



בית מאפה של

אמما

24h

توزيع مجاني

الجمعة 3 تموز 2020

العدد 507

شفاعمرو والمنطقة

Haifa

أسبوعية قطرية، مستقلة، شاملة

طقس اليوم

طقس الغد



الليلة
23°C



النهار
29°C



الصباح
28°C



الليلة
25 °C



النهار
28°C



الصباح
28°C



6

الموت يغيب
الأديب
البروفيسور
فاروق مواسى

6

إتمام مخطط حفظ
عشرات المباني
والمواقع في
«وادي الجمال»
و«تل السمك»



6

صندوق لويس ومارتن
فيتمان يمنع الكاتب
عفيف شليوط منحة
على بحثه للدكتورة



4

لقاء خاص مع
رئيسة البلدية لبحث
مواجهة تفاصيل
العنف والجريمة في
حي الحليصة

الإعلامي فادي زغابرة إنطلاقة بلا حدود



8

بلدية شفاعمرو ترصد ميزانية 200 ألف ش.ج لقسم الثقافة "زغردي يا انشراح"



افتتاح موسم الأفراح من جديد
بقاعات مطعم ومنتزه شفاعمرو بحوث

في منتزهنا مساحات واسعة جداً
تساهم على الحفاظ على سلامتكم
والحفاظ على تعليمات وزارة الصحة
سارعوا بالتسجيل - التواريخ للحجز محدودة.

04-6595967

04-8691349

جو

منتزه شفاعمرو - بحوث
بني سفرعم - بحص



عراصل، حلقة الوصول ..

مؤسساتنا الثقافية والسيطرة الحزبية



عفيف شليوط

في هذه المرحلة أكتفي بالكتابة بشكل عام دون ذكر أسماء، لأن الهدف ليس التعرض لأشخاص، إنما مناقشة نهج وفكر معين. فهذه المؤسسات وهؤلاء الأفراد الذين يصدرون أحكامهم كما يحلو لهم، ما هم إلا أصحاب موافق هشة، وأنصيهم بالتزام الصمت وعدم التطاول على قنوات سلطنت انجازاتها بقوتها الذاتية لا بددهم من جهات مشبوهة، وإذا لزم الأمر يمكنني فتح الملفات لفنانين وأدباء ومؤسسات لكشف زيفهم وزدواجية موافقهم.

السؤال من هو الوطني؟ ومن أعطى الحق لأي إنسان بأن يقوم بهذا الفرز، وهذا التقييم؟! من أين اكتسب هذا الشخص الشرعية ليصدر قراراته من هو الوطني؟!

والسؤال الأكبر، ما مدى مسؤولية هؤلاء "الابطال" في موافقهم "الوطنية"؟

على سبيل المثال، بعض "الابطال" الذين عرضوا مسرحية "وطنية" في مسرح معين، وتم إغلاق هذا المسرح لأسباب لا علاقة لها على الاطلاق بالموافق الوطنية. بل لسوء إدارة، فماذا فعل هؤلاء "الابطال". سرعان ما قاموا بتأسيس مسرح آخر ولم يفعلوا أي شيء لحماية هذا المسرح واستمرار نشاطه.

هناك من كانوا يقاطعون برامج ثقافية معينة بحججة مقاطعة الفنانين الاسرائيليين، وهم كانوا أعضاء في مجلس تابع لوزارة الثقافة الإسرائيلي، وهو الذي يقرر من يحصل على ميزانيات وزارة الثقافة الإسرائيلي على المؤسسات الثقافية العربية في البلاد.

هناك من يزاودون على زملائهم بشعاراتهم الوطنية الفضفاضة، سرعان ما نقرأ أنهم سلّموا مناصب رفيعة في الدوائر الرسمية

حولها مجموعة صغيرة من الفنانين والأدباء، بحيث يدور نشاط تلك المؤسسات في فلك هؤلاء الأفراد بحيث لا يتعدد نشاطها ولا ينفتح على أفكار جديدة وطروحات مختلفة، فينحصر نشاطها على فئة محددة لا يمكنها أن تجدد وتطلق في عالم الإبداع.

كما على المؤسسات الثقافية أن تكون العنوان والحضن الدافئ لكل المبدعين، بحيث يشعرون أن هذه المؤسسة هي بيتهما، والمكان الذي يمكن أن يحتضن إبداعاتهم، لا أن تضع تلك المؤسسات الأسوار والحواجز بينها وبين المبدعين الذين لا ينتمون لشلة المنتفعين الذين ينمون كالطحالب حول مؤسسات معينة.

أما الأمر المثير للسخرية أحياناً مما نسمعه من البعض، خاصة من تلك المؤسسات التي أشرت إليها، مدعية أنها مؤسسات وطنية ومتزنة، وكأنهم أصبحوا الحاكمين بأمرهم، يصدرون قراراتهم، هذا وطني، وهذا غير وطني، ليعدوون إلى فترة التخوين، حيث كان كل من يختلف مع جاره أو منافس له يهمه بالعملة والخبأ، خاصة إذا كان هذا الشخص عضواً في حزب سياسي معين يزعم بأنه وطني.

من خلال متابعي لنشاط مؤسساتنا الثقافية في البلاد، لاحظت أن بعضها اختارت أن تأطر نشاطها حزبياً أو قليلاً، وهذا يتناقض كلياً مع مفهوم العمل الثقافي والجماهيري. فالثقافة فوق الأحزاب وفوق كل الاعتبارات، فهل يمكن أن يصبح جمهور مسرح معين من مواليد حزب معين، هل يمكن نجزء الثقافة إلى هذا الحد؟

للأسف، الأحزاب السياسية حاولت أن تسيطر على بعض مؤسساتنا الثقافية وال نتيجة في مثل تلك الحالات إما القضاء على تلك المؤسسات أو تحويل نشاطها إلى جمهور محدود جداً. فمن خلال متابعي لنشاط بعض المؤسسات الثقافية التي عمل حزب معين للسيطرة على نشاطها، سرعان ما توقف نشاط تلك المؤسسات أو انحصر في إطار ضيق جداً. أما المؤسسات التي قررت أن تفتح أبوابها لكل مبدع وكل مثقف وكل فنان، سرعان ما تطور نشاطها وزادت قاعدتها الشعبية وكسبت ثقة جمهورها.

وهنا، دعونا نحدد وبشكل واضح، ما يجري بعض المؤسسات التي اختارت أن تجمع

الاختلاف والتعصب المقيت



الشيخ رشاد أبو الباقة

(إمام مسجد الجرينة وماذون حيفا الشرعي)

كل حزب بما لديهم فرجون). واسمعوا إلى آئمة الفقه ماذا كان أحدهم يقول (كلامي صحيح يحتمل الخطأ وكلام غيري خطأ يحتمل الصواب). ولبذا قال رسول الله (عليكم بالجماعة فمن شذ شذ في النار) وأسوق اليكم أهيا الأخوة والأخوات ما رواه الطبراني أن جماعة من أصحاب رسول الله قالوا: خرج علينا رسول الله ونحن نتماري في شيء من أمر الدين فغضب غضباً شديداً لم يغضب مثله ثم انهرنا وقال (أهذا يا أمّة محمد أمرتكم؟ إنما هلك من كان قبلكم بمثل هذا، ذروا المرأة لقلة خبره، ذروا المرأة فإن المؤمن لا يماري، ذروا المرأة فإن المماري قد تمت خسارته، ذروا المرأة فإن المماري لا أشفع له يوم القيمة، ذروا المرأة كفى إنما أن لا تزال مماري، ذروا المرأة فإن أذيعت ثلاثة أبيات في الجنّة في رياضها وأسفلها وأوسطها وأعلاها لمن ترك المرأة وهو صادق، ذروا المرأة فإنه أول ما نهاني عنه ربّي بعد عبادة الأوّلـانـ).

نعمه الله عليكم إذ كنتم أعداء فالفيل بين قلوبكم فأصبحتم بعممتها أخواناً وكنتم على شفا حفرة من النار فأنقدكم منها كذلك يبين الله لكم آياته لعلكم تهتدون). وقال (ولا تنازعوا فتفشلوا وتذهب ريحكم وأصبروا إن الله مع الصابرين) (ومما يندى له العين أن الخلافات والخصومات تفعل معها الوان شتى من الكبائر مثل المغيبة والنميمة مما يحلق الدين فلا يبقى دين ولا إيمان لأنّه يضرّع على طرف اللسان ولبذا كان رسول الله يوصي ويقول (كيف عليك هذا أي اللسان، وقد أطلت علينا سيرة أصحاب رسول الله بمصابيح الهدى من أقوالهم وأفعالهم لأنّهم القدوات بعد الرسول فكان أحدهم يقبل النصح والنقد البناء بل ويبحث الناس عليه فهذا أبو بكر وعمر وغيرهم كان أحدهم يقف أمام الناس يقول لهم (إذا رأيتوني على حق فاعنيوني وإن رأيتوني على باطل فقوموني). وكان عمر يقول (لا خير فيكم إذا لم تقولوها ولا خير فيينا إن لم نسمعها). ولم يكن هذا شعار عندهم بل واقع مشهود في الحياة يروى أن عمر أراد أن يحدد المهوّر وإذا بأمرأة تراجعه وتقول له كيف تقول هذا والله يقول (إذا أتيت أحداً من أقوالكم اختلفوا فيكوا). نستطيع مشاهدة أثر الخصومات في كل نواحي الحياة على أنها آثار سيئة تعطل طاقات وقدرات المجتمع الذي يتغول إلى مجتمع ضعيف هزيل لا يقوى على أن يأخذ دوره بين المجتمعات الأخرى ولبذا قال تعالى (وَلَا تختلفوا فَإِنَّمَا قِيلَكُمْ اخْتَلَفُوا فِيهِنَّا). نستطيع مشاهدة أثر الخصومات في كل نواحي الحياة على أنها آثار سيئة تعطل طاقات وقدرات المجتمع الذي يتغول إلى مجتمع ضعيف هزيل لا يقوى على أن يأخذ دوره بين المجتمعات الأخرى ولبذا قال تعالى (وَلَا تختلفوا فَإِنَّمَا قِيلَكُمْ اخْتَلَفُوا فِيهِنَّا).

لقد أبقي مجتمعنا بألوان كثيرة من الخلافات والخصومات نتيجة للتعصب للرأي وأحياناً دون مراعاة لمصالح العباد والموافقة لشرع الله وكلما احتج خلاف بين الناس يطرح سؤال ما هو رأي الدين بما يجري بين الناس؟ والحقيقة أن الاختلاف بين الناس أمر يشهي أصحاب اليد غير المتساوية من حيث الطول والكبير وحتى الوظائف ولكن ما يختلف الناس به عن أصحاب اليد هو أن أصحاب اليد رغم التباين بينها تتعاون على أداء الوظائف المنوط بها مجتمعة أما الاختلاف بين الناس غالباً ما يؤدي إلى خصومات ودعادات تعطل العمل والإنتاج.

دافع الخصومات حب الدنيا والشهوات وحب الجاه ولأن حب الذات والوجاهة وحب الدنيا يسيطر على العقول فيغلقها ويستحوذ على القلوب فيقتلها وكلما جهل الأمر بحركة الحياة ومراد الله ازدادت حالة سوء وانحرافاً عن الحق. ولو تمعنا بكتاب الله وسنة رسوله وسيرة أصحاب النبي لوجدنا أن الله يقول (وَمِنْ آيَاتِهِ خلق السموات والأرض وَالْخَلْقَ الْمُسْتَكْمَلَاتِ وَالْوَانِكَمْ) ويقول الرسول (يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ رِبَّكُمْ وَاحِدٌ، وَإِنَّ أَبِيكُمْ وَاحِدٌ، أَلَا لَفْضُ لَعْنِي عَلَى عَجْمَىٰ وَلَا لَعْجَمَىٰ عَلَى أَحْمَرَ عَلَى أَسْوَدٍ وَلَا أَسْوَدَ عَلَى أَحْمَرَ).

نورنحوبي (قسم الإعلانات)

شادي شليوط (تصميم الصحيفة)

رئيس التحرير والمحرر المسؤول: عفيف شليوط

مدير عام: عمري حسين

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

قسم الإعلانات: 0542239899

التحرير: بريد الكتروني: elofoq@gmail.com هاتف: 04-8523022 فاكس: 04-6586250

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

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

Winner



تعرف وما عيّت؟ فشارط تصريح **متصوّع**



الدرجة العليا



مكابي حيفا ضد مكابي تل أبيب



كم ركينة؟	كم هدفا؟	من سيفوز؟
1.90 (1) 0-8 ركينيات	2.75 (1) 0-1 أهداف	(1) مكابي حيفا
2.40 (x) 9-11 ركينة	1.75 (x) 2-3 أهداف	(x) تعادل
2.95 (2) 12 ركينة أو أكثر	2.90 (2) 4 أهداف أو أكثر	(2) مكابي تل أبيب

الدرجة العليا



بيتار القدس ضد هبوعيل تل أبيب



من سيفوز؟
(1) بيتار القدس
(x) تعادل
(2) هبوعيل تل أبيب

كم هدفا؟
2.80 (1) 0-1 أهداف
1.75 (x) 2-3 أهداف
2.85 (2) 4 أهداف أو أكثر

كم ركينة؟
1.90 (1) 0-8 ركينيات
2.40 (x) 9-11 ركينة
2.95 (2) 12 ركينة أو أكثر

نهائي كأس ألمانيا

باير لفركوزن ضد بايرن ميونيخ



من سيفوز؟
(1) باير لفركوزن
(x) تعادل
(2) بايرن ميونيخ

كم هدفا؟
6.20 (1) 0-1 أهداف
1.95 (x) 2-3 أهداف
1.65 (2) 4 أهداف أو أكثر

كم ركينة؟
2.70 (1) 0-8 ركينيات
2.45 (x) 9-11 ركينة
2.00 (2) 12 ركينة أو أكثر

الدوري الإيطالي

لاتسيو ضد ميلان



من سيفوز؟
(1) لاتسيو
(x) تعادل
(2) ميلان

كم هدفا؟
3.30 (1) 0-1 أهداف
1.75 (x) 2-3 أهداف
2.45 (2) 4 أهداف أو أكثر

كم ركينة؟
3.00 (1) 0-8 ركينيات
2.45 (x) 9-11 ركينة
1.85 (2) 12 ركينة أو أكثر



Winner لحظة من وقتك وأضرب ضربتك!

للتحميل ابعث الكلمة "Winner" على رقم 055-7000-149

* وكلفة الرسالة وفقاً لتسعيرة المشغل الخلوي بالإضافة لتكلفة تصفح المتصفحين

وفقاً لأنظمة مجلس التكهنات في الرياضة . قد تطرأ تغييرات في المعطيات وفي نسب الربح.



+18
البيع ممنوع
لمن هو دون
سن الـ 18

زعاترة يستجوب حول مخطط تطوير الحليصة

- رجا زعاترة: أزمة السكن ترتفع من منسوب الجريمة ومن مطامع المستثمرين في الحي

● الأسبوع القادم لقاء خاص مع رئيسة البلدية لبحث مواجهة تفاقم العنف والجريمة



البلدية لتطوير الأحياء القديمة ودفع مخططات التجدد الحضري في هذه الأحياء التاريخية. وقال زعاترة: موضوع التخطيط والسكن هو محضلة مزمنة في الأحياء العربية التاريخية، لا سيما الحليصة. حيث تتعكس أزمة السكن على الوضع الاقتصادي- الاجتماعي وبالتالي يفاقم هذا من منسوب العنف والجريمة. وبالمقابل تزايد مظاهر شراء البيوت والأملاك من قبل المستثمرين بينما تعجز الأزواج الشابة عن الحصول على قروض سكنية من البنوك بحجة عدم وجود مخطط للحي. جدير بالذكر أنه وفي أعقاب جريمة قتل الشاب خليل خليل في شهر حزيران الماضي وبناءً على طلب كتلة "الجبهة" في أعقاب سلسلة المظاهرات التي أطلقتها لجنة الحي بالتعاون مع مركز مساواة، يعقد الأسبوع القادم اجتماعاً مشتركاً بين رئيسة البلدية وكبار الموظفين ومندوبي المؤسسات التربوية والجماهيرية والمبنية الفاعلة ونشطاء من الحي لبحث مشكلة العنف والجريمة وأفاق مواجهتها دور البلدية في هذا الصدد، إلى جانب دور الشرطة في توفير الأمن الشخصي للسكان وجمع السلاح وردع النشاطات الإجرامية.



كتلة الجبهة وكتلة الفجر تعارضان الميزانية المقترحة من قبل رئيس البلدية عرسان ياسين وائتلافه

لراسل صحيفة "حيفا" - تم يوم أمس الأول، الأربعاء، المصادقة على ميزانية بلدية شفاعمرو للسنة الحالية 2020 في جلسة المجلس البلدي الخاصة لبحث هذا الموضوع، حيث أيد الاقتراح عشرة أعضاء ومعارضة اثنين وعدم حضور ثلاثة أعضاء، حيث بلغت ميزانية البلدية 233 مليون ش.ج.

خلال مداخلة عضو البلدية زمير كركي (كتلة الجبهة) حول الميزانية المقترحة شرح أسباب معارضته للميزانية فقال: "الغاء بنود في الميزانية يعني التنازل عن لجنة التنظيم لبلدية شفاعمرو وهذا يعني التنازل عن حقنا في لجنة مستقلة لبلدية شفاعمرو. إبقاء عمل شركة الجبiya، لم يتم تخصيص مبالغ كافية للطلاب الجامعيين والرياضة والجوانب العمومية وغيرها من البنود. عدم اضافة وتخصيص ميزانية لترميم الأحياء، عدم وجود ناطق رسمي باسم البلدية".

وأضاف كركي: "المدينة بوضعها الحالي والميزانية المقترحة هي بمثابة ميزانية فقر لا تلاءم مع احتياجات تطور المدينة مع العلم أن شفاعمرو مدينة عريقة لها مقومات سياحية وصناعية واقتصادية كبيرة".

وفي حديث خاص لراسل صحيفة "حيفا" مع عضو البلدية سامر صليبا، رئيس قسم الثقافة في البلدية، أنه صادق على الميزانية رغم أنه غير راض بشكل تام على الميزانية، لكنها أفضل ما كان بالإمكان تحصيله في الظرف الحالي. كما أشاد بتخصيص ميزانية خاصة بالثقافة والفنون بقيمة 200 ألف ش.ج، رغم شحة هذه الميزانية إلا أن صليبا اعتبرها بداية جيدة، خاصة أنه للمرة الأولى في تاريخ شفاعمرو



MAX 20

== כל פריט עד 20 שקלים ==

الشبكة الاربعة في البلاد



عليك رايحين ومن عن
اكيج شاريـن MAX

شفاعمرو عين عافية - مقابل مكتب العمل

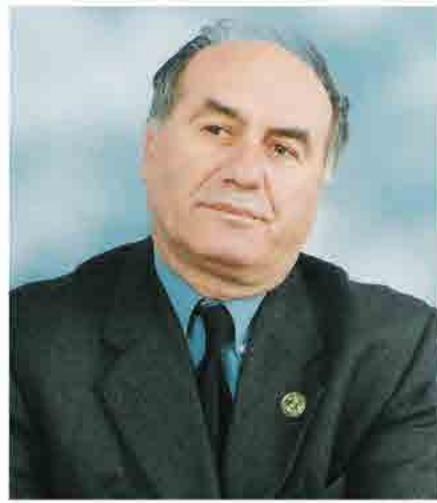


מקבוצת
ס. ק. ס.

כל פריט עד 20 שקלים ס. ק. ס.

MAX 20

الموت يغيب الأديب البروفيسور فاروق مواسي



البروفيسور فاروق مواسي

أُحيل للتقاعد في العام 1996، بدأ تحصيله الأكاديمي في جامعة بار إيلان في العام 1970 في موضوعي اللغة العربية والتربية، وفي العام 1973 واصل دراسته فحصل على الماجستير في الأدب العربي. التحق بجامعة تل أبيب ليقدم أطروحة الدكتوراه، وحصل بعدها على لقب محاضر كبير.

صدر لفاروق مواسي 12 مجموعة شعرية، إضافة للمجموعة الكاملة الجزء الأول والثاني وإصدارات في علم الصرف والنحو في اللغة والتعبير وفي النقد الاجتماعي والترجمات والدراسات.

لحرر صحيفة "حيفا" للشؤون الثقافية - توفي يوم الجمعة الماضي الأديب البروفيسور فاروق مواسي عن عمر يناهز الـ 79 عاماً، بعد أن رقد في المستشفى في الأيام الأخيرة، وتم تشييع جثمانه في مساء اليوم ذاته إلى المقبرة الشمالية في مدينة باقة الغربية.

هذا ونعت وزارة الثقافة الفلسطينية الأديب فاروق مواسي في بيان قال فيه وزير الثقافة عاطف أبوسيف: "إن الثقافة العربية وخاصة الفلسطينية، فقدت علماً من علامتها، حيث أسهم الأديب الراحل الكبير في الحفاظ على دور الثقافة العربية الفلسطينية بشكل خاص في المثلث والجليل الفلسطيني".

هذا وعمل مواسي محاضراً في كلية القاسمية في باقة الغربية، وحصل مؤخراً على لقب "محاضر كبير"، وشغل منصب مدير قسم اللغة العربية فيها، وعميد شؤون الطلبة (2002-2006)، كما عمل محاضراً في الكلية العربية في حيفا، وعُين عضواً في لجنة إعداد منهاج قواعد اللغة العربية في جامعة حيفا، وعُين عضواً في لجنة منهاج خاص لتعليم اللغة العربية والتراث للمدارس العربية، وعضوًا في اللجنة العليا لشئون اللغة العربية.

ولد فاروق مواسي في باقة الغربية في العام 1941، أنهى دراسته الثانوية في العام 1959 في مدرسة الطيبة الثانوية، عمل في الصحافة وفي سلك التعليم حتى

مدرسة الكرمة الابتدائية تحتفي بخريجيها



لمراسل صحيفة "حيفا" - احتفلت مدرسة الكرمة الابتدائية هذا الأسبوع بتخرج صفوف الثامن، حيث استهلت الحفل مدير المدرسة عمور الشيخ محمد بكلمة أكدت فيها على أهمية المرحلة الثانوية في صقل شخصية الطالب، كما أثبتت على جهود وقدرات الطلاب، هذا وتولت عرافة الحفل المربية شريفة عمري، وفي الختام تم توزيع الشهادات والهدایا على الخريجين.

صندوق لويس ومارتن فيتمان يمنع الكاتب عفيف شليوط منحة على بحثه للدكتوراه

لمراسل صحيفة "حيفا" - حاز هذا الأسبوع الكاتب عفيف شليوط على منحة من قبل صندوق "لويس ومارتن فيتمان" دعماً لبحث الدكتوراه الذي يعد شليوط عن ثنائية اللغة في المسرح الإسرائيلي في قسم المسرح في جامعة تل أبيب. وجاء في التوصيات التي قدمت لترشيحه لهذه المنحة أن عفيف شليوط كاتب وممثل مسرحي معروف وباز في البلاد، كما أصدر أبحاثاً هامة في مجال المسرح أبرزها توثيقه للحركة المسرحية الفلسطينية.

كما تم الإشادة ببحثه الذي يطرح موضوعاً جديداً وهاماً، خاصة أنه هناك نقص حسب ما ورد في أحدى التوصيات في الأكاديميا في البلاد، بالمجال الذي يكتب عنه شليوط في بحثه.

من الجدير بالذكر أن عفيف شليوط حصل في العام الماضي على جائزة هامة من صندوق أرديتي

إتمام مخطط حفظ عشرات المباني والمواقع في "وادي الجمال" و"تل السمك"

• المهندس وليد كركبي مدير قسم المحافظة في بلدية حيفا استمرار لسيرورة مسح الأحياء التاريخية لمنع هدم المعالم الهامة



لمراسل صحيفة "حيفا" - صادقت بلدية حيفا مؤخراً على مسح تخطيطي شامل للمحافظة على عشرات المواقع والمباني التاريخية في حي "وادي الجمال" و منطقة "تل السمك" في المدينة. ويشمل المسح الذي يوشّر العمل فيه عام 2017 عددًا من المواقع الأثرية في منطقة تل السمك (شكعون) والمباني العربية في وادي الجمال العريق.

وأجرت المسح سلطة المحافظة على المواقع التراثية تحت إشراف قسم المحافظة في بلدية حيفا، حيث تم مسح أربعين مبنى وموقعًا من بينها مبنى معهد البحوث البحرية وكنيسة غريغوريوس التابعة لرعية الروم الملكيين الكاثوليك التي أعيد فتحها في العام 2013 وعددًا من المباني العربية التاريخية في حي وادي الجمال.

وأفاد المهندس وليد كركبي، مدير قسم المحافظة في بلدية حيفا بأن هذا المسح يأتي استمراً لسيرورة المسح الشامل في المدينة عموماً وفي الأحياء التاريخية خصوصاً، في السنوات الأخيرة، والتي تتضمن





בית מאפה של

אמא

בניהול: רשייד אלבאש

כשר

כל סוגי העוגות והעוגיות

- לחמים
- פיתות
- גיבתוں
- ברגטים
- בורקיסים
- טורטינס ליום הולדת

פרטי
וسيطرונות

רחוב קיבוץ גלויות 118 - חיפה טל: 04-8668259



الإعلامي فادي زغيرة إنطلاقة بلا حدود



دخل الإعلامي فادي زغيرة مؤخراً مجالاً جديداً وهو الإرشاد في دورات التدريب التلفزيوني، وحقق نجاحاً ملحوظاً في هذا المجال أيضاً. هذا الإعلامي الذي استضاف عمالة الدراما العربية، فعندما تتحدث عن فادي زغيرة، تتحدث عن الطاقات الشبابية الفذة التي تزري الساحة الإعلامية

الفلسطينية المحلية، والتي تمنحنا الشعور بالإعتاز بها كونها واجهة إعلامية مميزة للمحطات التلفزيونية والقنوات الفضائية. ففادي زغيرة ابن مدينة الناصرة، هو أحد الوجوه الإعلامية البارزة محلياً والتي لاقت استحسان الجمهور ومحبته. أسلوبه، إبداعه، ثقته بنفسه، قرينه من الجمهور، وإطلالته أمام الكاميرا .. كلها أسباب تجعله من الإعلاميين المميزين على الصعيد المحلي . والذي يستحق الشهرة على مستوى الوطن العربي

ولأنه يمتلك كلاسيكيات التدريم التلفزيوني ومتطلباته من التمكّن والحضور والخبرة والكاريزما والثقة في النفس ، والأهم من ذلك هو العفوية في الأسلوب وتقان اللغة البيضاء والتي بالتالي كلها تساهم في رفع أسهمه لدى المشاهد وخلق علاقة قوية بينه وبينهم ، وتكون بمثابة أسباب رئيسية لنجاحه ، وأسباب مؤهلة ليلاقي فرصته خارج حدود البلاد ويصبح وجهاً إعلامياً معروفاً على مستوى الوطن العربي.

هذه الأسباب وغيرها تخلق لدى الدافع الشخصي والمبني لكتابه عن هذه الشخصيات وإبراز الجوانب العملية والمهنية لديها ، والتي لا يلتقط إليها البعض . ويهتم فقط بالبرنامج ومضمونه والتضييق على

يتناولها.

تمنى له المزيد من التقدم والنجاحات اللامحدودة، وأن ينال شهرة واسعة على مستوى الوطن العربي على قدر ابداعه وتألقه.



مؤسسة الأفق للثقافة والفنون

تعلن عن إنشاء مدرسة للتمثيل المسرحي لكافة
الاجيال في شفاعمرو وحيفا



طلاب المدرسة يكتسبون:

- القدرة على التركيز

- تطوير الخيال

- الاندماج في المجتمع والعمل ضمن مجموعات

- الصبر

- ثقافة عامة

- اللفظ السليم، الطلاقة والتدقيق

- الجرأة والثقة بالنفس

- القدرة على التعبير



المؤسسة ترافق المواهب الوعدة وترعاها

في نهاية كل موسم دراسي يتم تقديم
عروض مسرحية من إنتاج المشاركيين في الدورات

للتتسجيل والاستفسار 04-8523022 - 054-2239899



عالم الموضة

كيتي عيسى

زاوية الأزياء الجديدة مع مصممة الأزياء ومنسقة الملابس



- الموضة في عالم الملابس وكل ما يخص المظهر الخارجي. أقدم لك مجموعة من النصائح التي يجب عليك معرفتها:
- إذا كانت معظم ملابسك بالألوان العاديّة كالأسود والرمادي والترابي، استخدمي أحذية وحقائب بالوان جريئة لتعطيك مظهرًا متالقًا، ولتنجح ما ترتدينه طاقة وحياة.
- لا ترتدِ حذاءً وحقيقة بلونين مختلفين تماماً، احرصي على أن يكونا باللون نفسه أو بدرجات قريبة.
- قبل تقصيرها أو تصيير أي قطعة ملابس تشتريها، اغسلها مرة أو مرتين لكي تتأكدي من عدم تغيير المقاسات بعد الغسيل.
- قبل أن تشتري ملابس جديدة لك، حددي ما تحتاجينه باستخدام الورقة والقلم بعد الاطلاع على خزانتك، وقومي بتسجيل القطع مع الألوان الناقصة لإطلالات كنت ترغبين في لبسها دائمًا ولكن هناك بعض القطع التي تنقصك لتكميلها وارتدائها. فكثيرًا ما نقتني قطعًا جميلة لكننا لا نجد ما نرتديه عليها.
- لاتشتري أي قطعة ملابس دون تجربتها على جسمك أولاً، فكثير من القطع قد تبدو جميلة ولكن عندما تجربها يتغير شكلها تماماً، فتتفاصل الجسم مختلفة وتغير من شكل الملابس.
- اعلي أن البلوزات التي تأخذ شكل عميق لعرف "V" مناسبة أكثر لصاحبات العنق القصير، فهي توجي بمسافة أطول للرقبة، أما عن الفتيات ذوات العنق الطويل يمكنكم ارتداء البلوزات مع العنق المستدير أو عنق "V" قصير.
- إذا كنت من محبي الأحزمة ولكنك قصيرة القامة، ارتدي الأحزمة الرفيعة لأن العريضة سوف تقسم قوامك إلى نصفين بشكل واضح وتقطع خط طول الجسم.



أقوال شخصيات مهمة في عالم الأزياء والموضة:

- يمكن لأي شخص أن يتألق ويرتدى ملابس جميلة، ولكن المثير للاهتمام يشكل كثير هو الملابس التي يرتديها الناس في أيام العطلة الخاصة بهم. - ألكساندر وان.
- الموضة هي ما يعرض عليك المصممون أربع مرات في السنة.
- أما الأسلوب فهو ما تختاره. - لورين هاتون.
- يجب أن يتلاءم الثوب مع جسد المرأة. وليس الجسد ليتلاءم مع شكل الثوب. - هوبيرت دي جيفتشي.

الكساندر وان

2020، حيث يمكنك أن تستوحى ما يناسبك من بينها.

إذا كنت تبحثين عن تصميم فخم وناعم، يمكنك الاستعانة بهذا التصميم من Van Cleef & Arpels المكون من دائرين أحدهما حجر أحمر والأخرى من أحجار الألماس الصغيرة، يتناسب هذا التصميم مع الإطلالات المسائية الراقية.



أما إذا كنت ترغبين في ارتداء تصميم عملي وأكثر هدوءاً، يمكنك الاستعانة بهذا التصميم الأنيق من Tiffany، لخاتم مفتوح من الذهب وأحجار الألماس.

يمكن ارتداء هذا التصميم بمفرده، أو تنسقه مع غيره من الخواتم.



أما عن خواتم الألماس فهي الأحب على قلوب النساء وتبقى أكثر القطع دلالة على العشق والحب، ومهمًا تعدد تصاميمها بريق التصميم المستدير هو الكلاسيكي الحال. تُعد خواتم الألماس واحدة من اتجاهات موضة صيف 2020 وذلك بعض الموديلات:



نصائح في عالم الموضة يجب أن تعرفها:

الاهتمام بالشكل والموضة والأزياء بالفطرة لدى أي اثنى، فالمراة عموماً تحب الاهتمام ب نفسها وبطلتها اليومية، ويظهر ذلك في متابعتها للنصائح

سروال "Capri": يُعرف أيضًا باسم ثلاثة أرباع الساقين، هو سروال ينتهي طوله غالباً بعد الركبة مباشرةً أو يطول آخر لا يتعدي الكاحل. تم تقديم ينطلون "كاربي"

من قبل مصممة الأزياء "سونيا دي لينارت" في عام 1948، ولكن ارتفعت شعبيته فقط في أواخر الخمسينيات وأوائل الستينيات.



حذاء "Slingbacks":

هو حذاء يتم تثبيته بواسطة شريط يلتقي حول الكاحل من الوراء. يمكننا فهم ذلك أيضًا من خلال اسمه باللغة الإنجليزية فمعنىه العرق هو حزام خلفي، يمكن أن تراه بعدة أشكال، منها الزحف، الكعب القصير وحتى العالي.



حقيقة "Barrel": وهي حقيقة تشبه الاسطوانة أو الأنبوة في مظهرها، يتم تثبيتها باستخدام أشرطة وغالباً ما تحتوي على حزام سميك واحد يطول الكتف الذي يمكننا من ارتدائه على الكتف وليس فقط بحملها يدوياً. يعد هذا النوع من الحقائب أنيق جداً وغالباً ما يتم استخدامه للسفر أو لحمل العديد من الأشياء، يتم صنعه من الأقمشة الحقيقة وصولاً للجلد الفخم.



كيف تكوني ستايلش؟

أصبحت الخواتم المفتوحة من أكثر قطع المجوهرات رواجاً وانتشاراً بين دور المجوهرات الشهيرة، خلال السنوات الأخيرة الماضية، حيث تفضلها بعض السيدات والفتيات لأنها تمنحهن إطلالة أنيقة وراقية.

يمكنك تنسيق هذه الخواتم لإرتدائها في مختلف الأوقات، حيث تتعدد أشكالها، تصاميمها، الوانها وأحجامها.

أعرض لك بعض من موديلات الخواتم المفتوحة لصيف

جمالك



الدكتور أسمى عرابي
خبيرة تجميل طبية



OLFAT CLINIC

olfat clinic



olfat clinic



الحماية من أشعة الشمس

يجب تجنب الشمس بين الساعة العاشرة صباحاً وال الساعة الثانية ظهراً، إذ تكون أشعة الشمس أكثر ضرراً، وضرورة وضع واقي الشمس SPF15 على الأقل، وبشكل دائم حتى في فصل الشتاء، وإعادة تطبيق واقي الشمس عند السباحة أو التعرق المفرط.

إزالة الماكياج قبل النوم

البشرة تصلح نفسها خلال النوم، لذلك يجب إزالة الماكياج قبل الذهاب إلى المتربر، إذ أن الماكياج يسد المسام، ويجعل البشرة عرضة لظهور البثور، ويمكن إزالته باستخدام زيت الزيتون أو مزيل الماكياج؛ لإزالة كل آثار الماكياج من الوجه، ويجب غسل فرش الماكياج السائل أو الكريمي كل أسبوعين، والفرش الأقل استخداماً كل 3-4 أسابيع باستخدام الشامبو.

شرب مياه إزالة السموم

شرب مياه إزالة السموم (بالإنجليزية: Detox Water) تعطي البشرة صفاء لمدة طويلة ودائمة، ويمكن استخدام الخيار والليمون والنعناع فيما، وذلك لأن الخيار يبرد الجسم، ويجدد البشرة، والليمون يعيد التوازن للجهاز الهضمي، مما يمنع تطور البقع، وحب الشباب على البشرة، والنعناع ينظف الهضم، وينهض بالالتهابات الداخلية. وفيما يأتي طريقة التحضير:

المكونات: 2 لتر من الماء، خيار واحدة، ليمونة واحدة، حفنة من أوراق النعناع، بيرق زجاجي.

طريقة التحضير: يقطع الخيار والليمون إلى شرائح، وتُسقط القطع في الإبريق مع إضافة أوراق النعناع كذلك. يُصب الماء في الإبريق ويزيد. تُشرب هذه المياه طوال اليوم.

شرب الشاي الأخضر

الشاي الأخضر غنيّ بالمواد مضادة للأكسدة التي تغذى، وتشفي، وتزيل السموم من الجسم، الأمر الذي ينعكس على البشرة من الداخل، لذلك يُنصح بشرب الشاي الأخضر.



الحصول على بشرة صافية

كيف يمكن الحصول على بشرة صافية بدون عنااء وجهد زائد؟

إن الحصول على بشرة ناعمة وصافية كبشرة الأطفال، ليس بالأمر المستحيل، وحتى أنه يمكن تحقيقه دون عناء وتكلفة باهظة. أولاً يجب عليك معرفة نوع بشرتك، واستعمال التعامل معها حسب نوعها فليس كل شيء وكل منتج ملائم لكل بشرة. فكل بشرة يوجد بها منتجات الملائمة لها ويوجد طريقة تعامل خاصة بها، لكن يوجد أنسن ملائمة لكل بشرة يجب علينا اتباعها، باستثناء البشرة الدهنية جداً والتي يوجد بها بثوراً كثيرة.

التدفئة الجيدة

إن الغذاء المتوازن مهم جداً للحصول على بشرة صافية، ويشتمل على الفواكه الطازجة والعصائر والخضروات الورقية الخضراء.

شرب الكثير من الماء

إن شرب الكثير من الماء يخلص الجسم من السموم، ويرطب البشرة، لذلك هو مهم جداً في الحصول على بشرة صافية، ومشعرقة.

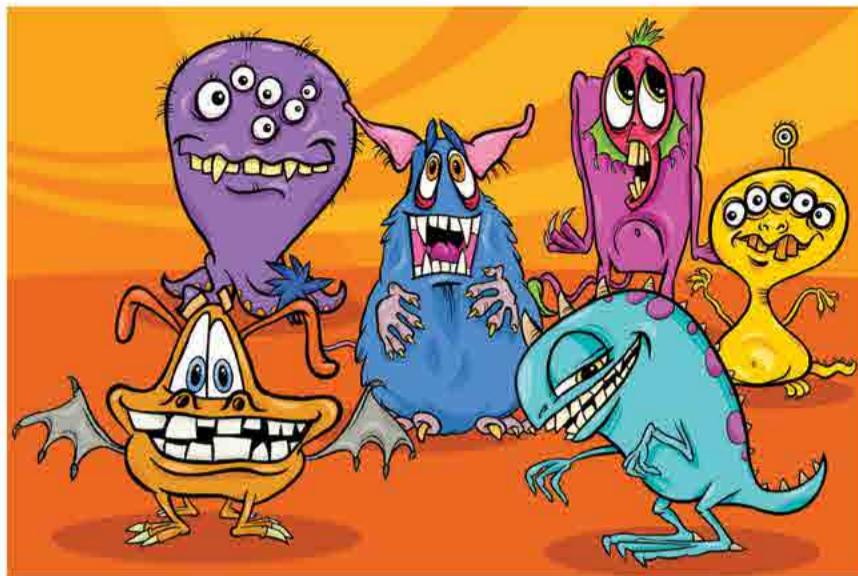
النوم الكافي

يجب النوم من 7 إلى 9 ساعات كل ليلة للحصول على بشرة صافية؛ لأن عدم النوم بشكل كافٍ يسبب مشاكل البشرة مثل الشحوب، وانتفاخ وسواد تحت العينين، أما الحصول على قسط كافٍ من النوم سوف يقلل من التجاعيد، ويزيد من صحة البشرة حول العينين، والحصول على بشرة صحية، ومشعرقة.

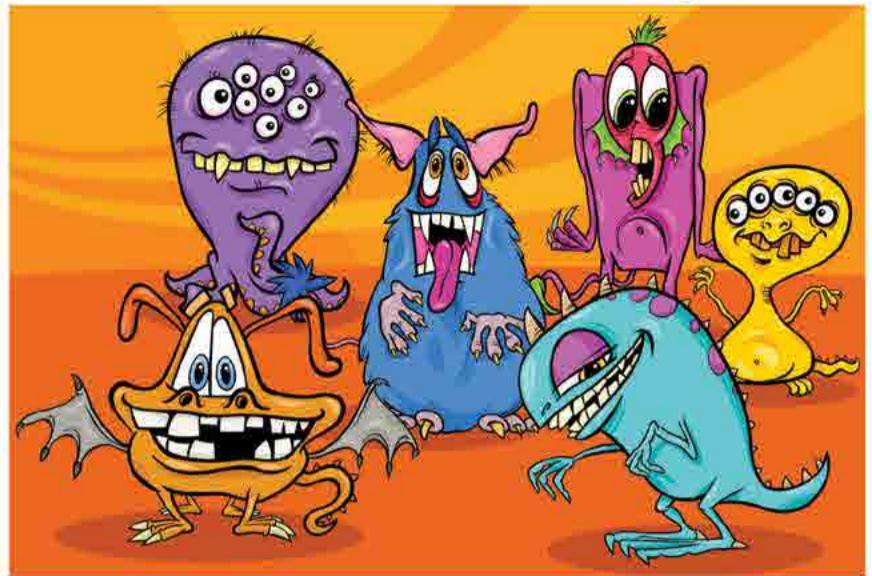
الالتزام بروتين العناية بالبشرة

تتلخص طرق العناية بالبشرة اليومية، والتي تعتبر من أهم طرق المحافظة على صحة البشرة، وذلك بتنظيف البشرة باستخدام منظف خاص ببشرة الوجه، ثم استخدام التونر، وبعد أن يجف التونر بشكل طبيعي، يتم وضع مرطب للبشرة، وهذه الطرق يجب تطبيقها مررتين في اليوم مرة في الصباح، وأخرى قبل النوم، وسيظهر الفرق على البشرة بالتأكيد.

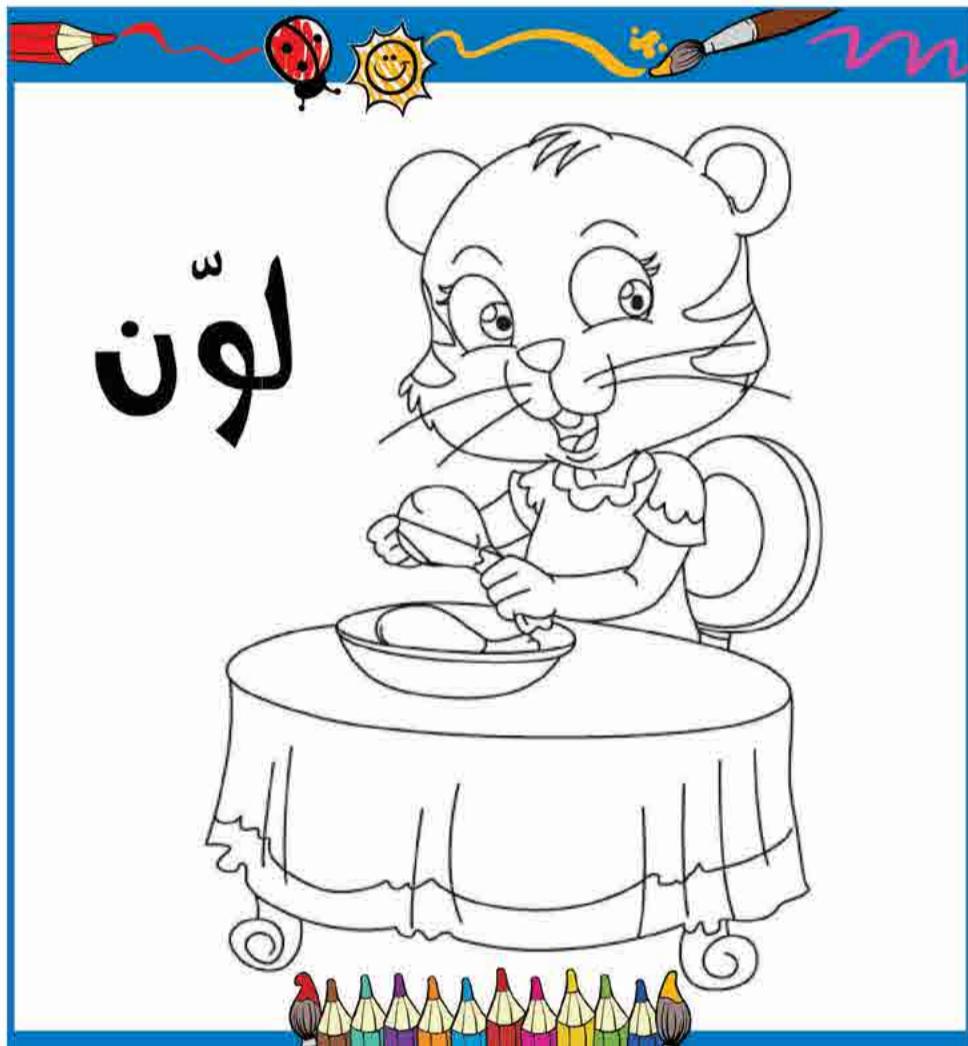




جد
10
الفروف



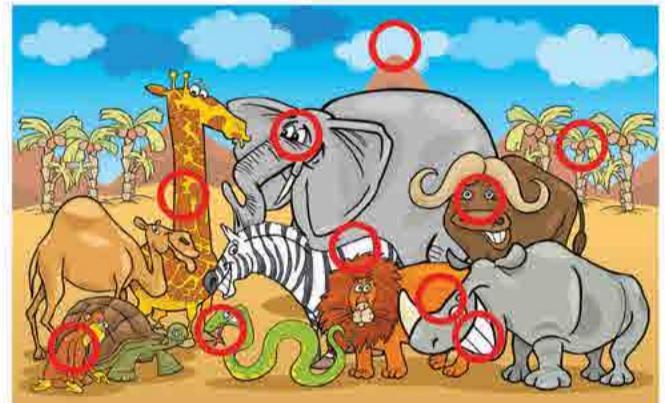
حل العدد الماضي



تطبيقات لتعليم البرمجة

star wars Hour of code

هذه اللعبة تقدم للطفل ساعة من البرمجة المجانية مع شخصيات star wars, حيث يلعب الطفل 20 مرحلة بالشخصيات عن طريق إعطائهم بعض أوامر من الأكواو للتحرك للأمام أو يميناً ويساراً.



وصل النقاط



בגטיטים שעוזרים באהבה

רחוב האטלנטיס 3, חיפה כל שבוע 7:00 עד 22:00

המפגש של יוסף

מקבלים



בזמן נתן 5 בגטיטים



★**בגט נחניך★**



₪20

★**בגט בשרי★**



₪20

★**טומטיים★**



₪25

משלוחים חינם
מעל 50 ₪

טלפון: 052-7818191

مستوى سهل

مستوى وسیط

مستوى صعب

A partially filled 9x9 Sudoku grid. The visible numbers are:

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

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

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

كلمات متقطعة

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

A 12x12 grid with black squares at various intersections. The columns are numbered 1 through 12 along the top edge. Black squares are located at the intersections of (1,1), (1,2), (1,3), (1,4), (1,5), (1,6), (1,7), (1,8), (1,9), (1,10), (1,11), (2,1), (2,3), (2,5), (2,7), (2,9), (2,11), (3,1), (3,2), (3,4), (3,6), (3,8), (3,10), (3,12), (4,1), (4,3), (4,5), (4,7), (4,9), (4,11), (5,1), (5,2), (5,4), (5,6), (5,8), (5,10), (5,12), (6,1), (6,3), (6,5), (6,7), (6,9), (6,11), (7,1), (7,2), (7,4), (7,6), (7,8), (7,10), (7,12), (8,1), (8,3), (8,5), (8,7), (8,9), (8,11), (9,1), (9,2), (9,4), (9,6), (9,8), (9,10), (9,12), (10,1), (10,3), (10,5), (10,7), (10,9), (10,11), (11,1), (11,2), (11,4), (11,6), (11,8), (11,10), (12,1), (12,3), (12,5), (12,7), (12,9), (12,11).

1. صحفى مصرى أصدر في القاهرة جريدة
("أخبار اليوم") 1944

2. ود - وشوشة - وقت

3. منهل - مرفا

4. طريق - أرض يابسة - مجال

5. خروف - عاصمة دولة عربية على
المتوسط

6. سارق - هضبة بركانية في سوريا جنوب
دمشق

7. تكاثر - لين

8. ناحية بعيدة - مدخل

9. شجرة لها لين كالعسل - طريق قويم

10. دقيق معجون بملاء - ثمین

11. 24 ساعة - مصبنع - ضد مملوك

حلول العدد الماضي

11. مصرف - حارس الکرم

1- مأرب - تاج محل 2-أسوار - بقى 3-بان
 - كرتون 4- دق - سريع - أم 5- رعب - خال - جف
 6- بهتان - شاعر 7- ينبع - حمام 8- برق - رطب
 9- لص - قوران - بت 10- يشجب - طوفان 11-
 بنك - يانع - رد

1- مرید - بابل 2- أقره - رصني 3- ران - عتقة
 - شك 4- بس - سبات - فج 5- وكر - نير وهي 6
 - تاريخ - مطر 7- ارتعاش - باطن 8- لام - نوع 9
 مبني - عمل 10- حق - مجرى - بار 11- لين - مستند

بيانات تجسسية لـ CIA تكشف عن الانتهاء من ملخص التحقيق بأعمال منفعة إلإنسانية وعملاً



شقق للبيع

للبيع بيت بالمفاتيحية
بشارع يدنه 2.5 غرف طابق 2 مرممة بالكامل
السعر 290,000

شقيق للايجار

للايجار فوري يتسحاك ساديه
3 غرف + طابق اول بوضع ممتاز
RL 2000

شارع عباس

شقة مع ساحة 3 غرف طابق اول تسليم فوري
٢٧٠٠

شارع عباس علوی

مكتب للايجار
شـاءـعـ هـمـجـيـنـهـ بـثـانـيـةـ مـتـابـةـ 7ـ غـ فـ 180ـ مـةـ مـمـمـ بالـكـامـاـ

کان تجاري

دكان 20 متر شارع الخوري موقع ممتاز تسليم فوري

שדרות הציונות 17 חיפה | topnadian10@gmail.com

ניעד 058-7633398

الحوت

يشعر رأساؤك بالكثير من الحماس تجاه أعمالك وأفكارك، فالكثير من الأشخاص في مجالك المهني والخاص يسعون إلى شركتك وذلك لإعجابهم بروحك المترنة والمبدعة. علاقاتك الشخصية المداخلة تشير بشكل جيد، فأنت ضيف مقدر وعادةً ما تثير الجلبة بابحابيتك واتزانك. سوف تساعدك ثقتك المتزايدة بنفسك في تأسيس روابط هامة مع شخصيات جذابة.



الدلو

تطير أكثر من الآخرين نظراً لمستواك العالي من الاستعداد للعمل وطاقتكم في الوقت الحالي، لكن رغم من الأعمال الكثيرة التي تحملها، فإنك لا تشعر بالخوف. على الرغم من ذلك، طريقة تنفيذك للعمل تفقد البساطة وانت تحاول عمل كل شيء في نفس الوقت. تأكد من أنك لا تضيع الكثير من الوقت في التفاصيل غير الضرورية وأن لا تفقد أعصابك. اهتم بصفة خاصة بمدى استعدادك للشخصية بعلاقتك الشخصية، فإن لم تفعل ذلك، قد تدخل في مناقشات كثيرة. إذا قررت ممارسة الكثير من الرياضة، يجب أن تهتم بالعلامات التي يصدرها جسمك. فحتى وإن كنت تمتلك الكثير من الطاقة والمحبود، قد تكون في حالة أضعف في نفس الوقت.



السدياء

لا جدال في أنك مفعم بالقوة والع gioia في الوقت الحالي. فأنت مستعد أن تتحمل أي شيء وتريد أن تحسن من نفسك في العمل وفي حياتك الشخصية لكن توخي العذر، فطاقتكم لن تتمكن دائمًا من ذلك. طريقة تنفيذك لن تفقد البساطة وانت تحاول عمل كل شيء في نفس الوقت. تأكد من أنك لا تضيع الكثير من الوقت في التفاصيل غير الضرورية وأن هذا قد يسبب المشكلات والتلفيات. يجب أن توخي العذر دائمًا فيما يخص التأثير الخارجي السيء، وبفضل أن تفك مررتين وأن تأخذ خطوة واحدة في المرة، ولا تسمع للأخرين باستشارتك بسهولة.



الحمل

تشعر بأنك كتلة من الطاقة، وهذا قد يكون إما في غاية الإيجابية أو مدمرًا. ولنبدأ يجب أن تفكر مليًا في كيفية التعامل مع المواقف الجديدة، خاصة مع وجود مشروعات جديدة وهامة في الأفق. ليس هناك شك في أنك تستطيع تأسيس ذاتك في العمل، ولكن الحساسية المفرطة قد تعرض حياتك المهنية للخطر على المدى البعيد، وفوق كل ذلك، قد يتاثر شريك حياتك من عدم إمكانك التحكم في نفسك. فإذا وصل الأمر إلى حد الجدال، تذكر أنك تتجادل مع الشخص الذي تعجبه أكثر من أي شخص آخر، فمن المهم أن تظل دائمًا موضوعيًّا ومتفهمًا للعلاقات الشخصية المداخلة بالإضافة إلى التركيز والتفكير في العمل وأثناء ممارستك الرياضية، وهكذا يمر هذا الأسبوع بسلام.



الثور

تحتاج إلى ممارسة ضبط النفس هذا الأسبوع، فأنت تشعر بأن أعصابك مثارة عن عدم حق من خالل أبسط التغيرات. قوتك الزائدة سوف تتحول ببساطة إلى نوعية من الغضب، ولن يكون جيداً لك حتى وإن بدا الأمر صعباً، يجب أن تحاول الوصول إلى حل وسط، فالصراامة سوف تسبب بالتأكيد في المشكلات في حياتك الخاصة وفي العمل أيضاً. فوق كل ذلك، يجب أن تحافظ على النظام فيما يخص صحتك، فأنت تميل للزيادة في كل مجالات حياتك. راقب نفسك بالكثير من الرعاية والاهتمام.



الميزان

يجب أن توخي العذر الآن لكي لا يكون رد فعلك عفوًا أكثر من اللازم، والإقدام تكون قادرًا على التحكم في غضبك. لديك مشكلتين يجعلانك تشعر بالتوتر أكثر من العادي، وأن البيئة المحيطة بك أكثر استفزازًا، وذلك مع الشريك وأيضًا في حياتك المهنية، وهذا يؤدي إلى التزاع وإلى مصاعب أخرى. لذلك، حاول أن تتحكم في نفسك بقدر الإمكان، ووفر لنفسك منفذاً لذلك، مثل الرياضة، لكن لا تجاري، لأنك معرض للخطر المتزايد من الحوادث والأمراض الحادة.



العقرب

بدلًا من محاولة الحصول على ما تريده دائمًا، يمكنك التعامل مع الكثير من العمل لأنك قادر على بذلك طاقة أكبر والعمل لساعات أطول في المقابل، الحالات سوف تؤدي فقط إلى التوتر حيث لن تتمكن من إقناع الآخرين بأفكارك. في بعض الأحيان قد تضطر إلى الامتثال للآخرين — خاصة إذا كان الموضوع غير هام، وبدون شك، تستطيع التمسك بقناعاتك إذا كانت تتحمّل التحقيق الشامل من جانبيك. من الأفضل إقناع الآخرين بأفعالك وسلوكك الأخلاقي، مع تجنب الموقف الذي قد تؤدي إلى الحوادث.



الجوزاء

سوف ينبع عن ثقتك الصحية بنفسك وحيويتك الجسمانية العالمية إلى أسبوع متوج للغاية. فأنت تروج لأهدافك دون التضحية بمجهودات الآخرين، والأكثر من ذلك، يتقبل الرملاء والرؤساء مفاهيمك بشكل جيد. لا تخفي عن الأنفاس ولكن يجب أن تكون في الصدارة وفي قلب الحدث، في العمل وكذلك في حياتك الشخصية، وإن تضمن الأمر إضافة أفكار جديدة أو بدء علاقة جديدة — الأمور تتحسن بشكل قاطع، وأنت السبب في هذا التغيير الإيجابي!



السرطان

الطاقة التي تجري في جسدك سوف تقودك إلى نجاحات عظيمة، ولكنها ستقودك أيضًا للمشكلات. فيما يخص التحديات، أنت تشعر بالتهديد ببساطة ولذلك تعمد إلى التصرف بعصبية وربما بعدوانية. لذلك، يجب أن تمنع نفسك من الخوض في هذه المواقف المليئة بالخلافات. فأنت لا ترغب في صنع الأعداء أو تحدي الآخرين أو استفزازهم، سيؤدي ذلك إلى تعریض صحتك للخطر. وهذا أبسط الأمور.خذ خطوة إلى الوراء من وقت لآخر، واستخدم طاقتكم بطريقة هادفة ومدرورة.



القوس

سوف تتمكن من التعامل مع الأنشطة المراهقة من أي نوع بدون مجحود يذكر، وسوف تبدو للآخرين متربًّا ووائقاً، وهذه الثقة القوية بالنفس سوف تتمكنك من تجاوز المناوشات اليومية. فوق كل ذلك، تستطيع الترکيز على الأمور الهامة وتكون الأولوية لإيماء المشروعات غير المكتملة. طريقتك الحازمة معدية للآخرين، وسوف تجني ثمار ثقتك المخلصة في حياتك العاطفية.



الجدي

أنت تزيد تحقيق شيئاً قابل للعرض، ولا توجد معارضة لذلك ما لم تفقد روح العمل الجماعي، فيجب أن لا تفاجئ هؤلاء الأقل سرعة في اتخاذ القرارات، ولكن اعمل على إقناعهم بأفكارك. لا تغضب إذا تعرضت للنقد، وأسأل نفسك ما إذا كنت تستطيع الاستفادة من وجهات النظر المختلفة. توجد فرصه للتعرف على طرق ووسائل للتعامل مع مسئوليياتك ومشاكلك الخاصة، وإذا أردت التخلص من الطاقة الزائدة فيجب أن تفعل شيئاً من أجل صحتك. التزم برياضات مثل الجري أو المشي حيث تقل مخاطر الإصابة.



الأسد

تشعر بأنك في حالة جيدة الآن، فأنت مفعم بال gioia والطاقة لأقصى حد. استغل فرصة أن النجوم تبسم لك واسعًا فيما تريده من الأمور، لأنك أين ذهبت وأين مدت يد المساعدة، فسوف توثر على الناس بمراجوك الجيد وقوتك. لكن يجب أن تفك في نفسك من حين لآخر. مارس الرياضة أو اعمل على حل الكلمات المتقاطعة، عندئذ سترى أن تناغمك الداخلي مستمر لفترة، وربما تظفر فرص جديدة فيما يخص الحب.





منتزه شفاعمرو - بحوث
גני שפרעם - בחוץ

الأصل، حلقة الوصل ..

نستقبل حتى 250 شخصاً

بالهواء الطلق مع أشهى المأكولات الشرقية
ونكهة الأصالة برفقة الأحباب

وبحسب تعليمات وتصريح وزارة الصحة

04-6595967

04-8691349

054-7926298

