

ب ٢٧ آذار  
ننتقل للتوقيت الصيفي



شفاعمرو والمنطقة

H a i f a

توزع مجاناً

الجمعة 20 آذار 2020

العدد 497

أسبوعية قطرية، مستقلة، شاملة

طقس الغد



المساء 9 °C



الظهر 13 °C



الصباح 11 °C

طقس اليوم



المساء 9 °C



الظهر 11 °C

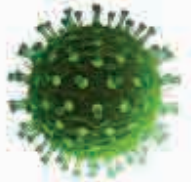


الصباح 12 °C

15

20  
MAX

4



38



16

ايمان بسيوني

أجمل هدايا لعيد الأم فقط بـ 20

احتمال إغلاق شامل في البلاد

تأجيل بطولة كأس الأمم الأوروبية



سهاج أطرش  
إها تتج أو  
تتج 6

عمار حسن قوة صوتية مستهدفة  
من قهر جبال فلسطين



ايمان بسيوني تضع بصمة نجاحها في عدة مجالات  
الريشة الوردية لخبرة التجميل هبة شحادة - كيوان



28



Happy  
Mother's Day

# دخلنا بالمجهول



عفيف شليوط

السوشيال ميديا والاعلام الإلكتروني مع الصحيفة الورقية، كنا ندرك أهمية هذه الخطوة وضرورتها، لكننا لم نتوقع أن نضطر أحياناً الى التواصل فقط عن طريق السوشيال ميديا وخاصة في حالات الطوارئ.



عدم الانصياع للتعليمات. لا أدري كيف يتغير مجرى حياتك في لحظات، ففي مثل هذه الأيام كان من المفروض أن أكون في كندا لأشارك في عدة مهرجانات وعروض مسرحية في تورنتو، ميسيساغا ومونتريال، وللحظات الأخيرة قبل السفر كنت لا أزال أحمل حقبي وأستعد للسفر، لكن البداية كانت بإلغاء كافة حجوزات الطيران من وإلى فرنسا، لتتسارع الأمور من إغلاقات والغاءات في كافة أنحاء العالم تقريباً. في لحظة تصبح محاصراً، سجيناً، ولا تدرك هل هذه الإجراءات ستحميك بالفعل من هذا الوباء.

إزاء كل هذا أجد نفسي حائراً، ما العمل، وكيف سنستمر في العطاء في ظل وضع قائم، في ظل الجمود القاتل الذي يعترينا، لهذا كل الاحتمالات واردة، فإذا وصلكم هذا العدد توقعوا أن لا تصلكم أعداد أخرى في حال الإعلان عن الاغلاق الشامل والتام، عندها يمكننا أن نتواصل معكم عبر صفحة الفيس بوك للجريدة، لهذا عندما قررنا دمج

أثناء الاستعداد لإصدار هذا العدد، خاصة وأن تصريحات المسؤولين والتعليمات الصادرة من مصادر رسمية لا تطمئن. فقد أصدر وزير الأمن الداخلي جلعاد أردان تعليماته لأجهزة الأمن والشرطة التي تشير الى احتمال الإعلان عن إغلاق كامل وشامل في البلاد.

الأمر المقلق بالفعل أنه حسب التقديرات بأن هذه التعليمات الصارمة قد تستمر لفترة طويلة، وهناك احتمال لاستمرارها حتى شهر أيار وربما حزيران.

إن هذه الأمور مجتمعة أربكتنا، تدخلت في تفاصيل التفاصيل لحياتنا وعاداتنا، فلم نعد نبادل السلام، ولم تعد الأم تزور ابنتها، ولا الجد والجددة يستطيعان احتضان أحفادهما، وفي عيد الأم لن أمكن من زيارة أمي وتقريب جبينها، أفرحنا أصبحت مقتصرة على عدد قليل جداً من الأشخاص، وكذلك الأمر أترحنا، أصبحنا ندفن أمواتنا خفية ودون دعوة الأحباب والأصدقاء للمشاركة، التحذيرات وصلت حد الإعلان عن خطرموت الآلاف في البلاد في حال

في أثناء التحضيرات لإصدار هذا العدد من صحيفة "حيفا"، العدد الخاص بعيد الأم، لعلنا نفي الأم حقها رغم الأوضاع الراهنة المقلقة في البلاد والعالم، لنوصل رسالة حب الى كل الأمهات، على كل ما قدم من تضحيات وعطاء لا محدود لإبنائهن، كنا مصيرين أن نصدر هذا العدد على أجمل وجه، كنا سعداء ونحن نراقب توارد الصفحات أمام أعيننا بفرح. للمرة الأولى أشعر بعدم معرفة ماذا سيحصل بعد لحظات. عندما كنت في طريقي لمكتب الصحيفة، شعرت بجو غير عادي، الطرقات شبه فارغة، لا أشخاص في الشوارع، عدد السيارات قليل جداً، ننتظر كل لحظة تعليمات جديدة، وكأننا مقدمين على مرحلة جديدة، بدأنا ندخل بالمجهول.

ونحن في خضم التحضيرات، كنت لا أدري هل سيصدر العدد بالفعل، ماذا لو تم إعلان حظر تجول تام في كافة المناطق، ماذا سنفعل، وكيف ستصدر صحيفة "حيفا" وكيف سيتم توزيعها. كافة هذه الأسئلة تواردت في ذهني في



## الكلية الأرثوذكسية العربية في حيفا

تعلن عن حاجتها إلى معلمين/معلمات

للسنة الدراسية ٢٠٢٠/٢٠٢١

للمواضيع التالية:

- علوم الحاسوب مع خبرة في تقديم الطلاب للبروت بمستوى ١٠ وحدات وعلى الأخص إرشادهم في المشروع العملي (تطبيقات أندرويد).
- اللغة العبرية.

على المرشح/المرشحة أن تتوفر لديه/لديها الشروط التالية:

- شهادة B.A على الأقل في المجال المطلوب.
- شهادة تدريس.
- خبرة لا تقل عن ثلاث سنوات في التدريس.

تقدم الطلبات مرفقة بسيرة الحياة إلى البريد الإلكتروني للكلية:

[orthodoxjobs@gmail.com](mailto:orthodoxjobs@gmail.com)

# חבלר לי

עבודות שפכטל וצבע

מקצועיות ואמינות

מהראן פייסל נייד: 054-7305649

## دهان بيوت بجودة عالية



مهنية  
وأمانة

مهراّن فيصل

054-7305649



חפשו אותנו בפייסבוק

نور نحولي (قسم الاعلانات)

شادي شليوط (تصميم الصحيفة)

رئيس التحرير والمحرر المسؤول: عفيف شليوط

مدير عام: عمري حسنين

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

قسم الاعلانات: 0542239899

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

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

# حيفا

صحيفة أسبوعية، ثقافية،

فنية، اجتماعية، شاملة

تصدر عن:

مؤسسة الأفق للثقافة والفنون



سماح أطرش  
مستشارة التغذية

في الحرف الأول أضْمُ شفتي وفي الثاني أَسْكُنْ  
أُمّ، ضَمَّتْكَ سكونٌ وحياة في حداثق الجَلَنار.  
وأرجوحة قلبك زمانٌ نام في حضن المكان،  
مثل موج في خدّ البحار.  
كل لحظة أُمّي، وكل يوم، والكلام ذهب في قيراط سوار.  
كل عام وأنت ملكة يتباهى بطلتها آذار.

Samah  
Diet Love Your Body

طاقم عمل سماح دايت

053-4825829 053-8266942



## النائب طانيس شحادة يطالب وزارة الصحة بافتتاح مراكز لفحوصات الكورونا في البلدان العربية



شهادة لوزارة الصحة رسالة يطالب فيها بالعمل على افتتاح مراكز مماثلة في البلدات والتجمعات السكانية العربية في البلاد. وجاء في الرسالة "لا يعقل أن يتم إقصاؤنا في كل مرة بهذه الطريقة الفظة. في البداية تم تجاهلنا عندما نُشرت تعليمات وزارة الصحة فقط باللغة العبرية، والآن يتم أيضاً التمييز ضدنا".

لمراسل "حيفا" - في أعقاب زيادة عدد المصابين بفيروس الكورونا، وعمل وزارة الصحة على زيادة عدد الفحوصات للمواطنين، وبالتالي الحد من انتشاره، أعلنت منظمة "مركز داوود الحمراء" الطبية عن تجهيزها لافتتاح ستة مراكز لأخذ العينات والفحوصات الطبية. هذا وتم افتتاح أولى هذه المراكز يوم الثلاثاء الماضي في تل أبيب، وتم افتتاح بقية المراكز بشكل تدريجي في: حيفا، القدس، بيتاح تكفا، ريشون لتسيون وبئر السبع، وتكون متاحة للوصول بواسطة السيارات على مدار 24 ساعة. في أعقاب هذه الخطوات بعث النائب د. طانيس

## احتمال الإعلان عن إغلاق شامل في البلاد

هذا وقال نائب مدير عام وزارة الصحة البروفيسور إيتامار غروتو خلال حديث لوسائل الاعلام: "إن التعليمات التي تشمل استخدام المواصلات العامة، عدم الخروج من البيت وإغلاق المدارس قد تستمر أسابيع أو حتى شهور. وقد تستمر حتى أشهر الصيف، يشمل إيار وحزيران".

لمراسل "حيفا" - بينما بدأنا نسمع ونقرأ عن القيام بإغلاق التام لبعض المناطق في البلاد ومنع المواطنين من مغادرة منازلهم، منها مناطق في مدينة حيفا، أصدر وزير الأمن الداخلي تعليماته لأجهزة الأمن والشرطة بالاستعداد للإعلان عن إغلاق شامل في البلاد بسبب تفشي فيروس الكورونا. تشير المصادر إلى احتمال الإعلان عن هذا القرار في الأيام القريبة القادمة، والذي لا مفر منه في ظل الوضع الراهن. وتشير المصادر أن هذه التعليمات من المتوقع أن تستمر حتى شهر أيار وربما حزيران.

## المحامي رامي بياضي يقوم بحملة توافيق بهدف إلغاء ضريبة الأرئونا بسبب الكورونا

في هذه الفترة أو تأجيل مواعيد التسديد. كما شدد على ضرورة عدم مطالبة المعالجين بدفع ضريبة الأرئونا، لأن جل اهتمامه سيكون بتوفير النقود للعلاج أولاً.

لمراسل "حيفا" - قام المحامي رامي بياضي من حيفا بحملة توافيق على عريضة سيقدمها لإدارة بلدية حيفا يطالب فيها بعدم جباية ضريبة الأرئونا من المواطنين وأصحاب المحلات في فترة انتشار وباء الكورونا، أو تخفيض نسبة الضريبة

## اللقصوص والكورونا

أن الأمر متعلق بمناطق أخرى وليس في بلادنا، ولكننا نحن بدورنا نحذر، ربما هذا الخبر يفتح شهية لقصص في بلادنا ليقلدوا هؤلاء اللصوص.

نُشر في مواقع التواصل الاجتماعي تحذير للسكان مفاده وجود مجموعات تدخل البيوت مدعية أنها موجهة لتعقيم البيوت من فيروس الكورونا، وهذا التحذير يطالب السكان بعدم فتح الباب لأي شخص أو مجموعة تدعي أنها مكلفة من أية جهة بتعقيم البيوت من فيروس الكورونا.

ويضيف البيان التحذيري بأن هؤلاء مجرمون قاموا بسرقة العديد من البيوت بهذا الأسلوب المخادع. إلى هنا ينتهي البيان التحذيري، ونحن قمنا بالتالي نبحت في مواقع الانترنت لنكتشف

### فحوصات كورونا في مدينة حيفا

سيتم إقامة مركز فحوصات خارجي في مدينة حيفا خلال الفترة القريبة :  
<https://www.mdais.org/news/170320>

ممنوع التوجه المباشر للعيادات أو المستشفيات.  
عيادات صناديق المرضى والأطباء غير جاهزة لتقديم العلاج أو إجراء الفحوصات.  
بهذه المرحلة الفحوصات ونقل المرضى إلى المستشفيات تتم من خلال طواقم اسعاف نجمة داوود

رقم 101

## كيف نتجنب العدوى من فيروس الكورونا؟ كيف نعرف إن أصبنا بالفيروس؟ وماذا يتوجب علينا أن نفعل في هذه الحال؟ هل سيتم إنتاج لقاح وقائي في الوقت القريب؟ هل توجد فائدة من اتباع التعليمات؟

السّن الذين يعانون من أمراض مزمنة، فسوف نلاحظ أنّ معدّل الوفيات هناك أعلى بكثير حيث يصل إلى 14%.

يبدو أن فترة حضانة الفيروس، وهي الفترة ما بين انتقال الفيروس بالعدوى حتى ظهور أعراض المرض، طويلة نسبياً، وقد تختلف كثيراً من شخص لآخر. تشير الدراسات الأخيرة أن أعراض المرض تظهر خلال يومين، وذلك عند بعض المصابين فقط، بينما تستمر فترة حضانة الفيروس إلى 14 يوماً حتى ظهور المرض عند آخرين. إن الأمر المقلق هو إمكانية انتقال الفيروس بالعدوى خلال فترة الحضانة، أي قبل ظهور أعراض المرض على المريض.

فيروس كورونا الجديد، هو فيروس ظهر وتفشى بدايةً في الصين ثم انتشر في أكثر من 120 دولة، من ضمنها إسرائيل. حتى الآن تمّ تشخيص حوالي 126 ألف مصاب بالفيروس في أنحاء العالم، كما تمّ التبليغ عن حوالي 4400 حالة وفاة جراء الإصابة بالفيروس. لعلّ البشرى المطمئنة هي أن أكثر من 66,000 (55%) مصاباً تعافوا تماماً من المرض بعد أن عانوا من أعراض زكام بسيط فقط.

حالياً، من الصعب تحديد معدّل الوفيات الناجمة عن الإصابة بالفيروس الذي يصيب الجهاز التنفسيّ مثل الإنفلونزا. حتى الآن يُقدّر المعدّل بحوالي 2% (20 ضعف معدّل الوفيات بـفيروس الإنفلونزا). إن تمعّنًا في البيانات الخاصة بالفئات المعرضة للخطر، مثل كبار







## هي.. كلّ يوم، كلّ شهر وكلّ السنة!

كلاليت ترافقك كلّ السنة مع مجموعة خدمات طبيّة متقدّمة ومتطوّرة  
متاحة عبر التابلت / السمارتفون / الحاسوب

معلومات ونصائح طبيّة في مجالات صحّة المرأة، الحمل والولادة، الجمال والجراحة التجميليّة  
أدخلوا لصفحة كلاليت على الفيسبوك وشاهدوا الفيديو الكامل الخاص بالحملة

Samira





# سماح أطرش إما تنجح أو تنجح

امراة كان وزنها 170 كيلو عندما عالجتها أصبح وزنها 70 كيلو



خلال نوع الطعام الذي تتناوله، إنما من خلال تحديد الهدف وكيف سأصل للهدف.

كيف يسمن الانسان، عندما يكون تركيز الانسان مبرمج على حب الحلو مثلاً، اللعاب يفرز مادة دوبامين وهذا يؤدي الى الإدمان، وأنا أعالج المدمنين على الأكل. امرأة كان وزنها 170 كيلو، نزل وزنها الى 70 كيلو. فتاة كان وزنها 140 كيلو، نزل وزنها الى 60 كيلو.

منذ بدأت العمل حتى الآن عالجت الآلاف من الحالات، اليوم يوجد لدي حوالي 800 مشتركة شهرياً، واليوم لدي طاقم عمل يعمل معي تحت اسم "طاقم عمل سماح دايت".

جيداً، الوزن الزائد قلل من ثقتي بنفسي. لكنني تذكرت كلمات أمي عندما كانت تقول لي "سماح إنت عندك إرادة لما إنت بدك".

س: هل المرأة عندما تتزوج تتغير أولوياتها؟

ج: عندما تزوجت كانت أمي تقول لي "اهتمي بزوجك"، و "خليهم راضين عنك"، وبهذا نسيت نفسي لأن أمي نسيت أن تقول لي أن أهتم بنفسي.

نحن مبرمجون، عندما يولد الابن أبرمج عقله، لكن لكل شخص عندما يشعر بالوعي يبدأ باتخاذ القرارات المستقلة.

الانسان السمين حساس عاطفياً، أي شيء يخرجه ويجرح مشاعره. عندما كانوا يدعوني للمشاركة في عرس كنت أتهرب من المشاركة وكنت أختبئ بالبيت.

عندما نزل وزني قويت



سماح أطرش، تبلغ من العمر 36 عاماً، ولدت في يافا تل أبيب، تزوجت من مفيد أطرش من دبورية واستقرت هناك. هي مستشارة تغذية، قصتها مثيرة، قصة نجاح وتحدي لصعوبات واجهتها، بإصرارها على النجاح ودعم زوجها الذي وقف دائماً الى جانبها، حققت نجاحات غير متوقعة، وهي مستمرة في العمل من أجل الوصول الى قمم أخرى، لأنها على ثقة تامة بأنه هنالك أكثر من قمة، والنجاح لا يعرف التوقف.

**س: هل وجدت صعوبة في الانتقال من يافا الى دبورية؟**

ج: الانتقال كان صعباً جداً، في البداية عندما كانوا يتحدثون إلي كنت بحاجة الى مترجم. لكنني تأقلمت بسرعة والفضل يعود لزوجي المحب والداعم، دائماً كان الى جانبي، يحترمني ويدعمني، وهذا الأمر خفف عني البعد الجغرافي.

أمي كانت تقول لي دائماً، هل تعلمين الى أين أنت ذاهبة؟ اعلمي أن هذا قرارك ويجب أن تتحملي تبعات هذا القرار.

**س: كيف كانت بداية مشوارك؟**

ج: كنت بعد ولادة 3 أولاد، حيث زاد وزني 40 كيلو، حيث وصلت الى 105 كيلو، في هذه الأحيان كنت أفكر بأمر واحد فقط، وضعت كل شيء أهم مني، اهتممت بأولادي ولم أهتم بنفسي، العائلة أهم مني، زوجي أهم مني. زوجي لم يتقبل الأمر وكذلك كل من حولي لم يعجبهم ما حصل لي، وهناك كان التنمر والألم، كنت أظهر بمظهر الفتاة الضعيفة، 7 سنوات وأنا سميكة، وهذا بدأ يؤثر على صحي وسلامي. عندما توجهت الى الطبيب حذرني بأن وضعي الصحي متأزم، وقال لي أنت على وشك بأن تصبجي مريضة بالسكري، وكان عمري آنذاك 25 عاماً فقط.

أصبحت أرثدي ملابس تظهرني بمظهر امرأة كبيرة، الناس بدأوا يتعاملون معي وكأنني بلا قيمة، عندها اكتشفت بأنني لا أقيم نفسي كما يجب، اهتممت بكل شيء إلا بنفسي، وعندها إتخذت القرار الحاسم.

**س: ما هو هذا القرار؟**

ج: أنا إنسانة أحترم قدراتي وأعرف نفسي



شخصيتي، عندما يتغير الوزن للأفضل أنت تعيشين من ناحية نفسية بشكل أفضل، فترتين ما تشائين، تكونين جميلة بعيون الآخرين.

**س: ما هو سر نجاحك؟**

ج: سر نجاحي أي أشير للنقاط الإيجابية لدى النساء. أما بالنسبة لي اتخذت قضية تخفيف الوزن كمشروع مثل أي مشروع. بدأت أبحث عن طريق، بحثت عن أدوية فلم أنجح، بحثت عن أخصائيات تغذية فلم أوفق، عندها قررت أن أتعلم بنفسي موضوع التغذية.

تعلمت التغذية في كلية للتغذية الصحية في رمات يشاي، عندما تعلمت قمت بتطبيق الأمور التي تعلمتها. تعمقت بالأشياء، أجريت بحثاً كاملاً حول الموضوع. عندها أدركت كيف ومن أين أبدأ، وبالفعل نجحت بتخفيف وزني 37 كيلو.

من بعدها بدأت مشروع منطلق من تجربتي



# شبكة كينج ستور المشهداوي توصيات السلامة عند الشراء



فروعنا مفتوحة لخدمتكم إلى ما بعد  
ساعات الدوام العادية.

3



ننصح بلبس كفوف اليد والكمامات  
لتوخي الحيطة والحذر.

2



ننصح ان يقوم فرد واحد من العائلة بالقيام  
بمهمة الشراء ، والاهم عدم اصطحاب  
الأولاد والأطفال قدر الامكان.

1



غسل المنتجات والفواكه  
والخضار قبل الاستعمال.

6



سنكون معكم جمهورنا الكريم باتصال  
مباشر وسنعمل على اطلاعكم على اخر  
المستجدات أولاً بأول عبر صفحتنا بالفيديو  
ووسائل الإعلام والتواصل المتاحة لنا.

5



طاقم موظفينا وعاملينا يعملون على  
تنظيم وتسهيل الدخول إلى فروعنا  
والخروج منه بحسب توجيهات الشرطة  
ووزارة الصحة للحفاظ على سلامتكم.

4



نتعهد ان نبذل قصارى جهودنا لمنع  
المزودين والتجار من رفع الاسعار حفاظاً  
على زبائننا الكرام

7

مع تمنياتنا  
للجميع بالصحة والسلامة  
ادارة شبكة المشهداوي  
كينج ستور

الإعلان عن شبكة كينج ستور المشهداوي  
مرفق حيوي لتقديم الخدمات  
للسكان في ساعات الطوارئ.

doit



  
**KingStore**



## وغاب صاحب النكتة العفوية (كلمات في رحيل العزيز إبراهيم صباح)

زياد شليوط

غيب الموت صباح الثلاثاء الماضي في شفاعمرو، المرحوم إبراهيم صباح (أبو صباح) عن عمر 83 عاماً. غاب صاحب النكتة العفوية، وزارع البسمة على وجوه المحيطين به. غاب المؤمن الصادق حتى أعماق النفس البشرية. رحل وقد ترك ذكريات غنية في كل زاوية وركن من شفاعمرو، وفي ذاكرة



من عرفوه وترحموا عليه.

بحكم القرابة كان لي الحظ بمعرفة إبراهيم عن قرب، ومنذ أن وعيت على الدنيا وأنا أذكره يسرد لنا القصص الطريفة، بل المضحكة والتي تجعلك لا تتماسك نفسك عن الضحك، ليس لأن القصة مضحكة فقط، بل الأهم لأن من يسردها لا يترك لك مجالاً لأن تبقى غير آبه، فتنفجر ضاحكاً. والقصص التي يأتي بها أبو صباح ليست من وحي الخيال أو يسردها عن فلان، إنما هي قصص واقعية كان هو أحد أبطالها أو في مركزها. ومن أولى نكاته التي رواها لنا ولا زلت أذكرها، حين جمعنا نحن أولاد خاله مع آخرين في أسبوع زفافه، وروى لنا أنه علينا انتظار واستقبال قطيع من الغنم أرسل في طلبه، استعداداً لعرسه، وما زلنا بانتظار ذلك القطيع كانتظار غودو في المسرحية العبثية.

نشأ إبراهيم شقياً، مشاكساً، خفيف الظل والمعشر، يجيد صنع المقالب بالأقارب والجيران، ومما زاد في مهارته تلك، أنه نشأ وترعرع في حارة الزقاق المعروفة بعائلاتها كثيرة الأولاد، حيث مركز الشرطة في قلب الحي، وكثيراً ما نال عناصر الشرطة من مقالبه وأولاد الحارة الذين جعلوا الحي ينبض بالحركة والحياة. ومن تلك الوقائع ما فعلوه ببائع البطيخ الذي دخل الحارة وسيارته مليئة بالبطيخ وخرج منها دون أن يبيع ولو بطيخة، لكنه لما توقف ليفحص الحمولة صرخ صرخة كبيرة، بعدما شاهد أن السيارة تكاد تكون خالية من البطيخ.

ومن نوادر (أبو صباح) المشهورة والتي حدثنا بها مراراً، أنه عندما ولد الابن البكر لخاله (والدي)، والذي يحمل اسم جده (إبراهيم)، وهو ذات الاسم الذي يحمله هو، فرح أهل البيت جميعهم والأقارب، فجاء أبو صباح ليهنئ خاله بالمولود البكر، وهو يحمل صندوقاً كبيراً ووضع أمامه، وطلب منه ألا يفتحه إلا عندما يغادر البيت، وفعلاً غادر إبراهيم البيت بعدما تناول الحلوى، وقام خاله بنزع الأوراق عن الصندوق ليرى الهدية، ففوجئ بصندوق أصغر في الداخل، وعمد إلى نفس العمل، ليجد صندوقاً أصغر وهكذا توالى العمل في اخراج الصناديق، إلى أن وصل إلى صندوق صغير جداً.. وإذ بهديته عبارة مصاصة طفل. وبقي خاله حافظاً له هذا المقلب إلى أن تزوج ورزق بابنه البكر، فجاء الخال مهنئاً حاملاً له في علبة كبيرة مصاصة، لكن إلى جانبها المباركة.

وإبراهيم كان يستحضر النكتة بشكل عفوي وبديهي، وكثيراً ما استنبط من الحدث موقفاً ساخراً وضاحكاً. فعلى سبيل المثال عندما استدعوه إلى مكتب ضريبة الدخل، ليطلبوه بالضريبة المستوجبة عليه وكان يعمل نجاراً، وجد أن المبلغ كبير بالنسبة لدخله، وطلب من الموظف أن يخصم له منه، فلم يقتنع الموظف وطلب تبريراً، فقال له إبراهيم "لأن الطش بين النجارين". و"الطش" تعني التلميذ الأخير في الصف، صاحب العلامة الأدنى، وهكذا اعتبر نفسه الأخير بين النجارين من حيث الكسب، لذا حق له أن ينال تخفيضاً. وهناك قصة أخرى عن الحاسوب الذي دخل عالم الحسابات والوظائف، فلما طُلب بضريبة البلدية وذهب لمراجعة الموظف مستنكراً المبلغ المطلوب منه، قال له الموظف "الحق على الحاسوب"، فاستهجن إبراهيم ذلك الادعاء وأجاب: وهل الحاسوب يعمل لوحده ويقرر لوحده؟

هناك عشرات النوادر والقصص التي يتسع المجال لسردها هنا، ونقلها كتابياً يفقدها حلاوتها وتلقائيتها، وكانت المرة الأخيرة التي استمعت إلى بعضها منه، قبل أسبوع بالضبط من وفاته، حين زرت في بيته وكان طريح الفراش، لكن معنوياته كانت عالية وإيمانه قوي بأنه سيتغلب على المرض ويعود إلى سرد القصص وزيارة والدتي ليروي لها نوادره المضحكة وذكرياته مع خاله. لكن إرادة القدر كانت أقوى، ومشينة الرب مغايرة ولا شك أنه تقبلها بإيمان وخشوع، وهو الذي كان مواظباً منذ سنوات طويلة على الصلاة وقراءة الكتاب المقدس ومشاهدة البرامج الدينية، ولا شك أن إبراهيم صباح يقيم اليوم في أحضان أبينا إبراهيم مع القديسين، وستبقى ذكراه خالدة في وجداننا، بما تركه لنا من ذكريات لا تنسى ونوادر لا تقدر.

## وفاة الدكتور فتح الله فهمي نحاس



من أهم إنجازاته العلمية وضعه لعلاج جديد لأحد أنواع العقم لدى الرجال، اعترفت به وزارة الصحة وحاز على مصادقة الوكالة الأمريكية للغذاء والدواء بعد تسجيل براءة الاختراع بعد مرور أربع سنوات من البحث.

لمراسل "حيفا" - انتقل إلى رحمته تعالى يوم الثلاثاء الماضي الدكتور فتح الله فهمي نحاس من سكان مدينة حيفا عن عمر يناهز الـ 68 عاماً. هذا وتمت مراسيم صلاة الجنازة في كنيسة مار الياس للروم الملكيين الكاثوليك ومن ثم مراسيم الدفن، التي اقتصرت على العائلة المصغرة تماشياً مع تعليمات وزارة الصحة ويهدف المحافظة على سلامة المواطنين.

أنهى الدكتور فتح الله نحاس دراسته للقب الدكتوراة في علم الحصانة من كلية الطب في التخنيون في العام 1982 واختص بحصانة الجسم. ثم عمل في مستشفى ربماب على إنشاء مشروع "أطفال الأنابيب" ليتولى إدارة هذا المشروع وتنظيمه فيما بعد.

## أزمة تفشي فيروس كورونا ارتفاع بنسبة ١٠٠% بعدد التوجهات لخط الاستعلامات الهاتفي التابع للهستدروت "المركز لكل عامل"

في الوقت الحاضر وقال نائب المدير العام لقسم الخدمات والتشغيل دودو بيتسلنيل: "منذ اتخاذ القرار بتحويل مركز الاستعلامات للعمل بشكل مضاعف، فإن المركز يعمل كغرفة عمليات في وقت الحرب. إن المندوبات والمندوبين العاملين في المركز تلقوا الإرشادات مرات عديدة خلال الورديات للتأكيد أن جميعهم محاطون بكافة التحديثات الأخيرة. من المهم أن نبقي بجهوزية تامة وتقديم المعلومات بأكثر الطرق اتاحة وإنسانية".

وإضافة بتسلنيل أيضاً: "إلى جانب المعرفة بالقوانين والإرشادات، فإن الإرشادات التي يتلقاها المندوبون تتعلق أيضاً بالجانب الإنساني. عندما يتصل بنا موظف أو عامل، فهو يعلم أنه على الجانب الآخر هناك استجابة من قبل شخص يمكنه تلقي التوجيهات منه ولا يتلقى مجرد قراءة لإجابات قانونية فحسب. عندما يتوجه إلينا شخص أثناء وجوده في الحجر الصحي أو لأنه يخشى بانتقال العدوى له في مكان العمل، يلزم وجود حساسية غير عادية. الجميع موجودين في حالة ضبابية ومهمتنا هي ترتيب الأمور واستخدام المعلومات كأداة أخرى لمساعدة الناس على استعادة السيطرة على حياتهم".

يمكن الاتصال بمركز الاستعلامات التابع للهستدروت من الأحد حتى الخميس من الساعة 8:00 صباحاً حتى الساعة 18:00 مساءً. في سائر الساعات، يمكن ترك رسائل صوتية أو اتوجه لإحدى القنوات الأخرى التي تديرها الهستدروت من خلال التطبيق الهاتفي التابع للهستدروت، صفحة الفيسبوك التابعة للهستدروت ولموقع الانترنت Histadrut.org.il. كما يضم موقع الانترنت آخر التحديثات لأسئلة وأجوبة حول حقوق العمال ومواضيع العمل في ظل تفشي فيروس كورونا

لمراسل "حيفا" - يعمل خط الاستعلامات الهاتفي "المركز لكل عامل" (2383\*) لتقديم الخدمة لآلاف التوجهات الهاتفية من قبل العاملات والعاملين في المرافق الاقتصادية منذ بدء أزمة تفشي فيروس كورونا في البلاد. إن الضبابية والخوف من العواقب الاقتصادية لانتشار الفيروس أدى إلى زيادة كبيرة في حجم المكالمات الواردة إلى مركز الاستعلامات. في الساعات الأربع والعشرين الأخيرة فقط، تحول مركز الاستعلامات للعمل بمنظومة معززة وقوى عاملة مضاعفة، حيث استقبل واستجاب لحوالي 3000 استفسار. ويمثل هذا الرقم زيادة كبيرة بنحو 1000% مقارنة بعدد المكالمات التي تم تلقيها في اليوم العادي. يذكر أنه قبل أسبوع، أصدر رئيس الهستدروت، أرنون باردافيد، توجيهاً بشأن توسيع أنشطة مركز الاستعلامات وتعزيز القوى العاملة المهنية فيه، على خلفية التغييرات التي أدت إلى دخول عشرات الآلاف من الإسرائيليين إلى الحجر الصحي.

وقال مدير مركز الاستعلامات الهاتفي، المحامي وائل عبادي: "طبيعة المكالمات تتغير باستمرار وتتأثر بالتحديثات التي تنشرها وزارة الصحة يومياً والتوجهات المتعلقة بآماكن العمل"، على سبيل المثال، نسبة كبيرة من التساؤلات التي تلقاها مركز الاستعلامات تمحورت حول موضوع الخروج إلى عطلة بدون راتب في ظل أزمة تفشي فيروس كورونا وانعدام المعرفة حول تطبيق هذه الخطوة. كيف نتلقى مخصصات البطالة خلال فترة الخروج إلى اجازة بدون راتب؟ كيف بالإمكان ترتيب هذه الأمور مقابل مؤسسة التأمين الوطني؟ من العمال يستحق ومن لا يحق له؟ وكيفية التعامل مع هذا الوضع لتحصيل الحد الأقصى من الحقوق. تلقينا بعض التوجهات من بعض النساء الحوامل اللواتي أعربن عن قلقهن بشأن أمنهن الوظيفي، خاصة



لا شيء يغيرنا!  
على العهد ماضون  
وبالحملات مستمرين



KingStore

تونا ستاركيست ثلاثية

140x3 غم

15.1 ₪



عسل ياد مردخاي

900 غم

35.1 ₪



خضار مجمدة سانفروست

بازيلاء/بازيلاء وجوز/جزر صغير/فاصولياء/ببرس

800 غم

9.90 ₪



سداسية نستلي خوخ

1.5 لتر

19.90 ₪



بريجات

1.5 لتر

20.4 ₪



ميونيز تلمنا

500 غم

7.90 ₪



مطري غسيل ماجيك

4 لتر

8.90 ₪



أكونوميكا معطرة  
تاتش/سانت موريتس

4 لتر

6.90 ₪



منظف أرضيات  
سانت موريتس/سانو

3 لتر/4 لتر

7.90 ₪



سائل جلي/منظف مراحيض/  
منظف زجاج ماجيك

750 مل/1 لتر

4.90 ₪



مسحوق غسيل تايد

8 كغم

37.90 ₪



مزيل دهون  
سانت موريتس

750 مل

6.90 ₪



\*6518

الحملة حتى - 22.03.2020

خاضع لشروط الحملة | إمكانية الخطأ واردة | الصور للتجسيد فقط





مايا عاهد النشاشيبي  
ممثلة

عندما أقف على خشبة المسرح  
أشعر بلحظة صدق لا أشعر بها  
إلا على خشبة المسرح  
لكن حنانك وأمومتك يا أمي  
أكثر صدقًا



أجمل باقة ورد لكل الأمهات بعيدكن



# معًا نتجاوز الأزمة

يا أهلنا الكرام في حيفا،

أيام عصيبة تمرّ علينا جميعًا في ظل انتشار فيروس الكورونا، يتعطل فيها روتين حياتنا اليومي الذي اعتدنا عليه بسبب الإجراءات الضرورية للحفاظ على صحة المجتمع وسلامة أفراد قدر الإمكان.

إننا نناشدكم أولاً الالتزام بالتعليمات الصحية الهادفة إلى منع انتشار الفيروس والحدّ من الإصابات، خاصةً بالنسبة لكبار السنّ. وندعوكم لمواكبة التطوّرات والتعليمات واستخدام كل وسائل الوقاية اللازمة. فلا مكان للاستهتار ولا للتهاون!

ثانيًا، نحيطكم علمًا بأننا نعمل كل ما بوسعنا للوقوف مع أهلنا في هذه الأزمة:

1. نتصدّى لأيّ مساس بالعاملين والموظفين، بما في ذلك المعلمين والمعلمات الذين يعملون من بيوتهم في هذه الظروف الاستثنائية. ونحذّر من استغلال الأزمة للمسّ بالعاملين وبحقوقهم ومدخّراتهم وتدفعهم ثمن الأزمة الراهنة.
2. نطالب الحكومة والبلدية وكل الجهات ذات الصلة بتقديم مساعات جدية للمصالح الصغيرة والمتوسطة، سواءً أكان ذلك من خلال هبات مالية مباشرة أو من خلال إعفاءات ضريبية لمنع الانهيار الاقتصادي للمصالح التجارية.
3. نرفض التحريض العنصري الذي يشنّه نتياهو وأتباعه على المواطنين العرب وعلى شرعيتهم. كما نرفض المحاولات الخطيرة لعرقلة سير العملية الديمقراطية من خلال منع انعقاد الكنيست وتشكيل اللجان البرلمانية المختلفة، بعد أن فقد اليمين الأكثرية البرلمانية. ونحذّر من محاولات نتياهو واليمين امتطاء الأزمة لفرض أمر واقع وضرب السلطة القضائية وتفعيل قوانين الطوارئ.
4. نعمل على مساعدة المواطنين العالقين في الخارج وخصوصًا الطلاب في الجامعات الأجنبية الراغبين بالعودة إلى البلاد.
5. نبعث بتحياتنا إلى جميع الكوادر الطبية العربية واليهودية في جميع المرافق الصحية، وفي مستشفيات حيفا تحديدًا، الذين يعرّضون أنفسهم للخطر في مواجهة المرض، ويخدمون كل إنسان بصرف النظر عن لونه ودينه وقوميته ولغته وجنسه، حفاظًا على قداسة الحياة الإنسانية. نعتزّ بكم ونحني إجلالاً أمام تضحياتكم.
6. نبعث بتعازينا إلى كل من فقدوا أعزاءهم واقتصروا المراسم والعزاء على العائلات المصغرة نظرًا للأوضاع الحرجة.
7. ندعو جميع الأطر والهيئات الأهلية والمدنية والدينية إلى التنسيق والعمل المشترك لمساعدة الفئات المستضعفة والمعرّضة للخطر. وندعوكم للتواصل معنا عبر صفحات الفيسبوك والأرقام المنشورة أدناه.

## يا أهلنا الأعزاء، يا أبناء وبنات شعبنا،

نحن أمام فترة قد تطول، بين أسابيع وشهور، وعلينا جميعًا أن نبذل قصارى جهدنا للحفاظ على مجتمعنا بصغاره وكباره. ونحن على ثقة بأنّ هذه الأزمة ستستنفر طيبة شعبنا وقيمته الأصيلة، قيم التآخي والتكافل في المحن والنوائب. والله الموفق والمستعان.

على أمل اللقاء المتجدّد وإياكم في خير وأمان،

رجا زعاترة وشهيرة شلبي

كتلة الجبهة في بلدية حيفا

رجا 0544663857

أيمن عودة

رئيس القائمة المشتركة

جواد 0524333213





عبير كيال

مصممة أزياء

جديدة المكر

أختي غدير

الأم الصغيرة والأخت العزيزة

بمناسبة عيد الأم

لا أستطيع إلا أن أذكرك

كيف لا وأنت خريجة مدرسة

الأمومة

أمي



أمي الغالية

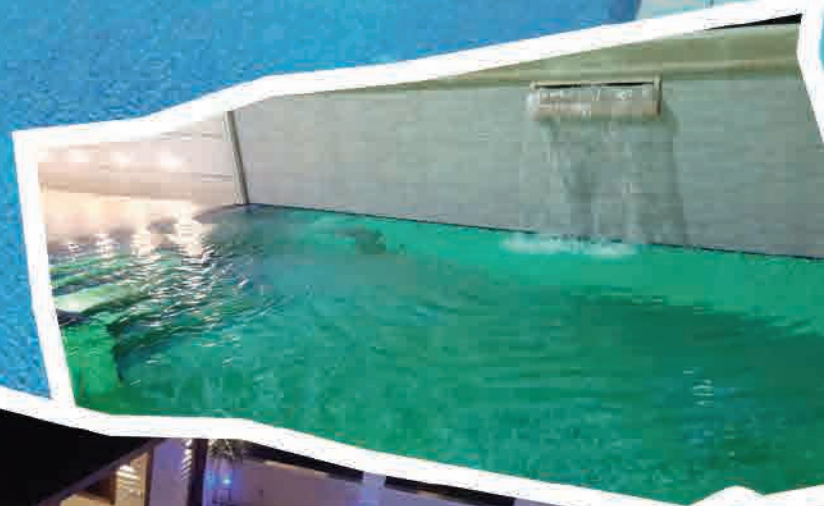
أتذكرك مع بزوغ كل فجر

فشروق الشمس ببريقه الأخاذ

خير معبر عن حنانك اللامحدود



# يوسف عالم لبناء برك سباحة



✓ بناء برك سباحة تشمل كافة مراحل البناء

✓ غرف للماكنات

✓ كافة الأحجام وبدون صب باطون

✓ خبرة سنوات طويلة في هذا المجال وفي كافة أنحاء البلاد

شفاعمرو

050-2708506



# LIVE Music

MUSICAL INSTRUMENTS & MULTIMEDIA

WWW.LIVEMUSIC.SHOP

جميع الآلات الموسيقية الغربية والشرقية

# اعود # كمان # قوائين # بزق # دربك # درامز وجميع

الآلات الايقاعية # جيتارات كهربائية وكلاسيكية

# اورجات KEYBOARD

## حملات تنزيل



جيتارات  
كهربائية

ابتداء من 700

شيك



جيتار  
كلاسيك  
بالوان واحجام  
عديده

ابتداء من 300

شيك



اعواد  
تركية -  
سلطان  
ابتداء من  
1000 شيك



شارع عتسموت 9، حيفا (زاوية شارع المينا) ت: 0523133345

المحل مفتوح من يوم الأحد حتى الخميس من الساعة 9:30 - 19:30، يوم الجمعة 09:30-15:00



# MAX20

כל פריט עד 20 שקלים

الشبكة الأرخص في البلاد



أجمل هدايا لعید الأم فقط **20** ₪

شفاعمر و عین عافیة - مقابل مكتب العمل



מקבוצת  
מקס-סטוק

כל פריט עד 20 שקלים

# MAX20



# متألقة.. متجددة.. عميقة الرؤية "على خد الحلم" أثمرت أحلامها وتألقت "زهرة الأرجوان" الاعلامية النصراوية المتألقة ايمان بسيوني مقدمة برنامج Arab Star



في كل ما تعنى به الشاشة، بالاضافة الى شغفها ونجاحها وتميزها في تقديم البرامج الفنية.

وتقدم في الوقت الحالي برنامج تلفزيوني فني جديد على القناة "مكان".

للعناية بالشعر والتي مقرها في ميلانو- ايطاليا، لتكون الوجه الاعلاني لها أمام المجتمع العربي في البلاد.

الاعلامية المتألقة ايمان بسيوني تضع بصمة نجاحها في عدة مجالات، لديها مرونة فنية وكاريزما عالية تؤهلها للخوض

أيام قليلة من بثها عبر صفحات الانترنت ما يزيد عن مليون مشاهدة وآلاف التعليقات والمشاركات.

"غنّ لي صلاة" كان محور نجاح جديد على درب ايمان بسيوني، حيث شاركت في هذا العرض الفني الذي يضم مجموعة من الأغنيات والتراتيل بالاشتراك مع القامة الابداعية في الغناء الأوبرالي الفنانة "ايناس مصالحة"، حيث أبدعت فيه "بسيوني" بالقراءات الروحانية والتراتيل بصوتها العذب، وحقق هذا العرض نجاحا باهرا وأصبح سلسلة عروض عرضت أكثر من 40 مرة داخل وخارج البلاد بعدة لغات مختلفة. تألقت الاعلامية ايمان بسيوني في تقديم الاعلانات المصورة الى جانب أدوارها التمثيلية المختلفة سواء على خشبة المسرح او على الشاشة، حيث قدمت سلسلة الحلقات الاجتماعية الساخرة "مش سطحي" التي تعرض عبر الانترنت والتي تسلط الضوء على جانب مهم من جوانب حياة المواطنين العرب في أراضي 48 ومؤخرا..جرى التعاقد بينها وبين الشركة العالمية "فيليب مارتينز"

من مشرفة اجتماعية للأطفال المصابين بالقصور الكلوي الى اعلامية ناجحة من الطراز الأول، ابدعت وتألقت بعد جهود ومثابرة وعمل دؤوب للوصول الى القمة، انطلاقها الحقيقية كانت من برنامج نيو ستار New Star، حيث قدمت الموسم الأول في العام 2010 والموسم الثالث في العام 2012 بمشاركة الاعلامي فادي زغايرة.

قدمت العديد من المسرحيات منها.. "زهرة الأرجوان"، "على خد الحلم"، "لا أنام لأحلم"، كما قدمت عدد من البرامج المتنوعة منها.. "عن قرب"، "عبر الخط الأخضر"، "رمضان بالبلد"، "أفطرنا".

من أبرز أعمالها المقابلة الخاصة التي أجرتها في لوس انجلوس مع الاعلامي المصري "باسم يوسف" تحت عنوان "باسم يوسف مابعد مصر والبرنامج"، حيث تناولت خلال هذه المقابلة عدة محاور وتطرق لتفاصيل حياته بعد نجاحه الساحق في برنامج "البرنامج" قبل سنوات، هذه الحلقة الناجحة التي من انتاج ايمان بسيوني الخاص حققت خلال





أبحث عنك  
في دفاتر أشعاري  
لأرقي بحضنك الدافئ  
لعلي أسترد طفولتي  
عندما أدخل لعشّ انتظارك  
أمي

الياس جوليانوس



# قصة أماني أبو مدين ... تحديات



تسرد هذه القصص التي حصلت معها "زبائن المحل لا يصدقني أنني بدأت العمل في هذا المجال فقط مدة سنتين، نتيجة جودة إدائي يعتقدني أنني افتتحت المحل قبل سنوات طوال وأتمتع بتجربة غنية. وبالنسبة لجودة إنشاء الأظافر لدي لا يوجد لدي التعبير اللواتي يستخدمهن البعض بأن لديك مشكلة بأظافرك، المشكلة حسب رأيي بطريقة بناء الأظافر وهناك مشكلة في المواد المستخدمة لهذا الغرض".



لم يناسبني، فحولوني للعمل في الحانوت في ساعات الصباح، بعدها طلبوا مني أن أقوم بالتدريس في الكلية. تم تشكيل فرقة من المشتركات تألفت من عربيات وروسيات، إلا أنهم أحضروا بشكل مفاجئ معلمة روسية على أن أرافقها وأقدم نماذج للمشاركات. بعدها حولوني مرة أخرى لمكان آخر، وهذه المرة للكافتيريا. تابعت أماني قصتها قائلة "بعد معاناة في العمل قررت أن أنهي عملي في هذا المكان، وبدأت أعمل في البيت بشكل مستقل وكان هنالك تجاوب فاق كل التصورات. بعدها قررت أن أذهب للعمل في محل بمجال عملي في ساجور، لكنني كنت أدر الأرباح الكبيرة على هذا المحل وأنا أحصل على الفتات. عندها شجعتني أخي حسن أن أفتتح محلًا خاصًا بي في يانوح ووقف إلى جانبي ودعمني ماديًا وأصبح شريكي في المشروع".



أطلقت على المحل اسم "لونولا"، وتعني نصف القمر باللغة الليتانية. عندما وصلت الأخبار للكلية قاموا بتهنئتها واعترفوا بنجاحها رغم أنهم حاولوا إحباطها في بداية طريقها، لكن إصرارها على تحقيق النجاح وإيمانها بقدراتها جعلها تحلق في عالم الابداع.

بعد النجاح الذي حققته في محلها، افتتحت محلًا آخر وهذه المرة في يركا، في البداية كان قسمًا للبوديكور في محل للخياطة، ولكن بعد النجاح الذي حققته، افتتحت مع أخيها حسن محلًا في يركا 100 م، محل خاص بهما: بوديكور، شعر، كوسماتيك، رموش، حواجب، حنة وماكياج، كما ينظم المحل دورات في هذه المجالات.

وتتحدث أماني عن هذه الفترة بالذات بعد أن أصبحت مستقلة تمامًا، وكان بريق عينيها يشير إلى مدى سعادتها وهي

خلال اللقاء مع أماني أبو مدين، حدثتنا عن شغفها بفن المونيكور، حيث كانت في مرحلة تعليمها في المدرسة الإعدادية عندما كانت تعود إلى البيت، كانت تأخذ علبة المناكير وتشرع بالرسم مستخدمة أعواد الأسنان الخشبية. لاحظت معالجة جدتها مدى شغفها بهذا المجال، وأخبرت جدتها أن ابنتها تعمل في ذات المجال.

بعدها التحقت بدورة لبناء الأظافر في إحدى الكليات في الجليل، وكانت أصغر المشتركات سنًا، إلا أنها ومنذ اللقاء الثاني قامت بتطبيق ما تعلمته على أظافرها، وما لم تكن تنهيه في الكلية كانت تتممه في البيت.

وتتابع أماني الحديث عن مسيرتها قائلة "كنت أتوق لفتح محل خاص بي إلا أن والدي لم يوافق على ذلك. عندما كان عمري 21 عامًا، تعرض والدي لحادث طرق الأمر الذي اضطرني لدعم أفراد



عائلي والوقوف إلى جانبيهم. وفي هذه الفترة تلقت والدتي علاجًا في المستشفى لمدة سنتين، فتحملت مسؤولية البيت خلال هذه الفترة، فعملت في مصنع للبلاستيك، وعندما رأني السؤؤل طلب مني أن أقوم بتقصير أظافري".

في الوقت ذاته التحقت بدورة مراقبة جودة، أنهت الدورة وحصلت على امتياز. بعدها درست موضوع إدارة أعمال. أنهت عملها في المصنع، جمعت كل النقود التي بحوزتها، لتدفع قسط التعليم. دفعت كل ما ادخرته من أجل إنهاء تعليمها، حيث كانت متفوقة، لفتت أنظار المعلمات والطالبات المشتركات على حد سواء.

عن هذه التجربة قالت "في أحد الأيام دعني مديرة الكلية للعمل في الكلية، خاصة أنه كان لدي الجدارة والمعرفة والقدرة على الإقناع في وقت واحد. المسؤول أراد أن أعمل في المساء وهذا الأمر



**يركا بجانب BIG**

**054-6958825**



أحن الى أُمي  
وملسة أُمي  
وأعشق عمري  
لأني جزء من أُمي

في عيد الأم  
عيد الانسانية  
أهديك ماذا أهديك

سوى باقة حب من حديقة مشاعرك  
أُمي



الشيف عفاف إبراهيم  
دبورية







الفنانة

إلهام روحانا

Shimon Afargan  
Photography

مع بداية الربيع وفي هذا اليوم المميز الذي يصادف عيد الأم أوجه أولى التهاني الى أمي الحبيبة  
عيد أم سعيد لأجمل إنسانة على وجه الكوكب

نحبها لملايين الأسباب ، كل عام وأمّهات فلسطين والعالم بألف خير

وأخيرا وليس آخراً، عيدكن كل يوم  
فعطاؤكن لا يمكن أن يُختزل في يوم واحد



كلما يحل هذا العيد في كل عام  
أذكرك يا أمي  
فهل يمكن أن نختزل الأم بيوم واحد  
وهل يمكن أن أذكرك يا أمي في يوم واحد فقط  
كيف يمكن  
وانت دائماً في القلب والعقل والمشاعر  
ما العيد إلا لتتويج أنبل إنسانة  
في يوم واحد  
هو

## عيد الأم

زهير فرنسيس





## عمار حسن قوة صوتية مستمدة من قمم جبال فلسطين

شرف" والذي لاقى رواجاً واسعاً ونجاحاً كبيراً على الساحة الفنية، وحصد نسبة مشاهدات عالية جداً، وكان بمثابة نقلة نوعية في مسار أعماله الفنية.

في العام 2014 انطلق البرنامج الفلسطيني "بيست تالنت" Best Talent، لاكتشاف المواهب الفلسطينية المحلية، وكان الفنان عمار حسن من بين لجنة التحكيم، إلى جانب الفنانة الفلسطينية دلال أبو آمنة، ومؤسس المسرح الفلسطيني الفنان أحمد أبو سلوم، ومدربة الرقص دينس خميس.

رحلة فنية متميزة، قدم فيها الفنان المتألق عمار حسن مجموعة من الأعمال ذات المحتوى الراقي، يطمح من خلالها لتأسيس مدرسة غنائية فلسطينية، تنافس المدارس العربية، وتعكس الصورة الفنية الإبداعية الفلسطينية للعالم أجمع، وتدعم الأغنية الفلسطينية الوطنية وتحافظ على تراثنا الفلسطيني.

هذه القيمة الفنية الشابة التي تعكس صورة راقية عن الفن الفلسطيني، تستحق منا كل الثناء على هذه الرزانة والالتزان الفني الذي يرفع من قيمة الأغنية الفلسطينية العاطفية والوطنية، ويجعل منها مثالا رائعا للفن الحقيقي ذي المحتوى الراقي.



صوت يداعب ثنايا الروح، يرفرف في عنان السماء بكل شموخ، يغرد ثائرا بنبرة من حزن الوطن.. وروح من الأمل من قصة نضال شعبه. قوة صوتية مستمدة من قمم جبال فلسطين، وظفها الفنان الفلسطيني المتألق عمار حسن في مسيرة فنية ناجحة، سار فيها بخطى ثابتة صاحب مبدأ فني أصيل، يهدف إلى الإلتزام في المضمون والمحتوى الغنائي، من حيث الكلمة واللحن والعاطفة والتوزيع، وهذا هو سبب قلة أعماله الفنية....

في الكويت في العام 1976، كبر وترعرع هناك حتى بلغ الرابعة عشرة من عمره، بعدها عاد مع عائلته إلى مدينة سلفيت واستقر هناك..

برزت موهبته الفنية في المرحلة الثانوية، فبدأ التفكير في احتراف الغناء، وأخذ يحيي حفلات محلية في المدينة، إلى أن اجتاز المرحلة الثانوية، درس الموسيقى في كلية

الفنون الجميلة، وحصل على درجة البكالوريوس في العلوم الموسيقية، بعدها انتقل إلى دبي ومارس مهنة تدريس الموسيقى هناك.

في العام 2004 شارك في برنامج المواهب الأول في العالم العربي "سوبر ستار"، بعد أن كان يبحث



عن فرصة يقدم فيها موهبته وخبرته الفنية، وصل إلى المرحلة النهائية ونافس على اللقب، وحصل على المرتبة الثانية، وكان أول فلسطيني يمثل اسم فلسطين ويشارك في برامج اكتشاف المواهب.

لاقى دعماً كبيراً من جمهوره، ومن كبار الفنانين العرب مثل الفنان الأسطورة الكبير وديع الصافي، الذي كان مندهشاً كيف سيغني عمار أغنيته بطريقته الخاصة. وكذلك الفنانة أصالة نصري التي عندما حلت ضيفة شرف على البرنامج وسمعت صوت عمار يغني أغنيته (ع اللي جرى)، سارعت لحمل الميكروفون وشاركته الغناء من شدة إعجابها بأدائه وصوته.

من هنا سطع نجمه، وأثر في الجمهور العربي عامة والفلسطيني خاصة، كونه أول موهبة تقدم فرحة الفوز والنجاح لفلسطين، حيث منحه الرئيس الراحل ياسر عرفات لقب "سفير الأغنية الفلسطينية" عن جدارة واستحقاق.

تميز "صوت فلسطين" بانتماؤه لقضيته الوطنية التي دافع عنها بصوته الشامخ، جسّد فكرة النضال والكفاح الفلسطيني في أعماله الفنية الوطنية، ورسخ معاني الانتماء للوطن بمحافظته على تقديم أعمال فلسطينية وطنية ملتزمة

قدم العديد من الأعمال الفنية الرائعة، التي تنوعت بين الأغنية الوطنية والعاطفية والقصيدة، من أهم أعماله: دوس ع البزينة، دربي طويلة، للقدس نمضي، من رضي بقليلة، عاش، عايش على مهلي، لآخر يوم في عمري، الأمير والملكة، صرخة بلد، شهيد الحب، فلسطين يا ديرة هلي، ورائعة الشاعر الكبير محمود درويش أنتظرها.

كما كانت له عدة مشاركات فنية ضخمة منها: أوبريت الضمير العربي الذي جمعه بكبار الفنانين العرب. بالإضافة إلى مشاركته في غناء وتلحين أوبريت سلام على القدس. وأغنية "الكرامة للجميع" من إنتاج الأونروا، وبدعم من المفوضية الأوروبية. وكانت آخر أعماله كليب "ضيقة

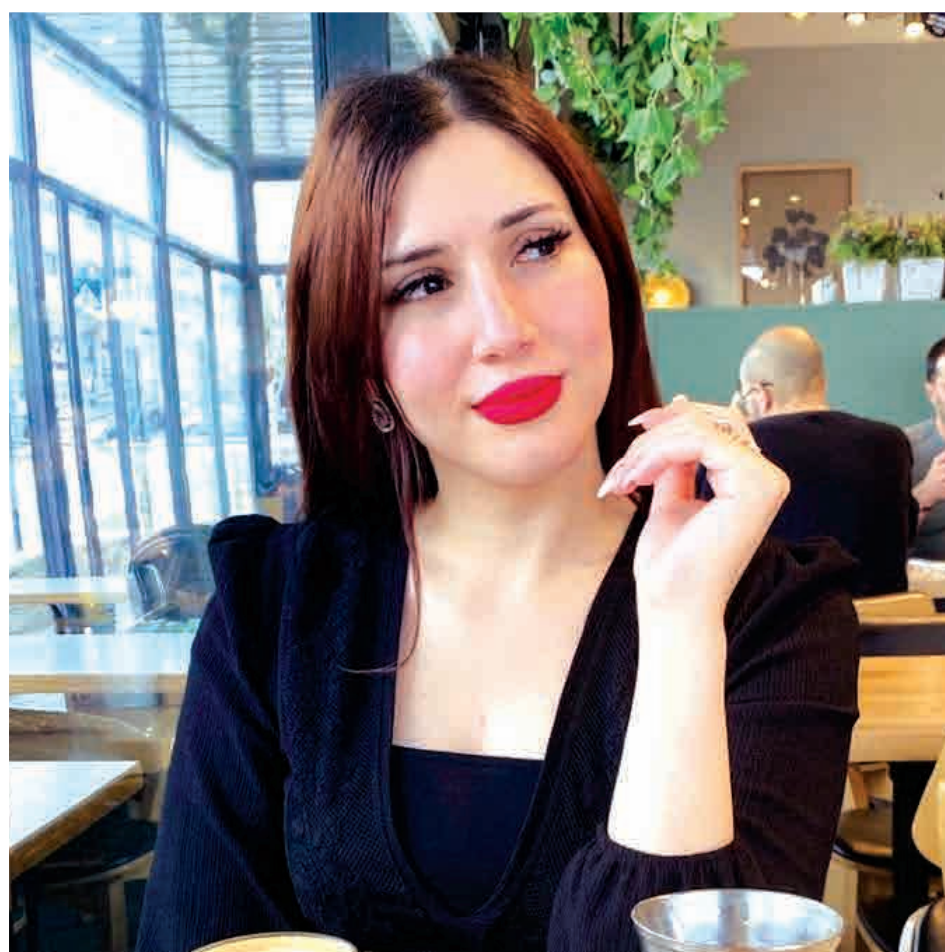




الأمُّ أعظم مخلوق وأقربُه إلى القلب،  
هي التي تسهر وتتعب وتُعطي دون أن تنتظر أيَّ مقابل،  
فهذا هو الحب الحقيقي ، والعطاء الحقيقي



أجمل باقة ورد لكل الأمهات بعيدكن



نورة أبو حمد

طبيبة تجميل

050 - 3424506.



## حيفا في ذاكرة برهوم، كي لا تنسى.. (٢١)



بعد هرتسل وأول رئيس للدولة بعد النكبة، أن إنشاء الكيان السعدي هو هدف بريطانيا الأول حيث سيبنى الوطن لليهود بواسطته..!

لن ترك حيفا، اعلنتها وأنا في عبي وكذلك أشقائي ووالدي، «حب الوطن قتال»، لا بديل لنا عنه، الوطن هو الأم، لكننا وجدنا أنفسنا، نزحف مع الباقي باتجاه التيار، بعد أن أقفلوا في وجوهنا باب العودة إلى بيوتنا، مع أن مفاتيح الدار كانت في جيوبنا، «قالولنا جمعة زمان ومترج بابا»، لتكون وجهتنا فقط إلى ترك البلد والزوح شمالاً، إلى العبارات في الميناء، ومنها إلى عكا، لكن شقيقي وأمي بقيا خارج الحاجز البريطاني، لقد سئل الإنجليز علينا ترك المدينة في اتجاه واحد، ومنعوا منا الرجوع إلى بيوتنا، كيف السبيل إليهما، لكنهما وصلا بعد أن فتشنا عتي في جميع أحياء حيفا المهجورة، المهذومة «المفرومة والمطحونة» التقينا ومن بعدها نزحنا عبر عبارات البحر إلى جبال الجليل، وكانت بوصلتنا لبنان، شمالاً، لكن حظنا في أعالي جبل الجرمق، وحظنا هو أننا نزلنا قرية بيت جن، الجليل الأعلى، حيث حضن أهل القرية العائلات النازحة قائلين لهم «لن ترحلوا من قريتنا، والدّم ما يبصر مي والي بصير عليكمو بصير علينا، وإحنا أهل وشعب واحد»، وبقينا في بيت جن، إلى أن هدأت الأمور وسقطت البلاد، وبدأ إحصاء النفوس وتسجيل من بقي في سجلاتهم، لذلك بقينا في وطننا.. ما زالت عائلتي تكن الوفاء والعهد للعائلات الثلاث، كذلك لأهل قرية بيت جن، كما ويذكرهم والدي، عائلة صلالة (حسين، أبو مالك)، وعائلة أبو عيسى (عبد الله، أبو شفيق)، وعائلة أبو علي اليوسف (المختار) لقد جاء في الحديث الشريف «من عامل الناس فلم يظلمهم، وحدهم فلم يكذبهم، ووعدهم فلم يخلفهم، فهو من كملت مروءته وظهرت عدالته ووجبت أخوته»، فهؤلاء العرب المعروفون الأوفياء إخواني، الذين لم تلدهم أمة، وما أكثر المعروفين الذين ساعدوا أبناء شعبي في البقاء في وطنهم، إذ حضنوا وأحسنوا وفادة جميع من التجأ إليهم..

ففي قصيدته «يا رافض التجنيد» يكتب الشاعر داود تركي: «يتساءلون: من الدروز؟ أجيبهم بعروبي الأقحاح والأخيار جبل وسلطان كبير جباله والثورة الكبرى له الإكبار عرباً ولدنا كالمحيط أرومة وقبيل كل دين نخترها الطائفية أشعلتها طغمة أعداؤنا لرؤوسها أمار (نتواصل، انتظروا وشكراً)

المخازن وينهبونها في سوق المدينة القديمة، وأنهم في يومين أو ثلاثة سيأتون على مكنتي ويفرغون محتوياتها» («من العثمانية إلى الدولة العبرية» ص ١٩٦).

وحين عاد إلى حيفا وجد مكتبته منهوبة لقد أتوا على جميع ما تحتويه من كتب وجرائد ومجلات وقرطاسية «وخاصة المخزن الأرضي فوجدته منهوبة وقاعاً صفصفاً».

سمعتهم، وأنا في جليلاب والدي، عند بوابة الميناء، يتهايمسون أن الجيوش العربية زاحفة إلى فلسطين لطرده عصابات صهيون، وسيبلون بمنظمات الإرهاب وزبائنها بلاء حسناً، لتخليص الشعب منهم، كنت ورفاقي معي نحاول إقناعهم أنهم سيأتون إلى بلادنا، لتسليمها للعصابات بحسب طلب الإنجليز والفرنسيين ويتأمر «مدن الملح» وباقي أيتام الرجعية العربية، كما فعلوا بقرية البروة الجليلية، وقرأت لهم ما قاله وخطه السلطان عبد العزيز بن عبد الرحمن الفيصل السعود للمستعمرين، تعهداً منه، لمنح فلسطين للغرباء، بناء



على طلب الإنجليز الذين لم يخرج عن طاعتهم البيّة، وبايعهم إلى يوم القيامة، وهو تحت إمرتهم وفي خدمتهم، بعد أن يسمل، في فاتحة رسالته: «باسم الله الرحمن الرحيم، أنا السلطان عبد العزيز بن عبد الرحمن آل فيصل آل سعود أقر وأعترف ألف مرة لسيير برسي كوكس، مندوب بريطانيا العظمى، لا مانع عندي من اعطاء فلسطين للمساكين اليهود أو لغيرهم، كما تراه بريطانيا، التي لا أخرج عن رأيها حتى تصبح الساعة».

وحينها أعلن حاييم وايزمن، أولى الشخصيات الصهيونية

أناديكم»

لم يبق في مدينة حيفا من المواطنين العرب، سوى قلة قليلة، ما بين ألف وخمسمائة إلى ثلاثة آلاف مواطن عربي، بعد النكبة، إذ اختلفت الإحصائيات حول العدد..

لم يبق في حيفا من العرب سوى أربعة بالمئة من السكان العرب، ممّا يدل على كبر المؤامرة، وشراسة المحتل في اتباع سياسة الإرهاب المهيمن المدروس من التهريب والتخويف والتفكيك..

أظن أن الحل كان في حدس وعقيدة وجلياب والدي، أه لو قرأوا المنشور الذي قام والدي ورفاقه بتوزيعه في الأحياء وبين الأحياء وعلى الأحياء..

«يا مهباج وينك، وين هليك

صار لي زمان ما سمعت صوت الدقي (الردن) بيك

ويش بيك

تراح الفنجان يشتيكي للبريق

بكي الفنجان لتتوا انعمي..»

يكتب الرفيق بولس فرح عضو عصابة التحرر الوطني في فلسطين، في كتابه «من العثمانية إلى الدولة العبرية» (ص ١٩٤) يصف حال نزوح العرب من حيفا وهو في مكتبته في شارع مار الياس رقم سبعة، ما يلي:

«كنت في حيفا عندما شدّ الناس الرحال، وانطلقوا مولين الإديبار. كانت مكنتي في منتصف المدينة، على مشارف ساحة الخمرة. وكان النازحون بالشاحنات المحملة بأناثهم يمرّون قهراً عبر ساحة الخمرة، لقد شاهدتهم ينزحون بعشرات الشاحنات، بل بمئاتها.. كان عدد سكان حيفا العرب ثمانين ألفاً، فاصبح في صيف الف وتسعمائة وخمسين ساكناً موزعين على مختلف انحاء المدينة. كنت نرى يومياً أن المدينة تخلو يوماً بعد يوم من السكان العرب والاشتباكات تزداد عنفاً، وتمت هزيمة المقاتلين العرب تحت ضربات العسكرية اليهودية المنظمة. وعند رحيل الإنجليز عن البلاد بانتهاء حكمهم بموجب قرار الأمم المتحدة، استلمت الهجانة كل أحياء المدينة التي كانت تخضع لجند الإنجليز..»

ويتابع:

«وبينما كنت منحنياً لإحكام قفل الباب أخذ الإنجليز بإطلاق النار على المارة وفي الهواء وأرادوا مداعبي وكانوا يرابطون على سطح مطعم أبو يوسف (اليوم) الواقع في ساحة الخمرة فأطلقوا النار عليّ ورأيت الرصاصة تدخل الحائط بجاني، فركبت الباص إلى الناصرة، إلى بيت والدة» («من العثمانية إلى الدولة العبرية» ص ١٩٥)

ويتابع:

«وفي الأسبوع التالي لازمت فراشي مريضاً عندما زارني توفيق طوبي في الناصرة. ونبّني إلى أن اليهود يفتحون

د. خالد تركي  
لقد أوت مغارة الخضر، السيّدة العذراء ليلة واحدة وعائلتها المقدسة، عندما عادوا من مصر إلى الناصرة، بعد أن هربوا إليها من بيت لحم، عندما أراد هيرودس بعد ولادة الطفل يسوع، في مغارته، بقتل جميع أطفال البلدة، لقد كانت حياة وليدها يسوع المسيح، الطفل الرضيع، في خطر، وكذلك فقد أوت منطقة الخضر جنود الناصر صلاح الدين الأيوبي حين أتى وجنوده بلادنا لتحرير بيت المقدس من طغيان وظلم الفرنجة، ومغارة الخضر هي مأوى الملاك جبرائيل/جبريل، زد على ذلك أن مار الياس كان يعلم تلاميذه في تلك المغارة، «مدرسة النبي إيليا»، وحين جاء محمد بيك ابو الذهب في اواخر القرن الثامن عشر، حيفا، بدأ يهدم دير مار الياس فانتمم منه النبي ايليا (بحسب الرواية) ومات البيك أبو الذهب في نفس الليلة أو بعد يومين من الهدم..

يا الله!

لماذا لم تحم أهلنا يا مار الياس، لماذا تركتنا فريسة للعصابات، إلاننا توكلنا عليك، لكن أهلنا، نعم، توكلوا عليك وتوخوا منك دعماً، حاولوا البقاء والدفاع والصمود..

لقد كانت والدي، أم خالد، بعد كل أمنية تتمناها تتضرع إلى المولى بقولها: «بجاه مار الياس والخضر أبو العباس»..

ليتي أعود إلى جليلاب أبي واختفي به، لكن..

هل هذا يعني من رؤية مأساتي وإن اختفيت في عبي فهل هذا يمنع المأساة! أم آبي أدفن رأسي كما تخفي النعامة رأسها في الأرض، كي لا ترى ما يدور حولها، لكن حقيقة النعامة في دفن رأسها في التراب هي غير الذي نعرفه، فهل أردت من الدخول إلى جليلاب والدي لأجس حقيقة المأساة التي حلت علينا وكيف السبيل إلى الخلاص، إن كان هناك خلاص!

فأسمع صوت والدي يقول: الخلاص هو بالإخلاص للوطن..

حين تدفن النعامة رأسها في الحفرة، تريد بذلك أن تفحص حال وسلامة بيضها بعد أن باضت والقت ببيضها في تلك الحفرة، وكذلك تريد ان تتوحي الخطر قبل حدوثه، من خلال الإنصات لذبذبات تنتشر في الأرض من مسافات بعيدة لحيوانات مفترسة وخطيرة وحتى تتجنب الأخطار، نظرة لمستقبل آني، وبدفن رأسها تريد أيضاً ان تبحث عن الماء..

أنا ما هنّ في وطني»

ولا صغرّت أكتافي

وقفت بوجه ظلامي

يتيماً عارياً حافي

## الثانوية البلدية في شفاعمرو تستضيف الكاتبين محمد علي طه وزيا شليوط في أسبوع اللغة العربية

المطالعة في كل المراحل، في صقل شخصية الانسان والكاتب خاصة.  
صحب الضيفين كل من مدير المدرسة، المربي علي مقبل ومركز اللغة العربية، المربي محمد حمادة ومركز النشاطات الاجتماعية، المربية أمل عموري - جروس والمعلمين والمعلمات الذين استقبلوا الضيفين بحفاوة. كما حضر جانباً من الفعالية حسين الشاعر، مدير السلة الثقافية في شفاعمرو وقام مدير المدرسة، علي مقبل بتكريم الكاتبين طه وشليوط بتقديم شهادتي شكر لهما في نهاية اللقاء.



لمراسل حيفا- استضافت المدرسة الثانوية البلدية «ب» في شفاعمرو، الأسبوع الماضي ضمن فعاليات أسبوع اللغة العربية، الكاتب الصحفي الشفاعمري زياد شليوط والكاتب القصصي والروائي محمد علي طه، حيث تحدث الكاتبان أمام الطلاب عن اللغة العربية ومكانتها، وعن المسيرة الصحفية والابداعية والأدبية لكل منهما. واستعرض الكاتب زياد شليوط الكتابة الصحفية والمهارات المتعلقة بها وأنواعها، والفرق بين تأليف وتحرير الكتب، وأكد على أهمية



جديد من إيطاليا  
Forhans - Italia

# Forhans

قفزة نوعية جديدة في تنظيف الأسنان والحفاظ عليها بطابع إيطالي  
**لأسنان حساسة وناصعة البياض**

فراشي الأسنان الحديثة مصنوعة بتقنيات خاصة التي تميزها عن الفراشي العادية، بحيث تزيد من نجاعتها في التنظيف والمساعدة على منع البقع الناتجة عن شرب القهوة والتدخين، وتمنع الترسبات وتقلل من تكاثر الميكروبات في جو الفم.

المنتجات تباع في الصيدليات الخاصة وحوانيت المنتجات الطبيعية



## الفرشاة الذهبية

لمنع الترسبات والمساعدة على امتصاص الشوائب المختلفة



## الفرشاة الفضية

لمنع الترسبات الناتجة عن فضلات الطعام



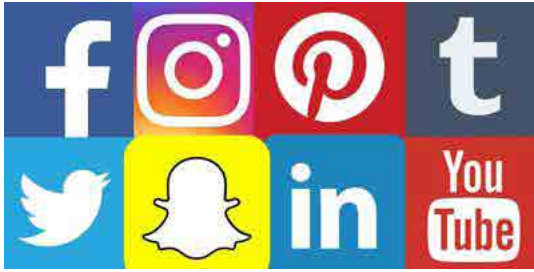
## الفرشاة السوداء

تحتوي على الفحم الطبيعي الذي يساعد على منع تجمع البقع الناتجة عن ارتشاف القهوة والتدخين

الوكيل الوحيد المعتمد في البلاد

روما هيلث ت: 0526917052 فاكس: 04-6445246





لنا عون الله

سوانسنا لا مبدرا



محبوبة العرب ياسمين صبري أشغلت السوشيال ميديا بصورة عادية وهي ترتدي نظارات شمسية، بس المتابعين أذكي منها بكثير. قدروا يوصلوا للصورة العاكسة على زجاج النظارة وطلع المعشوق الجديد هو بذاته طليق هيفاء وهي، أحمد أبو هشيمة. السؤال: شو في هالبنادم غير شكل عن بقية البشر، تالجماليات بتتقاتل عليه، والسؤال الثاني يشو راح يكون موقف هيفاء وهي، أكيد حرب عالمية ثالثة.



أطلق الفنان الراير بيغسام أغنيته الجديدة بعنوان "كذاب". اشتهرت أغانيه بالجرأة، والخروج عن المألوف وكلمات أغانيه غير أخلاقية. كذاب وفهمنا، وبأ أخلاق .. كتييير هيك.



تم بسبب انتشار فيروس الكورونا إلغاء حفل زفاف المصمم الداخلي وسيم بصول، بعد التحضيرات والطنة والرنة في السوشيال ميديا، وبالأخر تم إلغاء العرس. يا عبي مش كان أحسن ما تعملوا كل هالضجة من أساسها، على كل حال الموعود بأكلة أحسن من اللي بوكلها



بعد ما حكينا بالعدد الماضي عن الأمور الصغيرة نادية الجندي، انضم إليها مجموعة أخرى من الكتاكيت اللي التقوا بمسلسل "نساء من ذهب" وهن: نبيلة عبيد (75 عامًا)، سميحة أيوب (87 عامًا)، بالإضافة لنادية الجندي (73 عامًا)، والطفلة المعجزة هالة فاخر (71 عامًا).



الناس هجمت على المحلات التجارية وكأنه العالم راح ينتهي أو الزمن راح يتوقف. أكبر منتج كان عليه طلب وصار ينباع في السوق السودا ورق التواليت. كل شي فهمناه، بس التجمعات الكبيرة اللي كانت في هاي المحلات ممنوعة ولا مش ممنوعة، فهمونا!!!!



أغاني المهرجانات مستمرة مع حسن شاكوش وعمر كمال ومش عاملين حساب لهاني شاكر. بل على العكس أغنية "بنت الجيران" ضربت غير شكل، لكن الأغنية الثانية ما نجحت وخبصوا بالكلمات اللي ما إلها معنى، والفشل إما بسبب إنه الجمهور مل التفاهات، أو هاني شاكر عملهم عمل!!!!



بعد اللقاء بين ترامب ورئيس البرازيل، وبعد ما اكتشفوا إنه الرئيس البرازيلي مصاب بمرض الكورونا، قامت الدنيا وما قعدت، وعشان ترامب يسكت تمام الناس عمل فحص وأثبتلهم إنه مش مصاب بالمرض، لأنه ترامب جسمه غير قابل لنقل الجراثيم، مش زي بعض ناس!!!!







# فيكتور نجم

مصمم مجوهرات

الناصره

052-5663705

R  
Roberto jewelry

أجمل التهاني لأمي وكل الأمهات  
باقية ورد وحب لا محدود للأم التي تعطي بلا حدود  
مهما قدمت لك من هدايا  
ومهما كتبت لك من كلمات  
أصبح أمامك عاجزاً  
لأنك أكبر من هدية  
وأعظم من كل الكلمات



# الريشة الوردية لخبرة التجميل هبة شحادة - كيوان

توظيف هذه المستحضرات بما يتماشى مع تفاصيل الوجه، وكيفية إخفاء العيوب بشكل غير ملحوظ. وسنوات الخبرة التي اكتسبتها هبة من خلال إبداعها في هذا المجال الواسع، جعلها فنانة في استكشاف مواطن الجمال لدى زبائننا، ولديها القدرة على فهم متطلبات البشرة وما يناسبها للحصول على مكياج نظيف وإطلالة ساحرة.



بأجمل إطلالة في المناسبات العامة والخاصة، وليكسيها مظهرها الجميل شعورا بالرضى والثقة بالنفس. على الرغم من توفر أنواع جديدة ومبتكرة من مساحيق التجميل، التي لديها القدرة على إخفاء عيوب الوجه وإبراز ملامح الجمال لدى المرأة، إلا أن هذه المقومات لا تغني عن وجود أيدي خبيرة تمتلك المهارة والخبرة والذوق في استخدام هذه المستحضرات وفق



ما يتطلب كل وجه، بحيث تكون على فهم ودراية بطبيعة البشرة وما تحتاجه من مساحيق لتظهر بصورة جميلة وعصرية.

ومن هنا نستطيع أن نقول بأن عملية وضع المكياج لا تعتمد على تغطية الوجه بمختلف أنواع وألوان مساحيق التجميل، بل تتطلب موهبة في المقام الأول، وخبرة تعي كيفية

رسمت أناملها الكثير من الإطلالات المميزة. إن اهتمام المرأة في شكلها وجمالها له تاريخ طويل منذ قديم الأزل، تناقلته الحضارات لترجم من خلاله أن الجمال لا يعتمد على الإمكانيات الضخمة، بقدر اعتماده على ذوق وفن المرأة في استخدام مستحضرات التجميل حتى وإن كانت بسيطة. في وقتنا الحالي، ومع هذا التطور الذي

بريشتها الوردية تلون ملامح الجمال، وتبرز زوايا الفنون لتكتمل لوحتها الفنية وتسحر القلوب والعقول خبيرة في معاني السحر ... سحر العيون كيف تكون، حينما تخط أناملها لمسة فنية من ألوان الحب. خبيرة التجميل هبة كيوان - شحادة، تقدمها لكم اليوم صحيفة "حيفا" بفنمها الذي رافقها منذ زمن، أثبتت من خلاله أن الذوق الرفيع والحس



طراً على فن المكياج ومستحضراته بشكل عام، أصبح المكياج جزءاً مهماً وركناً أساسياً تلجأ إليه حواء لتكون في أوج زينتها ولتظهر

الفني هما أساس إنتاج الجمال، حيث بدأت كموهبة؛ تعلمت وتعمقت في هذا المجال، وتمكنت من موهبتها، ولاقت اقبالا كبيرا بعد أن







أُمِّي... يَا مَلَاكِي يَا حُبِّي الْبَاقِي إِلَى الْأَبَدِ

وَلَمْ تَزَلْ يَدَاكِ أَرْجُوْحَتِي وَلَمْ أَزَلْ وَلَدُ

أَجْمَلُ التَّهْنِائِي لِكُلِّ الْأُمَمَاتِ

بِأَجْمَلِ عِيدِ وَأَرْقَى مَنَاسِبَةٍ



فرقة أنغام الشرق للموسيقى العربية

بقيادة المايسترو اميل جمال

04-9968532 \ 054-6469601

يارا - بيت موزارت

יָאָרָא - בֵּית מוֹצָרְט

Yara - beitzmozart





وصف مثل هندي الأم  
بأنّ قلبها كعود المسك  
كلما احترق فاح شذاه

وهكذا أنتِ يا أمي  
وهكذا كل الأمهات  
يقدمن كل ما لديهن  
من أجل الأبناء

أجمل التهاني لكل الأمهات  
بأجمل عيد وأرقى مناسبة

f Dr.ramitaha



دكتور رامي طه

اخصائي جراحات التجميل والترميم والحروق  
مستشفى ربام - حيفا  
مستشفيات الضفة الغربية





أمي ... يا أجمل امرأة في الوجود  
تمر السنين ولا أزال أشعر بأني طفلة  
تتمنى الارتقاء بحضنك  
لتجدد طفولتها ولتجددي أمومتك  
أجمل باقة ورد لكل الأمهات بعيدكن



الفنانة قيثيان موسى  
حيفا



# عالموضة

## كيتي عيس

زاوية الأزياء الجديدة مع مصممة الأزياء ومنسقة الملابس



### كيت ميدلتون تقوم بتعديل فساتينها الفخمة وإعادة تدويرهم لترتديهم مرة أخرى

ارتدت كيت ميدلتون فستانها الكريبي الناعم ذات الأكمام القصيرة والمطرز بالذهبي مرتين بفارق 8 سنوات، لتكون المرة الثانية

في حفل جوائز البافا البريطانية لهذا العام، علما انها ليست أول مرة تقوم بذلك.

قامت كيت بتعديل بسيط جدا على الفستان والذي نراه في الأكمام، حيث انها قامت بتطبيق الأكمام وتضييقهم، بعدما كانوا شفافين وواسعين، وأضافت بعض المجوهرات. التعديل كما ذكرت فانه بسيط جدا وهو بالكاد ملحوظ، ولكن الفكرة بعد ذاتها هي خطوة جريئة وذكية، فحسب رأيي انها شجعت الناس على ارتداء القطعة أكثر من مرة وفي مناسبات مهمة ايضا، رغم انها شخصية هامة ومتوقع منها ان تظل دائما بكل ما هو جديد وثمين، وهي قادرة على ذلك.

إذا كيت ميدلتون لبست الفستان مرتين، احنا شوي صبايا؟

2020

2012



تصميم: Alexander McQueen

لنصل الى الهدف المرجو. الاحزمة العريضة هي عنصر اساسي في اطلالات هذا الموسم حيث نقوم من خلالها بالتشديد على منطقة الخصر مما يجعل شكل قوامك أفضل ويعطيك مظهرا عصريا واثقيا، تأتي هذه الاحزمة من عدة مواد، فبعضها مصنوع من القماش، بعضها الآخر من الجلد وحتى المعدن.

سلاسل النظارات فهم ايضا عامل عصري سوف نراه في موضة ربيع صيف من العام الجاري.

البدلات والاطلالات احادية اللون بما في ذلك لون الجداء أو الحقيقية.

راح يكونوا دارجات كمان بالملايس والاكسسوارات. "Fringes" الريش والشرابيب

وبالنسبة للحقائب سوف نراها بكل الاحجام منها الصغيرة، الصغيرة جدا، المتوسطة، الكبيرة وايضا الكبيرة جدا. ولكن الحجم المسيطر في اغلب دور الأزياء هو الحجم الصغير حتى المتوسط.



دار أزياء: Ralph And Russo  
دار أزياء: Max Mara

صبايا، الصيف عالاوباب، ومين منا بتحبش تكون عالموضة؟ يتم في كل موسم تحديد الألوان الخاصة به من قبل أهم خبراء الألوان حسب ما يتم عرضه في اسابيع الموضة العالمية، مثل باريس، لندن، ميلانو ونيويورك.

### لتكوني مميزة وعالموضة، تابعي معي ابرز الالوان لموسم ربيع صيف 2020:

اللون الازرق بجميع مشتقاته، منها الازرق السماوي، النيلي، الكحلي وغيرهم، راح يكونوا مسيطرين على الملابس الي راح نصادقها بالمحلات التجارية وعلى عارضات الأزياء من مختلف انحاء العالم، بما في ذلك اللون الاصفر بجميع مشتقاته ايضا، الاصفر الباهت، الاصفر البارز، الكموني، النيون الضاوي المائل الى الاخضر، اضافة الى اللون الاخضر ابتداء من الزيتي، مروراً بالفستقي وحتى الاخضر الغامق.

اللون الاحمر الجري، وحسب الموضة الحالية يمكن ارتدائه بدون دمج لون اضافي، حيث تكون الاطلالة كاملة باللون نفسه، وينطبق هذا على باقي الالوان ايضا لهذا الموسم. (camel) اللون البرتقالي من الفاتح الى الغامق، مروراً بالدرجات الترابية كالقرميدي والبني وحتى اللون الصحراوي اللون الوردي، ابتداء من درجات اللون الجسماني مروراً بالزهر الطافي وحتى اللون الليلي بمشتقاته الفاتحة والداكنة.



دار أزياء: Balmain  
المصمم: Olivier Rousteing

### كيف تكوني Stylish

من المهم نعرف انه الموضة خلقت للكل ولكنها بتناسبش أي جسم، ولا أي شخصية، لبيك مش بالضرورة نستملكها بالطريقة المعروضة أو المقترحة بس مهم نواكب التطورات الي عم نصير حوالينا ونلائمها لجسمنا بالشكل الصح. اليوم دونتلخوا شوية معلومات عن عناصر مهمة الي راح تصادقوها كثير هالموسم، والتي بتساعدكوا صبايا انكوا تكونوا عالموضة: القصبات الواسعة بشكل عام والاكثاف العريضة أو المنفوخة بشكل خاص، تساعد الصبايا على بناء توازن في مبنى الجسم بين الاكثاف والاردايف، وبهذا نكون قد برزنا الخصر وكأنه ارفع، ونكون قد حصلنا على جسم بشكل الساعة الرملية والذي يمثل الشكل المثالي للجسم. وعند الحاجة فمن الممكن ايضا الاستعانة بحزام لتضييق منطقة الخصر

### اطلالة الفنانة يسرا في حفل جوائز الاوسكار:

اسم الله عليكم يا يسرا كل ما تكبري بتحلوي، والفستان عقد مبهو حلو

بس حسب رأيي مش كثير موفق عليك لانك الكسرات الي بالتنورة مصممين بطريقة الي بعرضوا الاردايف بدل ما يخفوهن، فاعملنا التنورة ما فادتك انما برزتلك منطقة الاردايف وبينتك عريضة. بالنسبة لطول التنورة كان مفضل تكون اقصر شوي لحد اخر الكعب، لتعطيك اكرطول، لانه الطول كمان يساعد



كيتي عيس

دار أزياء: Ralph And Russo

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara

دار أزياء: Max Mara





كل شيء  
من  
أجل جمالك



فرع حيفا

شبتاي ليفي 11

054-6318341

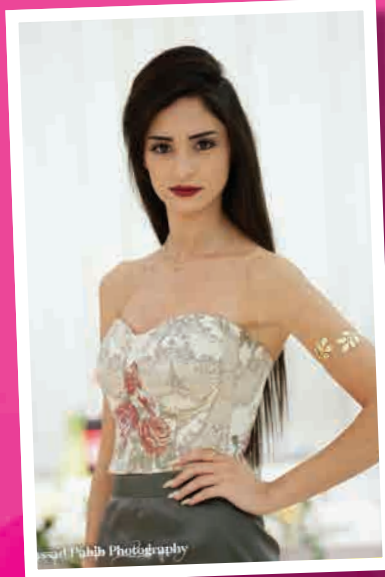
## تجريح الفنان محمد حماقي بسبب ملبسه

ارتدى الفنان المصري محمد حماقي في العرض الاخير من برنامج "ذا فويس كيدز" سترة ممزقة باللون الزيتي، بدمج قميص ابيض كخلفية لها مع بنطلون اسود، ولكن ما اثار الضجة هو ستايل السترة، مع العلم ان هذه الموضة دارجة لدى الرجال والنساء ومعروفة Destroyed أو Distressed باسم وان لا عيب في ذلك، كما وانها بحاجة لوقت اكثر عند الانتاج، ولكن مع الأسف، فإن سترته لم تلق قبولا لدى بعض معجبيه، فحسب رأيهم إنها لا تليق بنهائي "ذا فويس" وتبدو زهيدة الثمن. وحسب تقارير صحفية فإن ثمن سترة حماقي يتراوح بين 140 الى 595 دولار امريكي. وانا بقلك يا حماقي خليك عالموضة واليس شو بدك، لانه شو ما لبست الا محدا ينتقدك. الاطلالة بتجنن وبتدمج بين الكاجوال والرسمي.



## اقتباسات تخص الموضة من كتاباتي

لا تقلل من قيمة الوقت الذي يستغرقك لتنسيق إطلالتك، فتتنسيق الإطلالة وكونك راضي عنها قادران أن يرفعا من ثقتك بذاتك وتحسين مزاجك. لا تستعجل لارتداء قطعة قد تكون اشتريتها مؤخرا، فلكل قطعة يوجد توقيت، اطلالة ومزاج. ارتدوا جميلا، فأنا أؤمن ان اطلالتكم ممكن ان تكون مصدر الهام لأشخاص سوف تصادفونها في يومكم دون ان تعلموا.



انو ما يبرز منطقة الارداف، غير انو بتقصير التنورة احنا بطريقة غير مباشرة عم نبرز جمال الاكمام الطويلة ومنضمن انو ما ضاع مع ديل التنورة.

هاي القصة بحاجة لوحدة شوي انحف واطول. تنسيق الشعر والاكسسوارات موفق ولكن كنت بفضل السنسال يكون مرتفع اكثر شوي ومكون من قطعة وحدة.



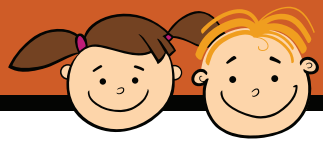
الفخمتان من تصميم: زهير مراد

## حقائق مذهلة عن الموضة

- والي هي بلوزة خفيفة عادة بتكون نص كم، هي اكثر قطعة لباس منتشرة في العالم، ويتم بيع حوالي 2 بليون قطعة "T-shirt" منها في السنة الواحدة.
- هل تعلم ان حوالي 226 كيلوغرام من القطن يمكنهم صنع 215 زوجا من ال "جينز"؟
- الملابس التي يتم إنتاجها كل عام تعادل 14 قطعة ملابس لكل شخص على وجه الأرض



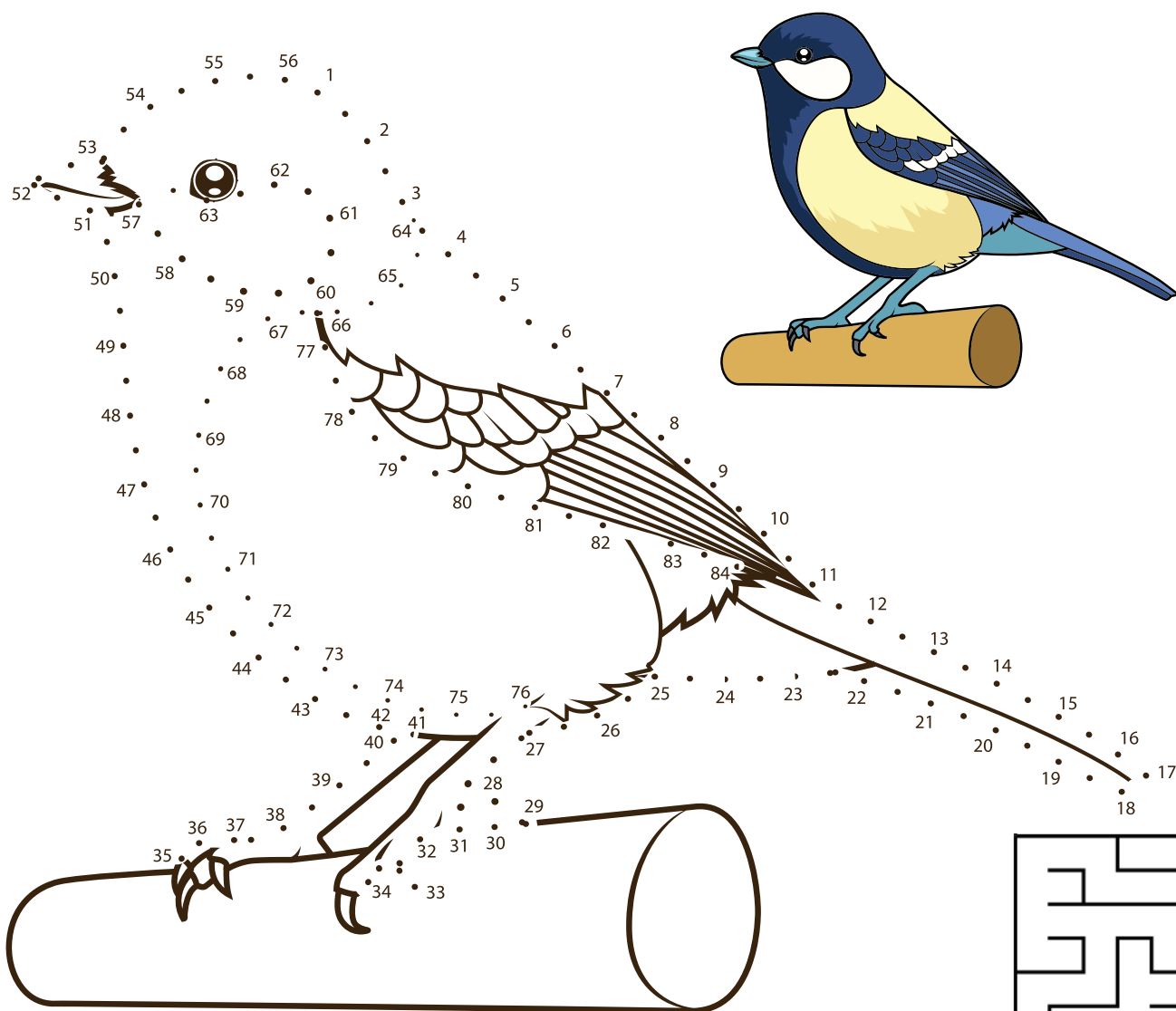




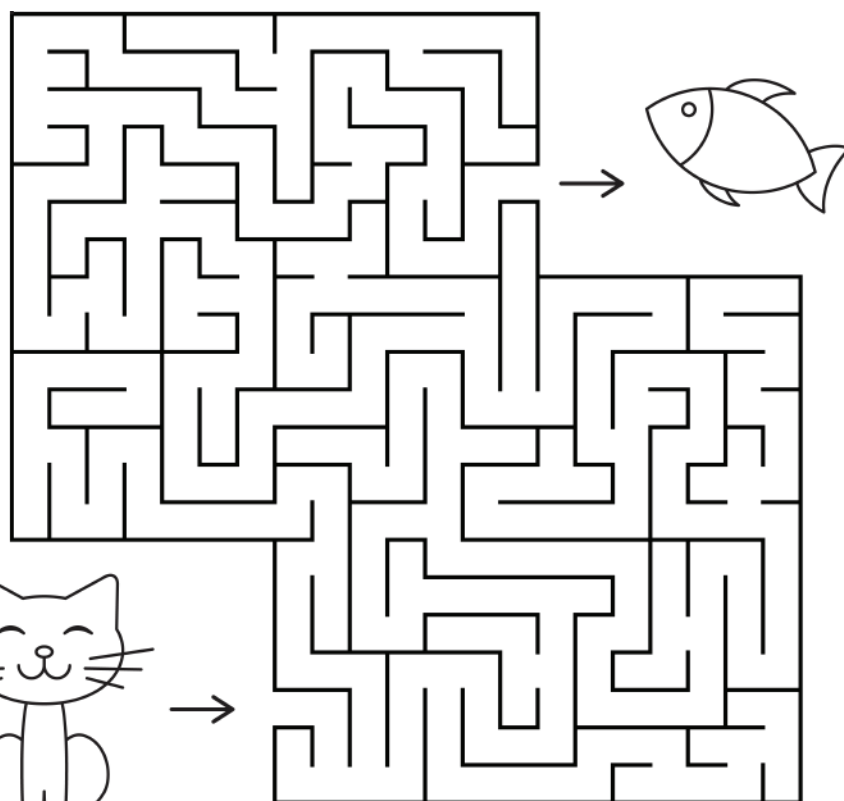
جذ  
10  
الفروق



حل العدد الماضي



المثابة



## تطبيقات مفيدة للأطفال

عالم لمسة - إديوكاشنال كيدز ستوريز أند جيمز

Lamsa: Educational Kids Stories and Games

من أشهر تطبيقات الأطفال العربية، ويحتوي على العديد من القصص التفاعلية والألعاب ومقاطع الفيديو التي تضم فئات متنوعة: العالم من حولي، والأشكال والألوان، والأرقام والحروف، وعائلي وأصدقائي، وعالم المهن والخيال، والمناسبات والأعياد. تطبيق لمسة يناسب الأطفال من عمر سنتين إلى ثمان سنوات، ويهدف التطبيق إلى توفير تجربة تعليمية آمنة وممتعة للأطفال، تعمل على تطوير وتحسين الذاكرة، والتركيز، والمهارات المعرفية من خلال منصة آمنة وخالية من الإعلانات، وهو متاح للتجريب مجانًا لمدة شهر، ورسوم بسيطة بعد الفترة التجريبية.



ماذا أهديكِ يا أمي في عيدكِ  
الذهب؟! أنتِ أثمن  
الورد؟! أنتِ أجمل  
عمري؟! أنتِ أغلى

أجمل التهاني  
لكل الأمهات  
بأجمل عيد  
وأرقى مناسبة





مستوى سهل

مستوى وسط

مستوى صعب

8		2				4		
	5		3		8			
	4				7	8		
3			7		4			
1			2		3			9
			5		9			7
		7	4				8	
			9		6		2	
		6				1		4

	4	1		9			8	
			1					
	7	5		2	3			
9		3		4				
	2	4		8		6	7	
				3		8		4
			3	5		9	1	
					2			
	1			7		2	6	

7	8			2		5		
			5	7	3		4	9
	5				9			
1				5	6		8	4
6	4						7	5
3	7		4	8				2
			9				6	
5	2		1	6	7			
		7		3			5	1

## شروط اللعبة

هذه الشبكات مكونة من 9 مربعات كبيرة وكل مربع كبير مقسم إلى 9 خانات صغيرة. من شروط اللعبة وضع الأرقام من 1 إلى 9 ضمن الخانات بحيث لا يتكرر الرقم في كل مربع كبير وفي كل خط أفقي أو عمودي.

## حلول العدد الماضي

## كلمات متقاطعة

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

مستوى سهل	مستوى وسط	مستوى صعب
3 1 5 9 7 4 6 8 2	5 3 7 2 6 9 1 8 4	3 5 8 9 2 6 7 4 1
8 9 7 2 6 5 1 3 4	1 4 6 8 3 7 2 9 5	6 2 1 8 4 7 5 3 9
4 2 6 3 8 1 7 5 9	8 9 2 1 5 4 6 7 3	7 9 4 3 1 5 8 2 6
1 7 3 5 4 6 9 2 8	3 2 5 9 1 6 7 4 8	9 6 5 1 3 4 2 7 8
5 8 2 1 9 7 3 4 6	6 8 9 7 4 5 3 2 1	8 3 7 5 6 2 1 9 4
9 6 4 8 2 3 5 1 7	7 1 4 3 8 2 9 5 6	1 4 2 7 8 9 3 6 5
7 3 9 4 1 8 2 6 5	2 5 3 4 9 1 8 6 7	2 7 9 4 5 1 6 8 3
6 4 1 7 5 2 8 9 3	9 6 8 5 7 3 4 1 2	5 8 6 2 9 3 4 1 7
2 5 8 6 3 9 4 7 1	4 7 1 6 2 8 5 3 9	4 1 3 6 7 8 9 5 2

## بذك تبيع بيتك؟ لتقييم سعر البيت مجاناً اتصل: امير صفوري - امانة ومصداقية

### جديد في توب للعقارات

فرصة للاستثمار  
شقق جديدة في حيها موقع ممتاز  
ابتداءً من 880000 ₪



### شقق للايجار

شقق ستوديو مرممة بالكامل في شارع النبي/هرتسليا/  
لاذنبس + عفش شامل كل شي من 2000 ₪

### لايجار فوري يتسحاك ساديه

3 غرف + طابق اول بوضع ممتاز

### בשדרות הציונות עליון

2.5 غرف + شرفة كبيرة طابق 1  
2700 ₪

### בשדרות הציונות

3 غرف طابق ارضي مرممة بالكامل + تكييف

مكاتب مرممة بمساحات مختلفة من 20-200 متر قريبة

من الدوائر الحكومية والمواصلات

ابتداءً من 1500 ₪

### اراضي

بيوتكعام، قريبة من الشارع الرئيسي  
3 دونم (חלקה בשלמות) 180,000 ₪ للدنم  
(السعر يشمل جميع الضرائب).

### شقق للبيع

#### مشروع جديد قرب كريات اليعزر

بناء بجودة عالية وذوق رفيع  
3 غرف، شرفة 14 متر، موقف خاص طابق 4،  
مصعد تسليم فوري 1,170,000 ₪

#### ايضاً في هذا المشروع

بينهاوس 3 غرف + ساحة 58 متر وشرفة 14 متر  
طابق 6 وموقف خاص 1,450,000 ₪

#### شارع بيت ليحم

4 غرف واسعة 100 متر + شرفة 12 متر مطلة  
على البحر (منظر خلّاب) مصعد مرممة بالكامل  
1,590,000 ₪

#### للبيع شارع هتسلبنيم הצלבנים

4.5 غرف طابق 3، للترميم منظر خلّاب للبحر، تسليم  
فوري. 1,670,000 ₪

#### شارع المطران حجار

4 غرف + شرفة + موقف خاص ومخزن مصعد منظر خلّاب للبحر.

#### للبيع قرب اللبني

3.5 غرف 85 متر طابق ارضي مدخل منفرد + حديقة  
940,000 ₪

שדרות הציונות 17- חיפה topnadlan10@gmail.com

חפשו אותי ב-f

נייד 058-7633398

## عموديا

## افقيا

- أعلى قمة في أفريقيا
- يهتز، خيال
- جسر على ماء
- خصوم اليونانيين في قبرص، حرف
- حسام، ضعف لدرجة المرض
- بحيرة في أميركا الجنوبية الأعلى في
- العالم عن سطح البحر
- جدة (باللهجة المصرية)، جمع سرير
- الذهب البني، أشهر ملكة فرعونية
- امتاز عصرها بالاستقرار
- يدهش، ارتفع في السماء
- سلسلة قصص تجسس سينمائية
- اسمها القديم بيزنطة
- يحلو فيها السم، عملة اليابان
- عكس حلو، تفنن، نصف أريج
- ماتت الحيوانات، تقال للحبيبة أو
- الحبيب
- الهاتف أصدر صوتاً (معكوسة)، تلقى
- الاهتمام
- يملك الأرض ومن عليها، ذو طباع حادة
- وغير محبوب
- ضعيف وغير مقبول
- من الدواجن، المعلم الخاص لاسكندر المقدوني
- دعاؤه جاء في فيلم لقصة طه حسين
- عملة اوروبية، استعداد

كتما إيان فلمنج



قال عنك الموسيقار يتهوفن

إن أرقّ الألحان وأعذب الأنغام لا يعزفها إلا قلب الأم

فدعونا نحتفل معًا في سمفونية الأم بعيدها

سمفونية المحبة السرمدية

أجمل التهاني لكل الأمهات بأجمل عيد، عيد الأعياد



أنيس أرملی

رئيس قائمة حيفانا



## سان جرمان "يفتح الباب" لرحيل نجمه نيمار



أصبح النجم البرازيلي في نادي باريس سان جرمان، نيمار دا سيلفا، قادرا على مغادرة الفريق الفرنسي هذا الصيف، مقابل رسوم تزيد قليلا عن نصف قيمته عندما انضم للملعب حديقة الأمراء معقل النادي الباريسي. هذا وأعلن المدير الرياضي لباريس سان جرمان ليوناردو أروجو، أن نجمه نيمار دا سيلفا سيكون متاحا للراغبين في الشراء في فترة الانتقالات الصيفية، حسبما ذكرت صحيفة "ميرور" البريطانية.

بهذا تم منح النجم البرازيلي العالمي، الضوء الأخضر للتحرك في هذه النافذة الصيفية، والذي عانى من إصابة طويلة هذا الموسم. يشار إلى أن تقارير عديدة سابقة أشارت إلى أن برشلونة كان قاب قوسين أو أدنى من استعادة نيمار، غير أن مسؤولي الفريقين الإسباني والفرنسي لم يتوصلا إلى اتفاق. وتفيد المصادر أن الجانب الفرنسي يحاول استعادة جزء من الثمن الذي دفعه مقابل أعلى لاعب في العالم في العام 2017، والتوقعات تشير بأن الجانب الفرنسي على استعداد لقبول حوالي 168 مليون دولار مقابل التخلي عن هذا اللاعب.

## تأجيل بطولة كأس الأمم الأوروبية



أعلن روبرتو مانشيني، المدير الفني لمنتخب إيطاليا، أن هناك أشياء أكثر أهمية من كأس الأمم الأوروبية "يورو 2020"، في ظل ما نعيشه من تفشي فيروس كورونا الخطير في معظم أنحاء العالم حاليًا.

هذا وعقد الاتحاد الأوروبي لكرة القدم "يويفا" اجتماعًا حاسمًا يوم الثلاثاء الماضي لتحديد مصير "يورو 2020"، وتقرر تأجيل بطولة كأس الأمم الأوروبية.

هذا وأدى تفشي فيروس كورونا إلى إيقاف الدوريات الخمس الكبرى في أوروبا، بجانب عدة دوريات في مختلف الدول حول العالم. كما أعلن الاتحاد الأوروبي لكرة القدم تأجيل يورو 2020 حتى الصيف المقبل، بسبب تفشي فيروس كورونا، خلال الاجتماع الذي عقده اليوم الثلاثاء.

جدير بالذكر أن بطولة اليورو كان من المقرر إقامتها في 24 دولة، وكانت مباراة الافتتاح سوف تقام في العاصمة الإيطالية روما..

## اليابان تتحدى الكورونا

رغم التوقعات وفي أعقاب إلغاء وتأجيل العديد من الأحداث الرياضية في العالم، إلا أن اليابان يصرون على إقامة الأولمبياد الصيفية في موعدها في الصيف المقبل، بالرغم من انتشار فيروس كورونا.



## الكرة في زمن الكورونا

### الملاعب الخالية تحزن الرياضيين والمشجعين بانتظار عودة الدوري

ما زال هلع الكورونا يلقي بظلاله على ملاعبنا وتركها خالية تثير حزن عشاق المستديرة وعلى الرغم من اقرار الاتحاد بأنه قرار مؤقت توقيف الألعاب وتأجيلها.

الكثير من متابعيها والجمهور انصرفوا مؤقتا عن المدرجات والملاعب بهدف الحفاظ على صحتهم والصحة العامة. قرار صحيح للاتحاد رغبة منه جمهور الجميع.

لقد سعوا الى سلامة الفرد الدوريات محليا وجميع والسبب الحد من انتشار تبعيات فهناك من ينتظر الاتحاد العام لكرة القدم وطريقة تعاملها مع الأزمة، ولم الوضع على ما هو عليه. وسؤال هل إعادة الدوري والجمهور للمدرجات وموعد انطلاق الدوري من جديد.



بعدم إجراء اللعب بجميع الأجيال صغار شبيبة وكبار، الفيروس الفتاك وللقرار الإجراءات التي سيتخذها لإعادة دوري وتقسيم اللعب يحدد حتى الآن الى متى سيستمر باستطاعة الاتحاد ان يحدد متى سيتم سؤال آخر يطرح، كيف ستعامل الفرق مع أصحاب البطاقات السنوية؟! إن تم تأجيل أو إعادة دوري من جديد.

## مالك تشيلسي يفقد 2.4 مليار بسبب كورونا

كشفت تقارير صحافية روسية، يوم الاثنين الماضي، أن رومان أبراموفيتش، مالك تشيلسي الإنجليزي، تعرض إلى خسائر كبيرة تصل إلى 2.4 مليار جنيه إسترليني وذلك بسبب فيروس كورونا. هذا وورد في صحيفة "موسكو تايمز": "خسر كبار المليارديرات الروس ما يصل إلى 50.6 مليار جنيه إسترليني في العام 2020، في حين فقد مالك تشيلسي 2.4 مليار جنيه إسترليني، وذلك نتيجة للآثار التي أحدثها فيروس كورونا على السوق المالي.



يملك الروسي أبراموفيتش نادي تشيلسي منذ 2003، علما بأنه لم يتمكن من دخول بريطانيا منذ مايو 2018 بسبب عدم تمكنه من تجديد تأشيرته.

**SAF**  
SAVE OUR F.C  
מגון אביב  
054-5317367



بيع وتصليح جميع أنواع الحواسيب  
تركيب كاميرات مراقبة وأجهزة إنذار





دكتور سامر سامي يزبك  
طب عام (الناصرة)

بيديك تلمسين القلوب فتحركين المشاعر  
لتحلقين في سماء السمو والرقى بالعطف والحنان والعطاء  
كوني كما أنتِ  
أماً حنونة ومعطاءة  
تحية لكل الأمهات في عيدكن







أجمل التهاني لكل أم بعيد الأم  
ولأمي أمل أن تراني من البعيد البعيد

لتشاهد نجاحاتي

لا لأفرح  
بل لتفرح هي  
وهذا يكفي

أتذكرك  
وأذكر دعمك لي  
ومساندتك لي

لا تغيبن عن ذاكرتي للحظة  
أتذكرك مع إشراقة كل صباح  
مع زقزقة كل عصفور  
مع ابتسامة طفلة  
وكلما أسمع دعاء أم لابنها

الإعلامي  
عمري حسنين  
مدير عام صحيفة «حيفا»

