحقيقي الوحيد. وقد قال عودة: الاختيار في هذه الانتخابات سيكون بين من يطالب بتحريم وإفشال كل احتمال للسلام والعدالة، واستمرار اليأس وال الحرب؛ وبين من يريد بناء الأمل، الشراكة، الإمكانية الحقيقة للتغيير والسلام.

ووجه في خطابه من على منبر الكنيست رسالة إلى الجماهير العربية، قال فيها إنّ القائمة المشتركة مثلت الجماهير العربية بشرف، أمانة، أخلاق، انتماء وطني حقيقي، وكرامة جماعية وشخصية.

وأضاف النائب عودة أنّ مستوى نواب القائمة المشتركة أعلى بكثير من المستوى العام على الصعيد وفي الأبعاد كافة؛ وأولئك الأخلاقية والوطنية، وأيضاً على المستوى المهني. وقال إنّ نواب المشتركة تصدّوا - على مر الأربع سنوات الماضيات - بكرامة وشرف لكل من حاول التّلّ من القائمة، التي تمثل الجماهير العربية. ومهم رئيس الحكومة نفسه؛ وجهاً لوجه، وزراؤه العنصريون، وخصوصاً وزير الأمن الداخلي، جلعاد إازدان، الذي تعمّد أن يبقى العنف وتبقى الجريمة مستشرين في مجتمعنا.

كما أضاف عودة أنّ تحقيق الإنجازات قد تم رغم عنصرية الحكومة، وخصوصاً الخطّة الاقتصادية 922، التي كانت حصيلة التعاون المشترك بين القائمة المشتركة، السلطات المحلية، ومؤسسات المجتمع المدني. وتقدّر القائمة المشتركة هذا التعاون الذي انتزع الميزانيات رغم الأجواء العنصرية. وتتابع عودة قوله بأنه رغم تقدّمنا المدنى في مجالات الحياة العلمية والعملية المهنية، تبقى المعركة معركة سياسية؛ لأنّ التقدّم المدني بدون تغيير المناخ السياسي ممكن أن يرتد علينا؛ فتقدّمنا مدنياً وتطورنا ومنافستنا وطموحنا

الكلية الأكademie العربية للتربية
في إسرائيل - حيفا

نهل عن افتتاح دورة تعليمية في مجال التسويق الرقمي في الشبكات الاجتماعية

أصحاب الشركات، مدربات المبيعات والتسويق، العاملون في التسويق والاعلان والراغبون في دخول عالم التسويق الرقمي

اجعلوا شبكتكم تخدمكم في الترويج لمنتجوكم على مستوى واسع الانشار

الدورات تشمل:

- مبادئ التسويق الرقمي في الانترنت
- إنشاء منصات تسويق في شبكات التواصل (فيسبوك، انستغرام)
- نظريات التسويق الرقمي
- التسويق عبر الوسائل الخلوية
- تحليل معلومات غوغل

للتفصيل وللتسجيل 04-8303507 (جوان/دلال) ite@arabcol.ac.il

تقام الدورة في الكلية الأكademie العربية للتربية في إسرائيل - حيفا
شارع معشمال 22، حيفا

قداس وجنائز الأربعين

أولاد الفقيدة ميشيل، ريكاردوس ونبييل وبناتها رينيه وماجدة واحيتها يوسف والياس بشارات واحتها سليمتا عواد وعموم آل مسلم وآل بشارات، اقرباؤهم وانساؤهم في البلاد والخارج يدعونكم لمشاركة قدادس وجنائز الأربعين راحة لنفس فقيدتهم الغالية المرحومة

نصرة مسلم (بشارات)

(أم ميشيل)

أرملة المرحوم جوزيف مسلم

وذلك يوم الجمعة الموافق ٢٠١٩/١/١١
الساعة السادسة مساءً
في كنيست اللاتين، شارع همجينيه ٨٠ - حيفا

لها الرحمة ولهم من بعدها طول البقاء
الرجاء اعتبار هذا الاعلان بمثابة دعوة شخصية للجميع

مطعم وكافيتريا Paprika مفتوح للزبائن الكرام

«تفضلوا زوروتنا
ومن اكلاتنا
دوقوا وشاركونا»

حملة
الاعياد



لحمنيوت مع عجة 10 شيكل

قهوة اسبرسو 5 شيكل

هفوح 8 شيكل

3 باغيت مع لحمة فيليه

فقط ب 100 شيكل

وجبة فطور - باغيت مع عجة + سلطة

فقط ب 20 شيكل

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

فقط ب 100 شيكل



المحل مفتوح يومياً من الساعة 7:00 صباحاً حتى 24:00 ليلاً

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

رئيسة بلدية حيفا، د. عينات كاليش - روتم، تلتقي رؤساء الطوائف ورجال الدين في لقاء احتفالي بمناسبة الأعياد والسنة الميلادية الجديدة.

رئيسة البلدية كاليش صرّحت قائلة:

"هذا اللقاء الخاص والمميز هو رسالة حادة وقوية تعكس الوحدة والتضامن اللذين يميزان مدينة حيفا، كما يُبرزان الالتزام بالحياة المشتركة التي ترتكز على الاحترام المتبادل، التآخي، والتسامح"



حيفا - لمراسلنا - في اللقاء الاحتفالي الذي أقيم يوم الأحد من هذا الأسبوع، في مبنى بلدية حيفا، بدعوة من رئيسة البلدية، د. عينات كاليش - روتم، شارك العشرات من رؤساء الطوائف الذين يمثلون مختلف الأديان، بين في ذلك المسلمين والمسيحيون واليهود والبهائيون. كما شاركت في اللقاء شخصيات من سلك التربية والتعليم وممثلو جمعيات تعمل لخدمة ورخاء سكان مدينة حيفا. وقد أثنت رئيسة بلدية حيفا بدورها على الحضور والمشاركين في هذا اللقاء، الذي أقيم في مبنى بلدية حيفا، والذي اعتبرته رمزاً لتعزيز وتأكيد التزامنا جميعاً بالحياة المشتركة، التي ترتكز على الاحترام المتبادل، وعلى التسامح والتآخي بين جميع الأديان والمجتمعات، وجميع سكان مدينة حيفا.

هذا وأضافت رئيسة بلدية حيفا، د. عينات كاليش - روتم أن: «هذا اللقاء يتعذر كونه مجرد لقاء عابر، فهو رسالة حادة واضحة ومدوية لدى التزام كل ممن هنا تخرج صورة للوحدة والتآخي، صورة تبرز وتظهر للعالم أجمع مدى جمال حيفا؛ بالإضافة إلى الفسيفساء البشري الذي يميز مدينتنا الساحرة حيفا. من يسكن خارج مدينة حيفا لم يعتد على رؤية مثل هذه الصورة الجميلة. وظيفتنا لا نتنازل لأننا نعرف أن هذا هو الشيء الحقيقي والصحيح؛ مدينة حيفا تبعث النور والضوء، ليس خلال أيام الشتاء فقط، إنما طيلة أيام السنة».

تصوير: رفوفن كوهين، مكتب الناطق بلسان بلدية حيفا

هيام غانم مجادلة من باقة الغربية تحدث الصعب ونجحت بافتتاح عيادتها الخاصة - "اللافندر"

استطاعت السيدة هيام غانم مجادلة من باقة الغربية، بفضل التوجيه والدعم الذي حصلت عليه من مكتب مصلحة الاستخدام والتشغيل في باقة الغربية، أن تفتح عيادتها الخاصة للطب البديل، بعد أن عملت في مجالات متعددة خلال حياتها.

تقول السيدة هيام غانم (49 عاماً): "توجبت إلى مكتب خدمة العمل في باقة الغربية، واقترحوا علي في البداية ان اعمل في مكاتب للحسابات او في السكاراتيريا، لكن حسب رأي هذه الأعمال تناسب أكثر من هم أصغر سنًا، واقتربوا علي ضمن برنامج "حلقات العمل" أن أتوجه لأخذ دوره في ام الفحم لتطوير الشخصية وتقوية الدافع لدي وكيفية التقدم وتجاوز الصعوبات، وكيفية افتتاح مصلحة خاصة وإدارتها، والتقدم أكثر، وحصلت خلال الدورة على الدعم والتشجيع".

وأضافت: "قررت أن افتح مصلحة خاصة بي، وتعلمت دورات متعددة في مجال الطب البديل، مثل الحجامة، الطب الانعكاسي (الريفسولوجيا)، شمع الهبوب، تدليك عادي واسخن بالأحجار، الريكي وهو مجال شرع لإخراج الطاقة السلبية من الجسم حيث يخرج الشخص مع دافعية وطاقة ايجابية أكثر، وغيرها، وافتتحت العيادة الخاصة بي وانا اليوم في المراحل الأولى بعد افتتاح عيادي "اللافندر" - هيام كلينيك للحجامة والطب البديل وأطمح إلى تسويقه أكثر".

ومضت السيدة هيام غانم مجادلة في حديثها وقالت: "أشكر طاقم مكتب خدمة العمل والتشغيل في باقة الغربية على مساعدتهم، فبالإضافة إلى الدورة التنموية التي وجهوني إليها، حصلت على الدعم منهم أيضاً حيث أطلعني على حقوق كاملة، وما هي الأمور التي استحقها وبإمكان القيام بها دون المس بالمستحقات. كذلك أشكر القائمين على الدورات، وأشكربلدية باقة الغربية على مساعدتها في قسم من الدورات، وأنتمي زيادة الدورات ليستفيد منها أكبر عدد ممكن من الأشخاص خاصة الذين لا يملكون القدرات والأمكانيات التي يتمتع بها غيرهم".

الصور تصوير: هيام مجادلة

ماركة التجميل المهنية SMASHBOX تطلق علبة ظلال عيون : COSMETICS COVER SHOT

علبة ظلال عيون الغنية بالاصبغات التي تم اختيارها بعناية، كانت دائماً المنتج الضروري لاصحائيو التجميل الذين يبحثون عن خلق مظهر دراميكي للعيون. الأن يمكنكم خلق مظهر جريء أكثر مع علب ظلال العيون الجديد باللون محايدة، الوان الباستل بنسيج بودرة واللون معدنية قوية.

لوري تايلور ديفيس، خبيرة تجميل عالمية رائدة، Smashbox اطلقت ماركة التجميل المهنية SMASHBOX علبة ظلال الوان Covershot: مجموعة من علب ظلال الالوان سهلة العمل. تخلق مظهر عيون دقيق، مل علبة تحتوي على 6 ظلال عيون و2 لون اساس بحجم مضاعف، التركيبة العجيبة، التي يمكن تطبيقها بمساحة واحدة ،

تزود اصبعاً قوية، القدرة على المزج استثنائية وخلط من انسجة كريمية بمظهر قوي وجريء خصيصاً لخلق الوجي لخلق مظهر عيون لا نهاية له.

اللوحات: Petal Metal, Minimalist, Major Metals. Sunlit Yellow, Pinks + Palms, Bold Glitter, Punked Shadow لخلق ماكياج عيون يمصد. السعر للمستملك: 129 شيكل 24-Hour

متوفّر: شبكات ابريل، حوانات الشبكة في كانيون غاندي TLV، كانيون عفرهريكين ومجمع سماشبووكس عزائيلي تل ابيب SmashBox

معلم كفار يهوشوع يعقد لقاء حول قانون منع استيراد الحيوانات بهدف الذبح يستمر معلم كفار يهوشوع في تقديم الخدمات والمعلومات لجمهور الزبائن في أي مجال متعلق وقد يؤثر على مستقبل التخصص والشأن الزراعي.. مثل تقديم معلومات عن استيراد العجول والمواشي، والأسعار الجديدة ، ومعلومات عن تشريعات وقوانين جديدة.



يوم الأحد الأخير 23/12/2018، عقد لقاء حيوي ومثير مع عضو الكنيست ميكى زوهار، المبادر للقانون الذي يحظر استيراد الحيوانات بهدف الذبح وكان اللقاء غالباً بالمواضيع وشهد اقبالاً كبيراً وتجاوباً من قبل المشاركين والذين تم اطلاقهم على تأثير القانون وانعكاساته على فرع المواشي في البلاد.

الصور تصوير معلم كفار يهوشوع

حملة نهاية السنة في Estee Lauder

حقيبة فاخرة مع منتجات بقيمة 2500 شيكل بـ 499 فقط !!

وهذه السنة تشمل الحقيقة منتجات تجميل ومنتجات عناية، غالبيتهم بحجم كبير!

مع اقتراب نهاية السنة، اطلقت شركة استي لاودر حملة كلها دلال. في إطار الحملة كل من تشتري منتجات عناية من استي لاودر بمبلغ 399 شيكل فما فوق تحصل على حقيبة ماكياج فاخرة بقيمة 2500 شيكل بـ 499 شيكل فقط.

الحقيقة حمراء اللون، ملائمة للسفر، فاخرة وتشمل: ظلال عيون Pure Color Envy، احمر خود Cool Goddess Medium Bronze، احمر خود Rebellious Rose، احمر شفاف بحجم كامل 420 Glow Face، احمر خود Rose Rebel، 220 Unattainable Powerful، 220 Provocative Berry 440، ماسكارا Sumptuous Extreme Advanced Night Mascara، سيروم Repair، مزيل ماكياج للعيون، كريم رطبة +Supreme.

الحقيقة متوفّرة للبيع في حانوت استي لاودر في كانيون ايالون، رمات غان، في شيكات الفارم، ابريل وهمشبر لتسريخان، في الصيدليات الخاصة المختارة او موقع استي لاودر https://www.esteeleauder.co.il

الحملة سارية المفعول حتى نهاية شهر كانون أول . الصور تصوير Estee Lauder

(ع.ع)

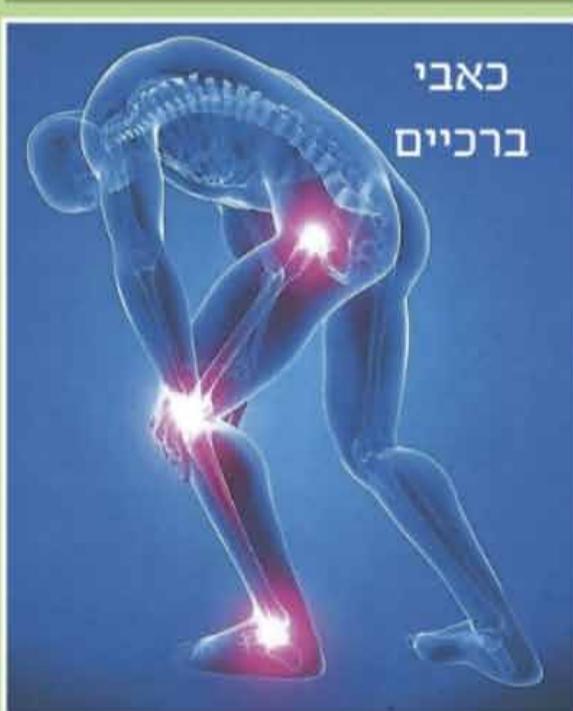
بادارة: منير مخول

מרכז לטיפול אלטרנטיבי *Hatz*

الحملة طبع 31-01-2019

מבחן ליחיד 239 נ
במקום 310 נ

אפשר לשדרוג לאירוע
צחים / ערבי
בתוספת 50 ש' ליחיד



טיפול לאוזניים בעזרת נרות הופי



حملة اسعار خاصة بمناسبة الاعياد وباسعار مميزة

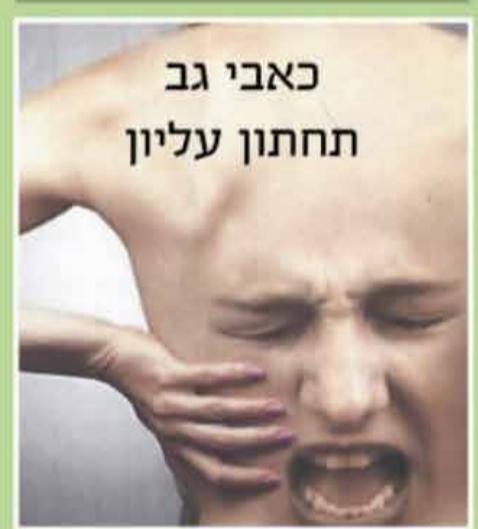
עיסוי זוגי+ שימוש בمتכונים+ כיבוד קל+

ארוחת בוקר זוגית 450 ש' ~~במקום 620 ש'~~

- **أنواع المساجات**
 - **شوويدي** ■ **شيازو**
 - **رفلكسولوجيا تايلندي**
 - **مشولب** ■ **ركمات عماوك**
 - **مatakنيم: g'كوزي وسأونه**

العلاجات المضاعفة بالمركز

- טיפולocab בגב/צוואר • כאבירגליים
 - טיפולsteinnis אלבו • כתףקפואה
 - טיפולcosot רוח
 - טיפולbabonis חמות



אצלנו תמצאו פתרון
להסתידות במפרקים

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

www.spa-g-colony.co

mmmkhoul@gmail.com



ملحمة شقف



بادارة: شربل مطر

1 كيلو
ضلاع خروف
بلدي

₼ 79⁹⁰

1 كيلو
خرف بلدي

₼ 79⁹⁰

1 كيلو
رقبة خروف
بلدي

₼ 79⁹⁰

2 كيلو
نقانق
عربية/حارة

₼ 99

1 كيلو
عجل صغير
للشوي

₼ 79⁹⁰

2 كيلو
برغيوت
مشكوك

₼ 99

شارع النبي 26، حيفا • 048677770



بلغ لوسائل الإعلام من الناطق الرسمي لسلطة التنفيذ والجباية، عماد شخيدم:

صدق هيئة الكنيست على اقتراح القانون المقدم من قبل وزيرة القضاء، أيليت شكيد، تخفيض 25% من فائض الدين للمديون الملتزم حيفا - لراسل خاص - إنّه حسب اقتراح القانون الذي قدم للكنيست وصدق عليه سيتم إعطاء حواجز للمديونين في دائرة الإجراء والتنفيذ، الذين يتزمون المدفوعات الشهرية.

حيث الهدف من القانون هو التمييز بين المديونين الذين يدفعون بانتظام ويتعاونون مع سلطة الإجراء والتنفيذ، وبين أولئك الذين لا يظهرون أيّة لدغة ديونهم.

فعند إقرار المديون كمدين يتم خصم 25% من فائض الدين، ولا يتم إجراء حجوزات ضده.

هذا وإن العدد من المديونين غير قادرٍ على تسديد ديونهم الكاملة، ولا يوجد لديهم أملك أو حواصل لحجزها أو بيعها لتسديد ديونهم؛ وبموجب القانون يتم تقسيط الدين حسب ظروف المديون، وفقاً لقرار مسجل دائرة الإجراء والتنفيذ، حيث هو الهيئة القضائية في السلطة.

وقد صرحت وزيرة القضاء، أيليت شكيد، بأنّ الهدف من هذا القانون هو إعطاء فرصة للمديونين الذين وجدوا أنفسهم في وضع اقتصادي معقد، ولكنهم ما زالوا يحافظون على تسديد دفعاتهم. وأضافت شكيد: «منذ توليت منصبي قمت بالكثير من أجل تسهيل الأمور على المديونين الساذجين. فقد قمنا كذلك بما يجب عمله لإنهاء الديون؛ فقمنا بتخفيض حتى نسبة 40% من الديون المستحقة للدولة؛ وقد لاقت هذه الخطوة نجاحاً كبيراً. وأنا متأكدة من أنّ هذا القانون سوف يشجع العديد من المديونين على الحصول إلى مكاتب دائرة الإجراء والتنفيذ لتسوية ديونهم والالتزام بالمدفوعات».

هذا وقد بارك السيد تومر موسكوفيتش، مدير سلطة التنفيذ والجباية، على هذا القانون، الذي يتحلى بالتزاهة والكافأة اللتين تضمان لكل طرف حقه.

دعوى إهمال طبيّ:

قطع الثدي الأيسر بينما السرطان كان في الثدي الأيمن

بالإضافة إلى ذلك تم استئصال الغدد التي تحت الإبط * اضطررت المريضة إلى الخضوع لعمليتين جراحيتين في الجانب الأيمن، في وقت متاخر* ومصدر الخطأ تسجيل خاطئ لعينات الخزعة

حيفا - لراسلنا - لا شك أن ارتكاب خطأ في موضع إجراء الجراحة يُعتبر كابوساً بالنسبة إلى كل مريض. وهذا ما حدث فعلًا مع مريضة من منطقة الشمال، تبلغ من العمر 85 عاماً، حيث

قام الأطباء بقطع ثديها الأيسر للشك في أنه مصاب بورم سرطاني، بينما في الحقيقة كان الثدي الأيمن هو المصاب بالورم السرطاني.

ونتيجة لهذا الخطأ خضعت المريضة لعملية جراحية لاستئصال الورم من الجانب الأيسر، وكذلك استئصال غدد تحت الإبط، وفي المقابل أجريت عملية جراحية أخرى في الناحية اليمنى لاستئصال الكتلة غير السرطانية.

وقد تبين الخطأ بعد أن راجعت المريضة طبيباً مختصاً بالأورام السرطانية، كتب في تقريره أنه لا يوجد أي تلاقي بين الخزعات وبين العملية الجراحية.

وعلى أثر ذلك أجريت للمريضة عملية جراحية أخرى تم خلالها القطع الكلّي للثدي الأيمن، وكذلك استئصال غدد تحت الإبط، ما استدعي لاحقاً خضوعها للعلاج بالكيماوي وللعلاج الإشعاعي.

هذا وقد أثبتت الدعوى بتقرير مختص جراحة طبية، أقرّ بأن الحديث يدور عن خطأ مؤسف في تشخيص وجود الورم في الثدي السليم بدلاً من الثدي المصاب، وأن العلاج

كان علاجاً اتصف بالإهمال الطبي الذي نتجت عنه أضرار جسدية صعبة.

وقرر هذا المختص العجز الذي تعاني منه المريضة بـ 55%. هذا ولم يحدّد في الدعوى مبلغ التعويض المطلوب، وتُرك ذلك لقرار هيئة المحكمة.



وقد جاء في سياق الدعوى أن المدعية كانت قد اشتكت قبل حوالي ثلاث سنوات من أنها تعاني من كتلة في الثدي الأيمن، ونتيجة ذلك أجرت فحوصات تصوير مقطعي محوسب (سي.تي.) وتصويراً شعاعياً للثديين. وبعد أن ظهرت شكوك في إصابة الثديين بورم خبيث خضعت المدعية لفحص الخزعة، وقد تم إرسال العينات إلى المركز البيولوجي في مستشفى «العائلة المقدسة - الإيطالي» بالناصرة، بواسطة المحامي سامي أبووردة وإياد مطانس.

وقد جاء في سياق الدعوى أن المدعية كانت قد اشتكت قبل حوالي ثلاث سنوات من أنها تعاني من كتلة في الثدي الأيمن، ونتيجة ذلك أجرت فحوصات تصوير مقطعي محوسب (سي.تي.) وتصويراً شعاعياً للثديين. وبعد أن ظهرت شكوك في إصابة الثديين بورم خبيث خضعت المدعية لفحص



الكلية الأرثوذكسية العربية - حيفا

هاتف 04-8522117 - 0747543101

تعلن الكلية الأرثوذكسية عن بدء التسجيل للعام الدراسي 2019/2020

للصف التاسع

للصف العاشر الأماكن محدودة

يبدأ التسجيل يوم الخميس بتاريخ 14/2/2019 وينتهي يوم الخميس بتاريخ 10/1/2019.

امتحان القبول للصف التاسع والعاشر سيتم يوم الأحد بتاريخ 17/2/2019.

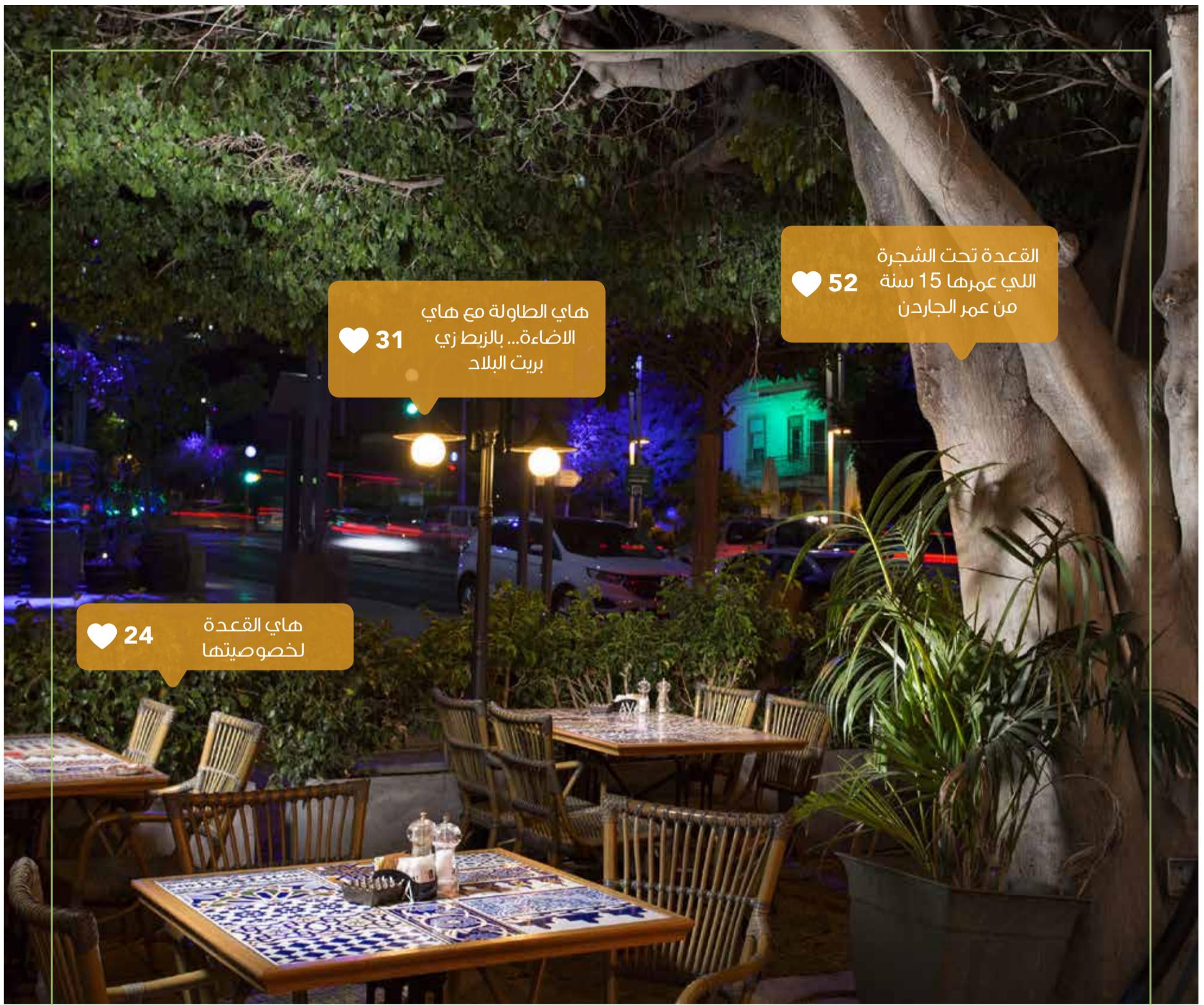
يتم التسجيل في جميع أيام الأسبوع ما عدا يومي السبت والأحد من الساعة التاسعة صباحاً وحتى الثالثة بعد الظهر.

وذلك في مكتب الكلية الأرثوذكسية في حيفا شارع يتسحاق ساديه 32.

الرجاء إحضار:

- بطاقة هوية الوالدة.
- شهادة الفصل الأول الأصلية.
- صورة شخصية.
- رسوم التسجيل لامتحان القبول 100 شيكل.

للحصول على معلومات إضافية، ادخلوا إلى موقعنا على الإنترنت: www.aocol.com



وانت شو بتحب؟

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

كل واحد بيلاقي اللي بيحبه... الجاردن قلب الألمانية



مطعم الجاردن هي الألمانية، جادة بن جوريون 43، حيفا

04-8507061

نشاط بنك إسرائيل في مجال وسائل الدفع المتطورة على ضوء قانون تقليل استخدام المال النقدي

للمال النقدي. كما بسط القانون طريقة معالجة الشيكات الراجعة.

ويواصل بنك إسرائيل دفع الإصلاحات في أنظمة الدفع قُدُّماً، واتخاذ خطوات إضافية سيكون بالإمكان لمس تأثيرها في السنوات القريبة. وفي هذا السياق يعمل البنك على الدفع باتجاه إقامة منظومة لتسوية الدفعات الفورية في سوق التجزئة، والتي ستتيح للزيان تنفيذ تحويلات لدفعات بواسطة محفظة إلكترونية. ويشير إلى أن الدفع الفوري هو وسيلة دفع جديدة في إسرائيل، يلتزم فيها المبادر إلى الدفع بدفع المبلغ بشكل فوري، ويحصل المستحق على المبلغ بشكل فوري، الأمر الذي يشبه الدفع بالمال النقدي، وهو مختلف عن غالبية وسائل الدفع الأخرى المنتشرة.

ومنظومة كهذه ستعمل على تطوير أنظمة الدفع في إسرائيل بعدة طرق، حيث ستساعد في زيادة المنافسة في أنظمة الدفع، وتساهم في زيادة النجاعة في عملية الدفع في إسرائيل من خلال تلبية الاحتياجات القائمة في سوق الدفع، وتوفير إمكانية الدفع الفوري بشكل مريح، بما في ذلك الدفع بمبالغ صغيرة بين الأفراد أو بين الأفراد والمصالح التجارية. والمصالح التجارية بدورها تستفيد من خلال توفير تكاليف تمويل الائتمان. وستحسن المنظومة من الخدمة حيث تتيح لمتلقى الدفعات استخدام المبلغ الذي أدخل إلى حسابه بشكل فوري، مع توافر الخدمة في أي وقت وبتكليف أقل

سنوات)، وحدّد بأن تكون رسوم البطاقة أقل من الرسوم التي تُجْبِي مقابل بطاقة الاعتماد. ومؤخراً أطلق البنك حملة إعلامية بهدف رفع الوعي بشأن استخدام بطاقة «ديبيت» كوسيلة دفع إلكترونية متقدمة، مع توضيح إيجابيات البطاقة وقدرتها على أن تكون بدليلاً جديراً للمال النقدي. ويعلم بنك إسرائيل على ظهر عليه الشيكات في إسرائيل، حيث ستظهر على ظهر الشيك غير المقيد بـ«للمستفيد، فقط». قائمة لوجهه الطرف الذي يدفع أو الذي يتلقى بشأن المعلومات المطلوبة منها كتابها على ظهر الشيك.



مدمرة، مع إعطاء القدرة على التحكّم للزيون في اختيار نوع الصفة. إلى جانب ذلك، قاد بنك إسرائيل سنّ قانون التسوية الإلكترونية للشيكات، ودخل تطبيق القانون حيز التنفيذ في تشرين الأول 2017. ويمكن القانون الجهاز المصرفي من أن يعرض على زبائنه خدمات إيداع شيكات متقدمة، مثلاً عبر الهاتف الخلوي، مع عمولة مخفضة. وبذلك زيادة جاذبية الشيكات كوسيلة بدلاً

ذكر سايقاً - ستدخل حيز التنفيذ في شهر تموز 2019، وهو يقوم - في هذا السياق - بالخطوات التالية: لمنع البليلة التي يمكن أن تسبّ للجمهور الذي يستخدم الشيكات خرق أحد بنود قانون المال النقدي، يقوم بنك إسرائيل بتحديث المعيار الذي تطبع بناءً عليه الشيكات في إسرائيل، حيث ستظهر على ظهر الشيك غير المقيد بـ«للمستفيد، فقط». قائمة لوجهه الطرف الذي يدفع أو الذي يتلقى بشأن المعلومات المطلوبة منها كتابها على ظهر الشيك.

كما يقوم بنك إسرائيل بتحديث تفاصيل بين البنوك حيث إن الشيكات التي يتم إيداعها قبل تاريخ دخول القانون حيز التنفيذ، ويتم تقديمها للصرف بعد تاريخ دخول القانون حيز التنفيذ، لن يتم إرجاعها حتى في حال عدم تقييدها بقانون تقليل المال النقدي.

عما ذلك، عمل بنك إسرائيل خلال السنوات الأخيرة على تطوير مواضيع عديدة متعلقة بمنظومة الدفع، جزء منها يُعتبر بدليلاً لاستخدام وسائل الدفع الورقية، بما في ذلك بطاقة الدفع المباشر على الحساب «بطاقة ديبيت». إذ فرض بنك إسرائيل على البنوك عرض بطاقة «ديبيت» لجميع الزيان المصرفي من أن يعرض على زبائنه خدمات إيداع مقابل المعاملات بالبطاقة، ومنع من جماعة عمولة على البطاقة من زبون يملك بطاقة اعتماد لمدة ثلاثة شهور.

حيفا - لراسينا - سُنّ قانون تقليل استخدام المال النقدي في الكنيست في آذار 2018. وتقرر إدخال القانون حيز التنفيذ ابتداءً من شهر كانون الثاني 2019 بكل ما يتعلق بالدفع بالمال النقدي، حيث يقضي القانون بعدم الدفع بالمال النقدي بما يفوق 11 ألف شاقل لمصلحة تجارية، وما يفوق الـ50 ألف شاقل بين الأفراد، وفي شهر تموز القادم ستدخل حيز التنفيذ تقييدات القانون في كل ما يتعلق بالشيكات.

هذا وإن التقييدات المتعلقة باستخدام الشيكات تتضمن منع إعطاء شيك بدون تسجيل تفاصيل المستفيد عليه، أي شيك مفتوح، ويسري المنع على أي شيك بأي مبلغ حين يكون أحد الطرفين مصلحة تجارية، ويمثل يفوق الـ5,000 شاقل حين يكون كلاً الطرفين أفراداً. كما هناك تقييد على تحويل الشيكات، إذ لن يكون بالإمكان تحويل شيكات بدون أن يكون اسم ورقم هوية المحول مكتوبين على الشيك. ويفرض هذا التقييد على طرف الصفقة ويسري على الشيكات التي يفوق المبلغ فيها الـ10,000 شاقل. ويلقي القانون المسؤولية على البنوك وبين البريد وأصحاب الترخيص لإعطاء خدمات الودائع والائتمان بعدم صرف شيكات؛ في حال لم يكن اسم المدفوع له مكتوباً على الشيك، وفي حال تحويل شيك أكثر من مرة واحدة بمبلغ يفوق الـ10,000 شاقل.

ومن الجدير بالذكر أن بنك إسرائيل مسؤول عن تطبيق بنود القانون المتعلقة بالشيكات، والتي - كما

NEW YEAR 2019 مع الفنان مصطفى دحالة 31.12.2018

● قاعة الداهود - كفرياسيف

● الساعة 20:30

● وجبة عشاء فاخرة ومشروبات روحية



ملك الطبل - أبو النار



للجز والتفاصيل : أبو الياس 052-8352140

انتاج: أبو الياس حبيب كل الناس



جر عرق لـ



حيفا

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 شنيتسيل
₪ 50	4 كيلو كبدة/ قلوب

اسعار جنوبية

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

ملحق نغلاجيز

* الحملة حتى نفاد المخزون، الخطأ مردود



وادي النسناس، شارع ماريونا 36 04-8510776

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

المتنبي: تتماهى مع عيد الأعياد على طريقها الخاصة وتحتتم فصلها الدراسي الأول ويل لأمة أعلى أسوارها لمدارسها

الفرنسية، الاشتراك في برنامج المواهب، تدشين معرض التداخل الاجتماعي، بالإضافة إلى فعاليات رياضية مختلفة وسباقات قطرية وتنظيم دوري رياضي لكرة القدم. كل عام وأنتم بخير... معًا بسعادة، فكر، أعياد، مواسم، تعاون، وأمل نكتب حكاية المتنبي... «من يكتب حكايته / يرث أرض الكلام / ويملك المعنى تماما»...

فويل لأمة أعلى أسوارها لمدارسها، وهذا ما تدأب المتنبي على انتهاجه وتدوينه، من خلال هذا المنهج المغاير والهجن الذي لا يميز إلا المتنبي». وقد عبر الطالب بدورهم عن سعادتهم الغامرة بالترافق في المسيرة، التماهي مع طقوسها المختلفة، ومحاكاة التنوع الحضاري-الثقافي-الديني المتلازم لمدينتهم، حيفا. وعن ذلك تحدثت الطالبة مايا كنمات فقالت: «حن نعيش في مدينة حيفا المختلطة والتي تمتاز بالتنوع الثقافي والديني، لذلك من المهم أن ندرس ثقافة الآخر وحضارته، وذلك في سبيل التواصل السليم معه وتقدير الآخر وحقيقته في الاختلاف عنا، مدرسة المتنبي منحتنا هذه الفرصة على طبق من ذهب من خلال دراسة الحضارات والديانات المختلفة». وينذر كذلك أن قناة «مساواة» قد انفردت بتقرير إخباري مميز ضمن نشرتها الإخبارية، فيه عرضت المهاجر وطرق التدريس مع إجراء مقابلات مع معلمة الموضوع والطلاب.

هذا واختتمت المتنبي، كسائر مدارس البلاد، فصلها الدراسي الأول، بداية هذا الأسبوع. وقد كان فصلاً حافلاً بالنشاطات والمشاريع المختلفة، وأخوها سوق العطاء المتزامن مع عيد الميلاد المجيد، محاضرات توعوية، وورشات عمل تناولت موضوع مختلفة: التربية الجنسية، مكافحة السموم والمخدرات، التوجيه المنفي، الإلتحاح وحقوق أصحاب الاحتياجات الخاصة، ورشة تطوعية لرفاهية نزلاء بيت المسن، مكافحة حوادث الطريق من خلال تدشين معرض للإشارات والقواءين، ومحاضرات توعوية وتفعيل برنامج سينما درايف، الاحتفال بيوم المعلم، الاحتفال بذكرى المولد النبوى، تبئي مساق التربية المالية، وبرنامج لكتابة القصص والتجارب الذاتية، ورشة ديكوباج على الشموع والصابون، شراكة مع الفنصلية الفرنسية وزيارة معرض الجامعات

حيفا - مراسلنا - المتنبي، لا تدخر جهداً ولا تترك سبلاً له أن يعكس حقيقة فلسفتها التربوية- التعليمية، القائمة على وضع الطالب الانسان في المركز، وذلك لبلورة طالب مبدع، حلاق، مفكّر، مُقبل للآخر ومستnier. وتتوسّطاً بذلك قامت المتنبي - ومنذ العام الماضي - باستبدال منهج تدريس الدين الإسلامي والمسيحي بمنهج تدريسي آخر بدليل، تحت مسمى: «الحضارة العربية: تراث وأديان»، وذلك بالاعتماد على وسائل وأليات تدريس حديثة وغير تقليدية، تجمع بين النظري والعملي-التطبيقي والتماهي مع الواقع المعاش. يدرس الطالب معاً نصوصاً من القرآن الكريم والإنجيل المقدس، كما يتناول الطالب مواضيع متعددة ومختلفة مثل: نشأة العرب وموطنهم الأصلي، التعددية الحضارية في بلاد الشام والعراق، حضارة بابل العريقة، لغز عشتار، أزمة اللغة العربية في بلادنا ومركز الهوية، اللغة والجينير، الانتخابات للسلطات المحلية في بلادنا، عملية التحول الديمقراطي مقابل التفكير القبلي؛ حيفا التراث والتاريخ من خلال جولات ميدانية، التعددية الثقافية والدينية في الحي المكانى المشترك نفسه.

و ضمن تدريس هذا المنهج قررت مجموعة طلاب من الصفة الحادي عشر إجراء بحث ميداني-تجريبي عن احتفالات عيد الأعياد في المدينة، ليترافق الطالب: مايا كنمات، ميرنا شهاب، وأحمد إغبارية من الصفة الحادي عشر، مع معلمة الموضوع رقية عدوى، في جولة ميدانية خلال المسيرة الاحتفالية. وفي حديث مع رقية عدوى عن تجربتها بمرافقة طلابها قالت: «كان وصولي إلى مكان الاحتفال صعباً نتيجة لازدحام المروري الخانق الذي شهدته المدينة يومها، ولما وصلت إلى المكان واطلعت على ما أήجزه الطلاب قبل وصولي أصابتني الدهشة والسرور، فقد استطاع الطلاب بحكمة وذكاء التقاط الرموز الدينية والحضارية المختلفة، الانتباه إلى تفاصيل دقيقة جداً تتلائم مع الزيينة في المكان واللباس الفلكلوري المتنوع، علاقة الطقوس بالأساطير والروايات المختلفة؛ وكلها أمور تطرقنا لها وتحدثنا عنها سابقاً بشكل نظري. أعتقد بأنه حان الوقت لتحرير الفكر من قولهاته الجافة والمرسومة له مسبقاً في المدارس، وذلك باتاحة الفرص أمام الطلاب وخوض التجارب الميدانية، قراءة المقالات وتحليل النصوص الدينية والأدبية. أعتقد كذلك بأن العلم كلّه موجود خارج جدران وأسوار المدارس،



Khoury
pharmacy
صيدلية الخوري

جلال وطاقم صيدلية الخوري
يرحبون بجميع حلول السنة الجديدة
كل عام وأنتم بخير

Happy New year



WILLIAM

PHILIP MARTIN'S®

اجمل التهاني نقدمها لكم من
صالون وليم نخلة
ميلاد مجيد ورأس سنة مباركة

Samar Kurzum

WILLIAM

Hair • Fashion

شارع جادة هناسيه 14 - حيفا | 04-8110669

خلال نهاية الأسبوع سيتم
إغلاق جادة الكرمل ابن
غوريون في مدينة حifa أمام
حركة سير المركبات!



حيفا - مراسلتنا - ابتداء من مساء الثلاثاء من هذا الأسبوع تم إغلاق جادة الكرمل\بن غوريون أمام حركة سير المركبات في ساعات المساء، وذلك بين شارع النبي وشارع الـ «مجيئيم». كما أنه سيتم إغلاق الجادة يوم الجمعة والسبت. فمساء اليوم الجمعة (28.12) سيتم إغلاق الجادة ابتداء من الساعة 17:00 حتى الساعة 02:00. ويوم غد السبت (29.2) سيتم إغلاق الجادة من الساعة 12:00 حتى الساعة 22:00. وبالإضافة إلى ذلك سيتم يوم غد السبت إغلاق شوارع منطقة وادي النسناس بين الساعات 17:00-08:00، حيث سيتم إغلاق المداخل من التفاف جادة الجبل الـ «تسيونوت» نحو شارع الحريري، ومن جادة الجبل الـ «تسيونوت» نحو شارع الخوري.

تصوير: مكتب الناطق بلسان بلدية حيفا

جرائم القتل والعنف تتفاقم والمسؤولون لا يرؤون ولا يسمعون



لم يعد يطاق، أبداً. لقد أصبح قتل الإنسان العربي في مجتمعنا أسهل من اصطياد الطيور والحيوانات البرية، وأسهل من «شريبة مي». شباب وفتيات وشابات وفتيات للمجتمع الآمن» أنَّ عدد ضحايا جرائم القتل في عام 2015 وصل إلى 58 ضحية، وفي عام 2016 بلغ 64 ضحية، أما في عام 2017 فقد وصل العدد إلى 72 ضحية.

الشارع العربي متزوج كأيّاً من موضوع الصمت إزاء تفشي أعمال القتل في مجتمعنا - وعدم القيام بعمل جيّدٍ من قبل المسؤولين الذين - وكما يبدو - لا يدركون مدى خطورة هذا الصمت. إنَّ ظاهرة العنف والحوادث والقتل إذا ما ظلت على حالها في تصاعد مستمر بدون معالجتها، مثل وضع خطة إستراتيجية من الجهات الرسمية الإسرائيلية المعنية، بالتعاون مع القيادات العربية والجهات العربية المختصة، للقضاء عليها، فإنها ستؤدي إلى كارثة في المجتمع العربي.

صحيح أنَّ السلطات الإسرائيلية تتتحمل المسؤولية المباشرة، أيضًا، عن هذا الأمر، وليس هناك أدنى شك في ذلك. لكن الأصح هو أنَّ المجتمع العربي وحده يتحمل المسؤولية عن كل ما يجري فيه، لأنَّ التربية والسلوكيات مما الأساس، وأقولها بضم ملأن وبدون تردد أو اعتبار: «التلم الأعوج من الثور الكبير»؛ وفهموا ذلك كما يحلو لكم. كل راعٍ مسؤول عن رعيته، ونحن وحدنا المسؤولون عن مجتمعنا، والعيب فيما بالدرجة الأولى.

للجنة المتابعة. فقد ذكرت معلومات «المراكز العربي» للجريمة في شهرٍ من «شهرية مي». شباب وفتيات وشابات وفتيات يُقتلن في ضحى الهدار بكل بروء وبرود أعصاب. مجتمع عربي فيه من يقتلون بعضهم بعضاً لأتفه الأسباب. فما أسهل قتل الإنسان وما أرخصه في بلادنا.

حادث مقتل أب وابنه في لحظة واحدة بسبب خلاف عائلي يُظهر مدى التخلف المترافق في مجتمعنا العربي، لأنَّ الخلاف مما يكن يجب أن يعالج بالعقل لا بالعضلات المفتولة، أو بالسلاح. لكن عندما يفتقر الإنسان إلى العقل يصبح مثل الحيوان تماماً، ويستخدم كل شيء وأي شيء لإبادة الآخر.

والإحصائيات عن الجريمة وحوادث القتل في المجتمع العربي مخيفة ومروعية جدًا. فنسبة السكان العرب في البلاد تبلغ حوالي عشرين بالمائة، لكن نسبة العنف تبلغ ثلاثة أو أربعة أضعاف نسبتهم من جمل أعمال العنف في إسرائيل، وتقارير رسمية تتقول إنَّ معدل قضايا العنف في المجتمع العربي أكبر بخمسة أضعاف ما هي عليه في الوسط المهودي، كما أنَّ سبعين بالمائة من ملفات القتل هي لمشتبهين عرب. معلومات «ترفع الرأس» بالفعل.

لجنة المتابعة العربية تتحمّل، أيضًا، المسؤولية عن ذلك، وقد اعتقد البعض بأنَّ انتخاب محمد بركة رئيساً لهذه اللجنة في تشرين الأول/أكتوبر عام 2015 قد يساهم في خفض هذه النسبة المخيفة من العنف في المجتمع العربي،

لقد أصبح مجتمعنا العربي - رغم نسبته الضئيلة:

قتل الفتاة يارا نشأت أيوب (16 عاماً)، والتي وقعت

الشهر الماضي في قرية الجش الجليلية. هررت المجتمع

العربي: فأمر طبعي أن يسقط قتلى في مواجهات تقع

بين عصابات تصفيية لحسابات معينة، لكن قتيل فتاة في

مقتيل العمر، في زهرة شبابها، هو تجاوز لكل الخطوط

الحمر. هذه الفتاة لم تحمل في يدها مسدساً أو أي سلاح آخر، بل حملت كتاباً ودفاتر وأقلاماً. وفي مجتمعنا

أشخاص يقتلون بالرصاص أو حتى بالنحر بدون أن يرمش لهم جفن، والمصيبة أنَّ هؤلاء الأشخاص ينتمون

إلى الجنس البشري.

لقد أصبح مجتمعنا العربي - رغم نسبته الضئيلة:

قيامًا إلى الوسط المهودي، مجتمعًا يُشار إليه بالبنان عند

الحديث عن جرائم القتل. فالعنف والتخلف الاجتماعي

والفوضى وعدم الوعي في المجتمع العربي وصلت إلى حد

الإعلامي أحد حازمر

دجاج الزطمة ملحمة مريمار

نرجو الجميع بمناسبة
حلول رأس السنة المباركة
Happy Newyear

تجدون
لدينا جميع أنواع
اللحوم الطازجة
يومياً



بادارة شافع أبو راس

شارع يافنيه 7، حيفا | 04-8620818



Tarneem P E R F U M E

بمناسبة حلول السنة الجديدة
نعلن عن حملة أسعار مميزة على تشكيله واسعة من الحقائب
والساعات والعطور



جزادين جيس

تخفيض 30% وتخفيض اضافي 10%
لأعضاء النادي



٥٤٩ ش"ח	ساعات مايكل كورس
٦٩٩ ش"ח	ساعات ارماني
٦٩٩ ش"ח	ساعات هووجو بوس
٦٩٩ ش"ח	ساعات EMPORIO ARMANI

جميع الجزادين بـ 30% تخفيض + 10% لاعضاء النادي

تشكيلة كبيرة من العطور
بسعر 219 شاقل للعام 2019

وكل عام وانتم بخير

الاحد - الخميس 19:00-9:00 / الجمعة 9:00-19:00

شارع مؤير 21 حيفا تل: 048511641 / فاكس 048511642

محلنا الجديد حورب رحوب بنيمان 2 يسرائيل 2

ויסקי שיבאנס ריג'אל 700 מ"ל - יבואן רשמי 	בירה ספרטלה 24 יח' 330 	ערק גיבלנה - 750 מ"ל - יבואן רשמי 	ערק רמאלאה - 750 מ"ל 50% - 40% 	יין חור חרמון - הור תבור 750 מ"ל 	יין מבבעע 750 מ"ל 
ויסקי גלנפדייר יבואן רשמי 12 שנה 700 מ"ל 	ויסקי ג'מסון 1 ליטר יבואן רשמי 	ויסקי בלו לייבל 1 ליטר 	ויסקי גולד לייבל 750 מ"ל 	קמפרי 1 ליטר 	ויסקי בלנטין 700 מ"ל 
פריגת שחום 2 ליטר תפוח חמצץ/ תפוז מתוקתך 	יין למברוסקו צילוי 	סלבריישן 1 ליטר 	ליקר שרדינס 500 מ"ל 	ליקר יגראמייסטר 700 מ"ל 	יין בלו מ 
גאמפ 1.5 ליטר 	קפה ג'ייקobs 300 גרם 	كوكה קולנה יבוא מקבילים 	קפה אלטס 1 ק"ג 	תה ויסוצקי 100 שקיקים 	קפה נחלה ירק 1 ק"ג 
דובשניות גרמניות 500 גרם מצופות 	קינדר בואם שלישיה 	קינדר דיליס עוגת ספוג עשיריה 	עוגת ספוג 	שוקולד 720 Quality Street 	נוטלה 750 גרם 
עוגות מיוחדות 360 גרם דוקטור ג'רארד 	פאפוקון לימיינגל סוגת ማארץ 5 יח' + 1 	אורו סעמים 167 	עוגת ספוג פודז מושי בלקקי 	דגני בוקר קלוגס 750 גרם 	טוגנים שלושת האופים 1 ק"ג האופים 1 ק"ג 
עוגיות שוקו ציפס 188 גרם 	שוקולד מלקה 250 גרם 	טובלרונה 100 גרם 	מלקה אורו 300 גרם קופידור בשווה 200 גרם 	תמר מג'היל איכוטי 1 ק"ג 	עוגות לוטוס 500 גרם 
פִּירֵי 900 מ"ל 	פרסיל ג'ל 2.5 ליטר 	חמצישית מגבונים אינטנסית 	מרכז סוד 1 ליטר מחום 	אבקת כביסה סוד 5 ק"ג 	מנגל נירוסטה + רשת ידיות עץ מתפרק 

New Year SALE

في ماركت
مفتوح 7 أيام في الأسبوع



SALE

فراجات عرق طري فلاحة عرق طري	בשר بقر طحون	בשר عجل طري	כבד عرق طري
50 ك.ج 2.5	100 ك.ج 3	44.90 ك.ج 1	30 ك.ج 3
عور شлем طري	كنعيم عرق طري	كريدي عرق طري	ربيع ببش قهوة لسطيكي
8.90 ك.ج 1 عدد 5 ك.ج	30 ك.ج 5	50 ك.ج 3.5	55 ك.ج 1
كريدي، جزر أر祚 تفوح أدماء ل Africcia	خليل، شومر	ليمون ذهبي، تفوح فضيور	نعناع، فلفولية، شمير، كوسبراه
1.90 ك.ج 1 موجبل لـ 4 ك.ج	3.90 ك.ج 1 موجبل لـ 4 ك.ج	3.90 ك.ج 1 موجبل لـ 4 ك.ج	4.90 ك.ج 1 موجبل لـ 4 ك.ج
فطيرات خنزير ويلفود فطيرات 300 جرام	سونا فسيكين شليسيا فطيرات 95 جرام لـ يـ	شرميفس 30-36 مـ دجاجـي اكسترا	سوكـر شـطـوحـ، كـمـكـ مـفـرـ
10 بـ 3	8.90	59.90	1 بـ 5 موجبل لـ 5
مارـك سـعـمـ عـرقـ 1 كـجـ جـرامـ شـكـدـ مـارـكـ آـسـمـ 400 جـرامـ	أـوـ تـالـيـدـ 1 كـجـ سـوـقـتـ	أـوـ فـرـسـ كـلـامـ 1 كـجـ سـوـقـتـ	أـوـ سـمـنـ شـوكـهـ 5 كـجـ
7.90	10.90 بـ 3	7.90	24.90 بـ 2 موجـلـ لـ 200 شـيـخـ
برـيلـهـ مـاجـونـ ذـوقـهـ 500 جـرامـ	صـحـيـنـتـ إـلـمـاـيـرـ 900 جـرامـ	عـمـكـ فـرـسـ بـمـعـدـنـيـهـ	صلـبـ طـرـهـ 1 لـيـترـ
12 بـ 3	14.90 بـ 2 موجـلـ لـ 2	15 بـ 400 جـرامـ	8.90 بـ 2
شـبـلـ شـوـعـلـ كـواـكـبـ 500 جـرامـ	شـبـلـ شـوـعـلـ كـواـكـبـ 500 جـرامـ	شـبـلـ شـوـعـلـ كـواـكـبـ 500 جـرامـ	ماـجـنـ مـسـطـهـ - سـفـغـيـ 400 جـرامـ
22.90	7.90	7.90	8.90 بـ 4

حـيـفـاـ شـارـعـ الـخـورـيـ 2ـ (ـمـجـدـلـ الـنـبـيـاـمـ)ـ 04-8666512

الحملة سارية حتى 3.1.2019 أو حتى نفاد المخزون * خاضع لشروط الحملة * لا ازدواجية في الحملات * الصور للتوضيح فقط * يحق للشركة إيقاف/تحديد الحملة بكل وقت ، احتمال الخطأ وارد ومردود

العام المنصرم تتفاوت فيه المشاعر وتختلف الآراء بين تحقيق الأماني وتجدد التمنيات



سلام، مفعمة بالتسامح بين الأديان والبشر، يسودها الاحترام المتبادل والوفاق بيننا جميعاً، بدون استثناء، ومعاً نصبو إلى سنوات من البناء والارتقاء.

النائب أيمن عودة، رئيس القائمة المشتركة:

تساءلت أكثر من مرة بيبي وبيني نفسي عن سر حيفا! أحياناً أشعر كأننا، نحن الحيفاويين، أحياً وراء أجيال نعقد طقساً اجتماعياً في شرق شبابنا، نوقع به على عقد اجتماعي يصون العلاقات الإنسانية، النسيج الاجتماعي، التضامن والانتماء للناس وللبلد. هذه هي روح حيفا!

المجيد ورئيس السنة الميلادية أتقدم بأحر التهاني للمحتفلين بهذه الأعياد، راجينا من الله القدير أن يعيدها على الجميع بالخير والعافية، وقد زالت غمة الحروب والفقر وانهاك حرثات البشر والأعراض، وساد محلها السلم والعطاء والشعور بالروح الأخوية، التي يجب أن تسود بين الناس؛ لقوله تعالى: «يا أيها الناس إنا خلقناكم من ذكر وأنثى وجعلناكم شعوباً وقبائلٍ لتعارفوا، إن أكرمكم عند الله أتقاكم».

كل عام وأنتم بخيراً



جمانة إغبارية - همام، مديرية جمعية التطوير الاجتماعي:

على عتبة عام 2019 يتجدد أملنا في مستقبل أفضل لأبناء شعبنا، وأن يحل السلام في ربوع شرقنا بعيداً عن المؤامرات والانقسامات والتعصب. كما نأمل أن يحمل العام الجديد في طياته بشائر لغد أفضل لمجتمعنا في مدینتنا حيفا، يكون فيه شريكاً

من جذوره عند الكثيرين حتى عند كثيرين من ذوي الإيمان القوي. الإيمان قوي وقدير، يعد بكل شيء وينجح في كل شيء. أما الشك، فإنه يفشل في كل شيء لأنعدام الثقة».

وما الأمنيات سوى بعض من الصلاة التي نرفعها إلى الخالق. كيف مرّت السنة المنصرمة الحالية؟ وماذا ننتمي أن يحدث لنا في السنة المقبلة؟ بين الماضي والمستقبل تتوقف مع عدد من الآراء:

الدكتورة عينات كاليش - روتيم، رئيسة بلدية حifa:

بمناسبة الأعياد، عيد الميلاد المجيد، والسنة الميلادية الجديدة أرفع أسمى التبريك وأصدق الصلوات لأعياد مباركه وسنة جديدة موقفة حافلة بالنشاط والعمل المشترك، هادئة تتسم بالاحترام والموعدة المتبادلين، كل عام وجميع سكان مدينة حيفا بألف خير.

الأعياد فرصة حقيقة لبدايات جديدة، غرس ثقافة التسامح والتآخي، القيم السامية والأخلاق العالية، وهي أجمل وقت للشكر على كل ما نلنا وحصلنا عليه... وأن نعتذر أيدينا أخفقتنا أو أخطأنا.

أجواء وقدسيّة الأعياد تعطينا القوة وتشجّنا بالطاقات، الإرادة والعزيمة للاستمرارية والتجديد مع كثيرون الرغبة والأمل، نحو مستقبل أفضل لنا جميعاً ومستقبل أفضل لأبنائنا.

حيفا هي مشتركة لنا جميعاً.



الأرض؛ وهناك المؤرخ الأول إميل توما، الذي قاد مؤتمر الجماهير العربية المحظور؛ ومن شارع عباس أبدع شاعر الشعراء محمود درويش؛ وهناك رشة أديب الأدباء إميل حبيبي؛ ومن قلب وادي النسناس كان توفيق طوبي زمان المسيرة في ديار الحكم العسكري.

في هذا الزمن، حيث تراجع الانتماء وتقدمت الشردمة والتردى القيعي وجرائم القتل، دعوا طموحاتنا تتجاوز حيفا وتبيّن بروحها لكل قرانا ومدننا، لدينا واجب تجاه شعبنا كلّه، والأصالة الحيفاوية لا تخلف وعداً.

«يا أيها الكرمل، البحر، والعلب، والنار يا صخرة الفرج العائمة»... أهلك، الناس، أجمل ما فيك.

كل عام وأنتم يا أهلنا، يا أطيب الناس، كل عام وأنتم كل الخير.

الشيخ رشاد أبو الهيجاء، إمام مسجد الحرمين وأذون حيفا الشرعي:

الحمد لله رب العالمين والصلوة والسلام على سيدنا محمد وأبيه الله أجمعين وبعد، بمناسبة الميلاد

سنحافظ عليها معاً، وبقوّة.

سنلتزم جميعنا الحفاظ على الحياة والوجود المشتركين، بدون كل أو ملّ، بقوّة وبلا هوادة.

لن نستسلم أمام كل من يحاول أن يمس الحياة المشتركة، أيّاً كان، وسنحافظ على نسيج حيفا الرائع والفسيّفاس البشري المميز، ومعاً سنرسم دائمًا صورة قوية رائعة وجليّة، للعالم أجمع، أن حيفا هي أرق وأقوى نموذج يطيب فيه العيش المشترك.

كل عام وأنتم بآلف خير، ولتكن سنة ألفة ومحبة

نایف خوري

تصوير: وائل عوض

بعد أيام نطوي الصفحة الأخيرة من رزنامة 2018، نطوي صفحة من العمر الذاتي، نزيل ذكريات كنا نود أن تمحى، وبعد من عقولنا أحداثاً أتت علينا بالمساوي، وغيرها جاءنا بالبشائر. ما هو السر العجيب في رأس السنة هذا، الذي ننتظره كل عام لنجدّد عهودنا ولننتظر محبّات الأقدار. هل سنندم على ما فات؟ أم سنبهج بما هو آت؟ عجيب أنت أهـاـ الزـمـنـ الـذـيـ لاـ يـنـظـرـ أـحـدـ،ـ لاـ يـتـوقـفـ،ـ لاـ يـتـمـهـلـ،ـ لاـ يـعـوـقـ شـيـءـ ولاـ يـعـودـ إـلـيـ الـورـاءـ..ـ

إن الأمنيات التي نطلقها في كل مناسبة تبعث فينا الأمل نحو مستقبل زاهر، وحافل بالأحداث التي نرجو أن تكون سعيدة.. ولكن ماذا نحن فاعلون لتطبيق هذه الأماني؟ هل لنا دور في صنع المستقبل؟ هل تبقى الأمور مجرد أمنيات، إن تحققت فعلـيـ الأـعـيـادـ فـرـصـةـ حـقـيقـيـةـ لـبـدـايـاتـ جـدـيـدـةـ،ـ غـرـسـ ثـقـافـةـ التـسـامـحـ وـالتـآـخيـ،ـ الـقـيمـ السـامـيـةـ وـالـاخـلـاقـ العـالـيـةـ،ـ وـهـيـ أـجـمـلـ وـقـتـ لـلـشـكـرـ عـلـىـ كـلـ مـاـ نـلـنـاـ وـحـصـلـنـاـ عـلـىـهـ...ـ وـأـنـ نـعـتـدـ أـيـنـماـ أـخـفـقـنـاـ أوـ أـخـطـأـنـاـ.

جاء في إنجيل القديس مارقس قول السيد المسيح (مرقس 26: 11:22)

«لِيُكُنْ لَكُمْ إِيمَانٌ بِاللهِ. أَلْحَقْ أَقُولُ لَكُمْ: إِنَّ مَنْ قَالَ لِهَذَا الْجَبَلَ انْتَقِلْ وَاهْبِطْ فِي الْبَحْرِ، وَهُوَ لَا يَسْلُكُ فِي قَلْبِهِ بَلْ يُؤْمِنُ بِأَنَّ مَا يَقُولُهُ يَكُونُ، فَإِنَّهُ يَكُونُ لَهُ مِمَّا قَالَ. فَإِلَّا جُلِّي ذَلِكَ أَقُولُ لَكُمْ: كُلُّ مَا تَسْأَلُونَهُ فِي الصَّلَاةِ، آمِنُوا بِأَنَّكُمْ تَنْالُونَهُ فَيَكُونُ لَكُمْ».

وجاء في تفسير لأحد معلمي الكنيسة حول الثقة بالصلوة:

«أطـرـدـ مـنـ نـفـسـكـ الشـكـ،ـ وـلـاـ تـرـدـ أـبـدـاـ بـأـنـ تـوـجـهـ صـلـاتـكـ إـلـيـ اللـهـ قـاتـلـاـ:ـ كـيـفـ لـيـ أـنـ أـصـلـيـ،ـ كـيـفـ لـيـ أـنـ أـسـتـجـابـ؟ـ لـاـ تـفـكـرـهـكـذاـ؛ـ إـنـماـ التـفـتـ بـكـ قـلـبـكـ نـحـوـ الرـبـ وـصـلـ لـهـ بـكـلـ ثـقـةـ.ـ حـيـنـئـ سـتـعـرـفـ عـمـقـ وـسـعـةـ رـحـمـتـهـ؛ـ وـسـوـفـ تـرـىـ أـنـهـ عـلـىـ عـكـسـ مـاـ تـظـنـ فـإـنـهـ لـنـ يـتـرـكـ بـلـ سـيـعـطـيـكـ مـلـءـ أـشـوـاقـ قـلـبـكـ.ـ لـأـنـ اللـهـ لـيـسـ كـالـبـشـرـ يـحـفـظـ ذـكـرـيـاتـ الشـرـ؛ـ وـلـيـسـ لـدـيـهـ تـأـنـيـبـ إـنـماـ رـحـمـةـ كـبـرىـ تـجـاهـ مـخـلـوقـاتـهـ.ـ طـيـرـ قـلـبـكـ إـذـاـ وـصـلـ لـلـرـبـ.ـ حـيـنـئـ سـتـحـصـلـ عـلـىـ كـلـ شـيـءـ إـذـاـ كـانـ صـلـاتـكـ بـثـقـةـ كـامـلـةـ».

وأضاف: «لـكـ إنـ تـرـبـ الشـكـ إـلـىـ قـلـبـكـ فـلـنـ يـسـتـجـابـ أـيـيـ مـنـ طـلـباتـكـ.ـ إـنـ مـنـ يـشـكـونـ بـالـلـهـ إـنـماـ هـمـ نـفـوسـ مـزـدـوجـةـ؛ـ وـلـنـ يـنـالـواـ شـيـئـاـ مـاـ يـطـلـبـونـهـ.ـ إـنـ كـلـ مـنـ يـشـكـ فـإـنـهـ لـنـ يـنـالـ خـلـاصـ وـالـاسـتـجـابـةـ إـلـاـ إـذـاـ وـقـعـ بـأـنـ الرـبـ سـيـسـتـجـيبـ لـهـ.ـ إـنـزـ إـذـاـ نـسـفـكـ مـنـ الشـكـ وـالـبـشـرـ إـيمـانـ لـأـنـهـ قـويـ،ـ وـأـمـنـ بـأـنـ اللـهـ سـيـسـتـجـيبـ لـطـلـبـكـ.ـ إـنـ هـذـاـ التـأـخـيرـ هـوـ لـزـيـادـ إـيمـانـكـ وـنـمـؤـهـ.ـ فـلـاـ تـنـفـلـ أـنـ تـطـلـبـ كـلـ مـاـ تـبـغـيـهـ.ـ وـاجـتـبـ الشـكـ،ـ فـإـنـهـ سـيـ وـغـيرـ ذـيـ مـعـنىـ،ـ وـهـوـ يـقـتـلـ إـيمـانـكـ

حقيقياً ومؤثراً في تقدم وتطوير المدينة بالمشاريع المختلفة في الأحياء القديمة والجديدة، وذلك من خلال استغلال الموارد البشرية والمهنية في مجتمعنا ووحدة الفعاليات والمؤسسات الاجتماعية



ض. ر. للعقارات D.R. Real Estate תיווק, ניהול, ייעוץ ושיווק נכסים

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

Happy New Year



نقدم بأجمل التهاني والتبريكات بمناسبة حلول

رأس السنة المباركة





رنان بشارات



فطام خرساني



إبراهيم عانق



سمير الماي

وأصبح الأول من كانون الثاني/يناير كبداية العام في وثائق التقويم اليولياني في روما سنة 45 قبل الميلاد، بأمر بوليوس قيصر، ولذا يسمى التقويم اليولياني. وخلال القرن السادس عشر أُعلن هذا اليوم في معظم بلدان أوروبا الغربية يوم بداية السنة الجديدة الرسمية، حتى قبل الانتقال إلى التقويم الغريغوري، وهو نسبة إلى البابا المصلح غريغوريوس، بينما احتفلت روسيا في بداية السنة الكنسية في مطلع أيلول/سبتمبر، وأصبحت تتبع هذا التاريخ، الأول من كانون الثاني/يناير بموجب أمر من القيسar بطرس الأكبر سنة 1700، وذلك قبل 218 سنة من اعتماد التقويم الغريغوري.

نتمي للجميع سنة مباركة وكل عام وأنتم بخير!

والسعادة. أتمى لكل المتابعين والمتابعات دوام العافية، وألا تفارق الضحكة وجوككم الحلوة، أحبتي!

لماذا رأس السنة في الأول من كانون الثاني/يناير؟

احتفالات العالم في ليلة رأس السنة بقدوم العام الجديد لا تحدث في وقت واحد، وإنما تنطلق مع دقات الساعة من أقصى الشرق إلى أقصى الغرب، مروراً بأوروبا والشرق الأوسط. وإذا كانت جزر كريبياتي وساموا أول المحفلين فإن جزر هاواي هي آخر المناطق احتفالاً بهذه المناسبة. وتشهر سيدني في أستراليا بأنها أول مدينة كبيرة تستقبل العام الجديد.

نشهد سنة مؤهلاً الاستقرار والاطمئنان.

والجماهيرية والقوى السياسية.

سمير الماي، مدير محلات «مي ماركت»:

على الصعيد الشخصي كانت سنة 2018 مكللة بالنجاح. وأنهز هذه الفرصة لأشكر كل من دعموني ووقف إلى جنبي. كما يودي أن أوجه كلمة شكر لكل الزبائن الكرام الداعمين لي ولأعمالني. وأتمي للجميع سنة موقعة مليئة بالنجاح والمفاجآت السعيدة. كل عام والجميع بألف خير.

إبراهيم عانق، صاحب محلات «ترنيم»:

حمد الله لأن السنة الماضية كانت ناجحة.. وعرضنا في أعمالنا كثيراً من الأمور الجديدة، التي أحبتها الجمّور، ما زاد في الإقبال. ولذا أمنياتنا أن تدوم النّعم على الجميع، ويعم الخير والهناء والرخاء، وأن



الحب للجميع ولا كراهية لأحد!



حيفا - مراسلنا - قام مجلس خدام الأحمدية [مجلس الشباب الأحمدية] في الكباير، خلال الأيام القليلة الماضية، بمبادرة طيبة؛ بمعايدة الجيران المسيحيين في حيفا بعيد الميلاد ورأس السنة الميلادية، وذلك تحت شعار «الحب للجميع ولا كراهية لأحد».

«فكل عام وأنتم بخير، وأعاده الله تعالى عليكم وعلينا بالألفة والخير، أمين».



نتقدم لزبائنا الكرام
بأحر التهاني والتبريكات بمناسبة حلول
عيد الميلاد المجيد ورأس السنة المباركة

Merry Christmas and Happy New Year!



مكتبة كل شيء - حيفا 2019

ناشرون

info@kul-shee.com

www.kul-shee.com

בניהלה: ח'אלד אבו אלהיגא

חלישה
الحلبصة



بإدارة: خالد ابو الهيجا

אטלייז
ملحمة



69 ₪	خروف مع عظم
110 ₪	اضلاع خروف
79 ₪	عجل للشوي
89 ₪	سينتا عجلات
129 ₪	انترיקوت
129 ₪	فيليه عجلات
99 ₪	لحمة عجل مطعون
99 ₪	برغيوت بدون جلد
49 ₪	جناج دجاج
99 ₪	شننسل
100 ₪	فخاد مسجبة
100 ₪	فخاد دجاج
100 ₪	شوارما عجل

1 كغم
2 كغم
2.5 كغم
4 كغم
3 كغم
3 كغم
6 كغم
1.5 كغم



Balcon

Restaurant & Bar

طاقم مطعم ومقهى *Balcon*

وجميع العاملين به، يتقدمون بأخلص التهاني وأسمى الأماني
للجميع بمناسبة الأعياد المجيدة سائلين الله أن يكون
هذا العام سلام ومحبة، مليء بالخير واليمن والبركات

كل عام وأنتم بخير

”رایماً حلوه الصدرة بليللون“
”رایماً حلوه الصدرة بليللون“

Happy New Year!



مطاعم العروبة

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



سلاال العيد

ابتداء من

100 شيكل



4 قناني نبيذ
متنوعة
100 شيكل



4 قناني
شمبانيا لاروش
100 شيكل



للمدارس
اكياس بابا نويل
100 غرام
6.50 شيكل



افخر المشروبات الروحية باسعار خيالية

حيفا - شارع اللنبي 21 زاوية صهيون - هاتف: 04-8521008



محمد الأحمد

ننهي جميع المحفلين
بمناسبة رأس السنة المباركة

كل عام وأنتم بخير

هتسيونوت 10 - 04-8514393

توفيق سليم

تصميم معماري وهندسة ديكور

Happy New Year

نقدم لزبائننا الكرام

أحر التهاني والتبريكات بمناسبة عيد
الميلاد المجيد ورأس السنة المباركة

شارع هبنكيم 11 - حيفا / 052-8730747



أهني الجميع
بمناسبة
عيد الميلاد المجيد
وقدوم السنة
المباركة
أعاده الله علينا
بالمحبة والسلام

نميري
ZB



EG
ELIAS GLYANOS

أهني الجميع بمناسبة
رأس السنة المباركة

*Happy
New Year*

سيدة اللغات



وكابن وفي لضادي رأيت في هذه الأصبوحة العربية أن أحذكم عن عبارتنا المعروفة عبارة - أمّا بعد... فهي تعود إلى خطباء العصر الجاهلي، وبالتحديد إلى قيس بن ساعدة، وهو أول من انكأ على عصاً وبدأ خطبته بـ«أمّا بعد»، ثمّ أضاف: «أهـمـ الناس اسمعوا وعـوـا، وـإـذـ سـمـعـتـ شـيـئـاـ فـانـتـفـعـواـ». وقد قال عنها سيبويه: تأتي في معنى مهما يكن من أمر... أي أنها تُستخدم عندما يصل القائل إلى جوهر الموضوع.

وجاء في «لسان العرب»: إذا قلت «أمّا بعد» فإنك لا تُضيفه إلى شيء، لكنك تجعله غاية نقِيضاً لـ«قبل»... أما ابن المفعع فاعتبرها: «مبغى الكلام» لأنك بقولك: «أمّا بعد» تُزيل التاليف عن القول وتصل إلى جوهر الكلام: أي إلى لُبِّه... وفي هذا تلخيص مُكثّف لبلاغة الإيجاز... وتطبيق لما قاله الجاحظ: «في الإيجاز بلاغة»... لكنَّ ضرورات التغيير في زمن الحداثة اليوم، جعلتنا نأخذ بمبدأ القطع مع الماضي، فنُغَيِّب بعض عبارتنا، ومنها: «أمّا بعد»، ونسعى بحثاً عن مفردات ملائمة لحياتنا المعاصرة... وإنْ أبقينا كلمة فسيّةً أنتا بحاجة إليها لأنَّها لم تولد كلمة بديلة لها... وصباح الخير أنتها «العربية» كل حروف اسمكِ أمي...».

مرشد الماضي

سُئل الفيلسوف الصيني كونفوشيوس، مَرَّةً، بأي مشروع تبدأ إذا حدث وسلَّمت حُكْمَ الْبَلَادِ؟! لا تستغربوا رفيقائي رفقاء إذا سجَّلْتُ لكم: أن إجابته جاءت سريعة وبدون تردد: أبداً بمشروع... إصلاح اللغة! لا يساورني أدنى شُكٍ أنكم توافقوني الرأي... أن مُفكراً بقامته لم تأت إجابته من فراغ أو عدم! فاللغة كثائن حي، بكل ما تختزنه من عناصر البناء الامموددة واللامهانية، تُحاور وتُجاور الديمومة والبقاء وإرادة الحياة للمجتمعات، أفراداً وشعوبًا... وقبل مواصلة حديثي أسارع إلى تهنئة سيدة اللغات... العربية، بمناسبة يومها العالمي، فسلام على ضادَّ تردَّ السلام... ضادَّ هي أمَّ تحضن وتضم الجميع أُسرة واحدة وحين سألتني... بماذا أُكَرِّم... سيدتي وأمي... أجابني مبدع كان يسير رفقي، كيف غاب عنك يا صديقي: أنَّ خيرَ ما تُكرِّمُ به أديباً، روائياً، شاعراً، مسرحيَا، صحافيَا، و و... هو أن تقرأني وشاهدني... لذلك، ومن الطبيعى أن أعرف سبب الاستغراب الذي ارتسם على وجه سيدة اللغات حين سمعت تساؤلي الخيرة عن كيفية إكرامي لها! لأنَّ إكرامها ببساطة هو بالغوص يومياً، والإبحار في عباب معجمها، لاستخراج بعض ما فيه من ذُرُّ وذر لإضافته إلى كنز كل واحد منها

بين سنة وسنة

إبر ودبليس



- طوينا سنة قديمة، ونستعد لفتح سنة جديدة.. هل هي قضية رزنامة؟
- بملازمة التلفون؟ أم النبش بالفيسبوك؟
- بالمضائقات بالواتس آپ أم بتبادل التحيّات؟
- باللُّعب بالحاسوب ساعات طويلة؟ أم بالتفتيش عن معلومات؟
- بتدمير المؤامرات وتخطيط العصابات؟ أم باللالي الطويلة بالدرس والمطالعة؟
- بالمشتريات حتى لو غير ضرورية؟ أم بالالماظهر
- إذا ما ابتعدنا عن هذه المساوى تكون راجعين بالصحّة؟ بالريجيم أم بالنصائح؟
- بالسرقة أم بالأمانة؟ بالغش والاحتيال أم للخلف، ونعيش كالبهائم والدواب.
- ومش مهم كل الاحتفالات براس السنة.. كله عالضاي.
- حتى تكون السنة الجديدة تحول وتغيير للأفضل، لمستقبل مفتوح، وتحقيق الأماني.
- حتى نقول سنة مباركة للجميع، وخصوصاً المحفلين بأعياد ميلادهم.
- نحب نقول بكل ثقة: كل العام وأنتم بخير..

أبو إلياس

www.haifanet.co.il

عنوانكم الأول والأكيد
للأخبار الحيفاوية



من هذا العُوَاءِ الجميل



هاسمُرُّ زِيَّاب

أنتِ أنا رحلة نشرها والساقي
ما أدخله
كالمدى نسعى لا ندركه
دائرة لا تخاف من يقود
فالشك لا يروي الوجود
بالموجود
ولا الحلم وحيد

فمن يُجدُّ اليوم للغد يستعد
الانتهاء

جمالك ينبع في مسارِيَّيَّد

الآذان

جمالك نداء (السيَّرنَات)

*

هندى في أذني، صوت منك

يشقّ سحابة الغياب

اسمك الصدى للمحيط

في وعائق الزجاجي، يغرق

أصدقاوْك

كالعلم يحملونك في مسارات

الأحلام

أصدقاء تركوك..

في أحلامهم المأهولة بالمستحيل

تراكمت كالقنافذ، تتکوّر

بالأمان

*

كلما استيقظت عيون الفرح

في رسومات البحر

سافرت للأمل

تحمل أسماء الساحات

استيقظت الذكريات

تفتحت للخريف أوراقِي

نهاية تلتها البدايات

*

صداقتِي التي بقيت

غابت في غمار الأخبار

(عجمة) السير

موالِ الذكرة

يعيّي محطّتها المبعثرة

يشتتِي الحوار

*

سارت على حدود الصدى،

تحنَّ للطريق

تطفو على الموج أنهار العيون

إماء المصير عشق يتولى سيل

الحلم

يجمع الآهات

يعيّي البداية

حيفا | طمرة

للماضي

جمالك ينبع للجراح ممرضة
صارت خيالاً

تمارسين البدو خريف

المتساقطين

ينزوِي الأمان في حنانك

الریان

A l - R a y a n

ادارة وطاقم الريان يهنيئون الجميع
بمناسبة حلول السنة الجديدة
أعاده الله عليكم بالمحبة والسلام

2018

HAPPY NEW YEAR

الوجه الآخر: عن تاريخ العملات النقدية هُوَة جمع العملات

د. كميل ساري - مدير منطقة الشمال في سلطة الآثار



سانتا آنا في القدس، تم جمعها خلال القرن التاسع عشر. ووفقاً لما نشره أحد الرهبان في الدير عام 1910 كان، آنذاك، بين عمارات المجموعة: قرابة 4,000 عملة فنية يونانية، رومانية، وعربية؛ كما كان من بينها 290 عملة يهودية.



الصورة رقم 3: صندوق من ألمانيا من القرن التاسع عشر لخزن العملات النقدية.

وخلال سنوات الثلاثين من القرن العشرين بدأت الجامعة العربية بجمع العملات النقدية وتكوين مجموعة علمية لها، تهدف إلى استعمالها في الأبحاث الأثرية وتعليم الآثار في الجامعة، وكانت هذه من أوليات المجموعات النقدية التعليمية في البلاد.



الصورة رقم 4: الطابعة؛ وهي النموذج الذي منه طبعت النقش على العملة النقدية.

أما بين جامعي العملات من القرن الخامس عشر فنجد الكاردينال من سانت مارك، الذي كان شقيقه البابا أوغسطين الرابع (1431 – 1447) الذي وثق جمع البرخت ماجنيوس من مدينة بافاريا عملات نقدية، أضيفت إليها، لاحقاً، عملات من مجموعة ويلهلم الثالث (1579 – 1597) والبعض من عملات مجموعة ماكسيليان الأول (1597 – 1651). وبهذا الشكل أصبح هذا المجموع واحداً من أهم الكنوز في مركز أوروبا، وعلى مر العصور حاول حكام برلين الاهتمام بهذه المجموعة من العملات وصيانتها. مثال آخر هو مجموعة العملات الملكية السويدية، حيث بدأت كمجموعة خاصة للباحث الهولندي أبراهام فان كورال (1549 – 1609) الذي ألف كتاباً عن العملات النقدية من الفترة الرومانية، مركزاً بكتابه على مجموعة الخاصة التي شملت قرابة 10,000 عملة مصنوعة من الذهب، 4,000 عملة مصنوعة من الفضة، وقرابة 15,000 عملة مصنوعة من البرونز. ورويداً رويداً، ومع مرور الوقت، أضيفت إلى هذه المجموعة عملات أخرى وأصبحت واحداً من أهم الكنوز في القرن السادس عشر في أوروبا. واحد من أهم الكنوز هو مجموعة العملات الموجودة في متحف «أرميتاج» في مدينة سانت بطرسبرغ. وقد كانت هذه المجموعة تابعة إلى الملكة كريينا العظيمة (1729 – 1796) التي بدأت بجمع هذا الكنز، وتابع الملك من بعدها الحفاظ على هذا الكنز، وأضافوا إليه ما جمعوه هم، أيضاً. أما في بلادنا فالمعلومات عن مجموعات خاصة من الكنوز تصلنا ابتداءً من القرن التاسع عشر، ومن بينها مجموعة من العملات التابعة إلى الكهنة في دير



الصورة رقم 2: مجموعة من العملات الأيوبيّة والأموية معروضة في متحف إسرائيل.

معلومات عن هُوَة جمع العملات النقدية وصلتنا من ذكرى الرابع عشر الميلادي، ولا يزال العديد من هُوَة الآثار والنقد يجمعون العملات النقدية حتى أيامنا هذه. على سبيل المثال ذكرت المصادر التاريخية الشاعر الإيطالي فرانشس코 بيتسوكا (1304 – 1374)، وهو من مدينة فلورنسا، حيث كان يجمع العملات خصوصاً تلك التي يعود تاريخها إلى الإمبراطورية الرومانية. ويقال إنه أهدا الملك كارل الرابع (1316 – 1378) عملات مصنوعة من الفضة والذهب، يعود تاريخها إلى الفترة الرومانية (فترة القياصرة). جامع عملات آخر هو دوق مدينة بري الفرنسية، وهو شقيق الملك شارل الخامس (1337 – 1380) الذي كان في حياته العديد من العملات، من بينها المصنوعة من الذهب والفضة.



الصورة رقم 1: الملك لويس الرابع عشر؛ واحد من جامعي النقد يتفرد عملة نقدية.

شركة الكترا تستضيف تقنيين من الوسط العربي استضافت شركة الكترا خلال السنة مئات التقنيين من الوسط العربي ضمن مختلف المناسبات في أرجاء البلاد

استضافت مؤخراً كبرى شركات التكييف في البلاد «الكترا»، مجدداً وللمرة الرابعة منذ بداية السنة، أفضل تقني التكييف من منطقة الشمال في حفل مميز ومدلل. ضمن إطار الحفل أدار الضيوف حواراً مفتوقاً مع طاقم الإدارة في الكترا، حيث استمعوا عن مختلف حلول التكييف الواسعة التي تقدمها الشركة وحصلوا على إرشاد مهني بهدف تمرير المعلومات المهمة للتقنيين والفنين، ليتمكنوا من تقديم حلول التكييف المثالية والأفضل لكل عائلة حسب احتياجاتها وأسلوبها.

كما ذكرنا، فقد أقيمت خلال السنة سلسلة من الاحتفالات في مختلف المناطق في البلاد، حيث التقى من خاللها الموظفون في الكترا مع مئات التقنيين من الوسط العربي. كما قال ياغيل وايت، مدير عام الكترا للتكييف: «نحن سعداء بهذه اللقاءات، ونحو هذه اللقاءات ونحن نؤمن أنه يجب ومن المهم الاستثمار في جمهور التقنيين وثراهم بالمعلومات لصالحة جمهور زبائننا في الوسط العربي».

موسيه بطيطو، نائب المدير العام للتسويق، أضاف قائلاً: «من المهم لنا الاستمرار في عقد هذه اللقاءات مع تقني وفني المكيفات من الوسط العربي على مدار السنة وفي كل أنحاء البلاد، بهدف منحهم وتزويدهم بالأدوات والوسائل لتقديم الخدمة الجيدة لزبائنهم في كل مكان في البلاد».



بنك مرکنتيل يحتفل هذا العام بمرور 100 عام من العطاء والإزدهار

بعد مرور 100 عام على تأسيسه، يحتفل بنك مرکنتيل 76 فرعاً في أنحاء البلاد وأكثر من نصفها تخدم المجتمع العربي. ينخر في بنك مرکنتيل، الذي ينبع من أكبر المشغلين في الوسط العربي ويمكن إيجاد أصدقاء وزملاء عرب في فروع البنك، المقاولات والإدارة. لقد ازدادت نشاطات البنك الكبير من التطورات والعمل والازدهار، كما تزايدت مشاركة ومساهمة البنك في المجتمع، وأفخر علينا مشاركتنا المساعدة في مجال التربية. في إطار أحد المشاريع التي نراقبه منذ أكثر من عقد، حصل مئات الشابات والشابين في الوسط العربي على منحة أكاديمية لاستكمال دراساتهم، وقام هؤلاء الشباب والشابات بالتطوع، بالإضافة لتعليمهم الأكاديمي، بساعات تقوية لطلاب في مرحلة المدرسة الثانوية وتقديم لهم ساعات تعليم لتحسين انجازاتهم وتحصيلهم العلمي والحصول على نقاط أفضل في امتحانات الجيروت وقدموا لهم مثلاً وقدوة للنجاح ومساعدة الآخرين. سوف نستمر في نشاطنا والسير في نفس الطريق خلال الـ100 سنة القادمة أيضاً! سنستمر في الإرث والرسوخ نشاطاتنا في مجال المصالح التجارية الصغيرة والمتوسطة. إلى جانب المشاركة التامة بالحياة الاقتصادية والاجتماعية في الوسط العربي. سيستمر البنك في العمل على تطوير المصالح والاقتصاد والتوجه نحو توسيع نشاطاته مع زبائن المختصين وتجذب زبائن جدد.



كذلك يتم بالتجدد والتقدم، نحن نقوم بخطوات لتحسين الخدمة لزبائن على الدوام في كافة قنوات الاتصال الشخصية والإلكترونية على حد سواء، ولكن نقدم أفضل خدمة لزبائننا، يقوم البنك بتحويل العديد من العمليات إلى «مراكز مختفين خلفين»، حيث يقومون بتقديم العمليات الشغيلية لكافة فروع البنك. بهذه الطريقة، تمكن البنك من تقديم موارد الفروع للمعاملات مقابل الزبائن وتقدم خدمة أفضل للزيون، وطبعاً مع ذلك، قررتنا الاحتفاظ بخدمات موظفي الصناديق لصالح الزبائن الذين يفضلون التوجه لموظف شخصي في الفروع، ومن أجل راحة الزبائن الذين يفضلون الخدمات المصرفية المباشرة، يعمل البنك على توسيع وتطوير الإمكانات في القنوات المباشرة من خلال التركيز على التطبيق الخلوي المتLocator لزبائن الخاصوصيين وأصحاب المصالح التجارية.

ولراحة وخصوصية زبائننا من أصحاب المصالح التجارية، قمنا بإطلاق وتحسين موقع الإلكتروني «عساكيم بلوس»، كما قمنا بتحديث ملء موقع التجارة الخارجية، خدمات العملاء الذين يفضلون خدمات المعاشرة، وكذلك البنوك على المعلومات عبر القنوات عبر الهاتف الذكي يستطيع الزبائن الخاصوصيون دفع المصالح استخدامها في كل زمان ومكان، خدمات الرد الفوري وأجهزة صرف آلي متتوفرة تمكن من تنفيذ العمليات والحصول على المعلومات.

تمكن البنك في العقد الأخير، وبالتعاون مع الجهات الحكومية، من تطوير منظمة عالية في مجال الائتمان للمصالح الصغيرة والمتوسطة عن طريق الصناديق الحكومية التي تدعم المصالح التجارية. إضافة إلى ذلك، فاز البنك بمناقصات الدولة في مجال القروض للمصالح التجارية الصغيرة والمتوسطة، ويعتبر بنك مرکنتيل جسماً مهمًا في الاقتصاد الإسرائيلي وتمويل المصالح الصغيرة.

بنك مرکنتيل هو واحد من أكبر المشغلين في الوسط العربي ويتبع خدماته لكافة الفئات السكانية في

نَقْدِمُ لِزبَّانَتِهِ
الْأَسْرَامِ
بِحُمْرِ الْهَنَاءِ
وَالْمُبَرَّكَاتِ
بِمَنَابِيَّةِ عَدِيدِ
رَأْسِ الْنَّهَّا
الْمُبَارَكَةِ



Sabbah

since 1987

شوأرما

كُلُّ عَيْمٍ وَلَذْتَعَجَّلِي

النبي 37، حيفا | منطقة الإرساليات محدودة
نقدم الأفضل منذ سنة 1987 04-8535450

5 نصائح لأيام مليئة بالطاقة - الدليل الكامل لمحاربة الإرهاق
 قلة ساعات النوم، تغذية غير سليمة، والضغط، هي من بين أسباب التعب في بداية اليوم.
 تغييرات بسيطة تحافظ على اتزانكم، يقطنكم خلال اليوم، خبيرة سوبر- فارم تقدم لكم
 مجموعة من النصائح القيمة والمفيدة والتي قد تساعدكم



برعاية: سوبر-فارم

الخضراء، البرتقال، التفاح، الشيا والكينا، فستشعرون بعدة الطاقة وعدم الحاجة للنوم، التشديد على تغذية صحية يمنع لفترة زمنية تراجع الطاقة خلال اليوم، وخاصة البحث عن حلويات والتي قد تتلخص في معظم الحالات بطاقة «فارغة» وبكميات كبيرة من السعرات الحرارية.

ما العلاقة بين الحديد، المغنيسيوم، والطاقة؟
 توصل كرباس الدم الحمراء الأكسجين إلى خلايا الجسم، الأداء السليم لها مرتبط بمستوى الحديد المتوازن في الجسم، المغنيسيوم وحمض الفوليك يساهمان في امتصاص الحديد، وذلك قد يساهمن في الحفاظ على مستوى اليقظة خلال اليوم.

ماذا نفعل؟
 قبل كل شيء من المهم إبلاغ طبيب العائلة عن الشعور بالتعب والإرهاق، وطلب إجراء فحوصات شاملة، للتأكد من أن السبب ليس مكملاً غذائياً، إن كان سبب التعب هو نقص الحديد في المكملات الغذائية، فالاستهلاك بالكميات الغذائية وفق توجيهات الطبيب أو الصيدلاني، من أجل ضمان امتصاص ناجع لإصافات الحديد مع دفع فيتامين سي، أو أطعمة مع مستويات عالية من فيتامين سي، وليس في وقت قريب من شرب الحليب، البيض والمنتجات التي تحتوي على كافيين.

رياضة وسعادة*

إن كنت من محبي الرياضة، اهتموا بالحفاظ على اللياقة البدنية وبحسب ان تعرفوا ان ساعات المساء ليست الساعات الجديدة للتدرير، حيث ان التدريب يعني الدم بالأندوفرين، وهو الذي يعطي الشعور بالسعادة والمزاج الجيد بعد الرياضة، لكن يجب حفظه لساعات الصباح ليشكل مصدر الطاقة خلال اليوم.

كيف نحافظ على يقظتنا وحيوتنا خلال اليوم؟
 متى توجهتم للنوم في الليلة الماضية؟*
 يشير جسدكم بشكل طبيعي لاحتاجكم إلى الراحة في ساعات الظلمة، وارتفاع مستوى الطاقة عندما تكون الشمس في منتصف السماء، ابن المشكلة؟ في العالم الحديث، وبكلبسه ز، تحددون وقت الظلام، ووقت النور، وإن لم يكن هذا كافياً لبليلة جهاز التعب/الراحة، قد تحملون بذلك المثابة، جهاز سمارتفون يبعث من شاشته ضوء قد يمس بجودة نومكم، وقد يحدث ذلك بعد يوم عمل متعب، أو لاد ومتربث.

ماذا نفعل؟
 8 ساعات نوم على الأقل: يطلب جسدكم ما اعتدتم تقديميه له، وهذا صحيح بالنسبة للغذاء، الرياضة والنوم، شددوا على 8 ساعات نوم، على الأقل 5 أيام في الأسبوع، توجّهوا للنوم مبكراً بدون جهاز هاتف باليد وأيضاً بدون تلفزيون أمام المسير.
 الكافيين والماء وما بهما
 الكافيين مثل السكر، لكن قد يمدكم بدفعة من الطاقة واليقظة إلا أنه وبعد فترة قصيرة قد يختفي الثنائي، ربما أن شربتم كمية كبيرة من الفاكهة قد تنسون شرب الماء، وهذا ما قد يسبب الإرهاق خلال اليوم، فاللياه تساعد في الحفاظ على مستويات الأكسجين سليمة في الجسم، إن أردتم الحفاظ على مستويات من الطاقة، فاستبدلوا قهوة بعد الظهر بشيك من أوراق النباتات الخضراء والتفاح
 الغذاء الصحي متعدد وطاقة:
 إن قمتم بإثارة لاتحة الغذاء الخاصة بكم بالبطاطا، اللوز، الأوراق

بعد تبيع بيتك؟ لتقييم سعر البيت مجانا اتصل: أمير صفورى - امانة ومصداقية

TOP NCISIM
יעוז - קניה - מכירה והשכרת NCISIM
שיווק פרויקטים

نتقدم لزبائننا الكرام

بأحر التهاني والتبريكات بمناسبة حلول

عيد الميلاد المجيد ورأس السنة المباركة

Merry Christmas and Happy New Year!



شكراً لثقتك بنا

وتعاملكم معنا

شدروת הツיונות 17 חיפה topnadlan10@gmail.com

טלפון 058-7633398

חפשו אוחזיב -



Farid Saeed

Real Estate Consulting & Sales
 תיירות ושיווק נדל"ן בחיפה



Merry Christmas and Happy New Year!



פרויקט הציונות 145 - مركز الكرمل

במרכז הליכה ממراكزي הבילוי,
 רחוב יפה נוף ורמת התשתי
 במיקום אסטרטגי לכל נקודה בחיפה
 מקום בניין יוקרתי ביוטר בסטנדרט גובה ובלתי מתאפשר



דירות 3, 4-5 חדרים עם מרפסות נוף וגינות
 מחיוי פריסטי!
 לקרהת תחילת הבניה!!!

פרויקט שיכון ציון - נווה צדק של חיפה

בבנייה איקוני ובעיצוב מיוחד המשלב יישן עם
 חדש של האדריכל אילן פיבקו
 פרויקט המשלב מבנים ומסחר וצמוד לאיזורי
 המסחר הבילי והאומנות המתפתחים של חיפה



דירות שני חדרים עד 4.5 חדרים
 במחירים הנעים בין 850 ל-1.4 מיליון ש"ח

מחירי פריסטי!
לקראת תחילת הבניה
 מהרו לרכוש!!! ייחידות אחרונות נשארו
 מצוינת להשקעה ו/או מגורי

פרויקט מס 32 - הדר עליון

פרויקט בוטיק
 בעיצובו של האדריכל אילן פיבקו
 הבנייה בעיצומה



דירות גן 4 ו 5 חדרים
 דירות פנטהאוז 3 ו 4 חדרים עם נוף מפרץ
 פתחו ונוף יפה
 דירות 4 חדרים מרוחקות עם מרפסות נוף
 החל מ 1.7 מיליון

054-3037999

www.faridsaeed.co.il



ض. ر. للعقارات D.R. Real Estate

תיווך, ניהול, ייעוץ ושוק נכסים

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

بالكرمل الفرنسي
 (د'يرت ٢٤) ٧٢ م حديقة ٦٥ م
 السطح مسجل بالطايو امكانية
 اضافة بناء لبناء ٦٠ م بنية حجر
 عربي سقوف عالية بلاط مرسم
 شبائك خشب ومخزن

بالحي الألماني
 (د'يرت ٢٤) ١١٠ م ٤ غرف مرممة
 حديثاً مدخل منفرد
 حديقة مع فاصل ١٥٠ م
 (غير مسجلة بالطايو)

**رمات بيغن شارع
بني بريت**
 ٥ غرف شرفة مع منظر ٣٠ م
 حمامان الخروج من وحدة الاهل
 السكنية للحديقة.
 موقف بجانب الشقة

شارع ستيلاء ماريس
 طابق اول ١٠ درجات مدخل منفرد
 ٦٢ م ٢ غرف شرفة كبيرة مرتبة
 تصلح لعيادة او مكتب

**للبيع بشارع عباس بيت
«اميل توما»**
 في اجمل البناءيات في الحي
 طابق ٢، بنية حجر عربي حوالي
 ١٣٠ م ٤ غرف سقوف عالية
 مطلة للبحر

شارع يروشلمي العزر
 بالقرب من التخنيون بنية منفردة
 ٣ طوابق مطلة للبحر حوالي ١٥٠ م
 موقف تحضير المصعد

شارع ستيلاء ماريس
 الطابق ٣ حوالي ٥٢ م
 ٣ غرف مطلة للبحر مرتبة

بودي النسناس
 ارض ٤٠٠ م، حواصل ٨٥ م، مساحة
 مبنية ٢٠٠ م (٣ شقق سكنية)، امكانية
 لاضافة بناء حوالي ٣٥٠ م، امكانية لهم
 وبناء مبني مع موقف خاص، ٤ طوابق
 سكنية، مكونة من ٨ شقق، كل شقة
 ٨٠ م + شرفة ١٢ م

**شارع طبريا
زاوية هتسيونوت**
 حوالي ٩٠ م ٤ غرف مرممة
 موقف بالطايو مصعد

مerry Christmas

Happy New Year





مطعم مامدوه



MEAT HOUSE

פרגית	ברעילים	חזה שלום	חזה פרוס
4 ק"ג	7 ק"ג	5 ק"ג	4 ק"ג
100 ₪	100 ₪	100 ₪	100 ₪
בשר לבשול	شورמה עגל	כבד ולבבות	כנפיים
1 ק"ג	1 ק"ג	3 ק"ג	7 ק"ג
60 ₪	60 ₪	50 ₪	50 ₪
פליה	אנטיריקוט	בשר טלה	צלעות טלה
1 ק"ג	1 ק"ג	1 ק"ג	1 ק"ג
110 ₪	110 ₪	85 ₪	90 ₪

פתח בימי שני – שבת 19:00–8:00

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

רחוב קיסריה 17, תל' 04-8667627