

ללאיגאר-شارع المطران حجار

شقة 4 غرف + شرفة  
موقف سيارة + مخزن  
مطلّة للميناء وستيلا مارس

مها قندس 052-8980085



شفاعمرو والمنطقة

H a i f a net

أسبوعية قُطريّة، مستقلة، شاملة العدد 463 الجمعة 14 حزيران 2019 توزّع مجّاناً

# الموت يختطف ابن حيفا رامي سمير أيوب في حادث عمل مأساوي

4



المحامية ماري نبيل خوري، رئيسة  
قائمة «صدي للمهنة» في نقابة المحامين:  
يشرفني أن أكون أول محامية عربية  
ترأس قائمة لانتخابات النقابة  
وللمحاميات دور في إحداث التغيير

3



الصيدلي شادي خوري لصحيفة «حيفا»:  
تدخين حتى سيجارة واحدة في اليوم  
يزيد نسبة أمراض القلب بخمسين بالمئة  
والأصابة بجلطة دماغية بثلاثين بالمئة

10



ماريا جمال في أثناء تسلمها جائزة من  
مؤسسة إسبانية يوم أمس الخميس في حيفا

6

## صحيفة حيفا تنجز تخفيضاً كبيراً في بطاقات الدخول لحديقة الحيوانات خلال فترة عيد الأضحى المقبل

4



867-10-10  
866-30-60

משלוחים חנים - מינימום 45 ₪  
רח' חורי 15 חיפה - ימי פתיחה: ראשון-שבת בין השעות 11:00-24:00

## סקאי פיצה

3 פיצות רגילות  
+ תוספת

רק 125 ₪

2 משפחתיות + תוספת  
+ סלט יווני אישי + לחם שום

רק 110 ₪

2 משפחתיות  
+ זיתים

רק 85 ₪

100%  
جبنة عيمك

הזמנות סלפוניות גם בכרטיס אשראי ושרכארט וכ.א.ל.  
ההנהלה רשאית להפסיק את המבצעים בכל עת ללא הודעה מוקדמת



# أزمة تعليم اللغة العربية في مدارسنا



أبعاد. ففي مستوى الاستقبال من خلال الأسئلة التوضيحية على مستوى الاستقبال لدى الطالب، يُظهر الطالب إعجابه ببطل القصة، أو يختار الطالب أبيات

شعر أعجبه من القصيدة. وفي مستوى الاستجابة يشارك الطالب أفراد مجموعته باتخاذ موقف من نهاية القصة. وفي مستوى التقدير يعرض الطالب استعداداته للمشاركة في كتابة فقرة تصف إحدى شخصيات القصة أو المسرحية. بينما دروس اللغة تعالج عن طريق أذهاننا وعقولنا ومنطقنا، وتعتمد

بأساس على البعد المعرفي من تصنيف بلوم. إذ نلاحظ هنا الفرق الواضح بين تعليم الأدب وتعليم اللغة، الذي أشار إليه د. نمر اسمير في كتابه "توظيف علوم التربية والتعليم في تدريس اللغة العربية وآدابها"، ود. اسمير من المربين الرائدتين في مجال التربية واعداد المعلمين في الوسط العربي، والذي ساهم في اعداد معلمين في جامعة حيفا وجامعات وكليات أخرى لإعداد المعلمين، وساهم في وضع مناهج تعليمية.

وهنا أتساءل لماذا لا تعطينا التجربة اليابانية، التي دعت الى التمسك القوي والواثق بالأصالة والقيم الأخلاقية التي تمتد جذورها عميقة في الماضي. لماذا لا نندهش من هذا التقدم الذي يقف أمامه العالم مندهشاً، ففي أمريكا وأوروبا يعكف أهل العلم على دراسة الانجاز الاستثنائي لهذه الدولة الآسيوية الشرقية. ونحن العرب بالذات لماذا لا تعطينا اليابان وهي في شرق آسيا، فاليابانيون شريون مثلاً، بدأوا مسيرتهم نحو التقدم من واقع العزلة والتخلف الحضاري. اليابان حققت التحديث والتقدم من خلال المحافظة على تراثها وتقاليدها ومؤسساتها القومية. بعد الحرب تحول التعليم في اليابان الى تعليم يعتمد التدريب على التفكير أكثر مما يعتمد على النقل والحفظ. ومع مرور الزمن استقرت هذه المفاهيم في نظام تعليمي مركب أصبح يشد خبراء التعليم في العالم، وأصبحت مناهج التربية والتعليم في اليابان من المناهج العالمية التي تنتظر إليها وتحاول أن تتعلم منها الشعوب الأخرى.

فاليابان لم تهره اللغات الأجنبية، وحسمت معركة اللغة منذ البداية. والجميع يدرك أنه لا يمكن لأي شعب أن يبدع إلا بلغة الأم، ولن تصغي الشعوب الأخرى لشعب لا يتحدث بلغته. كما أن المعلمين في اليابان يتمتعون بقسط من الحرية فهم صُنّاع القرار في المدرسة، وهم يقومون بإدارة مدارسهم ودون ضغط ملزم من قبل وزارة التعليم، لذلك يشعر المعلمون في اليابان بأهميتهم في صنع القرار.

فأين نحن من كل هذا، في ظل تهميش دور المعلم كقائد وصانع قرار، بل لدينا يتم محاربة المعلم المستقل وسلبه حقه في صنع القرار، ويتم دعم المعلمين المسوحيين، الذين يتلقون التعليمات من إدارتهم، من منطلق لا تفكر في الوزارة تفكر عنك، ومن هنا نبداً.

خلال حديثه باللغة العربية.

حتى في المدارس، نلاحظ أن معظم أولياء الأمور لا يبالون بتحصيل أولادهم بموضوع اللغة العربية بقدر ما يبالون بتحصيلهم في اللغات الأخرى وخاصة الانجليزية. بل هنالك من يفخر بابنه بأنه يُتقن اللغة الانجليزية، فيعتبرها لغة العلم وهذا صحيح، فعندما يلتحق الطالب بالجامعة عليه أن يجيد اللغة الانجليزية ويتقنها، فمعظم المراجع للأبحاث تجدها باللغة الانجليزية، وباستثناء من يتعلم اللغة العربية لا يحتاج الطالب الجامعي للغته العربية خلال تعليمه الجامعي.

بعد إنهاء التعليم الجامعي يبحث الخريج عن أماكن عمل، وفي أماكن العمل تلك، يحتاج الخريج على الغالب اللغة الانجليزية أو اللغة العربية، أما اللغة العربية فلا يحتاجها الخريج على الغالب في مكان عمله، فسوق العمل يفضل من يتقن اللغات الأجنبية.

بعد هذا الاستعراض السريع لمكانة اللغة العربية كلغة يستخدمها الانسان في حياته اليومية، ندخل الى مدارسنا العربية، الرسمية خاصة، فنصطدم بالواقع المؤلم لمكانة اللغة العربية في مدارسنا. فعلى الغالب تفتقر مدارسنا لمعلمين مؤهلين بموضوع اللغة العربية، فالمعلمة المتخصصة بمجال التعليم الخاص تصبح بقدره قادر معلمة لغة عربية، والمعلم الذي لا يميز بين التاء المفتوحة والتاء المربوطة، هو ذاته يعلم الطلاب الاملاء والقراءة والفهم والقواعد. زد على ذلك المناهج التعليمية لموضوع اللغة العربية وآدابها، فهنا تجدر الإشارة أنه بسبب اختيارات النصوص الأدبية التي لا تصوّر الواقع الذي يعيشه الطالب ولا تعبر عن مشاعره، بالإضافة الى دروس النحو العربية الجافة، التي تعتمد أسلوب التلقين، هي العامل الأساس في شعور الطالب بالافتقار والاحباط خلال حصص اللغة العربية. فكم تغنى معلمو اللغة العربية بجمال اللغة العربية، وكم أعلنوا فخرهم بهذه اللغة في أيام اللغة العربية، تحدثوا كثيراً عن جمال اللغة، ولكنهم لم ينجحوا ببراز هذا الأمر من خلال النصوص الأدبية، وحصص اللغة العربية.

كما نلاحظ بشكل عام في مدارسنا أن معلم اللغة العربية هو معلم للأدب واللغة في آن واحد، وهذا الأمر مختلف عن وضع تعليم اللغة في الدول المتطورة، ففي تلك الدول هنالك فصل واضح بين تعليم اللغة وتعليم الأدب. د. نمر اسمير تطرق لهذا الموضوع في كتابه "توظيف علوم التربية والتعليم في تدريس اللغة وآدابها"، حيث طالب بالفصل بين تعليم الأدب واللغة، فتعليم الأدب يختلف تماماً عن تعليم اللغة، وليس بالضرورة أن يكون معلم الأدب ملماً وقادراً على تعليم اللغة. فالأمور التي ينبغي على معلم الأدب مراعاتها تشخيص حاجات واهتمامات واتجاهات تلاميذه، فدروس الأدب تغذي مشاعرنا الانسانية وانفعالاتنا وأحاسيسنا، وتخطب البعد الانفعالي الذي وضّحه بلوم في تصنيفه ذي الثلاثة

عفيف شليوط

يلاحظ عزوف الشاب العربي عن استخدام اللغة العربية من خلال استحداث لغة العريزي أو الفرائكو أريك، حيث يستخدم الشاب اللغة العربية المدموجة بمصطلحات أجنبية دخيلة. كما نلاحظ عدم اكتراث الطالب العربي بحصة اللغة العربية، وتفضيله لتعلم اللغة الانجليزية أو العبرية على تعلم لغة الأم، اللغة العربية. من جهة أخرى يشكو المعلمون من مستوى التحصيل العلمي لطلابهم في موضوع اللغة العربية، وفي المدارس الثانوية على الغالب لا يختار الطالب العربي في امتحانات البجروت أكثر من ثلاث وحدات تعليمية في موضوع اللغة العربية.

بلا شك أن هذا الأمر يدعونا للقلق، خاصة أن اللغة مرتبطة بالهوية والتراث والأصالة، ولكي نعالج هذه

مؤسسة البيت المسيحي حيفا  
מוסד הבית הנוצרי חיפה  
The Christian Home Institute



## تعزية

«طوبى لمن اخترته وقبلته يارب ليسكن في ديارك إلى الأبد»

تتقدم مؤسسة البيت المسيحي في حيفا، إدارة وأعضاء، إلى أسرة عضو البيت، الصديق سمير أيوب بأصدق التعازي القلبية، وأسعى تعابير المواساة للمصاب الجلل الذي ألمّ بالأسرة الكريمة بفقدان الابن الغالي رامي. إن وفاته هزّت القلوب وفاجعته ضربت الوجدان بأعزّما يكون.

ولا يسعنا في هذا المقام المهيب إلا أن نتوجه إلى البارّي تعالى سائلين للمفقيد الرحمة، وللأسرة الكريمة حسن العزاء، وأن يلهم كافة الأقارب والمعارف والأصدقاء الصبر والسلوان. ولتكن روحه الطاهرة مع الأبرار والقديسين.

ونقول للأخ العزيز سمير أيوب وجميع أفراد العائلة إن عائلة البيت المسيحي تعاضدكم، وتصلّي كي يخفف الربّ عنكم هذه المحنة، ويبعد عنكم كل مكروه.

د. ريمون جبران

رئيس مؤسسة البيت المسيحي-حيفا

ميرا (شلهوب) فريوات (قسم الاعلانات)  
شريل الياس (تصميم الصحيفة)

المدير العام والمحرر المسؤول: راني عباسي  
رئيس التحرير: عفيف شليوط

العنوان: حيفا - شارع شبتاي ليفي 13، ص.ب 9526 حيفا، ميكود 31095

قسم الاعلانات: شارع الجبل 5 - حيفا بريد إلكتروني: Haifa.newspaper@gmail.com هاتف: 04-8522822 فاكس: 04-8522767

التحرير: بريد إلكتروني haifanewspaper2@gmail.com هاتف: 04-8523022 فاكس: 04-6586250

المقالات الموقعة لا تعبر بالضرورة عن رأي التحرير  
الإعلانات على مسؤولية المُعلنين

حيفا  
Haifa

صحيفة أسبوعية، ثقافية،  
فنية، اجتماعية، شاملة  
تصدر عن:  
مؤسسة الأفق للثقافة والفنون



# المحامية ماري نبيل خوري، رئيسة قائمة "صدى للمهنة" في نقابة المحامين: يشرفني أن أكون أول محامية عربية تترأس قائمة لانتخابات النقابة والمحاميات دور في إحداث التغيير

كنساء ما نقول ونفعل في إطار النقابة والمهنة.

(س) نعرف أن المحامين العرب هم الذين يرفعون نسبة التصويت في انتخابات النقابة. ما هو وزنهم؟

(ج) أولا. أنا سعيدة من هذا الأمر. نعم، مشاركة أوسع في الانتخابات معناها الفوري حضور أكبر ومؤثر أكثر في نقابة المحامين وهيئتها. بشكل نظري، مشاركة كل المحامين العرب قد يعني أن رئيس النقابة يُمكن في مرحلة ما أن يكون عربيًا. هذا للقول إن وزننا العددي والنوعي كبير في النقابة وهيئتها. في السنوات الأخيرة حصلت قفزة في تمثيل المحامين العرب في النقابة والهيئات المختلفة لكن لا يزال أماننا الكثير لنفعله هناك. نحن نريد تمثيلاً مناسباً للمحامين العرب في الجهاز القضائي كله. ابتداءً من أبسط الوظائف وصولاً إلى المحكمة العليا والجهاز الإداري الأعلى للقضاء في البلاد والقطاع العام كله. والمحامون العرب قديرون وجديرون ولا أقلّ منهم المحاميات العربيات.

(س) برنامج قائمتك "صدى للمهنة" يتحدث عن ضرورة استعادة مهنة المحاماة معناها كمهنة تدافع عن الحق والمساواة. لكن لم نسمع أن النقابة قالت كلمة واحدة عن قانون أساس القومية؟

(ج) هذا صحيح بالنسبة للنقابة الحالية ورئيسها الذي تمت تنحيته. لكن في المؤتمر الذي عقدناه في دالية الكرمل في الأسبوع الماضي، وشارك فيه كل من أبي حيمي الرئيس الحالي للنقابة وتامي اولمن رئيسة لجنة لواء حيفا في النقابة، اللذان أعلننا دعمهما وتأييدهما لنا ولبرنامج عملنا وخاصة بكل ما يتعلق بقانون القومية، فبينما الرئيس الحالي أبي حيمي أعلن موقفاً صريحاً ضد القانون بكونه لا يحقق المساواة، وتحدث صراحة على أن مثل هذه القوانين تضع إسرائيل على منحدر خطر نحو التمييز وقد أكد على التمسك بالديمقراطية وأساسها المساواة للجميع ورفض مظاهر العنصرية والمس بكرامة المواطنين العرب. وقد جاء هذا البيان بعد اجتماع مصغره بحضور وكان هذا قبل المؤتمر وقبل إعلان دعمنا له، حيث أكدت له على أن دعمنا له منوطاً بموقفه

عموماً. وهناك حاجة ماسة لرد الاعتبار لمهنة المحاماة في ظروف اقتصاد السوق. لا بُدّ من أن نُعيد إليها رسالتها ومعناها لا سيما الدفاع عن الحق والعدل. وهناك حاجة إلى إعادة تنظيم النقابة وإدارتها بشكل ينعكس إيجاباً على الجيل الجديد من المحامين. على النقابة أن تتغير لتأخذ بيدهم وتدمجهم لا أن تضع المعوقات في طريقهم. بالمناسبة، من هذه القضايا طوّرتنا برنامج عملنا الذي عمّمناه على جمهور المحامين. لا نخوض الانتخابات لأجلها بل لدفع قضايا تهمّ جمهور المحاميات والمحامين جميعاً، وفوق هذا كله وكحقوقية ملتزمة، حفزني موضوع قانون القومية لأبحث عن طريق من اعماق المهنة للتأثير والتغيير، فكان قرارني هذا بخوض الانتخابات لنقابة المحامين.

(س) هل هناك خاصية لكونك محامية. امرأة؟

(ج) أنا أمارس المهنة منذ أكثر من عقدين ولم أشعر أنني أقلّ من أي زميل رجل. لا في إدارة ملف ولا في سجال قانوني في أروقة المحاكم. ومع هذا هناك بُعد جنس في ترشحي. أنا لست مجرد امرأة مرشحة ترين قائمة يقودها رجال. أنا أقيم قائمة "صدى للمهنة" مع زملاء وزميلات وأنا أقف على رأسها. وفي هذا قول واضح أن المحاميات قادرات على الإمساك بدفة القيادة والمشاركة على قدم المساواة في إدارة شؤون مهنة كالمحاماة. أشعر أنني أفعل ذلك باسم المحاميات العربيات واليهوديات على السواء. وطموحي أن تنضمّ محاميات أخريات إلى هذا المسار، إليّ في قائمتي. ولدينا

في أول اهتماماتي جعل النقابة وهيئتها في طليعة المناهضين لقانون القومية العنصري

آتي إلى المحاميات والمحامين العرب ببرنامج عمل لأنني أحترم عقولهم وإرادتهم\*

ضمن برنامجي العمل على ضمان تمثيل مناسب للمحامين العرب في الجهاز القضائي كله وصولاً إلى المحكمة العليا. لن نقبل أقلّ من المساواة\*

ترأس المحامية ماري نبيل خوري قائمة "صدى للمهنة"، في إطار الانتخابات لنقابة المحامين في لواء حيفا. وهي المرة الأولى التي تؤسس فيها محامية عربية قائمة انتخابية في هذا الإطار وتقودها برئاستها. مُحامية متخصصة تزاوّل المهنة منذ أكثر من عقدين معروفة بسيرتها المهنية كمحامية مستقلة عصابة تتمتع بحضور قوي، ولهذا كان معها اللقاء التالي.

(س) لماذا قررت خوض هذه التجربة. انتخابات نقابة المحامين؟

(ج) عدة أسباب دفعني لذلك. فهناك ضرورة لترتيب هذا البيت لجهة مزيد من الانفتاح والديمقراطية، لإشراك أعداد أوسع من المحامين في تحديد مصير هذه المهنة وفي تحسين الخدمات القضائية للجمهور



## بطلت ادخن.

مرافقة شخصية ومهنية حتى النجاح

هاتف 0524572176





## صحيفة حيفا تتجزأ تخفيضاً كبيراً في بطاقات الدخول لحديقة الحيوانات خلال فترة عيد الأضحي المقبل

لمراسل حيفا- توجه لصحيفة "حيفا" عدد من أبناء الطائفة الاسلامية في حيفا، معربين عن استيائهم من التمييز ضد العرب والمسلمين على حد تعبيرهم من قبل "ايتوس" التابعة لبلدية حيفا، حيث كانت رسوم الدخول لحديقة الحيوانات في حيفا خلال فترة عيد الفطر كالمعتاد 39 ش.ج. للفرد، بينما تم تخفيض الأسعار في فترة عيد "الشفوعوت" لدى أبناء الطائفة اليهودية لـ 19 ش.ج. الأمر الذي أثار تساؤل المسلمين في حيفا، الذين شعروا بالتمييز بسبب عدم منحهم تخفيضات خلال فترة عيد الفطر أسوة بالمواطنين اليهود الذين حصلوا على تخفيضات جدية خلال فترة عيد "الشفوعوت".

فور تسلّم هيئة تحرير صحيفة "حيفا" لهذه الشكوى، توجهت الصحيفة للدوائر المختصة في بلدية حيفا بمثيرة الموضوع، واتضح بعد الفحص أنّ التخفيض حصل في عيد "الشفوعوت" نتيجة توجه سكان من مدينة حيفا طالبين تخفيض الأسعار في فترة العيد المذكور، بينما لم يكن هنالك أيّ توجه من قبل أيّ مواطن من حيفا خلال فترة عيد الفطر للحصول على تخفيض خاص خلال عيد الفطر.

بعد إثارة صحيفة "حيفا" للموضوع لدى الدوائر المختصة في بلدية حيفا، تعهدت الجهات المسؤولة في إدارة البلدية وبناء على توجه صحيفة "حيفا" بتحديد أسعار بطاقات الدخول لحديقة الحيوانات في مدينة حيفا خلال فترة عيد الأضحي المبارك بـ 19 ش.ج. فقط.

## الموت يختطف ابن حيفا رامي سمير أيوب في حادث عمل مأساوي



العرب، الذين توافدوا الى بيت العائلة للوقوف الى جانبها في مصابها الأليم، وعرف الفقيد بأخلاقه ومعرشه الحسن وسمعته الطيبة، وتربطه علاقات متينة مع شرائح عديدة في المجتمع. تصوير: رنين صفدي

من مبنى مكاتب في أحد أحياء الكرمل في المدينة. وقد حضر محققو الشرطة وممثل عن وزارة العمل الى الموقع، لفحص ملابسات الحادث المؤسف والأليم. وقد أفجع خبر مصرع الشاب رامي أيوب أهله وعائلته وأصدقائه وعموم أهالي حيفا

لمراسل حيفا- ودعت حيفا أول أمس الأربعاء، جثمان الشاب رامي سمير أيوب البالغ من العمر 43 عامًا، والذي لقي حتفه يوم الاثنين الماضي، اثر سقوطه من ارتفاع شاهق أثناء تثبيت أحد النوافذ في الطابق السادس



قداس وجناز الأربعين  
من آمن بي ولو مات فسيحيا

أرملة المرحوم وأولاده بسام جبران ويوسف وعموم  
آل حجار وآل الفار وأنسابهم وأقربائهم يدعونكم لمشاركتهم

قداس وجناز الأربعين راحة لنفس فقيدهم الغالي المرحوم

**فيكتور يوسف حجار**  
**أبورمزي**

يوم الثلاثاء الموافق 18.6.2019 الساعة السادسة مساءً  
في كنيسة اللاتين شارع همجينيم 78 حيفا

له الرحمة ولكم من بعده طول البقاء  
الرجاء اعتبار الدعوة عامة للجميع



الكلية الأكاديمية العربية للتربية في إسرائيل - حيفا

تتشرف بدعوة كاتبات وكتّاب أدب الأطفال المحليين  
للإشتراك في مشروع

**”كتابة قصّة الطفل المحليّة“**

يحصل كلّ مشترك في المشروع على أجر أدباء (שכר סופרים) وفقاً لما تقرره ادارة الكلية  
إضافة الى نشر القصّة من قِبل الكلية العربية للتربية في إسرائيل - حيفا

**لمن يودّ الإشتراك في المشروع:**

يرجى إرسال القصّة مرفقة بالسيرة الذاتية إلى

مركز الآداب والحوار

الكلية الأكاديمية العربية للتربية في إسرائيل - حيفا

شارع هحشمال 22 حيفا. ص.ب 8349

تلفون: 048303555

أو الى البريد الإلكتروني: hanan-b10@bezeqint.net

**وذلك حتّى موعد أقصاه 30.8.2019**

باحترام  
الدكتورة حنان بشارة  
مديرة مركز الآداب والحوار





**הורידו את האפליקציה!**



חפשו אותנו  
בפייסבוק!  
**עידן 2000-**  
סניף חיפה נשר

סרקו  
להורדה



# עידן ססס

**גם המחיר צעצוע**

**חיפה - נשר**



**מגלשה**  
לבית או לגינה



₪ **69**<sup>90</sup>

**בית החלומות**  
לגינה או לבית



₪ **249**<sup>90</sup>

**בית בובות מעץ**  
90X30X60 ס"מ | עם אביזרים



₪ **349**<sup>90</sup>

**מטבח מפואר מעץ**  
84X31X89 ס"מ | עם אביזרים



₪ **349**<sup>90</sup>

**ממונע RZR 24V**  
מנוע חזק במיוחד | גלגלי גומי



₪ **1490**

**בריכה גדולה**  
עם משאבה  
300\*207\*65 ס"מ



₪ **590**

**גליץ' גלאץ'**  
מגלשת יחיד מטרופת 549 ס"מ



₪ **49**<sup>90</sup>

**טרמפולינה 6 פט**  
עם סולם



₪ **499**<sup>90</sup>

**בריכת גזיבו**  
עם גגון | 51\*244 ס"מ



לקונים ב-50 ש"ח ויותר  
ממוצרי החנות

₪ **399**<sup>90</sup>

**בריכת שפה**  
FAST | דגם 51\*198 ס"מ



₪ **119**<sup>90</sup>

**מרכז פעילות**  
דגם דייגים



₪ **249**<sup>90</sup>

**מרכז פעילות**  
דגם ספורט עם מגלשת באולינג



₪ **249**<sup>90</sup>

**בריכה ענקית  
הכל כלול**

122\*300\*600 ס"מ | כולל: משאבת חול  
עוצמתית, סולם בטיחות, כיסוי עליון, כיסוי  
תחתון, כלורינטור וכלור



₪ **2990**

**בריכה גדולה  
הכל כלול**

122\*305\*549 ס"מ | כולל: משאבת חול  
עוצמתית, סולם בטיחות, כיסוי עליון, כיסוי  
תחתון, כלורינטור וכלור



₪ **2890**

**בריכה מלבנית  
אולטרה**

400\*200\*99 ס"מ | כולל משאבת חול עוצמתית  
וסולם בטיחות + מתנה!



₪ **1299**<sup>90</sup>

**בריכת INTEX**

עגולה קוטר 3.05 מ' עומק 76 ס"מ /

מלבנית 2\*3 עומק 76 ס"מ



₪ **499**<sup>90</sup>



**סניף נשר מתחם רמי לוי נשר חיפה** ☎ **072-220-4717**

שעות פתיחה: ימים א'-ה' 09:00-21:00 | ימי ו' וערבי חג 09:00-15:00 | מוצ"ש סגור

\*בתוקף בסניף נשר בלבד עד 21.6.19 או עד גמר המלאי המוקדם מביניהם \*אין כפל מבצעים \* בהצגת הקופון  
באפליקציה \* התמונות להמחשה בלבד \* מינימום 5 יח' במלאי ממוצר בסניף \* מוגבל ל-1 יח' ללקוח ממוצר \* הרשת  
רשאית להפסיק את המבצעים בכל עת.



## ماريا جمال من حيفا تفوز بجائزة «اميرة جيرونا» الاسبانية



لمراسل حيفا: اعلنت مؤسسة «اميرة جيرونا» الاسبانية في الأسبوع الماضي، عن فوز ماريا جمال من حيفا بجائزة المؤسسة للعام 2019. جاء فوز ماريا جمال لهذه الجائزة بعد أن كان قد رشحها وديع أبونصار، قنصل اسبانيا الفخري، للحصول على هذه الجائزة وذلك من خلال توصية ارسلها قبل بضعة اشهر لسفير اسبانيا في البلاد، منويل غوميس-اثيو. هذا وعبر أبونصار عن شكره للمسؤولين في مؤسسة «اميرة جيرونا» على اختيار ماريا، كما شكر السفير الاسباني على دعمه لترشيح ماريا لهذه الجائزة.

الجدير بالذكر أن ماريا جمال اختيرت من بين العشرات من المرشحين من حول العالم لنيل الجائزة. ويذكر أيضا ان ترشيح ماريا وفوزها بهذه الجائزة جاء عقب العمل الجبار التي تقوم به برفقة زوجها الدكتور عصام داود من خلال مؤسسة «هيومانيتي كرو» (طاقم الانسانية) التي تهتم باللاجئين الذين تقطعت بهم السبل اثناء هروبهم من بلادهم نحو أوروبا.

من الجدير بالذكر أن مؤسسة «اميرة جيرونا» هي من أبرز المؤسسات الاسبانية، التي تقدم جائزة سنوية لشباب أو شابة (من عمر 16 الى 35 عامًا)، من مختلف انحاء العالم، الذين يقومون بأعمال مميزة.

## الشرطة تعتقل مشتبهين من حيفا والكريوت بتهريب مخدرات

لمراسل حيفا -ألقت الشرطة القبض أول لأمس الأربعاء، على ثلاثة مشتبهين من سكان حيفا والكريوت في الثلاثينات من أعمارهم، للاشتباه بهم بتهريب مخدرات خطرة مثل الكوكايين بملايين الشواقل. جاء هذا الاعتقال وفق بيان الناطق باسم الشرطة للإعلام العربي، مع نهاية تحقيق سري بالتعاون مع مصلحة الضرائب (السلطات الضريبية في مطار بن غوريون الدولي)، والذي أدى الى كشف المشتبهين الثلاثة بشبهة محاولة ادخال المخدرات الخطرة إلى إسرائيل، وإخفائها بطريقة فريدة من نوعها بعد ان أدخلت الى أنبوب حديدي، يبدو وكأنه جزء من آلة.

هذا وتم احالة المشتبهين الثلاثة إلى التحقيق في وحدة التحقيق المركزية لواء الساحل، على أن يتم استصدار أمر من محكمة الصلح في حيفا بتمديد توقيفهم على ذمة التحقيق.

## للمرة الرابعة تمديد حظر النشر في جريمة قتل الشفاعمري غسان عوكل



لمراسل حيفا- وافقت محكمة الصلح بالناصر، على طلب الشرطة بتمديد حظر النشر حول تفاصيل التحقيقات، في شبهات جريمة قتل غسان عوكل من شفاعمرو، يوم الأربعاء الماضي، بعد انتهاء فترة حظر النشر الأخيرة.

وذكر بيان الناطق باسم الشرطة، انه في اعقاب جلسة أمام القاضية منال حليحل - دياب، أصدرت القاضية تعليماتها بمنع نشر أي معلومة بشأن التحقيقات. ويسري أمر حظر النشر الجديد لمدة 29 يوما، حتى تاريخ 11-7-2019

وعلمت صحيفة «حيفا» أن الأمر الجديد قوبل بالاستياء في أوساط عائلة المغدور، وفق مصدر مقرب من العائلة الذي أضاف أن الاستياء نابع عن وعود الشرطة بالكشف عن الجناة وتقديم لائحة اتهام بحقهم، وكل مرة تعود تعود الشرطة وتصدر أمرا بالحظر للمرة الرابعة على التوالي.

يُذكر أن المرحوم غسان عوكل تعرّض لاطلاق رصاص من مجهول في حانوته، مساء 12 نيسان الماضي، وأنّ عدم الكشف عن الجناة يشكل حالة قلق لدى الأهالي الذين يشعرون بفقدان الأمان في أحيائهم والأماكن العامة، على اثر تكرار حوادث اطلاق النار في أكثر من مكان في المدينة.

## تهنئة



يسر مؤسسة البيت المسيحي في حيفا رئيساً واعضاءً ان تتقدم بأحر التهاني والتبريكات لسيادة الأسقف الدكتور يوسف متى بمناسبة سيامته رئيساً لأساقفة عكا وحيفا والناصر وسائر الجليل، متمنين له التوفيق والنجاح في مسيرته ورسالته الرعوية.

كما ونقدم التهنئة لعائلته وذويه ولرعية الروم الملكيين الكاثوليك في حيفا، نسأل الله أن يمن عليه بكل نعمه وبركاته ليكون خير أسقف وقدوة في المحبة والتضحية، والصلاة والايمان وحارساً أميناً على الأبرشية.

بكل مودة تقدير واحترام،

د. ريمون جبران

رئيس مؤسسة البيت المسيحي- حيفا



## مدرسة راهبات الناصرة - حيفا



تعلن مدرسة راهبات الناصرة عن حاجتها

الى معلمين/معلمات

• لقسم الحضانات: حاضنات ومساعدات

• للقسم الابتدائي: إنكليزي ورياضة

• للقسم الثانوي: علوم، فيزياء-روبوتيك ومديريات،

إنكليزي ورياضيات

مع الإحترام،  
الإدارة

• عمال نظافة

على المتقدم/ة أن يرسل سيرة ذاتية مع الشهادات

على فاكس رقم: 153-4-8513063

أو على بريد الكتروني المدرسة: sonschoolhfa@gmail.com

# معرض فن • ثقافة • فكر الكتاب

13 – 17 حزيران 2019



(\*) يُشارك في المعرض خمسة مراكز أبحاث: المركز العربي للأبحاث • مؤسسة الدراسات الفلسطينية • مركز مدار • مدى الكرمل • مركز مسارات. (\*\*) على هامش المعرض: توقيع كتب • ندوات • عروض أفلام • موسيقى • بازلات • مقهى. (\*\*\*) جمعية الثقافة العربية. (2019). "معرض الكتاب \ حزيران 13-17". المركز الثقافي العربي: شارع شبتاي ليفي 7: حيفا.

جمعية الثقافة العربية  
THE ARAB CULTURE ASSOCIATION

المركز العربي للأبحاث ودراسة السياسات  
Arab Center for Research & Policy Studies

مؤسسة الدراسات الفلسطينية  
Institute for Palestine Studies

مدار: المركز الفلسطيني للدراسات الإسرائيلية  
MADAR The Palestinian Forum for Israeli Studies

مدى الكرمل  
المركز العربي للدراسات الاجتماعية التطبيقية

مدى الكرمل  
المركز العربي للدراسات الاجتماعية التطبيقية

Mada al-Carmel  
Arab Center for Applied Social Research

## اليوم الرابع | الأحد 16/06

19:00 | توقيع كتاب من إصدار مركز مدار:  
"المعاناة الجمهور - الفلسطينيون في الأرشيفات العسكرية الإسرائيلية".

حوار مع الكاتبة  
رونا سيلع.



يحاورها علاء حليجل.



20:30 | عرض فيلم

"المنهوب والمخفي" (2017، وثائقي، 46 دقيقة)  
للمخرجة رونا سيلع حول سرقة الأرشيف الفلسطيني.

## اليوم الخامس | الإثنين 17/06

17:00 | توقيع كتاب من إصدار مركز مسارات:  
"التدين في مناهج وكتب التعليم في إسرائيل".

حوار مع الكاتب  
د. جوني منصور.



يحاوره أحمد دراوشة.



18:00 | ندوة ثلاثة كتب لعزمي بشارة صادرة عن المركز العربي للأبحاث: "الطائفة، الطائفية، الطوائف المتخيلة" و"في الإجابة عن سؤال: ما السلفية؟" و"تنظيم الدولة المكنى داعش". بمشاركة: الباحث علي حبيب الله، الباحث د. مهند مصطفى، الكاتب رامي منصور. يحاورهم أنطوان شلحت.



20:00 | حفل الاختتام بعرض موسيقي مع فرقة كلاسيكي.



## اليوم الثاني | الجمعة 14/06

17:00 | حلقة قراءة مع مجموعة "إنسانيات" حول "السيادة والدولة".



18:00 | حفل توزيع جوائز مسابقة القصة القصيرة لطلاب المدارس الإعدادية والثانوية. عريفة الحفل فداء زيدان.

## اليوم الثالث | السبت 15/06

17:00 | ورشة للأطفال: ورشة فن طي الورق الياباني "الأوريغامي" مع عمر عموري.

18:30 | توقيع كتاب من إصدار مدى الكرمل: "العرب الدروز في إسرائيل مقاربات وقراءات نظرية وسياسية ناقدة".

حوار مع محرر الكتاب  
د. يسري الخيزران.



تحاوره نضال رافع.



19:30 | توقيع كتاب من إصدار مؤسسة الدراسات الفلسطينية: "سيسموغرافيا الهويات: الانعكاسات الأدبية لتطور الهوية الفلسطينية في إسرائيل، 1948 - 2010".

حوار مع مؤلف الكتاب  
د. منار مخول.



تحاوره مريم فرح.



المركز الثقافي  
العربي حيفا

شارع شبتاي ليفي 7





المطران يوسف متى لدى سيامته مطرانا للجليل:

# الكنيسة الكاثوليكية تأسست على القومية العربية ولغة الضاد، وتميزت بحسها الوطني وانتمائها العرقي



جيريللي، السفير البابوي في البلاد وبطريرك القدس المتقاعد، ميشيل صباح ورئيس مجلس الاساقفة الكاثوليك في الاراضي المقدسة، المطران موسى الحاج وحارس الاراضي المقدسة، الاب فرنشيسكو باتون والمطران كيرياكوس، مطران الروم الارثوذكس في الجليل.

وأقيم حفل تنصيب مشابه في كاتدرائية مار الياس للروم الكاثوليك في حيفا، حضره عدد من كبار الشخصيات الرسمية الاسرائيلية والفلسطينية والاجنبية، اضافة إلى العشرات من الشخصيات الاعتبارية المحلية. برز بين الحضور وفد رفيع المستوى من السلطة الفلسطينية برئاسة عضو اللجنة التنفيذية لمنظمة التحرير الفلسطينية، صالح رافيت ورئيس لجنة المتابعة العليا للجماهير العربية، محمد بركة ورئيس بلدية حيفا، عينات كاليش-روتم وعدد من النواب العرب ورؤساء المجالس المحلية. كما حضر الحفل عدد من السفراء والقناصل العرب والاجانب، برز بينهم السفير المصري والسفيرة الالمانية والسفير البلجيكي وعميد السلك الدبلوماسي الافريقي ونائب السفير الاردني والقنصل الفرنسي والقنصل الروسي والقنصل الاسباني.

وألقى السفير البابوي، المطران ليوبولدو جيريللي، الذي مثل البابا فرنسيس في حفل التنصيب، كلمة عبر خلالها عن مؤازرة الكرسي الرسولي (الفاتيكان) لأبرشية الجليل وراعها الجديد. كما ألقى الاب اندراوس بحوث، المدير البطريركي الذي أدار شؤون أبرشية الجليل خلال الاشهر الماضية والاب الياس العبد، النائب الاسقفي العام للأبرشية، كلمتين عبرا فيهما عن فرحتهم بانتخاب المطران الجديد ورغبتهما ورغبة سائر الكهنة التعاون لما فيه خير الكنيسة والمجتمع.

واختتم الاحتفال بكلمة مطولة للمطران الجديد تحدث خلالها عن رؤيته في قضايا عدة، منها قضايا كنسية واجتماعية ومدنية، منوها بأن بابه سيكون مفتوحا للجميع وبأنه يرغب بالتعاون مع الجميع، مركزا على أهمية الاحترام بين البشر كقاعدة أساسية للتعامل، ومطالباً بحلول للقضايا المختلفة مبنية على العدل والمساواة وحقوق الانسان.

تصوير: بهاء طرعاني

بالعيش الكريم في حرية وكرامة أسوةً بباقي الشعوب في العالم. ومن هنا فإن أيدينا مفتوحة لهذا التعاون الإنساني في تقريب القلوب واحقاق العدل والسلام. " ترأس قداس الرسامة المطران جورج بقعوني، نيابة عن البطريرك يوسف العيسى، عاونه المطرانان ياسر عياش، النائب البطريركي في القدس ومطران الجليل المتقاعد، بطرس المعلم. وحضر السيامة لفيث من كبار رجال الدين، برز من بينهم المطران ليوبولدو

أسقف أبرشية عكا وحيفا والناصرة وسائر الجليل للروم الملكيين الكاثوليك، في كلمته أثناء الاحتفال بتنصيبه أسقفا الذي أقيم في كنيسة مار يوسف للملكيين الكاثوليك في الناصرة، وتابع سيادته قائلا: " وكنيستنا الجليلية التي انتمت وتنتمي للشعب العربي الفلسطيني تستمر في المطالبة في ارساء العدل والسلام والاستقرار لكل أبناء هذا الشعب، وتشدُّ على أيدي الشرعية الدولية في حق كل انسان

لمراسل حيفا: "ان الكنيسة الرومية الملكية الكاثوليكية تأسست على القومية العربية ولغة الضاد، وتبنت كتب الصلوات والوثائق الرسمية باللغة العربية، كما وتميزت بحسها الوطني وانتمائها العرقي. وقد سارت المسيرة المشرفة، من خلال العديد من الاشخاص الملتزمين، في إعلاء شأن الوطن والجس الوطني. هذه الكلمات نطق بها سيادة المطران يوسف متى،

## المجلس المالي الأرثوذكسي الوطني – حيفا

### منح دراسية للاكاديميين

يعلن المجلس المالي الأرثوذكسي الوطني في حيفا عن نيته تقديم منح دراسية للاكاديميين من أبناء الرعية في حيفا لهذه السنة الدراسية 2018/2019. كل من يرغب بالحصول على المنحة عليه ان يقدم طلبا يستوفي الشروط التالية:

- ان يكون مسجلا في سجل الجمعية العمومية للطائفة الارثوذكسية في حيفا، وعلى طالبي المنحة غير المسجلين من أبناء الرعية أن يتوجهوا الى مكتب الجمعية لإتمام التسجيل وإرفاقه بطلب المنحة.
- ان يكون من طلاب الجامعات او الكليات الاكاديمية في البلاد او الخارج ويدرس للحصول على اللقب الأول: B.A. أو B.Sc. او ما يوازيهما، ويشمل ذلك طلاب الطب والمحاماة والهندسيين. (הנדסאים).
- ان يقدم سجلا مصدقا من سكرتارية الجامعة يثبت التحاقه بها (אישור סגירת כרטיס הסטודנט)، على ان يكون هذا المستند باللغة العبرية من جامعات البلاد او باللغة الإنجليزية من الخارج، وأن يكون أصليا (غير مصور).
- أن يكون طالبا في السنة الثانية وما فوق في دراسته الجامعية.
- ان يم لأطلب المنحة بالتفاصيل الكاملة.
- ان تصل هذه الوثائق الى مكتب المجلس في شارع هبارسيم 3 حتى موعد أقصاه 30.6.2019 على ان يتم توزيع المنح للمستحقين في شهر تموز.

الرجاء ممن يتعلمون دورات ليست للحصول على لقب جامعي أو يتعلمون في كليات غير اكااديمية ان لا يقدموا طلبا.

طلب المنحة موجود على موقع المجلس المالي أو في دارالمجلس.

كل من له ملاحظة يستطيع التواصل مع مكتب المجلس على الرقم: 04-8525047 أو على البريد الالكتروني للمجلس: [maktabalmajles2@gmail.com](mailto:maktabalmajles2@gmail.com)

نتمنى لكم النجاح

لجنة المنح  
الدراسية

يوسف خوري  
رئيس المجلس





# حضانة



# سانتا ماريانا

للمرة الأولى في البلاد وفي الوسط العربي

حضانة تتبع المنهج المنتسوري بشهادة دولية من جامعة بريطانيا  
إلا على المستويات من جيل 3 شهور الى جيل 3 سنوات

ستبدأ الحضانة بتأليم حسب طريقه

دكتور ماري منتسوري من بداية 1.9.219

وستكون البيئة مجهزة حسب متطلبات المنهج ..

لكل أهل يبحثون عن حضانة آمنة مليئة بالمحبة والحنان. طاقم مختص ذو خبرة  
كبيرة. بيئة ملائمة لكل الأجيال ساحات واسعة آمنة. تبحثون عن التحفيز على قدرات  
الطفل الحسية والحركية والذهنية سنتبع الوسائل الطبيعية والتي تستخدم فيها  
أبسط اشياء مستوحاة من الطبيعة

لا لتلقين ..دع طفلك يعيش التجربة واستكشافها لوحده بتوجه مهني  
بأعلى المستويات..

حاصلة على

ماجستير البرمجة

اللغوية العصبية ...

للمراغبين بالاستفسار والانضمام لهذا المنهج الرجاء الاتصال  
ردينة ابداح اختصاص تربية طفل وحاصلة على شهادة معتمدة  
بمنهج المنتسوري من جامعة بريطانيا

04-8262636

050-6809375

# لقاء خاص بصحيفة "حيفا" مع الصيدلي شادي خوري، مستشار اقلاع عن التدخين

تدخين حتى سيجارة واحدة في اليوم يزيد نسبة امراض القلب  
بخمسين بالمئة والاصابة بجلطة دماغية بثلاثين بالمئة



هناك أبحاث تثبت  
أن مدخني السيجارة  
الألكترونية معرضون  
لمواد سرطانية



عن طريق التبخير، أو عن طريق التدخين الإلكتروني. بعض الأبحاث تظهر أن الانتقال إلى السيجارة الإلكترونية، يقلل من كمية المواد المضرة، ولكن هذا لا يعني أننا غير معرضين للمواد المضرة. هناك أبحاث تثبت أن مدخني السيجارة الإلكترونية معرضون لمواد سرطانية. إضافة إلى ذلك أن المدخن بواسطة السيجارة الإلكترونية لا يستطيع أن يقلع بتاتا، لأن دماغه يبقى مستعبدا لمادة النيكوتين ولا يقلل من الأخطار التي تواجهه.

س: هناك من يدعي أنه لا فائدة من الإقلاع عن التدخين لأنني "دخنت لسنوات طويلة والضرر حصل ولا مجال للتحسين".

ج: الإقلاع عن التدخين بكل الحالات يساهم في تحسين الوضع الصحي، فمهما طالبت المدة الزمنية لممارسة التدخين، يبقى الحل الأمثل هو الإقلاع، لأن نسبة أمراض القلب والأوعية الدموية وسرطان الرئة تقل بشكل ملحوظ بعد الإقلاع. عندما تكف عن التدخين، يبدأ الجسم بمرحلة العلاج وهناك أشياء كثيرة تتحسن فوراً كنسبة الأوكسجين في الدم، وتتحسن حاستا الرائحة والذوق خلال يومين أو ثلاثة من الإقلاع عن التدخين.

لكن من المؤكد أن التحسن يبدأ من اليوم الأول للإقلاع عن التدخين، وكذلك تخف وتقل الأضرار من اليوم الأول للإقلاع.

والراحة. تقل نسبة الدوبامين بين سيجارة وأخرى، وهذا ما يسبب الاضطراب، عدم الهدوء، العصبية، عدم التركيز والحاجة إلى سيجارة أخرى، وعندها يشعر المدخن بتحسن، لأن السيجارة تعالج عدم الهدوء التي هي نفسها تسببه. فعلمياً عدم التدخين يوفر عليك معاناة التوتر والتالي لا تحتاج لعلاج.

عادة التدخين التي حولت السيجارة لـ "علاج للتهديئة"، تسبب شعوراً للمدخن بأنه لا يستطيع التخلي عنها. الطريقة الوحيدة للتخلص من هذا الوهم، هو الإقلاع نهائياً عن التدخين بطريقة تحضيرية جيدة وجديدة. أثبتت أبحاث كثيرة أنه بعد الإقلاع عن التدخين يخف عند المقلع الشعور بالخوف والضغط.

س: هل التقليل من التدخين يقلل من الضرر؟

ج: كل سيجارة نتعاطاها تسبب أضراراً للجسم. العديد من المدخنين يفرحون أن استطاعوا أن يقللوا من عدد السجائر، لكنهم حسب الإحصائيات للأسف يعودون بعد بضعة أشهر لتدخين الكمية التي اعتادوا على تدخينها.

في بحث واسع وشامل أثبت أن تدخين حتى سيجارة واحدة في اليوم، يزيد نسبة أمراض القلب بخمسين بالمئة والاصابة بجلطة دماغية بثلاثين بالمئة.

لذلك الهدف الرئيسي من العلاج هو الإقلاع نهائياً وليس التقليل.

س: هل السيجارة الإلكترونية أقل ضرراً؟

ج: بواسطة السيجارة الإلكترونية يتم حرق النيكوتين

جاهز، أو يمكنني أن أكون جاهزاً في هذه الفترة أو غيرها. الإقلاع عن التدخين، بدون شك، يغير مجرى حياة الإنسان، لذلك لا نستطيع أن نقول هذه فترة مناسبة أو غير مناسبة للإقلاع عن التدخين.

في عملية الإقلاع عن التدخين هناك بعض الصعوبات، مثل التخلص من الإدمان على مادة النيكوتين، جسدياً ونفسياً. لا شك أن مدى نجاح التخلص من الإدمان على مادة النيكوتين متعلق بمدى جاهزية المعالج للتغيير في الأفكار والعادات والأنماط الحياتية.

أفضل وسيلة ناجحة للتغلب على هذه المشاكل هو استشارة طبيب العائلة، أو مستشار إقلاع عن التدخين مختص الذي يوجهكم ويرشدكم على الطرق والامكانيات الكثيرة المتوفرة لمواجهة المشاكل الجسدية والسلوكية.

س: هناك من يردد مقولة "السيجارة تساعدني على تخفيف التوتر"، فما رأيك؟

ج: السبب الرئيسي الذي يجعل المدخنين يشعرون بالراحة وعدم التوتر، هو الإدمان الجسدي للسجائر وللنيكوتين. يصل النيكوتين للمخ خلال 10-5 ثوان بعد استنشاق السيجارة. عندما يصل النيكوتين للمخ تفرز مادة الدوبامين، وهذه المادة هي التي نشعرنا باللذة

س: هل الإقلاع عن التدخين يساهم في زيادة وزن الجسم؟

ج: ليس من الضروري أن يكون الإقلاع عن التدخين سبباً في زيادة الوزن، بل هنالك قسم من الذين اقلعوا عن التدخين خف وزنهم، وهنالك نسبة قليلة يمكن أن يزيد وزنها ببعض الكيلوغرامات، من 3-4 كغم.

هذا الارتفاع ينجم لعدة أسباب: تحسن حاسة الذوق والشم، الحاجة لبديل أو تعويض عن وجود السيجارة بالفم. زيادة الشهية نتيجة الإقلاع.

كلما أدركنا واقتنعنا بعملية الإقلاع واستعدنا لها، يمكننا أن نقلص أو نمنع الارتفاع في الوزن، ونبدأ مرحلة جديدة وحياة صحية وسليمة.

في كل مرة نشعر بالحاجة لأكل بعض الأشياء، من المفضل شرب كأس ماء، كذلك يفضل أن نحفظ ببعض الخضراوات المقطعة، ومن المفضل أن نزيد من ممارسة النشاطات الرياضية.

بكل الحالات فإن الفوائد الصحية نتيجة الإقلاع عن التدخين أفضل بكثير من أي ضرر ينتج من زيادة الوزن. س: ما رأيك بالقول الذي يردده البعض "أنا لست جاهزاً للإقلاع عن التدخين"؟

ج: أولاً وللتوضيح لا يوجد ما يسمى بالجاهز أو غير

## المخيم الصيفي للسباحة 2019

### في منتزه جلي يام

### بإدارة: يوسف غوشه

**نعلن عن بدأ التسجيل**  
للمخيم الصيفي  
للسباحة 2019

**فعاليات المخيم:**  
تعليم جميع اساليب السباحة  
فعاليات رياضية وترفيهية في المنتزه

**جيل المشتركين: من سن 5 سنوات حتى 10 سنوات**

**تاريخ المخيم: ابتداء من 7.7.19 لغاية 25.7.19 من الاحد للخميس**  
**من الساعة التاسعة صباحا حتى الواحد ظهرا**

**ملاحظه: هنالك امكانيه للتسجيل لتعليم السباحة في ساعات بعد الظهر.**

**للتسجيل والاستفسار: 0508547568**



# 1 במחיר 2



|                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>جل الاستحمام Adidas للرجال</b><br/>400 مل</p>  <p>2-<br/><b>11.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمالين<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>                          | <p><b>صابون سائل Family</b><br/>1 لتر</p>  <p>2-<br/><b>11.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمالين<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>              | <p><b>مزيل العرق Rexona</b><br/>150 مل</p>  <p>2-<br/><b>11.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمالين<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>                | <p><b>مزيل العرق Axe</b><br/>150 مل</p>  <p>2-<br/><b>11.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمالين<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>              | <p><b>شامبو / مطري للشعر "بينوك"</b><br/>700 مل</p>  <p>2-<br/><b>11.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمالين<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>  |
| <p><b>رباعية ورق رطب sensitive שיבולת שועל للأطفال من "دكتور فيشير"</b></p>  <p>2-<br/><b>19.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمالين<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p> | <p><b>شمع "ملمس الحرير" لازالة الشعر 500 غرام</b></p>  <p>2-<br/><b>14.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمالين<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p> | <p><b>مبيد الحشرات Raid</b><br/>300 مل</p>  <p>2-<br/><b>14.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمالين<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>               | <p><b>مستحلب الاستحمام Palmolive</b><br/>500 مل</p>  <p>2-<br/><b>14.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمالين<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p> | <p><b>رباعية صابون Palmolive 90 غرام للوحدة</b></p>  <p>2-<br/><b>11.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمالين<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p> |
| <p><b>رزمة 10 حبات بوظة ثلج ריאו</b></p>  <p>2-<br/><b>10 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمال واحد<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>                                    | <p><b>أبروبو أوسم 50 غرام</b></p>  <p>2-<br/><b>5.90 ₪</b></p> <p>מحدد ל 3 استعمال<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>                     | <p><b>بمبا أوسم 80 غرام</b></p>  <p>2-<br/><b>4.90 ₪</b></p> <p>מحدد ל 3 استعمال<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>                          | <p><b>تشتيتوس عيليت 55-60 غرام</b></p>  <p>2-<br/><b>3.90 ₪</b></p> <p>מحدد ל 3 استعمال<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>              | <p><b>تبوتشيبس عيليت 50 غرام</b></p>  <p>2-<br/><b>3.90 ₪</b></p> <p>מحدد ל 3 استعمال<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>                |
| <p><b>مشروبات حليب شوكو/ מוק / موز طارة 1 لتر</b></p>  <p>2-<br/><b>11.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمال واحد<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>                    | <p><b>بوظة كريميسيمو شتراوس 1.33 لتر</b></p>  <p>2-<br/><b>22.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمال واحد<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>      | <p><b>بوريكس معدانوت (جبنة او بطاطا) 800 غرام</b></p>  <p>2-<br/><b>19.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمال واحد<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p> | <p><b>بوظة فانتازيا شتراوس 1 لتر</b></p>  <p>2-<br/><b>19.90 ₪</b></p> <p>מحدد لاستعمال واحد<br/>על כל שרוע<br/>על 200 ₪</p>         |                                                                                                                                                                                                                           |

**Merkaza** ירכא | נצרת עילית

החמלה סאריה המפעול מן 11.6.19 حتى 30.6.19 או حتى נפאז המזרון (الاقرب بينهما). استفادة الحملات لا تشمل المنتجات المشاركة بالحמלה. لا تشمل السجائر. شبكة Merkaza تحفظ لنفسها الحق لتغيير و/ او لإيقاف و/او لتحديد الحملة في أي وقت. خاضع للتشكيلة في كل فرع. لا يوجد بيع بالجملة. الصور للإيضاح فقط. خاضع لشروط الحملة. الخطأ وارد.



# מרכז הבשר כבביר (ב)



## اسعار جنونية

- |      |                          |
|------|--------------------------|
| 99 ₪ | 7 كيلو دجاجة كاملة       |
| 99 ₪ | 8 كيلو فخاد دجاج         |
| 99 ₪ | 4 كيلو برغיות            |
| 99 ₪ | 5 كيلو صدر دجاج          |
| 99 ₪ | 4 كيلو قرامي دجاج        |
| 49 ₪ | 5 كيلو جناحان            |
| 99 ₪ | 3 كيلو لحمة ناعمة / خشنة |

وادي النسناس، شارع ماريوحنا 36 04-8510776





|                     |       |
|---------------------|-------|
| 1 كيلو رقاب خروف    | ₪ 65  |
| 1 كيلو ابطاط خروف   | ₪ 65  |
| 1 كيلو قص خروف      | ₪ 40  |
| 1.5 كيلو عجل للطبيخ | ₪ 100 |
| 1.5 كيلو شوارما عجل | ₪ 100 |
| 4 كيلو شنيטسل       | ₪ 100 |
| 3 كيلو كبدة / قلوب  | ₪ 50  |

\* الحملة حتى نفاذ المخزون، الخطأ مردود

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



## إنطلاق التحضيرات لمؤتمر الأفق الأول للثقافة والفنون



لأن يكون موضوع المؤتمر الثقافي الأول لمؤسسة الأفق في المسرح الفلسطيني. هذا وعلمنا أنه سيشترك في المؤتمر نخبة من الباحثين من البلاد والخارج، من ضمنهم باحثين من تركيا وفرنسا والأردن. كما تمّ اختيار لجنة تحضيرية للمؤتمر تألفت من: د. إحسان الديك، د. نادر قاسم، د. غانم مزعل، أ. عفيف شليوط وأ. أنوار الأنوار. من محاور المؤتمر التي تمّ المصادقة عليها: المسرح الفلسطيني النشأة والتطور، بينات المسرح الفلسطيني ( فلسطين 1948، الضفة الغربية، قطاع غزة، القدس والشتات)، المسرح الفلسطيني بين التأثير والتأثير، مضامين المسرح الفلسطيني وتحديات المسرح الفلسطيني.

حيفا- لمراسلنا: بمشاركة وفد رفيع المستوى من قسم اللغة العربية وأدائها في جامعة النجاح في نابلس، انطلقت التحضيرات لعقد مؤتمر الأفق الدولي الأول للثقافة والفنون، حيث سيتمحور المؤتمر الأول حول موضوع "المسرح الفلسطيني تاريخ وهوية"، من منطلق أن للمسرح أهمية كبيرة في تاريخ الشعوب، وما يزال يؤثر في واقع المجتمعات الإنسانية عامة، ويواجه المسرح العربي في عصرنا الحاضر تحديات جمة انعكست سلباً على دور المسرح في إثراء الحياة الثقافية. إن خصوصية الظرف الفلسطيني فرضت على المسرح صعوبات ومعوقات حدّت من كونه رافعة ثقافية فلسطينية، مما حدا بمؤسسة الأفق للثقافة والفنون وبالتعاون مع جمعية النقاد الفلسطينيين،

## مركز مساواة ينظم مؤتمراً دولياً في واشنطن يتناول صفقة القرن وتداعياتها على جماهيرنا



حيفا- لمراسلنا: بفضل مؤسسة "أصدقاء مركز مساواة" في الولايات المتحدة وبدعم أصدقاء وداعمين عرب وأجانب، نجح مركز مساواة لحقوق المواطنين العرب بالتعاون مع عدد من المؤسسات الأمريكية وللمرة الأولى بتنظيم مؤتمر دولي في

سيقومون بزيارة عدة مدن مركزية للقاء بالعديد من المسؤولين الأمريكيين والكنديين، للمرافعة لأجل حقوق المواطنين العرب الفلسطينيين في إسرائيل ومناقشة سياسات إدارة ترامب و"صفقة القرن" وتداعياتها على الأقلية العربية الفلسطينية في إسرائيل.

كما عقد لقاء مع الطاقم البرلماني لعضو مجلس الشيوخ الأمريكي، السيناتور تيم كاين كما سيتم عقد لقاءات خلال الجولة في واشنطن مع أعضاء في الكونغرس وأفراد الطواقم البرلمانية لمجلسي الشيوخ والنواب الأمريكيين، من ضمنهم، دون باير وبيرني ساندرس، إلى جانب لقاءات مع أعضاء مؤسسة "أصدقاء مركز مساواة" في واشنطن. وأكد لنا مصدر مسؤول في مركز مساواة أنه لن يتم اللقاء بطاقم الرئيس الأمريكي أو أي من أفراد الإدارة الأمريكية العاملين على صفقة القرن خلال الجولة.

هذا وأوضح مركز مساواة أن "الأقلية العربية تشكل اليوم نحو 20 بالمئة من مواطني دولة إسرائيل ونحو 16% من الناحيين، لذلك يتوجب علينا الخروج إلى المبادرة وعدم الانتظار كي تُفرض البرامج والمخططات علينا. فقد رأينا فشل عملية أوسلو والانسحاب أحادي الجانب من قطاع غزة، وتداعياتها علينا، ومن المرجح أن تنعكس بعض تداعيات المخطط الأمريكي المسعى بصفقة القرن على وضعنا ومكانتنا كمواطنين عرب فلسطينيين في هذه البلاد أيضاً".

العاصمة الأمريكية واشنطن حول وضع المجتمع الفلسطيني في البلاد.

نجحت مؤسسة أصدقاء مساواة بتنظيم هذا المؤتمر بفضل جهود أصدقاء مركز مساواة العرب والأجانب في الولايات المتحدة. هذا وسيقوم مدير مركز مساواة خلال المؤتمر بطرح الموقف الفلسطيني من صفقة القرن، التي تعمل الإدارة الأمريكية الحالية على فرضها كحل للصراع الإسرائيلي - الفلسطيني، والانتخابات الإسرائيلية المقبلة التي ستتم في السابع عشر من أيلول/ سبتمبر المقبل، كما سيتناول المؤتمر حقوق المجتمع الفلسطيني في الداخل.

هذا وعلم مراسلنا أنه قد تسجل للمشاركة في المؤتمر أكثر من 120 شخصاً بينهم كثيرون من المؤثرين في صناعة القرار السياسي الأمريكي في واشنطن. كما نجح المؤتمر باستقطاب نخبة من المتحدثين، بينهم الباحث د. شبلي تلحي، الخبير الدولي بشؤون الشرق الأوسط من جامعة ماريلاند، الناشطة الحقوقية لارا فريدمان التي ستسبّر الندوة، مدير مؤسسة جي ستريت - جريبي بن عامي، مديرة مؤسسة العرب الأمريكيين مايا بري، إضافة إلى مدير مركز مساواة جعفر فرح. كما علمنا أن جعفر فرح ومنسقة أصدقاء مساواة، سري سلمان موسى وبعض الأصدقاء والداعمين،

## أخبار وأسرار



قام وفد من مؤسسة البيت المسيحي في حيفا، الأسبوع الماضي بزيارة سيادة المطران يوسف متى، لتهنئته بسلامته رئيساً لأساقفة عكا وحيفا والناصرة وسائر الجليل، متمنين له التوفيق والنجاح في مسيرته الرعوية.



قام وفد يمثل مركز اللقاء للحوار والعيش المشترك في الجليل، بتقديم التهاني لسيادة المطران يوسف متى، أسقف أبرشية عكا وحيفا والناصرة وسائر الجليل للروم الكاثوليك، في المدرسة الكليريكية في الناصرة بمناسبة انتخابه أسقفًا جديدًا.

وفي كلمته أكد سيادة المطران المنتخب يوسف متى، بعد تقديم الشكر للوفد، على دور مركز اللقاء الوطني والمجتمعي، وعلى استعداده للتعاون معه في مواصلة مسيرته ونشر رسالته التي تدعو للحوار والعيش المشترك بين أبناء الشعب الواحد.



من ضمن الوفود التي قامت بتهنئة سيادة المطران يوسف متى الموقر، اللجنة الشعبية لتوحيد الأعياد في حيفا، حيث كان محور الحديث مع سيادته حول توحيد الأعياد، فهل ستساهم هذه الزيارة في حل أزمة عدم توحيد الأعياد للطوائف المسيحية في حيفا؟



قام وديع أبونصار، قنصل اسبانيا الفخري، مساء أمس الأول الاربعاء، بزيارة السفير الياباني في منزله في هرتسليا، مودعا الملحق العسكري الياباني (الى يسار الصورة) ومستقبلا الملحق العسكري الجديد. كما تمّ استثمار اللقاء للتحدث إلى العشرات من الملحقين العسكريين الاجانب حول قضايا محلية وإقليمية



# ملحمة شقف



بادارة: شربل مطر

فخاد مسحب طازج  
(برغيوت)



صدر دجاج طازج



فخاد دجاج طازج



دجاج طازج



شنيטسل دجاج نظيف



جناح دجاج طازج



قرامي دجاج طازج



شوارما عجل



عجل مفروم خشن



عجل مفروم ناعم



كفته مع بصل وبقدونس



عجل للروستو او لبن امه



لحم عجل للطبخ



شارع أَللبي 26، حيفا ▪ 048677770



## التربية النبوية (10)

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



لقد عشنا أياما مباركة من أيام التربية العملية حيث جاعت البطون، ودمعت العيون بين يدي خالقها، وجددت توبة أهل الفلاح، وجادت النفوس بالخير فتسابق الناس في إطعام الطعام لمن فقد مقومات الحياة، أو جزء منها بفرح وسرور لسان حالهم (ويطعمون الطعام على حبه مسكينا ويتيما وأسيرا \* إنما نطعمكم لوجه الله لا نريد منكم جزاء ولا شكورا). وهذا الشعور من أرق ما يستوعبه العباد، فيحولته إلى ساحة تنافس في حمل هموم ومشاعر الناس على أكتافهم، ويسعون إلى تفرجها بصدقة تعبر عن صدق التوجه إلى الله، وتمثلة ببعض الأموال أو بكلمة طيبة أو ابتسامة، يقدمونها لأخوتهم ليقيهم أن الأخوة الإنسانية

التي تجمع الخلق جميعا، تفرض عليهم العطاء والتضحية من أجل اسعاد اصحاب الحاجة، لأن ما يربطهم بهم هو ما عبر عنه القرآن (إنما المؤمنون أخوة). وكيف يمكن أن تكون أخوة إذا كانت خالية من مشاعر المحبة والرحمة، ولذا علينا تأصيل هذه المشاعر وهذا الحس المرهف في كل مجالات حياتنا، وقد يقول قائل نحن ضعفاء لا نقوى على ذلك بشكل دائم ومستديم، وهذا يجعلنا نرد عليهم بما وجه إليه رسول الله بعد أن قال من فطر صائما كان له عتق رقبة ومغفرة لذنوبه. قيل يا رسول الله: ليس كلنا يجد ما يفطر الصائم. قال: يعطي الله هذا الثواب من فطر صائما على مذقة لبن أو ثمرة أو شربة ماء، ومن أشبع صائما كان له مغفرة لذنوبه وسقاه الله من حوضي شربة، لا يظمأ حتى يدخل الجنة وكان له مثل أجره من غير أن ينقص من أجره شيئا). ثم نبين أم من عجز عن إطعام الطعام وكسوة الأيتام، يمكنه أن يتصدق بكلمة طيبة أو ابتسامة أو أن يمسح على رأس يتيم ليكون له من الحسنات بقدر شعر اليتيم الذي تلامسه اليد الحنون. وهذا لا يعجز عنه إلا الطغاة والظلمة. وعلينا أن نجتمع وأن نكتف الجهود في طريق السعي على الخير. قال تعالى (وتعاونوا على البر والتقوى، ولا تعاونوا على الإثم والعدوان). وعلى كل أب ومرب أن يبذل جهده في سبيل المحافظة على هذه القيم الإنسانية العظيمة، لتحل محل القطيعة والشحناء والاقتتال، وقد سعى رسول الله لترسيخ هذه المفاهيم في نفوس كل حلقات المجتمع من أفراد وأسر. وخاصة إذا كان هذا المحتاج هو من الجيران، بل ولغير المحتاجين من الجيران، فكان من اهتمامه بالجيران أن قال (إذا طبخ أحدكم قدرا فليكثر مرقها، ثم ليناول جاره منها). ومن غريب ما كنا نسمعه أن هذا الشيء الذي كان عليه أبناء مجتمعنا العربي بشكل عام، ودون استثناء أي فئة من الناس، لأن الكل اجتهد على إدخال السرور على الجيران وأبنائهم ولو بالقليل الذي يملكونه، وقد أدركوا أن هذا واجبه تجاه أبناء مجتمعهم، وإن دل ذلك على شيء إنما يدل على صدق الإيمان. وهذا ما عبر عنه الأنبياء عليهم صلوات الله وسلامه، وكان خاتمهم رسول الله محمد القائل (ما آمن بي من بات شبعان وجاره جائع إلى جنبه وهو يعلم). وقال (ليس المؤمن بالذي يشبع وجاره جائع إلى جنبه). ومن يسعى إلى اسعاد الناس لا يمكنه أن يمد يده لهم بظلم، فإن فعل فلا إيمان ولا إخلاص ويكون عمله كله رياء ونفاق، ولهذا حذر رسول الله فقال (من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يؤذ جاره، واستوصوا بالنساء خيرا). وبين أن أفضل الناس وأخيرهم من يسعى إلى الاحسان إلى جيرانه فقال (خير الأصحاب عند الله خيرهم لصاحبه، وخير الجيران عند الله خيرهم لجاره). وهذا أيها الكرام ما ينبغي أن نربي عليه أبناءنا منذ نعومة أظفارهم، وقد أشار إلى ذلك الامام الغزالي رحمه الله فقال (ويمنع الصبي من أن يفتخر على أقرانه بشيء مما يملكه والده، أو بشيء من مطاعمه وملابسه، أو لوحه ودواته، بل يعود التواضع والإكرام لكل من عاشره، والتلطف في الكلام معهم). وللأسف الشديد اليوم نجد التنافس بين الأبناء على أجود الماركات، مما يجعل الأسر الضعيفة أن تستنزف طاقاتها خوفا من أن تجرح كرامة أبنائهم، الذين يرون أقرانهم من الطلاب أو الجيران والأصدقاء يلبسون أغلى الملابس ويأكلون أغلى الطعام ويشربون أطيب الشراب، فيحصل التنافس مما يزيد الفقير فقرا ويزيد الأغنياء طغيانا، ويتسع الشرح بين أبناء المجتمع الواحد وهذا ما نلاحظه في أيام العيد وعند دخول الأبناء المدرسة وعند العطلة المدرسية، من رحل استجمام ثم ينشرون ذلك عبر وسائل التواصل الاجتماعي، مما يزرع الحقد والضغينة بين الفقراء والأغنياء، ومن أجل إزالة أثر هذا السلوك جعل القرآن حق مقسوم في أموال الأغنياء للفقراء، فقال تعالى (وفي أموالهم حق معلوم \* للساكنين والمحرومين). فلو أن الجميع يعمل وفق التوجيه الرباني، لانتشر الخير وازدادت المحبة بين العباد وتبقى المسئولية على عاتق الآباء والمربين.

## هل ما زال المسيحيون يؤمنون بسر الاعتراف؟! (٢)



الأرشمندريت أغابوس أبو سعدى (رئيس رعيّة المكيين الكاثوليك، حيفا)

الروح القدس، بعلامات محسوسة، لتقديسهم وجعلهم أبناء حقيقيين لله بعبادة فريدة، بحيث يضمهم هو إلى ذاته وإلى الكنيسة جسده فيمنون هم في النعمة والقامة، صائرين أشخاصا كاملين، كنيسة مجيدة لا عيب فيها ولا دنس، ولا شيء مثل ذلك (أف 4:13 و 5:27).

يخرج الإنسان من جرن المعمودية مولودا جديدا لا من لحم ودم ولا من مشيئة رجل، بل من الله، ويعود إلى جماله الأول وكيانه الحقيقي ويشترك في موت المسيح وقيامته، ويتجدد بالبر والقداسة ويتجدد للمسيح، ويتعهد "الآرتيك بأعمال الحياة بل أن يُرضي من جُنده" (2 تيم 4:2). وأن يُنهي طريق استنارته وتألّبه "على صورة خالقه" (كول 3:10). ثم يُمسح بعد ذلك بالميرون المقدس فيحصل على ختم الروح القدس وينعم بمواهبه الإلهية، ويشترك بعد ذلك بجسد الرب ودمه الكريمين في الافخارستيا مع الجماعة المؤمنة. وهكذا، يكتمل انتماءه إلى جسد المسيح، الكنيسة. فالمعمودية يُولد الإنسان في المسيح، وبالميرون يحصل على مواهب الروح التي تقوّيه لينمو في الحياة الجديدة، وترشده إلى كل الحق لكي يصير شاهدا لاسم الرب. وبلافخارستيا يشترك بمائدة الرب التي تمنحه الحياة الأبدية. "من يأكل جسدي ويشرب دمي فله الحياة الأبدية، وأنا أقيم في اليوم الأخير" (يو 6:45). ويصير شريك الطبيعة الإلهية. "به (المسيح) وُهبنا لنا المواعيد العظيمة الثمينة لكي نصيروا شركاء الطبيعة الإلهية" (2 بط 1:4)، ويصبح بالتالي غصنا من كرمة الحياة. "فإننا نحن الكثيرون خبز واحد وجسد واحد، لأننا جميعا مشترك في الخبز الواحد" (1 كو 10:17). إن الإنسان الذي أصبح عضوا في جسد الرب، بأسرار المعمودية والميرون والافخارستيا، مدعو إلى أن يفعل انتماءه هذا ويصل به إلى كماله، بأن يتحول كيانه كله إلى الله حتى يصل بنعمة الله إلى "قياس قامة ملء المسيح" (أف 4:13). لكنه مُهذّب دوماً بالسقوط من دعوته بميله للخطيئة، التي تشوّه صورة الله فيه من جديد. وبالتالي عليه أن يتصالح مع الله من جديد، الأمر الذي يحصل بسر التوبة. فالتوبة هي بمثابة معمودية ثانية، أي سرّ مصالحة الإنسان مع الله بعد المعمودية. "فكل الذين لم يحفظوا نعمة الولادة الجديدة (المعمودية) بلا عيب، وسقطوا من النعمة الإلهية بسبب خطاياهم، يستطيعون أن يحصلوا ثانية على رافة الله ومحبتة برجعهم إلى الكهنة واعترافهم لهم بخطاياهم واستحقاقهم للغفران".

لهذا، أسّس الرب يسوع سر التوبة بعد قيامته من بين الأموات، عندما ظهر لتلاميذه وقال لهم: "السلام لكم، كما أرسلني الآب أنا أرسلكم. ولما قال هذا نفخ فيهم وقال لهم خذوا الروح القدس، من غفرتم خطاياهم تُغفر لهم ومن أمسكتكم خطاياهم أمسكت" (يو 20:21-23)، كي لا يهلك أحد لأنه لا يشاء موت الخاطئ بل أن يعود ويحيا.

(يتبع)

أمبروسيوس يقول: "يجب على التائب أن يغسل خطيئته بالدموع، وأن يترك الهفوات السابقة، ويقوم بأعمال صالحة كي لا تُحسب التوبة عليه خطيئة". وهكذا، فالتوبة هي طريق الكمال ومسيرة التطهير والاستنارة والاتحاد بالله. هذه المسيرة التي لا تعرف التوقف، فكل "وصول" إلى الله هو "صنم" و"عبادة أوثان". إن القديس سيبويه الكبير، بعد حياة طويلة خافلة بالنسك والتوبة، وهو على فراش الموت، والربان حولته يحيطون به، لاحظوا أن وجهه قد أشرق فجأة واستنار، فسألوه: ما لك أيها الأب سيبويه؟ فأجاب: إنني أرى أبانا القديس أنطونيوس الكبير. ثم لاحظوا بعد فترة أن وجهه قد ازداد إشراقا وضياء، فسألوه: من ترى الآن يا أبانا؟ فأجاب: أرى الرسل القديسين. ثم بعد فترة أبصروا وجهه يزداد إشراقا ونورا ولمعانا، فسألوه: والآن من ترى أيها الأب؟ فقال: أرى سيدتنا مريم العذراء والدة الإله. ثم شاهدوه يتمتم بشفتيه كأنه يتكلم مع أحد. فسألوه بماذا تتكلم! فأجاب: إنني أتضرع إلى العذراء والدة الإله أن تشفع لي لئلا أموت الآن، بل أن أبقي زمنا آخر في الحياة، لكي يتسنى لي أن أبدأ بالتوبة". فالشيخ سيبويه، الشهير بين آباء البرية والذي قضى حياته بالأصوام والأسهار والأنعاب، يقول وهو على فراش الموت، عند مشاهدته بهاء المجد السماوي: إنه لم يبدأ بعد التوبة! نعم، فالله هو الحقيقة الوحيدة التي لا يُشبع منها، وفي التوبة جوع إلى الله وعطش إليه لا حدّ لهما. النفس البشرية في طبيعتها تريد الله لأنها على صورته، وإن لم تفتش النفس عن الله تُظلم، لأنها آنذاك تجد اللذة وتُسّتعبد لها، ثم تملأ وتفتش عن لذة أخرى لأن كل غبطة خارج الله محدودة ومنتهية. إن عطش النفس غير محدود ولا يرتوي إلا بالله، ولهذا فإن ملذات العالم تفقر النفس وتُفقد حريتها وقوتها. وما الإنسان إلا ذاك الذي يحب الله، فكلما غرف من محبته، كلما ازداد عطشا إلى معرفته، وكلما نال فهما أكثر عنه، ازداد مقدرة على الإدراك، وكلما ازداد إدراكا، نال مقدرة أكثر على النمو.

ثانياً: ممارسة سر التوبة في حياة الكنيسة

3. الكنيسة جسد المسيح الحامل الحياة

أكمل الرب يسوع عمله الخلاصي وصعد إلى السموات لكنه لم يترك تلاميذه يتامى، بل أرسل الروح القدس، وأسّس الكنيسة، وأقامها جسده الحامل الحياة و"عمود الحق وركنه" (1 تيم 3:15) وهكذا، فذبيحة الصليب التي تمت مرة واحدة في التاريخ، تصبح حدثا حاضرا في كل أني ومكان، فاعلا من أجل خلاص الإنسان وتقديسه.

يولد الإنسان بطبيعة أفسدها الخطيئة، ولكنه عندما يشترك بسر المسيح يتجدد ويخلص. ويكون اشتراكه في "السر المكتوم في الأزمنة الأزلية" (روم 16:25) بالأسرار الإلهية في الكنيسة. فالأسرار "أفعال مقدسة نقيمها الكنيسة بقوة الروح القدس، وتمنح بها المؤمنين نعمة



# نعم!!! لصليب الخلاص...



لذلك، وعلى سبيل المثال، لجأ شاعرنا طيّب الذكر شكيب جهشان الى استخدام تفاصيل قصّة الصّلب... ففي قصيدة له مؤلّفة من ثماني عشرة مقطوعة وقد بدأها بذكريات

الخروج... يروي قصّة الفلسطينيّ المتجوّل الذي يحمل نير الشتات في الزّمن المجهول والمكان المجهول يقول:

وحملت صليبي فوق الطّهر/ طوّفت جهات الأرض السيّت/ وصليبي فوق الطّهر/ طوّفت جهات الزّمن المشنوق/ على أكتاف الموت/ ومشيتُ على درب الألام/ وحيدا...

يتابع شاعرنا بقلب نازف ليصفّ الدّل الذي يعيشه الفلسطينيّ في الغربة، لكنّه يؤكّد أنّ هذا الواقع الهجين جعلهم يُصرون على النّضال من أجل نيل حقوقهم، لكن ما زادهم مرارة حنظليّة وغضبا هو التأمّر العربي الذي لمّا يزل داء خبيثا ينحرسد وروح القضية.

صباح الخير لمن يستعرض التاريخ من حامي القلم والكلمة، لتجعله قصّة صلب المخلص، يتخذ موقفا صلبا يجعله فارسا ثائرا على دُلّ التأمّر، ليظلّ جواداً يصل في الأفق ومن خوف الأزمان...

رشدي الماضي

يلقي اللّيل، أجلس الى الطّاوله، أكتب بيد منهوكة، وحين تصل أصابعي مُنْتَصَف الجرح، أسألني: كيف سأكمل القصيدة!!!

حالة يُعبّر فيها العربي بعامة والفلسطيني بخاصّة عن العذاب واقعا، والعربة رحلة يصير فيها الحرف للحرف شتاتا ومُتْنى...

وهو ما وصفه بالصّلب في القرن العشرين وصنّوه الحادي والعشرين... العديد من الشّعراء في لوحات صادقة صوّرت بصور حيويّة رائعة عكست رؤياهم الكليّة الجامعة للمعاناة، لذلك لا يخفى على القارئ الرائي المُتمعّن، كيفية نموّ البُعد التعبيري أفقيّا مع أحداث الحياة، بينما ينمو في أن البُعد الانطباعي عموديّا الى أعماق الضّمير والكيان الدّاخلي.

أمّا لِلحُمة مع جماهير شعبه، ذلك الإحساس الصّادق فيُعَبّر عنه عادةً باستخدام ضمير المتكلم خلال القصيدة...

لماذا!!!؟ كي يتمكّن بنجاح من تصوير قصّة المنفى الجارحة والتّازفة المؤلمة، جنّبا الى جنب مع قصّة التشردّ والمستقبل الغامض الذي يؤدّي به الى التّمخّص في وجوده، كأنّه يطارد الأجونة المسكونة بهويّته، خاصة الفلسطينيّة، في واقع دقيق، مُركّب وحساس، هو بِحِدّ ذاتِه يُشكّل تحديا مصريّا...



في لفظة طبية وضمن مساعيها الدائمة لنشر الخير والابتسامة، قامت إدارة مجموعة شركات المشهداوي بزيارة لمستشفيات (تل هشومير) و (ايخيلوف) وتوزيع هدايا على أطفال مرضى السرطان شافاهم الله . حيث قدمت إدارة المشهداوي هدية قيمة عبارة عن 100 تابليت للأطفال ، حيث تأتي هذه الزيارة تزامنا مع عيد الفطر السعيد، سعيا منها لرسم فرحة العيد على وجوه الأطفال. الشكر موصول ايضا للشيف نادر مواسي على تقديمه وجبة غداء مميزة ومحبوب الاطفال عموفتوش على حفلته الرائعة.

## في عرس فريد من نوعه... الصحة والبيئة عروسا الحفل في مدرسة مار يوحنا



ابرة" بالإضافة الى إجرائها لتجارب علمية بمشاركة الطلاب. وألقى الدكتور يوسف أيوب محاضرة عن قانون النسبة والثقب الاسود بالإضافة لعرضه لتجارب علمية. كما ألقى الصيديلي شادي خوري محاضرة عن كيفية استعمال الأدوية بشكل سليم، والممرضة ميلودي حداد ألقى محاضرة عن السمّة الزائدة، وألقى المربية حنان عبيد محاضرة عن أعضاء الجسم الداخلية رافقتها فعالية متعلقة بموضوع المحاضرة، كما أجرت المربية رنا ناصر تجارب علمية عن حالات المادة، وقدمت الشرطة هيلانة حزون سلسلة محاضرات في موضوع الحذر على الطرقات.

هذا وقدّم الطلاب عوارض محوسبة تتمحور حول موضوعي الصحة والبيئة، مشاركة في تجارب علمية- بحثية، عرض أبحاثهم العلمية في الساحات والشرح عنها، كذلك عرض منتجات تكنولوجية من تخطيط وصنع طلاب صفي الرابع، إضافة الى ألعاب علمية، والإشراف على بازار لتوزيع ألعاب علمية.

دورٌ خاص ومميّز لطلاب السادس حتى الثامن مُنح طلاب صفوف السادس- الشريحة الأكبر سنًا عن المرحلة الابتدائية مجال رحب. لأخذ دور في الأسبوع الاحتفالي، حيث طلب منهم، تقديم محاضرات وفعاليات عرضت على الصفوف من الأول حتى الثامن، وذلك تحت إشراف وتدريب المربية السي غطاس، إذ تمحورت محاضراتهم وفعالياتهم عن خطورة اشعة الشمس، سلامة الاسنان، الأمان والسلامة في البيت، الدهون السكر، مشروبات الطاقة، أنواع التوابل المتوفرة في الطبيعة وفائدتها، الفيتامينات الأساسية وأهميتها، أهمية اللياقة البدنية وغيرها. كما قدّم طلاب السابعة والثامن محاضرات قصيرة عن البيئة، تحت إشراف وتدريب المربية رنا ياور داموني، إذ تمحورت تلك المحاضرات حول: الاستهلاك الحكيم للأوراق وكيفية استرجاعه، الاستهلاك الحكيم للماء وتلوث مصادر المياه، تأثير البطاريات على البيئة وكيفية استعمالها بحكمة وطرق تجميعها، الاستهلاك الحكيم للكهرباء وغيرها.

حيفا- لمراسلنا: في عرس غير مسبوق وفي احتفال الكلّ فيه معجوق.. زقّت مار يوحنا الإنجيلي، على مدار أسبوع كامل حافل بالأنشطة والبرامج، عنصرٍ منهجيّتها (ثقافة السلم المجتمعي)، الصحة والسلامة والتربية البيئية، لتصل بهما الى عشيقتهما في قلوب طلابها الأحباء.

وما كان العرس لينجح ولتصل أصداؤه سماء حيفا، دون هذا التشبيك الرائع بين طاقمين مفعمين بالحيوية والنشاط. طاقم الصحة والسلامة، والذي تترأسه المربية السي غطاس، مركزة الصحة والسلامة في المدرسة والتي خططت وتابعت تفاصيل البرنامج وأشرفت عليه عن كثب، وكانت روحًا مشعّة تنتقل بين الصفوف لتتأكد من تنفيذ وتمرير البرامج على قدم وساق، وطاقم التربية البيئية الذي تترأسه المربية رنا ياور داموني، مركزة التربية البيئية والعلوم، والتي تابعت بدورها عمل الطلاب وما قدموه لاحقًا من عوارض وأبحاث علمية من الصفوف الخامس والسادس، كما وسعت الى احضار طاقم جمعية الرواد التي قدمت تجارب وعروض علمية لكافة صفوف المدرسة. لتمرير مهام بحثية علمية يستمتع بها الطلاب ويستفيدون.

المدرسة تذرّعها أرجل الضيوف.. تنوّعت الأنشطة والفعاليات، وكان المتطوعون من الأهالي كثيرين، كلّ منهم يسارع للمشاركة وتقديم خدمة للمدرسة، كلّ في مجاله المتعلّق بالتربية الصحية، أو بالبيئية، فقدّمت ورود سليمان خوري محاضرة وفعالية عن الهرم الغذائي، وقدمت سلسلة محاضرات منها محاضرة الدكتور شادي بضعان عن أجهزة الطب وكيفية تطورها، ومحاضرة الدكتور جرير ايوب عن الحفاظ على سلامة الأسنان، ومحاضرة الدكتور نبيل غريب عن إصابات الأضلاع المختلفة وكيفية علاجها، ومحاضرة الدكتورة ميرفت عبساوي عن العلاقة بين التغذية وسلامة الأسنان، ومحاضرة البروفيسور أشرف ابريق عن تجارب علمية عن الذرة وحالات المادة، ومحاضرة الدكتور ايهاب خطيب عن عمل القلب. كما ألقى المربية دينا هاشول من طاقم بروفييسور حسام حايك محاضرة بعنوان "الطب دون وخزة

www.haifanet.co.il

عنوانكم الأول والأكيد للأخبار الحيفاوية



الجمعة 14 حزيران 2019







معهد  
سرفانتس



تعلن عن بدء التسجيل لدورة تعليم

برعاية ودعم

السفارة  
الاسبانية



## اللغة الاسبانية

بإشراف معلم من اسبانيا  
وبإشراف معهد سرفانتس



الأماكن محدودة

للتسجيل والاستفسار: ت- 04-8523022 054-2239899

## شركة بيزك تبدأ أعمال تطوير وتحسين البنية التحتية للإتصالات في الطيبة

تشمل الأعمال تغيير البنية التحتية العلوية القائمة إلى بنية  
تحتية سفلية في قسم من الأماكن وإضافة خزائن اتصالات  
جديدة في المنطقة الصناعية والتي تتيح تزويد وتيرات تصفح  
عالية بشكل خاص للمصالح التجارية في المنطقة



بدأت شركة بيزك في تنفيذ أعمال  
لتحسين وتطوير البنية التحتية  
التابعة لبزك في مدينة الطيبة، من  
أجل تحسين جودة تزويد الانترنت  
والاتصالات لسكان المدينة. وبدأت  
الأعمال في هذه الأيام وستستمر  
لعدة أسابيع. وجاءنا من بيزك  
أنه لا يتوقع حدوث تشويشات في  
الخدمات المقدمة للزبائن خلال  
تنفيذ الأعمال.

ويأتي تحسين البنية التحتية في  
مدينة الطيبة في إطار خطوة واسعة  
تقوم بها بيزك من أجل تحسين  
البنية التحتية وخدمات الاتصالات  
في البلدات العربية. وبعد عدة  
لقاءات وجولة ميدانية أجريت مع  
رئيس بلدية الطيبة وطاقم قسم  
التكنولوجيا التابع لبزك في المدينة،  
تم تحديد المناطق التي تتطلب  
أعمالاً واسعة في البنية التحتية  
تهدف تحسين تزويد الاتصالات  
والانترنت بشكل ملموس لسكان  
المدينة.

تجدر الإشارة إلى أن الأعمال التي  
يتم تنفيذها تشمل في قسم من  
الأماكن تغيير البنية التحتية  
العلوية إلى بنية تحتية سفلية غير  
ظاهرة للعين ومحمية من أضرار  
الطقس والعوامل الخارجية مقارنة  
بالبنية التحتية العلوية المكشوفة.  
كما سيتم وضع خزائن اتصالات  
جديدة في المنطقة الصناعية  
في الطيبة والتي تتبع للمصالح  
التجارية التي تعمل في المنطقة  
الحصول على وتيرات تصفح عالية  
بشكل خاص.

### للإيجار



شارع مور 10 - منطقة الكباير  
شقة جميلة ومرتبطة وشرفة  
واسعة مطلة للبحر 4 غرف، مطبخ  
وحمامان، موقف سيارة، مخزن،  
وادوات كهربائية

للتفاصيل 053/2842096

### دار للإيجار

في حي عباس مطلة على البحر التسليم فوري

للتفاصيل 054-2239899

### لمכירה

דירת 4 חד' במיקום מצויין באלנבי!  
בניין מבוקש עם מעלית חניה ומחסן  
שטח 90מ"ר עם נוף ים ומרפסת שמש בשלבי בניה  
רק 930.000ש"ח

מקס-פתרונות נדל"ן 052-5870145

### مطلوب

موظفة لكراج HUNTER وظيفة كاملة

ساعات العمل: من يوم الاحد حتى الخميس من الساعة 8:00  
صباحا حتى 16:00 بعد الظهر

يوم الجمعة من الساعة 8:00 صباحا حتى 12:00 ظهرا

العمل  
بساعات  
الضغط

معرفة اساسية بادارة الحسابات- التحدث باللغة العبرية  
بمستوى عال - التعامل مع برمجة اوفيس

للمعنيات الاتصال مع نعمت : 054/6557919



اسباب كثيرة تجعلك تستثمر في اجمل المدن الرومانية "كلوج"،  
مسكن للطلبة الجامعيين / وحدات استجمام جديدة ابتداء من 180000 ₪

بدك تبیع بیتك؟ لتقييم سعر البيت مجاناً اتصل: امير صفوري - امانة ومصداقية

### شقق للبيع

טשרניחובסקי الكرمل الفرنسي

4.5 غرف 125 متر + شرفة موقف خاص ومخزن

مطللة على منظر خلاب مرممة

### للإيجار

3 غرف في مدرجات بيت شعري + شرفة موقع ممتاز

₪ 2800

بشارع الجبل . 2.5 غرف طابق 2 بحالة جيدة 2100 ₪

### اراضي

بيوكنعام . قريبة من الشارع الرئيسي 1000 متر

ابتداءً من 100000 ₪ للدم .

مصالح للبيع / للإيجار بدون عموله

مكاتب مرممة بمساحات مختلفة من 20-200 متر قريبة

من الدوائر الحكومية والمواصلات ابتداءً من 1500 ₪

محل تجاري شדרות הציונות 17

60 متر يصلح لعبادة او مكتب او تجاره فوري

بينتهاس في الكرمل الغربي

4 غرف 126 متر شرفات بمساحة 80 متر

موقفين + مخزن

גוש עציון منطقة יד לבנים

4 غرف 120 متر + شرفتين مطلة على البحر طابق 3

بيت عربي جميل 690000 ₪ .

בן יהודה قرب هتسيونوت

4 غرف طابق 3 بحالة جيدة 780000 ₪

الكرمل الفرنسي

4 غرف واسعة 105 متر طابق 3 + موقف ومخزن منظر

خلاف 1340000 ₪

שדרות הציונות 17 חיפה topnadlan10@gmail.com

חפשו אותי ב-

נייד 058-7633398





# ד.ר. נכסים D.R. Real Estate

תיווך, ניהול, יעוץ ושיווק נכסים

ביע, שרא, תאכיר ואדארה אנואע העאראת באדארה: רוכיה זאהר



לליע

## לליע מרכז הכרמל שרא יאפיה נופ

בננהאוס ממיז 280 מ סאלון ואסע 4 גרף קאמלה (100 מ) ואסעה -טאבקין-  
כל טאבק מכל מנפרד-שרפה מע מנזר חלאב 18 מ שרפה הסח 80 מ 3  
מואף ללסירא (2 מע סקף) מכן ברקה סבאחה קאעה ליאקה בדינה מבי  
מראב ומחאפז עליה 7/24



לליע

## אלד התחת שרא הנבי

الطابق 3 والاخير تقريبا 98 م 4 غرف شرفتين وضع ممتاز منظر 10  
للكرمل والحدائق البهائية سقوف عالية مبنى حجر



لליע

## بالحي الالماني سרא يتسحاق سديه

4 غرف 100 م +شرفة طابق اول مرممة



لליע

## بفندق الميريديان قريب من شاطئ البحر

3 غرف تقريبا 80 م مرممة طابق عالي مطلة للبحر



لליע

## حي الكباير

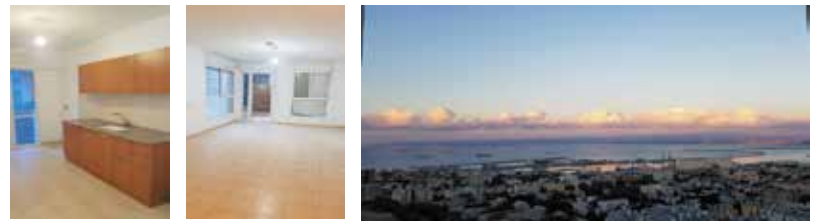
4 غرف ، شرفة ، موقف ، مخزن ، مصعد ، 110 م ، مطلة للبحر



لליע

## سרא المطران حجار مبني جديد

3 غرف شرفة مخزن مصعد موقف طابق عالي منظر للبحر  
(للتسليم الفوري)



لליע

## بمنطقة الهدار سרא ليفونتین (דירת גן)

مدخل منفرد 95 م 4 غرف واسعة ساحة امامية 40 م وساحة  
خلفيه 12 م من الممكن تقسيما لوحدين سكنية



لליע

## سרא הנבי (تصلح للاستثمار)

حوالي 65 م جاليريا حوالي 9 م مدخل منفرد مرممة حديثا



شارع "احاد هعام" 10، حيفا | تل: 04-8333603 | نقال: 052-8260007

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



# نهاية أسبوع

مع حملات بالجملة!

KingStore

بصل



بطيخ



بندورة



ملفوف  
أبيض



بطاطا بيضاء



شمام



موز



ملوخية



سداسية  
كوكا كولا  
1.5 لتر "مستوية"



أرز  
ياسمين  
5 كيلو



زيت  
عباد الشمس مشهداوي  
2 لتر



جزر  
مغلف



سمك  
بوري



سمك  
صلبية (باس سيلع)



سمك  
دينيس



الحملة 13-16.06.2019

خاضع لشروط الحملة | إمكانية الخطأ واردة | الصور للتجسيد فقط

04-8593800