



HAPPY NEW YEAR

شفاعمرو والمنطقة

Haifa

أسبوعية قطرية، مستقلة، شاملة

العدد 530

الخميس 31 كانون الأول 2020

توزيع مجاني



الفائزون في المسابقة



توقعات الفلكيين

لعام 2021



f haifanet

بإدارة: راني عباسي

www.haifanet.co.il

موقع
حيفا الأول



ATRAKZIA

إرساليات للبيوت

christmas collection

فرع شفاعمرو
نستقبل طلباتكم عالواتساب

054-9753629
054-4484892

أهم أحداث العام 2020



عفيف شليوط

إلى تسلم زمام الأمور، ولم يتم معاقبة مجرمي هذا الانفجار، وكأن شيئاً لم يكن.

اتفاقيات سلام مع إسرائيل

هذا العام نجحت إسرائيل بتوقيع عدة اتفاقيات سلام مع دول عربية، أحدثت خيبة أمل مؤلمة للفلسطينيين الذين شعروا بالإقصاء وتهميش القضية الفلسطينية، بينما تطورت علاقة إسرائيل بدول عربية بسرعة مذهلة فاجأت بعض السذج.

هزيمة دونالد ترامب

كم تنفس كل عقلائي في هذا العالم الصعداء لدى سماعه خبر خسارة الرئيس الجمهوري دونالد ترامب ولايته في الانتخابات الرئاسية أمام منافسه الديمقراطي جو بايدن. رغم أن ترامب حاول عدم الاعتراف في البداية بالحسم الديمقراطي، إلا أن كل محاولاته باءت بالفشل، وتخلصت الولايات المتحدة والعالم من رئيس متهور.

عروض أون لاين

أما في الوسط الفني فحدث تغيير جذري في أسوب عرض انتاجات الفنانين للجمهور، فبسبب جائحة الكورونا لم يتمكن الفنانون ولا المسارح من تقديم

عروضهم بشكل مباشر للجمهور، فلجأوا إلى عروض أون لاين كحل مؤقت في محاولة لكسر الحاجز بين الفنان وجمهوره. بالنسبة للمسرح هذه تعتبر أزمة كادت أن تقضي على دور المسرح الذي لا يمكن أن يتنازل عن اللقاء المباشر بين الممثل والجمهور، هذا العنصر الأساس في مفهوم العرض المسرحي.

توقعات وآمال

يبقى أن نتوقع كما في كل عام، أن يكون العام الجديد أفضل من العام السابق، وخاصة أن نتخلص من فيروس الكورونا وتداعياته، أملين أن يضع التطعيم حداً لهذه الجائحة التي فتكت بالأرواح وأحدثت أضراراً مذهلة للبشرية جمعاء.



أودى بحياة المئات وأوقع آلاف الجرحى إضافة إلى آلاف المشردين. ونجم هذا الانفجار الهائل عن 2750 طناً من مادة نترات الأمونيوم كانت مخزنة منذ ست سنوات في مستودع بالميناء.

وكان هنالك تداعيات لهذا الانفجار حيث خرج اللبنانيون إلى الشوارع منتفضين ثائرين وموحدين، وطالبوا بمعاقبة المسؤولين وتغيير النظام والحكومة. لكن مع مرور الوقت، عادت القيادات التقليدية

نودع مع صدور هذا العدد عام 2020، على أمل أن نودع مع انتهاء هذا العام، انتهاء وباء الكورونا، الذي كان بمثابة الحدث الأبرز والأسوأ في العام 2020.

جائحة الكورونا

هذا العام لم يكن ككل الأعوام، فما حصل هذا العام غير العالم، غير نهج حياتنا، عاداتنا، تحركاتنا، أعمالنا. الحدث المركزي الذي حصل هذا العام لم يحصل مثله منذ اندلاع الحرب العالمية الثانية. هذا الحدث احتجز نحو أربعة مليارات إنسان في منازلهم، وحصد أرواح أكثر من 1,6 مليون نسمة، أصيب ما لا يقل عن 72 مليوناً بفيروس كورونا.

لدى الإعلان عن الإغلاق الأول في البلاد كتبت في حينه في صحيفة "حيفا" أن تصريحات المسؤولين والتعليمات الصادرة من مصادر رسمية لا تطمئن. فقد أصدر وزير الأمن الداخلي جلعاد أردان تعليماته لأجهزة الأمن والشرطة التي تشير إلى احتمال الإعلان عن إغلاق كامل وشامل في البلاد. الأمر المقلق بالفعل أنه حسب التقديرات بأن هذه التعليمات الصارمة قد تستمر لفترة طويلة، وهنالك احتمال لاستمرارها حتى شهر أيار وربما حزيران.

إن هذه الأمور مجتمعة أربكتنا، تدخلت في تفاصيل التفاصيل لحياتنا وعاداتنا، فلم نعد نتبادل السلام، ولم نعد الأم نזור ابنتها، ولا الجد والجدة يستطيعان احتضان أحفادهما، وفي عيد الأم لن أتمكن من زيارة أمي وتقبيل جبينها، أفرأحنا أصبحت مقتصرة على عدد قليل جداً من الأشخاص، وكذلك الأمر أترأحنا، أصبحنا ندفن أموالنا خفية ودون دعوة الأحاب والأصدقاء للمشاركة.

انفجار مرفأ بيروت

هذا الحدث الذي هز بيروت ولبنان والعالم بأسره، حيث وقع انفجار ضخم بمرفأ بيروت تردد صدها إلى مناطق تبعد عشرات الكيلومترات عن المدينة،



نورنحولي (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



حسام أبو بكر
مدير التأمين الوطني - العقولة
ناشط اجتماعي



أيمن سيف
عضو مجلس الإدارة في كلاليت
بمسؤول الكورونا في المجتمع العربي



الدكتور عوني يوسف
رئيس مدير كلاليت لواء الشمال
ومدير كلاليت أريحا الناصرة



محمد مشارقه
رجل أعمال



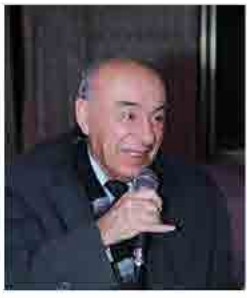
محمد أبو عبيد
قاضى شرعي - محكمة الاستئناف



حملة التطعيم في كلاليت ضد الكورونا.. تخرج الى النور!

عمركم فوق الـ 60؟ تعالوا وتطعموا كي تعودوا لحياتكم الطبيعية

لحجز دور: إتصلوا *2700 أو عبر تطبيق كلاليت
أو توجهوا للعيادة القريبة منكم.



كلمة شكر وعرفان

بخصال المرحوم أبي جبور وتذكيرهم بآثاره والدنا المرحوم جبور يوسف جبور "أبي الياس"، كان لها أكبر الأثر في نفوسنا، وأجل غزاء لنا في مصابنا بوفاة عميد العائلة أبي جبور. إننا نعاهدكم بأننا سنواصل الدرب الذي سار عليه والدنا المرحوم أبو الياس وشقيقنا أبو جبور والاسترشاد بمبادئها النابعة من إيمان عميق بوحدة مجتمعتنا العربي واللحمة بين جميع فئات هذا المجتمع ومشاربه ونشر المحبة والوئام والسلام والروح الإنسانية بين الناس من دون تمييز. إننا لن نفرط بهذا التراث الذي أشاد به الجميع والذي هو أعمق غزاء وأكبر محفز لنا على المحافظة على ديمومتها لكي يبقى جسراً تعبر عليه جميع الأجيال المتعاقبة ونبراساً ومشعلاً يهتدي به جميع المواطنين في طول البلاد وعرضها. وسبق شاعرنا دائماً "الوحدة قوة وصفاء القلوب رفعة والتسامح مناعة"، الذي تقره جميع العقائد والأديان السماوية. جزاكم الله خير جزاء وتقبل دعاءكم ولا أراكم الله سوءاً ولا مكروهاً في من تحبون.

آل جبور
شفاعمرو - كندا
27 كانون الأول 2020

سمير وزباد جبور جبور وأم جبور. أرملة الفقيد المرحوم الياس جبور جبور، "أبي جبور"، وشقيقته نرى وأولاد المرحوم وعائلاتهم وجميع آل جبور وعزائم وأقربائهم وأنسابهم يتقدمون بأسى آيات الشكر وعظيم العرفان لجميع الأحبة والأصدقاء الذين بادرونا بواجب التعزية الصادقة والمواساة الحسنة. في مصابنا الجلل بوفاة فقيدنا المرحوم أبي جبور، سواء حضوراً أو هاتفياً أو عن طريق مواقع التواصل الاجتماعي أو بكلمات الرثاء القلبية التي عكست مشاعرهم الصادقة، وتلمس العذر لكل من حالت الظروف القاسية دون الحضور الشخصي. كما نتقدم بالشكر والتقدير للمسؤولين عن المواقع الالكترونية والإذاعية والصحافية الذين تكرموا بنقل وقائع هذا الحدث المفجع وما بذلوه من جهد واهتمام سواء بالتعليق أو التغطية الواسعة. إن كلمات المواساة والرثاء التي تكررنا وأدلى بها جميع المشايخ الأفاضل وقادة المجتمع العربي المحترمين والأصدقاء والأحباء، وما أفاضوا به من إشادات

مندوبو الجمعيات الثقافية العربية يلتقون المحامي فاخر بيادسة

لمراسل صحيفة "حيفا" - التقى يوم الأحد الماضي مندوبون عن منتدى الجمعيات الثقافية العربية في حيفا الفنانة فريال خشيبون، مديرة فرقة سلى للفنون الاستعراضية. الفنان أليير بلان، مدير جمعية الكرم للموسيقى، والكاتب والفنان عفيف شليوط، مدير عام مؤسسة الأفق للثقافة والفنون، مع الناطق الرسمي بلسان بلدية حيفا المحامي فاخر بيادسة، حيث تم بحث ظروف عمل الجمعيات الثقافية العربية في حيفا والعقبات التي تواجهها. من ضمن القضايا التي تم طرحها في اللقاء الدعم المالي الشحيح الذي تقدمه البلدية للجمعيات الثقافية العربية في حيفا، وتم التأكيد على أهمية إحداث تغيير جذري في مفهوم الدعم المالي للجمعيات الثقافية من قبل إدارة بلدية حيفا كما تم طرح قضية وقف التخفيضات في ضريبة الأرنونا التي كانت تمنح للجمعيات الثقافية العربية في السابق، لكن في السنتين الأخيرتين تم رفض طلبات معظم الوسط العربي في حيفا.

الجمعيات الثقافية العربية وبحجج غير معتمدة على معايير واضحة. فطالب مندوبو المنتدى إعادة النظر في الطلبات المقدمة من جهة، ومن جهة أخرى تجميد إجراءات الجباية من الجمعيات إلى حين معالجة الأمور واتخاذ القرارات الجديدة. كما أثار مندوبو المنتدى قضية ميزانية مسرح الميدان التي من المفروض عدم الغائها ومنحها لمسرح عربي آخر في حيفا. بالإضافة إلى تخصيص صالة عرض لمسرح عربي في حيفا، خاصة أنه في الوقت الحالي وبعد إغلاق مسرح الميدان لم يبق لدى الجمهور العربي والفنانين العرب صالة عرض خاصة بهم. في ختام الاجتماع وعد المحامي فاخر بيادسة بنقل مطالب الجمعيات الثقافية العربية في حيفا لرئيسة البلدية، وأشار بأنه من الضرورة عقد اجتماع عاجل وسريع مع رئيسة البلدية لطرح المواضيع أمامها ووضع خطة عمل للنهوض بالنشاط الثقافي والفني في الوسط العربي في حيفا.



عندما نسقي عطشان كأس ماء نكون في الميلاد

بأنهم حافظوا على التعليمات في أثناء توزيع المواد الغذائية، حيث كانوا يقرعون الباب ويتعدون ولا يغادرون المكان إلا بعد التأكد من استلام أفراد العائلة المواد الغذائية. كما وجهوا الشكر والعرفان لرجال الأعمال وأصحاب المحلات الذين تبرعوا بالمواد الغذائية بسخاء، وأعضاء الكشاف جميعاً الذين عملوا بجد ونشاط خلال حملة التبرعات وتوزيع المواد الغذائية، ووجهوا شكراً خاصاً للجندي المجتهد الذي بذل مجهوداً كبيراً خلال الحملة الأخ زهير بولس.

لمراسل صحيفة "حيفا" في شفاعمرو - كما في كل عام قامت سرية كشاف شفاعمرو المسيحية الأولى بتوزيع مواد غذائية أساسية للعائلات المستورة كالطحين والأرز والسكر في فترة عيد الميلاد المجيد ورأس السنة الميلادية، بعد أن قاموا بجمع التبرعات من المقتردين الذين تذكروا العائلات الفقيرة الذين بحاجة للفرح بالعيد مرددين "عندما نسقي عطشان كأس ماء نكون في الميلاد". وفي حديث مع أعضاء وقياديين في سرية الكشاف أعربوا عن سعادتهم بأقبال الناس على التبرع هذا العام بشكل أكبر من السنوات الماضية، كما أشاروا



رئيسة بلدية حيفا تقوم بزيارة كنيسة مار لويس للموارنة في حيفا لتهنئة الكهنة بمناسبة حلول عيد الميلاد المجيد

لمراسل صحيفة "حيفا" - قامت رئيسة بلدية حيفا عيانت كاليش يوم الأحد الماضي بزيارة كنيسة مار لويس المارونية في حيفا، حيث التقت هناك كهنة الرعايا المسيحية في حيفا، لتهنئتهم بمناسبة حلول عيد الميلاد المجيد. خلال اللقاء عبرت رئيسة البلدية عن سعادتها بهذه الفرصة التي أتاحت أمامها زيارة الكنيسة ومباركة الكهنة بمناسبة عيد الميلاد المجيد، وقالت أن هذا اللقاء يجسد الاحترام المتبادل والعيش المشترك والتآخي والتسامح بين الأديان في مدينة حيفا. كما شكرت رئيسة البلدية الكهنة على دورهم القيادي في نشر المحبة والتآخي والتسامح. ودعتهن لزيارتها في

مكتبتها قائلة "هناك الكثير من العمل المشترك لننجزه معاً". هذا وبارك الكهنة رئيسة البلدية مرحبين بقدومها إلى كنيسة مار لويس للموارنة، وأعربوا عن تقديرهم للنهج المبني لرئيسة البلدية داعين للتعاون المشترك وتعزيزه الذي سيأتي بالخير على حيفا وأهلها. وفي ختام اللقاء أشادت رئيسة بلدية حيفا بأعمال الترميم الفريدة والراقية التي قامت بها الكنيسة المارونية للحفاظ على مبنى الكنيسة وتاريخها العريق، وشكرت كاهن رعية الموارنة في حيفا الأب يوسف يعقوب على حسن الاستقبال وحفاوة اللقاء.



نظمت في 31 كانون الأول 2020



مجلس التعليم العالي

תכנית "רואד" להרחבת הנגישות להשכלה גבוהה

نتقدم بأحر التهاني بمناسبة
חلول عيد رأس السنة

طاقم برنامج
رواد التعليم العالي

**HAPPY
NEW YEAR**



الشيخ موفق طريف، الرئيس الروحي للطائفة الدرزية يتلقى التطعيم



لمراسل صحيفة "حيفا" في شفاعمرو - تلقى الشيخ موفق طريف، الرئيس الروحي للطائفة الدرزية، التطعيم ضد فيروس الكورونا في عيادة كلاليت في يركا، ورافقه عدد من المشايخ، وهو بدوره دعا الجمهور إلى الحصول على التطعيم بأسرع وقت.

اقترح إلغاء الحجر الصحي في الفنادق

عن مكان الحجر الصحي المنزلي والالتزام بالوصول إلى مكان الحجر الصحي والفحص الثاني في اليوم التاسع ليس عن طريق المواصلات العامة. بالتزامن مع ذلك تقرر أن وزارة الأمن ستنفذ خطة تعنى بالمساعدة في الالتزام بواجب المكوث في الحجر الصحي المنزلي. بالإضافة إلى ذلك، ستتخذ الجهات المختصة إجراءات مراقبة وتطبيق قانون تركز على الأشخاص الملزمين بالمكوث في حجر صحي، وذلك على سبيل المثال من خلال الوصول إلى مكان الحجر الصحي.

مكتب صحيفة "حيفا" - صادقت اللجنة الوزارية المكلفة بشؤون كورونا (من خلال استفتاء هاتفي) يوم أمس الأول، الثلاثاء، على اقتراح وزير الصحة إلغاء الالتزام الشامل بالمكوث في حجر صحي في فنادق. وبدلاً من ذلك سيتمكن الأشخاص العائدون من أية دولة إلى البلاد المكوث في الحجر الصحي المنزلي أو في مكان آخر سوى منازلهم يتيح استيفاء كافة شروط الحجر الصحي بدلاً من الفنادق، مثل: الخضوع لفحص تشخيص الإصابة بفيروس كورونا بمجرد الوصول إلى مطار بن غوريون الدولي. الالتزام خطياً وقبل الانتقال إلى الحجر الصحي المنزلي بالخضوع لفحص كورونا إضافي في اليوم التاسع من بداية فترة الحجر الصحي والخضوع للفحص فعلاً. الإبلاغ خطياً

إعادة النظر في تركيبة القائمة المشتركة وخطر انشقاق النائب عباس

والثالث عشر للتجمع، والرابع عشر للعربية للتغيير، والخامس عشر للحركة الإسلامية الجنوبية. في حال قبول الجبهة للمقترح، فإنها ستحصل على رئاسة المشتركة و4 مقاعد في المقاعد الـ11 الأولى، والإسلامية الجنوبية على 3 مقاعد، والتجمع على مقعدين، والعربية للتغيير (طبيعي) على مقعدين. وهناك احتمالات لانشقاق النائب عباس عن المشتركة في حال أقرت حكومة نتنياهو مطالب منصور عباس، بينما تطالب مركبات في المشتركة بمعاينة النائب عباس في حال قرر الاستمرار بالمشاركة وشرط التزامه ببرنامجه السياسي.

لمحرر صحيفة "حيفا" للشؤون الحزبية نتيجة توقع حصول القائمة المشتركة على 11 مقعداً في الانتخابات القادمة، ذكرت بعد المصادر السياسية أنه جرت محادثات حزبية ثنائية لمركبات المشتركة تم خلالها طرح إمكانية إعادة بحث رئاسة المشتركة وترتيب المقاعد من الحادي عشر حتى الخامس عشر. من ضمن الاقتراحات التي طرحت خلال تلك المحادثات أن تراجع الجبهة من المقعد 12 إلى المقعد 15 مقابل استمرارها برئاسة القائمة المشتركة. من الجدير بالذكر أن المقعد الحادي عشر الحالي للحركة الإسلامية الجنوبية، والثاني عشر للجبهة.



التجمع ينتقد النائب عبّاس ويعلن تمسكهم بالمشاركة

وذكر البيان أن القائمة المشتركة التزمت في حملتها الانتخابية بالعمل على إسقاط بنيامين نتنياهو، وما قام به النائب عباس هو خرق لهذا الالتزام، حيث أبدى استعداداً لإنقاذ نتنياهو، ما يثير غضباً جماهيرياً ساخطاً نستشعره يومياً بين الناس، ويضعف قوة المشتركة ويضر بمصداقيتها، والنتيجة واضحة في استطلاعات الرأي. وأشار التجمع إلى أن الأوهام ليست إنجازاً، ومحاولات الاستهتار بعقول الناس بالترويج لإنجازات وهمية تثبت الحقائق الفعلية على الأرض زيفها وبطلانها.

في ختام البيان دعا التجمع الحركة الإسلامية إلى تصويب الخلل الحاصل وإلى وقف التدهور الخطير في الثقافة السياسية ومنع الانزلاق في مهاوي فقدان البوصلة. وأضاف البيان أن فروع وهيئات وكوادر التجمع بدأت الاستعدادات للانتخابات بهمة عالية، وتم تحديد موعد انعقاد مؤتمر الحزب لانتخاب قائمة مرشحيه للانتخابات البرلمانية المقبلة.

مكتب صحيفة "حيفا" - أصدر التجمع الوطني يوم أمس الأول، الثلاثاء، بياناً تطرق فيه إلى التطورات الأخيرة في القائمة المشتركة، وتبكي موعود الانتخابات. وانتقد البيان نهج اشتراط الحقوق بالموقف السياسي وخفض سقف النضال والمطالب، واعتبره منزلقاً خطيراً يضرب في الصميم النضال المتواصل للجماهير العربية لنيل حقوقها اليومية والقومية، الأمر الذي يمكن أن يُفسر القبول بأننا رعايا لا مواطنين أو التسليم بأننا مواطنون من الدرجة الثانية.

وحذر التجمع من أن ربط الحقوق بالموقف السياسي يحول المواطنة إلى مواطنة مشروطة والحقوق إلى حقوق مشروطة أيضاً، وسيؤدي ذلك إلى تراجع خطر في انتزاع حقوقنا ومواجهة سياسات التمييز العنصرية الحكومية، حيث أكد التجمع أن مطالبنا هي حق وليس منة من أحد أو بضاعة في صفقات سياسية مع اليمين أو اليسار الاسرائيلي على حد سواء.



מרחב גליל מרכזי



HAPPY NEW YEAR

نتقدم لجان الموظفين والمسؤولين في الهستدروت

بأجمل آيات التهاني والتبريكات

الى أبناء الطائفة المسيحية

بمناسبة حلول

عيد رأس السنة



السيد حسيب عبود
رئيس الهستدروت لواء الجليل المركزي



جمعية رسل المستقبل الشفاعمرية تصدر العدد السادس من مجلتها "السراج"

لمراسل صحيفة "حيفا" في شفاعمرو - أصدرت "جمعية رسل المستقبل" الشفاعمرية، العدد السادس من مجلتها "السراج" بمناسبة الأعياد الميلادية. واحتوى العدد على مواد متنوعة، في مركزها حوار خاص مع بطريرك القدس الجديد للاتين، بيير باتيستا بيتسابالا تناول عددا من القضايا، منها الأزمة المالية التي عاشتها البطريركية مؤخرا، وحول ذلك قال غبطته: "إن الوضع المالي للبطريركية أفضل في الوقت الحالي إلا أن المشاكل لم تنته بعد. لقد قمنا بسداد الدين الأساسي للمصارف الخارجية، غير أن ثمة مواضيع أخرى يجب معالجتها في العام القادم". كما تناول الحوار مسألة التطرف الديني والهجمات الإرهابية باسم الدين، فقال البطريرك بيتسابالا: "من ناحية علينا إدانة أي هجوم على أشخاص أو مؤسسات يرتكز إلى كراهية دينية، بشكل صريح وواضح تجاه تلك الظواهر. ومن ناحية أخرى علينا تشجيع الحوار والاحترام المتبادل بين الناس والشعوب من ديانات مختلفة ومؤسساتها المعنية".

وفي باب المقالات كتب أشرف جبور، مدير عام برنامج رواد التعليم العالي "ثورة دمج الطلاب العرب في الأكاديمية وانعكاساتها المستقبلية"، وكتب عماد قسيس حول "الكورونا - بالمختصر المفيد". وسهّل



وفاة الفاضلة ندى حبيبي عبود الأشقر



لمراسل خاص - انتقلت إلى جوار ربها صباح يوم الخميس، 24/12/2020، المربية الفاضلة ندى حبيبي عبود الأشقر (أم توفيق) عن عمر ناهز الـ (96) عاما. وهي شقيقة الأديب الراحل إميل حبيب وآخر من تبقى من أبناء شكري حبيبي. وهي والدّة سعاد ونجاة وهالة ووفاء وتوفيق الذي رحل عنا قبل سنوات معدودة.

هذا وقد تقرر دفنها في مدفن الطائفة الأنجليكانية (البروتستانت) في حيفا، وبحسب تعليمات وزارة الصحة، واقتصرت التشييع على عائلتها المصغرة فقط.

يشار إلى أن الراحلة ندى عبود، كانت في مقتبل عمرها تعمل مربية للأطفال في المدرسة، وقد كافتت بشدة من أجل تربية أطفالها الخمسة. بعد وفاة زوجها الذي فارق الحياة في ريعان شبابه، وقد كانت مثالا للتربية والأخلاق الحميدة، وقد عاشت في سنواتها الأخيرة في حيفا لوحدها بعد أن غادرها جميع أولادها إلى بيوت أزواجهم ومنهم من هاجر إلى كندا وألمانيا. وكانت تلتقي بهم طوال الوقت بجميع المناسبات. يشار إلى أن المرحومة كانت تقوم بجميع واجباتها الدينية ولا تغيب عن زيارة الكنيسة أيام الأعياد وفي المناسبات الدينية، إلى أن أعجزها المرض في الأيام الأخيرة ومنعها من ذلك.



الطبيب جورج غريب يدعو الناس لتلقي التطعيم والأب ديمتريوس يعلن أنه أصيب بالكورونا

الكورونا وكانت الإصابة بسيطة. أثنى مع بشارة الطفل يسوع أن نسمع بشارة جانحة الكورونا أن تزول. وأختمت مررت بتحديات كثيرة خلال العام ولكن الكورونا جمعت العائلة المصغرة وأمنيته أن نعود إلى حياتنا الطبيعية".

هذا وصرح الدكتور جورج غريب خلال البرنامج "أنا سألقى التطعيم ضد الكورونا، وأنصح الناس وأناشدهم أن يأخذوا التطعيم لمنع تفشي الوباء وحفاظا على صحتهم. فالتطعيم تم إنتاجه خلال عام. إذ هناك معلومات موجودة منذ عام 2003 و2008 إذ حدثت موجات من الفيروسات ومنذ تلك الفترة بدأ العلماء بتحضير تطعيم على أساس معلومات موجودة. فإن رأس المال توفر للعلماء وهناك متطوعون للتطعيم وتقنية تكنولوجيا للتطعيم تجرب التطعيم على 40 ألف إنسان متطوع من جميع أنحاء العالم. وهذه الأسباب جميعها ساعدت في إنتاج تطعيم خلال عام. أما بالنسبة للإغلاق: فهو الوسيلة الأخيرة التي تستعمل في حالة الوباء، ولكن الناس فقدوا الثقة بالمسؤولين وبمخذي القرارات. قامت الدولة بإصدار قرارات وأدخلوا الناس في حالة بليلة وعدم وضوح. فالإغلاق يدمر الإقتصاد من مطاعم وقاعات وفنادق وغيرها، هذا فشل في إدارة أزمة الكورونا. أما بالنسبة للتطعيم ضد التهاب الرئة فالمرضى المزمّنين يجب تلقيه كل 5 سنين حتى جيل 65 وبعد هذا الجيل مرة واحدة، إذ يحمي من التهاب الرئة القاتلة خاصة المرضى المزمّنين ويمكن أخذ التطعيم كل أيام السنة. أما بالنسبة للكورونا تصيب الدم وتعمل تخثر بالدم وجلطات، وتصيب الرئة خاصة الذين عندهم أمراض مزمنة تؤدي إلى إصابة الرئة ويمكن جلطات في الجسم، فالفيروس يحمل زلال والتطعيم ينتج مضادات". واختتم غريب قائلا "للوباء أبعاد نفسية واجتماعية وأبعاد اقتصادية بدأت لاحظ ذلك في العيادة وهذه الأبعاد سوف تراقب المجتمع عدة سنوات".



وفاة حسن أبو عزيزة من حيفا متأثرا بجروحه بجادث طرق



مندوب صحيفة "حيفا" - استضاف برنامج "تنبؤ عالها" الذي يعده ويقدمه رزق ساحوري وعمري حسنين يوم السبت الماضي بيت حي مباشر في الحلقة الخامسة الدكتور جورج غريب، طبيب عائلة ومدير عدة عيادات سابق في صندوق المرضى العام (كلاليت)، إذ تحدث عن الكورونا والتطعيمات، والأب الإيكونوموس ديمتريوس سمرا كاهن رعية الروم الأرثوذكس في حيفا، والذي تحدث عن العلاقة بين الكنيسة والمؤمنين في ظل وباء الكورونا. كما استضاف البرنامج أستاذ وباحث التاريخ والمرثم طوني باسيلا الذي تحدث عن سريرة التعليم عبر الفيديو، وأضاف أجواء ميلادية وروحانية بصوته حيث رثم ترانيم بيزنطية ميلادية. يذكر أن البرنامج برعاية صحيفة "حيفا" وجمعية الكرمل للموسيقى. هذا وصرح الأستاذ طوني باسيلا خلال البرنامج "أتقنت الألحان البيزنطية الثمانية وبدأت الخدمة في الكنيسة الأرثوذكسية في حيفا منذ العام 1991 حيث دعمت وشجعتي العديد من كهنة وعلمانيين وما زلت حتى اليوم أوهب صوتي للكنيسة وأقود جوقة كنيسة يوحنا المعمدان الأرثوذكسية في حيفا". يذكر أن الأستاذ طوني أحدث ثورة في تدريس التاريخ عبر الفيديو في السنة الأخيرة عبر الزووم، حيث جهّز 30 فيديو يشمل وسائل إيضاح تساعد الطالب في فهم واستيعاب مادة التاريخ، إذ يمكن أن تتحول هذه المادة إلى ثقافة وعمليا متاحة لكل طالب. بالنسبة للزوم قال الأستاذ طوني "عدد كبير من المعلمين قاموا باجتهاد ذاتي في بناء معروضات الكترونية، أو بناء فيديوهات، نجحنا أن نوصل الطلاب إلى الجغرافيا وتحصيل علمي عال رغم أننا في حالة طوارئ وعلى الرغم من الترسبات الاجتماعية والنفسية الذي ألحقه تفشي وباء الكورونا. يذكر أن هناك مواضيع أسهل أن نعلمها عبر الزووم وهناك مواضيع صعبة مثلا مواضيع تدرس في المختبرات أو الحاسوب".

أما الأب ديمتريوس سمرا قال "احتفلنا بالأعياد بظروف غير عادية في ظل ظروف الكورونا وحسب التعليمات ويمكن أن أقول أننا نعيش في فترة ظلام معتم. القليل من المصلين شاركوا في الصلوات ونبت الصلوات والقداديس عبر الفيس بوك، نتمنى أن يكون العيد القادم وقد غادرتنا الكورونا. نحن نساعد عائلات كثيرة في ظل الأوضاع الصعبة بدعم المجلس الملي الأرثوذكسي الوطني في حيفا، وبدوري أنصح الجميع أن يتطعموا فأنا أصبت بمرض

لمراسل صحيفة "حيفا" - توفي حسن أبو عزيزة (55 عاما) أبو أحمد من سكان مدينة حيفا، متأثرا بجروحه نتيجة حادث طرق بين شاحنتي نظافة تابعتين لبلدية حيفا.

حسن أبو عزيزة أب لأربعة أبناء من سكان شارع العراق (الحي الشرقي) في حيفا، وتم تشييع جثمانه يوم الثلاثاء من هذا الأسبوع، ومواراته الثرى في مقبرة كفار سمير جنوبي المدينة. هذا وتقوم الشرطة بالتحقيق في ملابسات الحادث.

TWENTY 27 SEVEN

صرخة في عالم الموضة والازياء

TWENTY27SEVEN



TWENTY27SEVENN



★ شفا عمرو

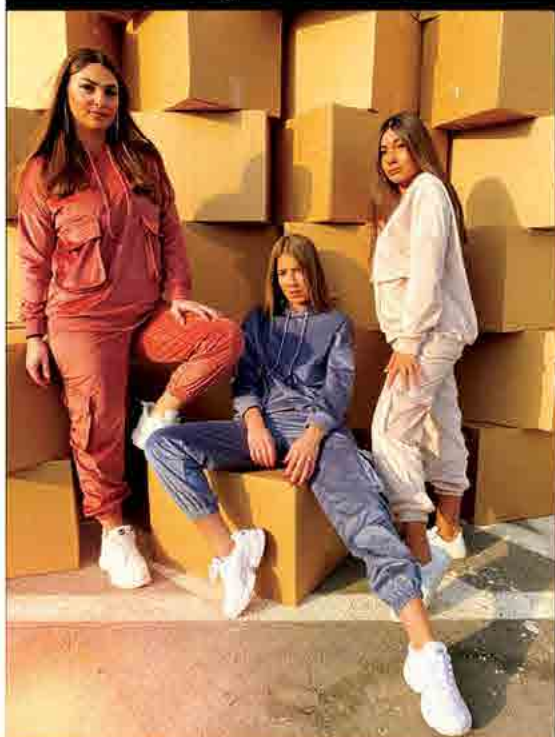
قرب الملعب البلدي

★ سخنين

الشارع الرئيسي

MERRY
Christmas
HAPPY NEW YEAR

تشكيلة واسعة ومنوعة
لأروع الملابس العالمية



اختتام نشاطات مهرجان المدينة للثقافة والفنون احتفاء بمدن الساحل الفلسطيني: عكا، حيفا، يافا



في أراضي الـ 48 وتحدد أولوياته وسياساته. في مختلف القضايا التي يتعامل معها الحقل الثقافي في ظل الظروف السياسية والاجتماعية التي يعيشها فلسطينيو الداخل.

وكان من بين الذين قدموا مداخلات خلال اللقاء الذي ترأسه مدير المهرجان ربيع عيد، كل من رئيس الهيئة الإدارية لجمعية الثقافة العربية أنطون شلحت، ومدير مركز مدى الكرمل د. مهند مصطفى، والنائب عن حزب التجمع والقائمة المشتركة سامي أبو شحادة، والباحثة الفلسطينية نسرین مزاي، والكاتب محمد قعدان، والناشط تامر عاصي، الشاعرة دارين طاطور.

وتقرر في ختام اللقاء متابعة العمل على هذا المشروع في جمعية الثقافة العربية خلال عام 2021.

أيام تطوعية

إلى جانب برنامجها الرقعي، نظمت الجمعية خلال المهرجان ثلاثة أيام تطوعية لطلاب منحة روضة بشار عطا الله، بالتعاون مع حركات شبابية في كل من المدن الثلاث: في عكا بالشرابة مع مجموعة عكا 5000 حيث شارك المتطوعون في صيانة أحد جدران البلدة القديمة واستمعوا إلى محاضرة من منسق مشروع الحفاظ على التراث المبنى في الجمعية الباحث د. رامز عيد؛ وفي حيفا بالتعاون مع حركة شباب حيفا ومتولي الوقف الإسلامي حيث تم العمل على ترميم مقبرة الاستقلال ومن ثم عقدت محاضرة مع المحامي والناشط خالد دغش، وفي يافا بالتعاون مع النادي الكشف الإسلامي حيث تم ترميم مقر النادي ومن ثم قدم الناشط محمد قندس محاضرة للطلاب.

ملف الساحل

كذلك تعاونت جمعية الثقافة العربية مع فُسحة- ثقافية فلسطينية ومجلة "زمان" الثقافية، في نشر مواد ونصوص تناولت قضايا متنوعة من جوانب مختلفة تتعلق بمدن الساحل الفلسطينية، وبشكل خاص، كلاً من المدن الثلاث: عكا، وحيفا، ويافا، بهدف تسليط الضوء على القضايا الثقافية المتعلقة بمدن وقرى الساحل الفلسطيني، ما بقي منها وما هُجر، حيث نشرت كلتا المجلّتين ما يزيد عن خمس عشرة مادة لعدد من الكتاب والباحثين والباحثات.



محاضرات
عرض المهرجان ثلاث محاضرات مسجلة، تناولت قضايا تتعلق بمدن الساحل الثلاث، فقدم البروفيسور محمود يزيك محاضرة حول تاريخ تعمير فلسطين وتدميرها، من خلال العودة إلى أحداث مفصلية ساهمت في تشكيل طبيعة مدن الساحل الفلسطيني؛ بينما قدم الباحث علي حبيب الله محاضرة حول ملامح التوتر التاريخي لسكان ساحل فلسطين العرب مع بحرهم، ومن ثم تصالجه معهم حديثاً؛ كما قدمت الباحثة د. منار حسن محاضرة بعنوان "مغيبات" حول علاقة النساء بالمدن الفلسطينية قبل النكبة وبعدها.

ورشات

نظمت الجمعية خلال أيام المهرجان ورشتين، الأولى مع المصور الفلسطيني محمد بدارنة تحت عنوان "التصوير أداة للحراك الاجتماعي والسياسي"، سلطت الضوء على كيفية استخدام التصوير الفوتوغرافي في إنتاج مشاريع اجتماعية وسياسية وثقافية يكون لها أثر على الحراك المجتمعي؛ والثانية مع ميرنا بامية وعرضت خلالها "رحلة" عبر نكبات الساحل الفلسطيني وأكالاته وخصوصيته، بغية التفكير معاً بنسج ثقافة الطعام بالساحل عبر موجات تنقلات الناس منه وإليه، عبر عدة وفقات زمنية.

مسابقات

ونظمت الجمعية مسابقتين على هامش المهرجان عبر تطبيق "إنستغرام"، الأولى مسابقة القصص المصورة "يوميات على الساحل" والتي تستمر حتى نهاية الشهر الجاري؛ والثانية مسابقة يومية عبر خاصية "ستوري" يتم خلالها طرح مجموعة أسئلة تتعلق بمدن الساحل الثلاث ومعالمها البارزة.

السياسات الثقافية

ونظمت الجمعية في اليوم الثاني من المهرجان، لقاء تفكيراً جمع عدداً من المثقفين والأكاديميين والناشطين، في إطار السعي لصياغة تصور مستقبلي للسياسات الثقافية للفلسطينيين في الداخل، بهدف إلى وضع رؤية تقود العمل الثقافي الفلسطيني



للمخرجة ميس دروزة، والذي يحكي قصة مخرجة التي جاءت إلى فلسطين لتلتقي بوطنها وحبها؛ كما عرض الفيلم اللبناني "بيت البحر" للمخرج روي ديب، والذي يتناول قضايا الشباب العربي وهمومه المثقلة بتاريخه، عبر قصص لأربعة أصدقاء؛ كذلك عرض فيلم "فراولة" لعائدة قعدان، والذي يتناول علاقة الفلسطيني بالبحر في ظل الواقع السياسي وممارسات الاحتلال.

وبث المهرجان مقطعي فيديو مسجلين، الأول افتتح المهرجان وهو فيديو "وجوه من المدينة" لأغنية "طير يا هوا" للفنانة الفلسطينية الراحلة، رسم بثاً، والثاني كان عملاً فنياً بالتعاون مع استوديو رابعة مرقس للرقص ومدرسة "الأمل" للرقص المعاصر، وهو مشاركة فلسطينية في تحدي الرقص على أغنية "جير وساليم" الأفريقية الأصل.

قراءات في المدينة

عرض المهرجان ضمن نشاطاته قراءات مصورة لكتاب في كل من المدن الساحلية الثلاث، فعرض قراءة للكاتب إياد برغوثي من روايته "بردقانة" مصورة في عكا، بينما قرأ الكاتب رشيد إغبارية في حيفا قصته "العرب في شارع صهيون"، وقرأت الكاتبة شيخة حليوي في يافا قصتها "فرع البريد المحلي وسط يافا".

ندوات ثقافية وحوارات فنية

إلى جانب هذه القراءات، نظمت الجمعية ندوتين، ندوة إطلاق ديوان الشاعر نجوان درويش "استيقظنا مرة في الجنة"، وهو يضم إحدى وثلاثين قصيدة تتحرك في فضاء حيفا والقدس وتنفتح على أفق عربي وإنساني واسع، ويحمل غلافها صورة لمدينة حيفا قبل احتلال عام 1948، وندوة لمجموعة "الدائرة" تحت عنوان "الهوية والمدينة والبحر" في حوار يتأمل الساحل الفلسطيني ومدنه من موقف المنفى حول العالم، تتأمل الدائرة البحر في الهوية، والمدينة في الأنا؛ بمشاركة كل من: شذى الحاج، عبد الله البياري، إيمان حرم، عمر زكريا، رزان خلف، فراس حمدان، ومازن فواز.

كذلك نظمت ندوة حول أعمال الفنان العكي توفيق عبد العال ومعرضه "ترانيم البقاء"، بمشاركة الفنان ناصر السومي وطارق عبد العال وعدد من المشاركين، فيما أدارت الندوة الكاتبة رنا عناني، وندوة بمشاركة التشكيلية الفلسطينية سامية حلي، المقيمة في مدينة نيويورك، للحديث عن أعمالها الفنية المتعلقة ببافا وفلسطين وحاورتها لارا عرفة.

لمراسل صحيفة "حيفا" - اختتمت جمعية الثقافة العربية الأسبوع الماضي نشاطات مهرجان المدينة للثقافة والفنون لهذا العام تحت عنوان "مدن الساحل: عكا، حيفا، يافا"، والتي استمرت طوال الأسبوع بصيغة رقمية عبر بث محاضرات وندوات وأفلام تناولت قضايا تتعلق بمدن الساحل الثلاث، إضافة إلى عرض جولات مصورة في كل من هذه المدن، كان قسم منها موجهاً للأطفال، إلى جانب تنظيم أيام تطوعية لطلاب منحة روضة بشار عطا الله في كل من المدن بالتعاون مع حركات شبابية فيها ضمن نشاطات المهرجان. وأقيم المهرجان بدعم من مؤسسة التعاون ومن مؤسسة عبد المحسن القطان للثقافة والفنون.

وأوضح مدير المهرجان، ربيع عيد، أن "أهمية اختبار قيمة الساحل الفلسطيني كقيمة مركزية للمهرجان تكمن في أن هذه المدن تواجه منذ النكبة، مخططات مُمنهجة تهدف إلى طمس معالمها الفلسطينية وتزوير هويتها وتاريخها وثقافتها وتستهدف سكانها الفلسطينيين الأصليين، إلى جانب سياسات التهويد والإفقار التي يعاني منها سكان الأحياء الفلسطينية المبهمة".

جولات في المدن

عرضت الجمعية خلال المهرجان ست جولات كانت قد أنتجت مسبقاً، منها ثلاث جولات تناولت تاريخ المدن الثلاث والتحديات التي تعيشها كلٌ منها في ظل واقعها السياسي. ففي عكا تناول الناشط أندرو عبادو وزمزم فاعور تاريخ المدينة وواقعها السياسي اليوم والظروف التي يعيشها الفلسطينيون في المدينة. وفي حيفا استعرضت الجولة مع مخطط المدن والباحث عروة سويطات تاريخ بعض أحياء المدينة وسلطت الضوء على واقع هذه الأحياء اليوم التي تواجه سياسات ومخططات تستهدف المجتمع العربي الفلسطيني. أما في يافا، فتناولت الجولة مع الناشط عبد أبو شحادة أهمية يافا التاريخية والاستراتيجية جغرافياً، وتحويل يافا إلى "قرية فنانين" في السياق السياسي الفلسطيني.

عروض فنية وأفلام

عرضت الجمعية خلال أيام المهرجان مجموعة أفلام وعروض فنية؛ فعرضت فيلم "يافا أم الغرب" وهو وثائقي من إخراج رائد دزدار، يتناول تفاصيل العنف الذي واجهته مدينة يافا من قوات الاحتلال عام 1948؛ والوثائقي "حبيبي بيستاني عند البحر"



★ MERRY ★
CHRISTMAS

نستقبلكم طيلة أيام العيد
كل عام وأنتم بالف خير

.....
مخبز النور - شفاعمرو



توقعات علماء الفلك لعام 2021



3. سنرى قطارات تسير على أشعة الشمس.
4. سيتوقف إنتاج البنزين وتستقر الأرض.
5. سيحكم البشرية تنين قوي وسيحدد العمالة الثلاث وسيصدرون عملة واحدة موحدة للأرض وسيكون لها الكثير من الأرقام.
6. التنين قد يكون الصين روسيا أو الهند.
7. سينتهي مرض السرطان من العالم في بداية العام 2024.



توقعات ماغي فرح لعام 2021



الولايات المتحدة أحداثاً غير مسبوقة كمظاهرات ونزاعات، والحروب الأهلية متوقعة في هذه السنة. أما في المنطقة العربية، هناك طواع فلكية سلبية تشير الى عنف وربما حروب في أول شهرين من العام 2021 كما توقعت حدوث تغيير كبير في الدول العربية، وتدخل بعض القوى العالمية لإيجاد حلول لتغير أنظمة وحدود بعض الدول وجغرافيتها.

قالت ماغي فرح عالمة الفلك اللبنانية إن العام 2021 مليء بالمفاجآت والأحداث وبكوارث طبيعية ومناخية وإنسانية وسياسية واقتصادية وأن العالم يتجه نحو قوانين جديدة قد تغير وجه الكرة الأرضية. وأضافت أنها تتوقع حدوث تقلبات بقيمة النقد والأسهم وبأداء البنوك ودورها، وقد تهر الخسائر بالأسهم، ثقة العالم بالولايات المتحدة وهذا سيكون في الأشهر الأولى من السنة. ومن الممكن أن تشهد

توقعات العرافة فانغا 2021



وباء كورونا

- ماغي فرح: أضافت ماغي فرح، إن الطالع الفلكي يوحي إلى إيجاد لقاحات نهائية للأوبئة، وباء كورونا تحديداً بعد فترة من الخوف والأخطار في العام 2020
- بابا فانغا: كانت تنبأت بظهور مرض خطير سيكتسح العالم في عام 2020
- ليلى عبد اللطيف: العالم سيتخلص من كورونا وسينجح اللقاح وسيكون فعالاً.
- ميشيل حايك: مزمنة لكورونا بعلاج بسيط حتى يأمر «سخييف» بعد الهزيمة تفتح عشرات الملفات تضم عشرات الفضائح ذات الصلة بالفيروس من بلد المنشأ وبداية انتشاره ووصولاً لليوم.

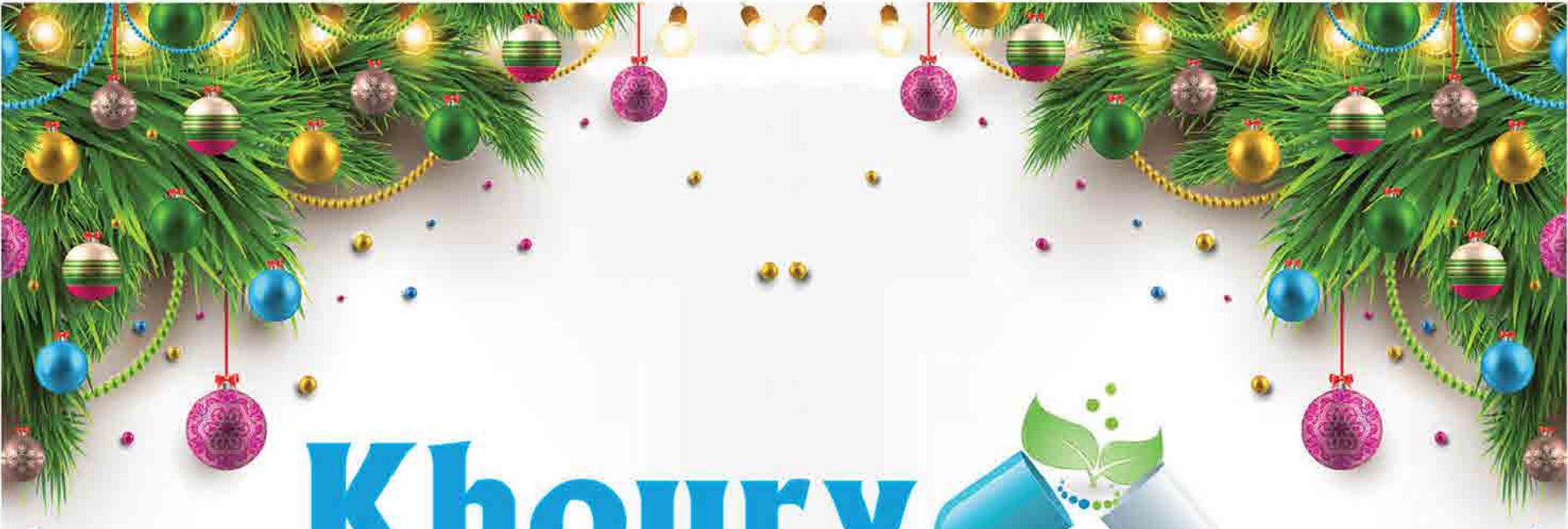


4. الرئيس الأميركي الذي وصفته بالرجل الأشقر قالت إنه سيصاب بمرض غامض سيحمله أصم وسيعاني من صدمة دماغية.
 5. العالم سيعاني كثيراً من الأحداث الطبيعية العظيمة والتي ستغير طبيعة وسلوك البشر بشكل دائم.
 6. سيكون هناك انقسامات حادة في العقائد بين البشر.
- من أبرز تنبؤاتها للمستقبل القريب:

1. ستكتشف الحياة في الكون وفجأة سيتضح كيف ظهرت الحياة على الأرض لأول مرة وسيواصل الناس مع أشقائهم الروحيين من عوالم أخرى.
2. إعادة بناء الاتحاد السوفياتي في الأول من 2023 ولا يعرف ما هي التحالفات التي ستظهر من جديد.

عُرفت بابا فانغا بالعرافة العمياء وهي عجزوز من بلغاريا ولدت فاقدة للبصر، وأدهشت العالم بتنبؤاتها بسقوط الاتحاد السوفياتي، وتفجيرات 11 أيلول، وبالتسونامي الذي ضرب المحيط الهندي عام 2004، ووصول أوباما للبيت الأبيض، وانتشار فيروس كورونا في عام 2020 بالقول أن مرضاً خطيراً سيكتسح العالم في عام 2020 رغم وفاتها منذ 23 عاماً، عاد اسم العرافة بابا فانغا إلى الواجهة... فماذا خبأت تنبؤات البلغارية بابا فانغا للعام 2021؟

1. سيشهد بداية سقوط الاتحاد الأوروبي.
2. انهيار في العملات الرئيسية في العالم وصعود قوي للمعادن.
3. محاولة إغتيال في بداية العام تحديداً للرئيس الروسي فلاديمير بوتين وأن أحد المقربين منه سيشكل تهديداً على حياته.



Khoury Pharmacy

صيدلية الخوري

جلال وطاقم صيدلية الخوري يهنئون الجميع
بمناسبة عيد الميلاد المجيد ورأس السنة

كل عام وأنتم بخير

HAPPY NEW YEAR

 Khoury pharmacy- Haifa

 Khoury_pharmacy

صيدلية الخوري بإدارة الصيدلي جلال صليبا شارع الخوري 13, حيفا 04-8625002



توقعات

كارمن شماس

2021



1. عام 2021 أفضل من عام 2020

2. ثورات على التقاليد والأعراف في الدول التي لا تعطي الشعوب حقها، لذلك ستكون تظاهرات وحملات تنديد ومطالبات بتعديل قوانين بأنظمة اجتماعية ومالية.

3. بداية عام 2021 ستكون صعبة حتى شهر حزيران. الشهر الأول كانون الثاني شهر عنيف، شهر شباط ستستمر معه التأثيرات الصعبة وسيكون شهر حزين. كل هذه الفترة سيتخللها أعمال شغب وعنف ومن الممكن تحركات عسكرية معادية في عدة بلدان. كذلك سيكون انهيارات لبورصات عالمية في بعض البلدان.

4. في شهر آذار، حزن وإغتيالات على مستوى عالمي وإنهيارات لمفاوضات عالمية.

5. شهر نيسان حتى لو بدأ بهدوء قد ينتهي بأزمة عسكرية أو عدوانية.

6. شهر أيار تشهد تقلبات إقتصادية.

7. شهر حزيران شهر المفاجآت الصعبة، خلاله يوجد تصعيد متنوع، يوجد تحركات عسكرية عدوانية على عدة مناطق في العالم، فترة قد لا تجد حلولاً.

8. في فصل الصيف تموز، آب، أيلول وتشرين أول هي الأفضل فلكياً، لذلك المحاولات للوصول إلى حلول عالمية للأزمات السياسية الدبلوماسية العالمية والعسكرية ستكون أفضل، كذلك هنالك احتمال لعقد تحالفات وتغيير حدود دول الذي سيؤدي إلى زيادة أسماء عدد الدول.

توقعات

ميشيل حايك

2021



1. انفجار من نوع ثاني في مرفأ بيروت من نوع آخر، فضائح على حقائق ستجرف معها سياسيين ورؤساء كبيرة.

2. معاهدات السلام التي وقعت على ورق بين إسرائيل وبعض البلدان العربية سيقابلها عمليات موقعة بالدم بأكثر من موقع.

3. هزيمة لكورونا بعلاج بسيط، بعد الهزيمة تمتع عشرات الملفات تضم عشرات الفضائح ذات الصلة بالفيروس من بلد المنشأ وبداية انتشاره ووصولاً لليوم.

4. صفحات تاريخية مليئة بالألغاز سيكون محورها البابا فرنسيس والأمير محمد بن سلمان.

5. من دون سابق انذار وبلحظة مثل البرق يلمع اسم بشار الأسد ويعمل صدمة خارج حدود سوريا.

6. عملية ثأرية انتقامية خطرة تحمل اسم قاسم سليمان بارتراد عالي بعيد المدى.

7. ما راح يبقى اسم العقدة في لبنان حزب الله وحسن نصرالله، والحل سيكون حزب الله وحسن نصرالله بوجهين وأسلوبين.

8. أدوار بارزة لفنانين لبنانيين لصنع القرار بلبنان الجديد، وكما في لبنان كذلك في سوريا.

9. التسوية الرئيسية الحكومية ستكون شرارة تولع تسويات حكومية ثانية واللعب بالنار سيفتح شهية اسمين إثنين على رئاسة الحكومة ورئاسة الجمهورية.



توقعات ليلي

عبد اللطيف

2021



1. سنة 2021 سنة الجرائق المفتعلة في العالم وشخصيات مهمة في لبنان والعالم قد يختفون أو سيكونون في ذمة الله وهم نحو 20 شخصية.

2. سقوط طائرة تقل عدداً من الشخصيات السياسية بفعل فاعل.

3. أحد رؤساء العالم يتعرض لمحاولة اغتيال فاشلة.

4. ولي العهد السعودي الأمير محمد بن سلمان سيكون الرقم واحد في المنطقة العربية والعالم.

5. سنة 2021 ستكون سيئة وحتى أسوأ من 2020 لاسيما في أمريكا وأوروبا.

6. حزن على رجل دين نتيجة محاولة عملية إغتيال.

7. موت طبيعي لشخصية إعلامية أو اعلامي.

8. كارثة تنتظر العالم غير كورونا.

9. موجة غبار تجتاح دول العالم.

10. مبادرة سلام بين ليبيا وإسرائيل وستشهد ليبيا تطوراً سياسياً.

11. سيتحسن وضع لبنان وهو مُقبل على إنفتاح وسياسة.

12. البطريك الراعي سيكون له دور بارز على الساحة السياسية.

13. ستعم الفوضى في تركيا وتغيير في رئاسة الحكومة التركية.

14. سيف الاسلام القذافي سيقوى وتجتمع من حوله القبائل الليبية ويحكم ليبيا بالمستقبل.

15. عام 2021 سيئة على أوروبا وأمريكا.

16. عدد من الرؤساء العرب والأجانب سيصابون بالكورونا وسيؤدي إلى موتهم.

17. سر انفجار مرفأ بيروت لن يكشف.

18. سيتم مصالحة بين سوريا وإسرائيل مع تطبيع للعلاقات.

19. اليسا نجوى كرم وهيفا ونانسي سيحققن نجاحات كبيرة.

20. ممكن ارتباط عاطفي جديد للفنان وائل كفوري.

توقعات

علماء

الفلك

لعام

2021



Christmas

מרכז הפרחים

تشكيلة واسعة ومنوعة من الأزهار وباقات الورود

شوكلاطة خاصة بعيد الميلاد المجيد

עלב هدايا لمناسباتكم السعيدة * مشروبات روحية فاخرة



- يمكنكم الشراء من خلال الموقع -

WWW.FLOWERS-CENTER.CO.IL

flowers.center

כל מן ישתרי בואסطة هذا الإعلان

بقیمة 180 ₪ وما فوق

الارسالية مجاناً في حيفا

شارع هجنيم הגנים 28 - חيفا 04-8514425



תשיכילה וסעה מן סלס השוקולסטה

סלס שוקלסטה ונביז מضممة بذوق رفيع

تشيكية متنوعة من حاويات النبيذ

تشيكية من المشروبات الروحية

سلسل صغيرة للافال



רח' האיטלקים 5

052-7818191

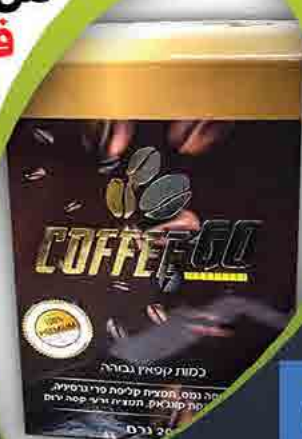
מרכז נור לلعلاج

نتمنى لكم رأس سنة مباركة
مليئة بالصحة

قهوة
لتخفيف
الوزن

تؤدي الى تنزيل
في الوزن
من 5 - 7 كغم
في الشهر

مصادق عليها
من
وزارة الصحة



 ספא במושבה
monermakhoul



לבירורים
☎ 04-8511133
050-2375979

فرع الناصرة
055-9964422

חיפה, שד' בן גוריון 25

מרכז  לטיפול אלטרנטיבי

الزعر

منير مخول



فوائد الزعر

- مضاد حيوي طبيعي: ظهر من نتائج إحدى الدراسات أن المواد المسؤولة عن الطعم في النبات لديهم القدرة على التعامل مع البكتيريا والفطريات على نحو أكثر فعالية من المضادات الحيوية.
- علاج أمراض الجهاز التنفسي: يحتوي الزعر على مواد تعتبر مفيدة جدا في علاج ظواهر فصل الشتاء وحل مشاكل الجهاز التنفسي مثل: السعال الرطب، الربو، التهاب الشعب الهوائية المزمن، تخفيف الانسداد وموازنة فائض أو نقص المخاط.
- علاج مشاكل الجهاز الهضمي: الزعر يعالج المشاكل والتلوث في الجهاز الهضمي ويعتبر مفيدا في عملية تنظيف الدم والالتهابات في المسالك البولية.
- مكافحة الأمراض السرطانية: للزعر مكونان إضافيان وهما: مرويدين وحمض أورسليك. فقد اكتشف أنهما قد يمنعا نمو الأورام السرطانية وفيروس نقص المناعة البشرية HIV.

ما هو نبات الزعر ؟

الزعر هي عشبة دائمة الخضرة تستخدم لأغراض الطهي والطب، من أنواعها: الزعر الجبلي، الزعر الفارسي، الزعر الحلي، وغيرها. استخدم المصريون القدماء الزعر في التحنيط، واستخدمه اليونانيون في الحمامات وأحرقوه كالبخور في معابدهم. في العصور الوسطى في أوروبا وضع هذا العشب تحت الوسائد للمساعدة على النوم، وعرف أنه أيضا منشط للذاكرة.

تحتوي أنواع الزعر الشبيرة زيت الزعر وزيت عطري على نسب تتراوح من 54%-20% من الثيمول. يحتوي الزيت العطري أيضا على مجموعة من المركبات الإضافية، مثل سيمين (cymene) ميرسين (myrcene) و بورنيل (borneol). الثيمول هو مطهر وهو المكون الأساسي النشط في منتجات سوانل تنظيف الفم التجارية المختلفة مثل لسترين. أثبت الثيمول أيضا فعاليته في التغلب على الفطريات المعروفة باسم عدوى الأنف.



أية بركة في الحركة؟



هيرفت منير غريب
مستشارة ومعالجة
بواسطة الغذاء

نعلم جميعا أن دمج التمارين الرياضية مع التغذية السليمة مهم جدا للحفاظ على نمط حياة صحي، ولكن هل تساءلت يوما ما هو التوقيت المناسب لممارسة الرياضة في الصباح أم في المساء؟ والحقيقة هي أن الساعات التي تتوافق مع النشاط الجسماني تعتمد على الغرض الذي نبتغيه، فلرياضة الصباحية فوائد وللرياضة المسائية فوائد أخرى. سأعرض من خلال هذه المقالة بعضا منها

من فوائد الرياضة الصباحية:

إذا كنت ترغب في إنقاص الوزن فعليك القيام بتمارين الصباح قبل الإفطار حين تكون نسبة السكر في الدم منخفضة ومعها تكون نسبة هرمون الانسولين منخفضة أيضا مما يساعدك أن تحرق 20% من الدهون أكثر.

الشعور بالحيوية: أولئك الذين يمارسون الرياضة في الصباح يستمتعون أيضا بأثار التمارين على مدار اليوم. لذلك إذا كنت ترغب في شحن طاقاتك والشعور بالحيوية فاختر وقت الصباح وذلك لأن التمارين تملأ جسمك بالإندورفين مما يحفز إنتاج السيروتونين.

إذا كنت بحاجة إلى خفض ضغط الدم: أظهرت دراسة قدمت في العام 2011 في المؤتمر السنوي للكلية الأمريكية للطب الرياضي (ACSM)، أن أولئك الذين يبدؤون نهارهم بتمارين الصباحي يتمتعون بانخفاض ملحوظ بنسبة 10 % في ضغط الدم أثناء النهار، وحتى أكثر من ذلك أثناء الليل وذلك لأن مستويات الكورتيزول في الدم خلال هذه الساعات تكون أعلى فالنشاط الجسماني يساهم في تخفيضها في الجسم وبالتالي يؤدي إلى انخفاض في ضغط الدم.

الاستمتاع بنوم أكثر جودة: أظهرت دراسة نُشرت في مجلة Sleep in 2003 التي تفحص تأثير المتني لمدة

30 دقيقة في الساعة صباحا (حتى لو كان ثلاث مرات فقط في الأسبوع) أن الذين مارسوا الرياضة في الصباح ينامون بشكل أسرع في الليل.

من فوائد الرياضة المسائية:

إذا كان مستوى الإنجاز الرياضي هو ما يهمك، في فترة ما بعد الظهر تكون وظائف الرئة أعلى وينخفض معدل ضربات القلب وضغط الدم. هذه هي العناصر التي تساعدنا على تحقيق أداء رياضي أفضل. وربما يعود السبب أنه في تلك الساعات هناك زيادة في مرونة المفاصل والتوصيل العصبي وتدفق الدم إلى العضلات. بناء كتلة العضلات، في دراسة أجريت عام 2016 في مجلة علم وظائف الأعضاء والتغذية،

تظهر أن كتلة العضلات يتم بناؤها بشكل أفضل في المساء. قد يعود السبب إلى أن نسبة هرمون التستوستيرون وهرمون الكورتيزول مثاليان لبناء العضلات في هذا الوقت.

الإصابات الرياضية

يمكن أن يساعد التمرين بعد الظهر أو ساعات المساء على منع الإصابات لأن عضلاتنا تكون أكثر دقة وأكثر مرونة على عكس ساعات الصباح حيث تكون درجة حرارة الجسم منخفضة نسبيا.

فنجان قهوة في الصباح

القهوة معروفة بكونها مثيرة للأعصاب، الاكتئاب، مضاعب النوم، ارتفاع معدل نبضات القلب، وآلام البطن. كما أن القهوة تؤثر على قدرة النساء على الحمل وهي غير منصوح بها للنساء الحوامل أو أولئك اللاتي يحاولن الحمل. إذا، احتسوا كوب قهوتكم وتمتعوا، فكروا بالصحة التي تكسبونها، وتذكروا القاعدة المهمة في الحياة: بإمكانكم أن تشربوا، وبإمكانكم أن تتمتعوا، ولكن عليكم ألا تبالغوا في الأمر.



تناول القهوة يحمي من الإصابة بأمراض القلب ويساهم في منع السكتة الدماغية. تناول كميات كبيرة من القهوة يساعد في محاربة سرطان البروستاتا. فالرجال الذين تناولوا أكثر من 4 أكواب قهوة في اليوم الواحد سجل انخفاض في كميات عودة سرطان البروستاتا، وبطء في استفعال المرض. يحتمل أن تتسبب القهوة في حماية عيوننا، وتكون عائقا أمام التدهور في الرؤية. تميل النساء اللواتي يشربن القهوة إلى المعاناة أقل من الطنين في الأذن. تحتوي القهوة على الكثير من مضادات الأكسدة التي تساعد على حماية خلايا الجسم من الشوارد الحرة.

تحذيرات مرتبطة بتناول القهوة

رغم المزايا الصحية العديدة لتناول القهوة، من المهم أن نتذكر أن تناول القهوة ينطوي على مخاطر وبأن

أبحاث تتحدث عن الصحة الكامنة في كوب القهوة

كلما شربنا كمية أكبر من القهوة، قلّت فرص إصابتنا بسرطان الجلد. احتساء 4 أكواب من القهوة في اليوم خفضت مخاطر الإصابة بهذا المرض بنحو 20%. ورغم ذلك، يدعي الباحثون أنه لا ينبغي الاعتماد على شرب القهوة كخطوة وقائية من المرض، وينبغي علينا تقليل تعرضنا لأشعة الشمس وأشعة الـ UV المباشرة. تناول القهوة يساعد على حمايتنا من مرض الباركنسون، وهو يساعد من يعانون من المرض على التحكم على قدراتهم الحركية. تناول القهوة يقلل من فرص الإصابة بسرطان الكبد بنسبة تبلغ نحو 40% (وإن كنتم تتناولون أكثر من 3 أكواب من القهوة في اليوم ترتفع هذه النسبة إلى نحو 51%). كما أن تناول القهوة يقلل من مخاطر تشمع الكبد وأمراض الكبد الأخرى.

هل أنتم أيضا غير قادرين على بدء نهاركم إلا بعد تناولكم لفنجان القهوة الأول في الصباح؟

فنجان قهوة في الصباح

يشرب الأمريكيون في اليوم الواحد 400 مليون كوب من القهوة (نعم، 400 مليون). ويشرب أكثر من نصف الأمريكيين الذين تتجاوز أعمارهم 18 عاما على الأقل كوب واحد من القهوة في اليوم، بل ويشرب غالبيتهم أكثر من كوب. أما في البلاد، فيبلغ معدل استهلاك القهوة 3 كيلوغرامات من القهوة في السنة لكل بالغ، حيث يشرب غالبية هؤلاء ما بين 3 إلى 4 أكواب من القهوة في اليوم الواحد. هل هذا صحي؟ هل هو غير صحي؟ هل علينا ربما أن نقلع عن احتساء القهوة. ما الذي تقوله أحدث الأبحاث عن الأمر؟



بإدارة: إيهاب جعفر
أوفيس لينك

لبيع وتصليح أجهزة للمكاتب والمؤسسات

www.officelink.co.il

عيد ميلاد مجيد و رأس سنة مباركة
وكل عام وأنتم بخير



050-5368903

04-8523002

شارع النبي 14 حيفا

סיכורה



אסעא

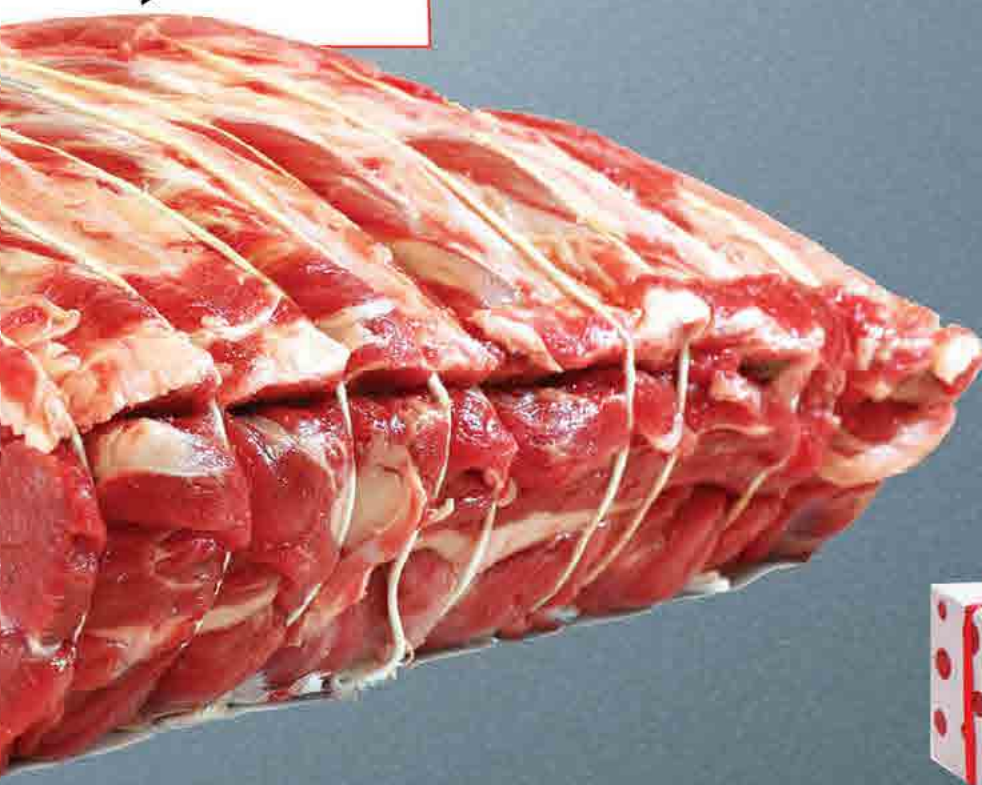
החמלה

SALE

1 קגם פיל
1 קגם אנט

- 7 קגם פחאז דגאג 100 ₪
- 5 קגם סדור דגאג 100 ₪
- 4 קגם ברגיט 100 ₪
- 5 קגם גנחאן דגאג 50 ₪
- 3 קגם קבדה דגאג 50 ₪

- 1 קגם רقاب חרופ 65 ₪
- 1 קגם קס חרופ 40 ₪
- 1 קגם צלעות חרופ 100 ₪



בדק הבשר



2 כגם המבורגר ₪ 100

1 כגם אסאדו בעצמה ₪ 39



جنونية

مولعة



لیم ₪ 110

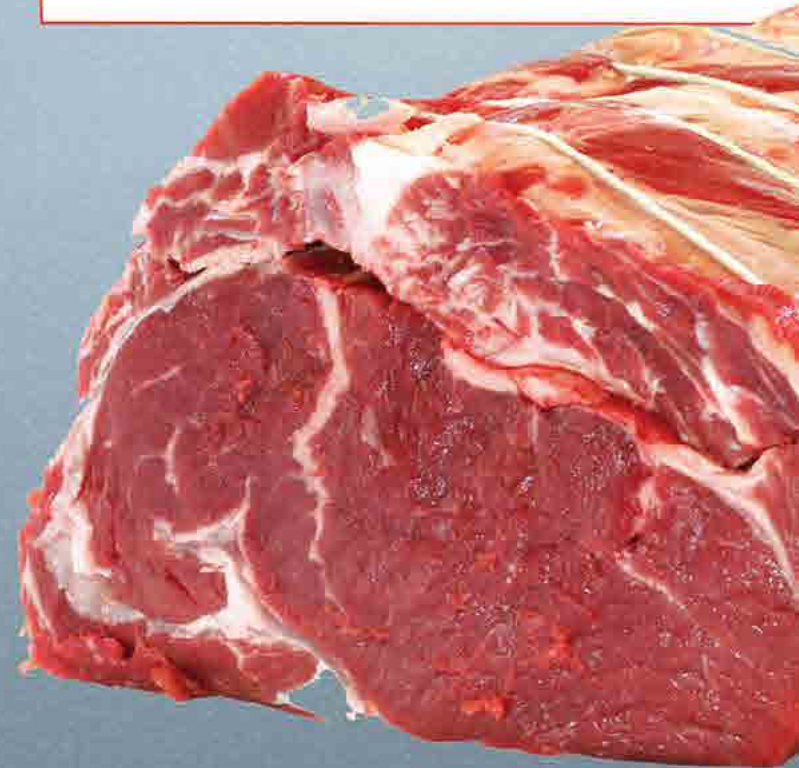
تريکوت ₪ 110

MERRY
Christmas

and Happy New Year

وادي نسناس - حيفا

04-8510776



مؤسسة الأفق توزع هدايا عيد الميلاد على الأطفال

لمراسل صحيفة "حيفا" في شفاعمرو - قامت هذا العام مؤسسة الأفق للثقافة والفنون في فترة الأعياد المجيدة بتوزيع هدايا شخصية بابا نويل للعائلات المحتاجة في مدينة شفاعمرو، بهدف نقل الفرح والبسمة لكل الأطفال في فترة العيد.

أنت هذه الخطوة في ظل انتشار فيروس الكورونا الذي فاقم من سوء الوضع الاقتصادي لدى



الفنانة تغريد مخول سعد تطلق فيديو كليب جديد لها

لمراسل صحيفة "حيفا" للشؤون الفنية - أطلقت مؤخرا الفنانة تغريد مخول سعد فيديو كليب جديد بعنوان "دقوا أجراس العيد" بمناسبة حلول عيد الميلاد المجيد، ولقي هذا الفيديو كليب أصداء واسعة وترحيبا كبيرا من قبل جمهور المشاهدين والمستمعين الذين أبدوا إعجابهم واستمتاعهم بهذا الإنتاج الفني الجديد لتغريد مخول سعد.

كلمات وألحان وتوزيع وإخراج داوود إبراهيم، تصوير فداء ضو. ونتيجة النجاح الكبير للفيديو كليب قررت الفنانة تغريد إصدار أغنية جديدة لا تزال فكرتها تراودها وهي عن الإنسانية والفرح والإيجابية. وبمناسبة حلول الأعياد المجيدة تمت الفنانة تغريد أن يكون العام القادم عام خير وسعادة على البشرية جمعاء.



حكمة العدد

إعداد: كايد عبيد

من شجرة واحدة يصنع ملايين أعواد الكبريت،
ومن عود كبريت واحد يمكن إحراق ملايين
الأشجار.

إبر ودبابيس - سنة غير شكل

- خلصت 2020 بكل ما تحمل من حسنات ما شئناها، ومن سيئات تحمّلناها..
- استعراض الحسنات كان شوية أعراس وشوية أفراح واكتشاف تطعيم كورونا..
- أما السيئات فكانت: تفشي كورونا، وقتلى بالآلاف، وإصابات بالملايين..
- تعطلت الأشغال والأعمال، وزادت البطالة، وسكّرت المحلات التجارية والأسواق..
- أقلت المدارس، وانتشرت العدوى بين الكبار والصغار.. وتغيرت حياتنا وانشلت.
- عشنا بالحجر الصحي كل الوقت، والكمادات على وجوهنا.. وخفنا من الزيارات..
- ولغيّنا المصافحة والمعانقة والتقبيل.. لغينا المشاركة بالأفراح والاحتفالات..
- زادت وجبات الأكل وأوزان الأبدان، وارتفعت نسبة الخلافات الزوجية والطلاق..
- زادت الجرائم من قتل واغتيالات وسرقات ونصب واحتيال، وتحرشات وعنف..
- زادت أعداد الوفيات ولغيّنا المشاركة بالجنائزات وتقديم التعازي وصارت بالهاتف فقط..
- منعنا الرياضة وشمّات الهواء.. منعنا الأعياد والصلوات في الكنائس والمساجد..
- خالتي نبهة قالت: هاي أقرف سنة عشناها. الأجيال السابقة عاشت أقرف وأصعب.
- والسنة الجاي ما تكون بهيك بهدلة وصعوبة ومصايب.. أتمناها معاكسة تماما..
- أتمناها بلا كورونا، ولا بطالة، ولا قتل شباب ولا زوجات، ولا أسقام ولا أورام ولا آلام..
- أتمنى لكم الفرح والهناء والسعادة والخيرات وهداة البال والابتسامة على وجوهكم دائما..

أبو إلياس

كل عام وأنتم بخير

بمناسبة حلول عيد الميلاد المجيد ورأس السنة الميلادية نتقدم لأبناء الطائفة المسيحية بأحر التهاني، متمنين لهم الخير والسعادة، وأن يعيده عليهم بالخير والسلام. وهذه المناسبة نعلن أن صحيفة "حيفا" ستعجب عن الصدور لمدة أسبوعين، لتعود إلى الصدور كالمعتاد، ابتداء من يوم الجمعة (22/1/2021).

أسرة صحيفة "حيفا"

ترنيمه ميلادك يا يسوع



فيديو كليب جديد للفنانة
تغريد مخول سعد

المسجد وشجرة الميلاد



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

لقد صدمنا من أحداث أثارت عند العقلاء تساؤلات كثيرة، هذه التساؤلات الإجابات عليها ضرورية وترسخ الروح الإنسانية التي يجب أن تُحفظ، وتجاهلها يتناغم مع أصحاب النفوس المريضة، ومن هذه الأسئلة لماذا يُسمح بحفل صاحب في مكان يُعتبر بيتاً من بيوت الله؟ ولماذا يُسمح لهم بالرقص وعدم الاحتشام وشرب الخمر وكل هذه الأشياء محرمة وفق الشرع؟ فكيف إذا كانت في بيت من بيوت الله التي أعدت فقط لعبادة الله؟ قال تعالى (في بيوت أذن الله أن ترفع ويذكر فيها اسمه يسبح له فيها بالغدو الأصائل رجال لا تلهيهم تجارة ولا بيع عن ذكر الله وأقام الصلاة وإيتاء الزكاة يخافون يوماً تتقلب في القلوب والأبصار). ويفهم من هذه الآية أنه لا يجوز استغلال المسجد إلا لما يوافق هذا البيان القرآني. لذا نهي رسول الله عن غير ذلك فقال عن أبي هريرة قال: قال رسول الله (من سمع رجلاً ينشد في مسجد ضالة فليقل: لا أداها الله إليك، فإن المساجد لم تبن لذلك). وعنه قال رسول الله (من دخل مسجدنا هذا ليتعلم خيراً أو ليعلمه كان كالمجاهد في سبيل الله، ومن دخل لغير ذلك كان كالناظر إلى ما ليس له). وقال (إذا رأيتم من يبيع أو يبتاع في المسجد فقولوا: لا أريح الله تجارتك وإذا رأيتم من ينشد فيه ضالة فقولوا: لا رد الله عليك). ونفهم مما تقدم أن المساجد أعدت فقط لعبادة الله وكل طرق الخير التي تعود على الناس بالخير ولا يصح أن تستغل لمصالح شخصية ضيقة وإن كانت مشروعة في غيرها بل ضرورة لحفظ الأمن والأمان النفسي والاقتصادي فالتجارة مباركة ولكن في المساجد غير ذلك. انشاد الضالة أمر ضروري ولكن في المسجد لا تجوز بأي حالة من الحالات فكيف إذا كان العمل بالمسجد بأمور محرمة أصلاً في شرع الله مثل التعري وشرب الخمر والرقص صاحب وما يمكن أن يتبع ذلك من أمور تفقد الورع والتقوى الهيبة والتي لا يقبل بها أي مؤمن ومما يثير الاستغراب والدهشة أن كل من شارك في هذا الاحتفال هم من أبناء جلدتنا ويتكلمون لغتنا ويعرفون حق المعرفة أن هذا لا يجوز في بيوت الله سواء كانت مساجد أو كنائس أو كنس ومع ذلك تجرأوا على فعل ذلك بمباركة وزارة السياحة بحجة أنهم يريدون نشر الثقافة الفلسطينية وبيان أعمال الفلسطينيين. ولم يجدوا إلا أكثر شيء مقدس عند الفلسطينيين، ويقومون بأعمال لا تمت بصلة إلى ثقافة الفلسطينيين ولا إلى عاداتهم ولا إلى تقاليدهم بشيء فالفتاة الفلسطينية التي تعزف بملابسها تتردى الزي الفلسطيني المطرز السائر وتدافع عن معالم حضارتها وثقافتها ولا

إلى روحك العالية الغالية.. جدي الغالي أبا زياد!

أسعد موسى عودة
الكباييرا حيفا

[2020-1925]



إن كان للشوقيت من رمزية فعشاء التاسع من جمادى الأولى 1442 هجرية، ليلة الجمعة المباركة وعيد الميلاد المجيد.. توفي حبيب الناس، كل الناس، جدي الغالي، محمد العلي محمد العودة، أبو زياد، عند نواحي المائة عام، ليؤاري الثرى المبلى بندي الأفضوان في يوم من عزكانون تغار منه تباشير نيسان.. وكم تحتفن في صدري الكلمات والعبارات الآن، ولا أدري لماذا تتعثر إلى هذا الحد؛ ألا أنها لا تنفك عن تهذيب نفسها لتليق بك.. الأنت كنت، دوماً، السهل الممتنع والجليس الممتنع، بوغيك الحاد وذكاك المتقد وقفشاتك المنبعتة مرخاً وفرخاً وخفة ولطافة ولباقة وأناقة، فتبعث في الحاضرين أنما مسرة وإيناس.. ثم تسري فهم وفي الغانين أقوالاً وأمثالاً تحكي أيتاماً وسنين.. وأدري، الآن، أو لا أدري.. لماذا كلما اختلثت بنفسني أشرق بالدمع أو بكاد "بشرقي بي": على حد تعبير عزيزك المتنبئ. يا من لطالما أثرتنا بما تختزنه ذاكرتك الحاضرة من آيات كتاب الله القرآن، ومن أقوال الشعراء الحكماء: فكلم سنظل نشاق إليك تردد بصوتك الهادر، مثلاً: "ذو العقل يشقى في النعيم بعقله \ وأخو الجهالة في الشقاوة ينعم"، أو: "العلم بيني وبيننا لا عماد لها \ والجبل يهدم بيت العز والكرم". وكم سنظل نشاق إليك وأنت تباشر حديثك بلازمتك المشهورة: "يا أفندينا العزيز". وكم سنظل نشاق إلى تعليقاتك في السياسة وتوصيفاتك.. وكم سنظل نشاق إلى سماع صوت مذياعك تحت وسادتك.. وكم سنظل نشاق إلى حيانك وتواضعك.. وكم سنظل نشاق إلى رائحة عطرك بعد الجلافة، التي كنا نشم بها فيك رائحة التقوى والشرف، والطيبة والتقاء، والأصالة والسخاء والعطاء.. وكم سنظل نشاق إلى تقبيل يدك: إذ كنت تسارع بأن تمنع وتقول: "لا يا سيدي...". وكم سنظل نشاق إلى هبتك بالعبد: إذ كنت تقول بملء صدرك: "أحياكم الله كل عام...". وكم.. وكم سنظل نشاق إليك.. عمراً مديداً عريضاً قضيتته يا حبيب الناس، عصامية وألفة وقلقا على كل من حولك وكل ما حولك، عمراً مديداً عريضاً قضيتته ابناً وحيداً باراً، وأخاً حانياً، وزوجاً كريماً، وأباً وجداً أي أب وجداً.. عمراً مديداً عريضاً قضيتته جداً وكذاً أسطورياً هو أشبه بالخرافة.. وصبراً وجداً واستقامة لا تعرف الموازنة، وقد أن لك، الآن، أن تستريح.. بعد أن كنت



على أحداث، خُفرت في تاريخ هذا البلد، حدثت ملامح ماضيه ومستقبله، ورايات جيش شقيب وهاب الشاهدة على بيت كان فيه وبقي رجال بهامة الزاحل جيتور يوسف جيتور، رجالاً عرفت واجها، برحيلك يا أبا جيتور، تركت فراغاً قيادياً، ونحن في زمن نحتاج لحكمة أمثالك، ويحدونا الأمل بأن يبقى هذا البيت عامراً بأهله، ومشوارك ورايتك مرفوعة.

زايد خنيفس

الياس جيتور الوفي للجدور

يبقى ذكرهم ولا يغيب، وساحات عقد رايات الصلح شاهدة على إنجازاتك الخيرة، ومحافل الثقافة والعلم، شاهدة على رجل كان جسراً للسلام والمسلم، ومنارة عالمية للأمل. أبو جيتور كنت ذا وجه واحد، لا ينطق إلا بالصدق، ولا ترأف إلا أخيار الناس، يستمدون منك الحكمة والتروي في الحكم على الأمور، وأروع ما فيك عشقك لبلدك وأهلها، مترفعاً مسطراً شفاعمرو فوق الجميع، مستمداً تربية وطنية صالحة، تحفظ الجذور، حافظت على بيت عريق في الحارة الغربية، شاهداً

الثلاثين وحتى يومنا هذا. مشهد التشيع، وذلك عندما رُفع النعش على الأكتاف نحو المحطة الأبدية، كانت السماء زرقاء، فرحة، سعيدة للقائهم مع أحد أبناء الأرض البررة، فليس صدفةً نُسِطَر هذا الموقف، بل لأننا في لحظة وإن ذرفنا الدموع على عزيز نلجأ لأحرف الإيمان، مُسلمين بقضاء الله. نحن الضعفاء وإن جاز أن أقولها بحسرة لا تليق بك أستاذي، أبو جيتور، الياس، المراسم الجنائزية وهذا الوداع، قانت واسمك وعملك منتشرون على مساحة الوطن، زهرة تفوح وطنية دائمة الحضور، والأخيار

جملة لا تسقط من عقل وأفكار قالها ورددها الراحل الكبير جيتور يوسف جيتور، "الفحط الحقيقي ليس ولن يكون فحط القمح والشعير، بل فحط الرجال بكل ما تعنيه الكلمة"، وذلك الشبل من ذاك الأسد. عصر يوم الأربعاء 2020/12/23، حمل نعش الراحل الياس جيتور جيتور لثواه الأخير، ليكون الشاهد الأخير على حقبة هامة من تاريخ شفاعمرو، ومجتمعها العربي في هذه الديار. الراحل الياس جيتور نعرفه ريثما أكثر من الآخرين، لعلاقة تمتد جذورها إلى سنوات طويلة، سَطُرَتْ فيها المواقف ودخلت صفحات التاريخ منذ سنوات



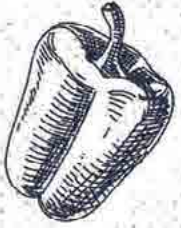
أكدم

مقهى ومطعم

كافة أنواع الباجيت
سلطات على أنواعها
رفيولي
بافيل بلجي
كريب فرنسي



HAVE A
Merry
Christmas
HAPPY NEW YEAR



شفاعمرو
حي عين عافية
04-9506840

Fresh
food here

إرساليات للبيوت والمكاتب والمؤسسات



SPORT

للمرة الأولى فيدرر يغيب عن بطولة أستراليا المفتوحة

السيطرة الراهنة على الفيروس في ملبورن، لكن على اللاعبين الخضوع لحجر لمدة 14 يوماً. كما تأكد الموعد الجديد للبطولة (21-8 شباط) عقب مفاوضات طويلة بين الاتحاد الأسترالي للعبة والمسؤولين المحليين في ملبورن. وذلك بعد فترة إغلاق طويلة بسبب موجة ثانية من كورونا امتدت حتى شهر تشرين الأول.

وسيصِل اللاعبون إلى أستراليا في 15 كانون الثاني ويدخلون في حجر لمدة أسبوعين في فعاة صحية أمنة، والعديد منهم قادمون من دول لا يزال الفيروس في أوج هجمته.

وأضاف "سأبدأ مناقشات الأسبوع القادم مع الدورات التي تبدأ في أواخر شباط ثم أبدأ في وضع جدول زمني لبقية العام". يذكر أن تصفيات الرجال لبطولة أستراليا ستقام في الدوحة والسيدات في دبي بين 10 و13 كانون الثاني، ثم ينتقل اللاعبون واللاعبات وفرقهم إلى أستراليا للخضوع لحجر صحي إجباري مدته 14 يوماً. وستقام المباريات بمدرجات نصف ممتلئة في ظل

القياسي من حيث عدد الألقاب الكبرى (20) بعد تنويعه بطلا لرولان غاروس الفرنسية للمرة الثالثة عشرة. وبعد أن دخل فيروس كورونا المستجد على الخط وأدى إلى تعليق المنافسات طيلة خمسة أشهر، ومن ثم تسببه بإلغاء بطولة ويمبلدون المحببة على قلبه، اتخذ فيدرر القرار بإنهاء موسمه.

المشاركة في الأولمبياد

وفي إحدى اللقاءات اعترف فيدرر بأنه ليس متأكداً تماماً من المشاركة في بطولة أستراليا المفتوحة التي تقام عادة في شهر كانون الثاني. لكنها أرجئت إلى شهر شباط بسبب قيود "كوفيد-19" المفروضة في ملبورن. وسيركز فيدرر الآن على استعداده لبقية موسم 2021 الذي يشمل أولمبياد طوكيو وفرصة حصوله على أول ميدالية ذهبية في منافسات الفردي. كما صرح وكيل أعماله توني غودسيك "لقد أحرز تقدماً قوياً في الشهرين الماضيين بركبته ولياقته البدنية".



الوكالات - أعلن منظمو بطولة أستراليا المفتوحة، أولى البطولات الأربع الكبرى في كرة المضرب، يوم الإثنين الماضي، أن المصنف أول عالمياً سابقاً السويسري روجيه فيدرر سيغيب عن البطولة للمرة الأولى في مسيرته الاحترافية لأنه يتعين عليه مواصلة التعافي بعد عمليتين جراحيتين في الركبة. من الجدير بالذكر أن فيدرر البالغ من العمر (39 عاماً)، كان قد توقف عن ممارسة أي نشاط رياضي منذ شهر شباط الماضي، بعد خسارته نصف نهائي البطولة الأسترالية أمام الصربي نوفاك دجوكوفيتش، لكنه استأنف التدريبات مؤخراً وكان على قائمة المشاركين في بطولة أستراليا المفتوحة التي تبدأ في الثامن من شباط المقبل. هذا وقال مدير البطولة كريغ تيلي: "في النهاية، لم يكن لدى روجيه الوقت للاستعداد لمشقة إحدى البطولات الأربع الكبرى، وهو يشعر بخيبة أمل كبيرة لأنه لن يستطيع القدوم إلى ملبورن في العام 2021". من العقبات التي واجهت اللاعب فيدرر أنه خضع لعملية جراحية في ركبته اليمنى، الأمر الذي أتاح الفرصة لغريمه الإسباني رافاييل نادال لمعادلة رقمه

وفاة المصارع الحيفاوي ألكس بنابوتي

لمراسل صحيفة "حيفا" توفي مؤخراً المصارع حيفاوي الأصل والذي كان يقيم في الولايات المتحدة. ألكس بنابوتي، كان والده يونانيا ووالدته أرمنية. من خلال حديثنا مع الناشط الاجتماعي حليم حداد، حدثنا عن المصارع ألكس بنابوتي الذي غادر البلاد في أوائل السبعينات. وكان يقيم مع والديه في حي الألمانية في حيفا، وكان مصارعاً معروفاً ولديه قدرات خارقة وكان يلقب بصاحب الرأس الحديدي. من الجدير بالذكر وحسب الشهادات التي وردتنا أنه في الستينات شهدت حيفا نهضة رياضية بين الشباب العرب ونجحوا بتمثيل إسرائيل في مسابقات دولية، ستعود لهذا الموضوع ولبدء النهضة في أعداد قادمة من صحيفة "حيفا".



إنهاء عمل المدرب حنا فرهود في فريق اتحاد أبناء شفاعمرو

لمراسل خاص - تم إبلاغ المدرب حنا فرهود بإنهاء عمله في اتحاد أبناء شفاعمرو الصاعد الجديد للدرجة الثانية، بالرغم من كون الفريق الشفاعمروي ورغم خسارته البيئية الأخيرة مع فريق أبناء كابول فما زال يتصدر اللاتحة برصيد تسع نقاط من أربع مباريات، هذا ولم يتم الكشف عن هوية المدرب الجديد للفريق.



ما هو مصير ميسي بعد الاعتزال

لمحرر صحيفة "حيفا" للشؤون الرياضية - يتساءل المعجبون باللاعب الشهير ليونيل ميسي، ما هو مصيره بعد اعتزال اللعب، وإلى أين يتجه؟ أكبر الاحتمالات تشير أنه لا يخطط للعمل في مجال التدريب بعد اعتزال اللعب، خاصة أنه أكد أكثر من مرة أنه يفضل تولي منصب مدير الكرة. من المعروف أن عقد ميسي مع ناديه الحالي برشلونة ينتهي بعد نحو ستة أشهر، ومن الطبيعي أن ينتظر عالم كرة القدم قرار اللاعب الأرجنتيني فيما يتصل بمستقبله مع النادي الذي أمضى معه 20 عاماً حتى الآن. قال ميسي في مقابلة مع شبكة لاسيكستا

التلفزيونية الإسبانية يوم الأحد الماضي "لا أتصور نفسي مدرباً بل ربما مديراً رياضياً وأقوم بالتعاقد مع اللاعبين الذين أريدتهم أو الذين يحتاجهم النادي الذي أنتهي إليه". كما أوضح ميسي هداف برشلونة التاريخي المتوج بجائزة أفضل لاعب في العالم ست مرات أنه يتوق للعودة لبرشلونة مستقبلاً بغض النظر عن قراره في نهاية الموسم الحالي. وأضاف "أود العودة يوماً ما وأود العودة إلى المدينة والعمل مع النادي والمساعدة. لم أفكر في هذا الأمر كثيراً لكن العمل سيكون متصلاً بكرة القدم لأن هذا ما أحبه وما أعرفه".



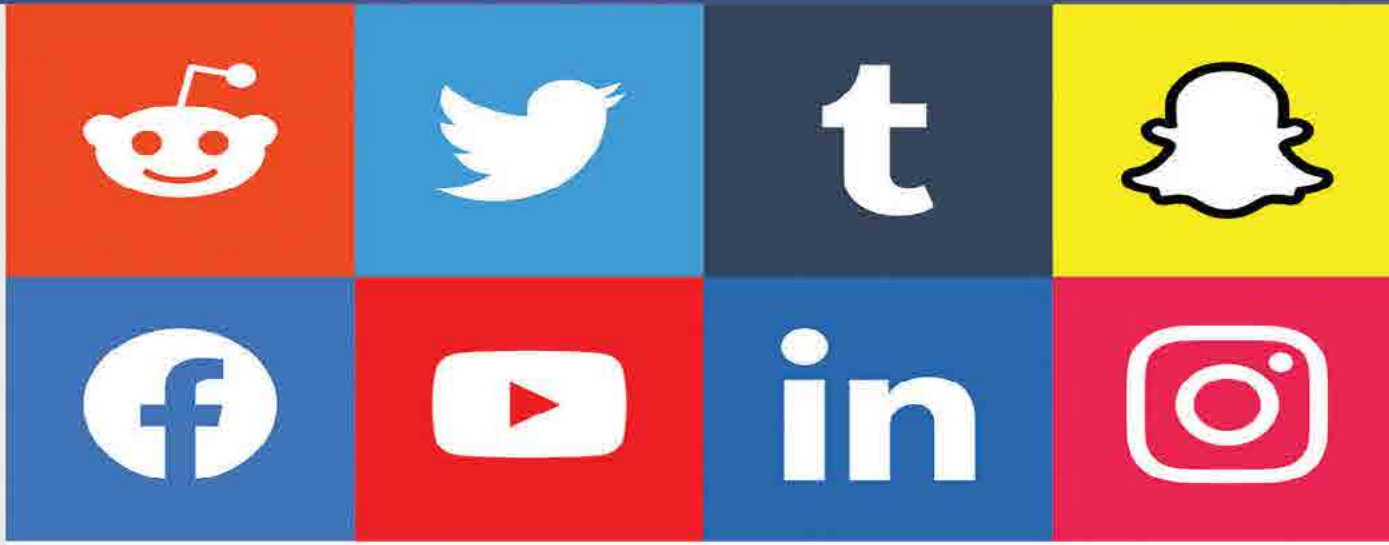


بوظة شفاعره
غافرة

تحليات البوظة العربية

فشر مثلاً

وكل عام وانتم بخير



سهام نافذ



Liked Following Share

Contact Us

Send Message

ليه ما بتعلن؟

نشر النجم السوري قصي خولي عبر حسابه الرسمي على موقع التواصل الاجتماعي "إنستغرام" صورة لطفل بمناسبة الأعياد معاً بجمهورية و أصدقاءه و متابعيه، وظهر الطفل وهو يجلس في زاوية الغرفة ويضع قبعة "بابا نويل" و يمسك حبلاً من الضوء. فور نشر الصورة انتبه العديد من زملاء قصي ونجمات الوسط الفني إلى أن الطفل يشبه بملامحه و أكدوا أنه ابنه متمنين له الصحة و طول العمر. شو قصتك يا قصي، ليه ما بتعلن إنه ابنك، القصة فيها ما فيها!!!!



Share Comment Like

Top Comments

1.6M



Write a comment...

حيفا

View all 8,950 comments

ثار قديم

الضربات عم تكثر ومن كل الاتجاهات على بيبي تننياهو، وهلمرة ضربة من الصميم من أحد المقربين إليه زيف الكين، اللي استقال من الليكود وانضم لساعر. ومش بس هيك لا خلاله ولا بقاله في مؤتمر صحفي. الظاهر إنه ساعر محضر كمان مفاجآت لتننياهو، وراح يشلحه الرئاسة. يا عبي هذا ثار قديم وإجا الوقت إنه ينتقم ساعر من تننياهو.



Share Comment Like

Top Comments

1.6M



Write a comment...

حيفا

View all 8,950 comments

9 سنوات

احتفلت النجمة اللبنانية نيكول سابا بعيد زواجها التاسع من خلال نشر مجموعة صور لها رفقة زوجها الفنان اللبناني يوسف الخال. وظهرت نيكول والخال في الصور بإطلالات رومانسية وعلقت على الصور قائلة: "9 سنوات معاً". فعلاً الأمر يستحق الاحتفال، فنان وفنانة يستمران بزواجهما 9 سنوات أمر خارق وغير عادي بل شبه مستحيل، برافو نيكول ويوسف الخال، بس بتأمل ما تطرقوا عين وتطلقوا بعد هالاحتفال.



Share Comment Like

Top Comments

1.6M



Write a comment...

حيفا

View all 8,950 comments

50 سنة

تعرض الفنان محمد صبحي لانتقادات بسبب تنظيمه احتفالية بمناسبة مرور 50 عاماً على بدء مسيرته الفنية، وقام بمنح رفاق مسيرته تمثالاً له، الأمر الذي اعتبره رواد مواقع التواصل الاجتماعي "نرجسية غير مقبولة". إلا أن النجمة المصرية نبيلة عبيد نشرت عبر حسابها بموقع إنستغرام صورة لتمثال محمد صبحي معلقة: 50 سنة فن، 50 سنة رقي واحترام. موقف نبيل لنبيلة بس بيناتنا زودها محمد صبحي بقصة التمثال.



Share Comment Like

Top Comments

1.6M



Write a comment...

حيفا

View all 8,950 comments

شو عملت بحالك؟

يا غانتس شو عملت بحالك، من منافس على رئاسة الحكومة لشخص يحارب على عبور نسيبة الجسم، وحزبك انتهى الكل عم بنسحبوا، كيف هيك صار فيك؟ هذا تننياهو جاب آخرتك، بس لا تهتلو للهم، لأنه كمان تننياهو راح يوكلها عالجامد، ويمكن هلمرة مش بس راح يخسر الانتخابات، كمان السجين عم يستناه على أحر من الجمر.



Share Comment Like

Top Comments

1.6M



Write a comment...

حيفا

View all 8,950 comments

زي الحبراي

يا جماعة ولا ولا ما عرفتها، قال هاي صورة الفنانة التونسية لطيفة، قصت شعرها قصير وصبغته أشقر. أنا مشعارفه شو صايب الفنانات والفنانين، بغيروا جلدن، بغيروا شعرهم ولون عينهن، زي الحبراي، مش الحبراي عندها القدرة على تغيير لونها، وهيك الفنانين والفنانات لحد ما عدنا نعرف مين هذا ومين هاي.



Share Comment Like

Top Comments

1.6M



Write a comment...

حيفا

View all 8,950 comments

HAPPY
new year



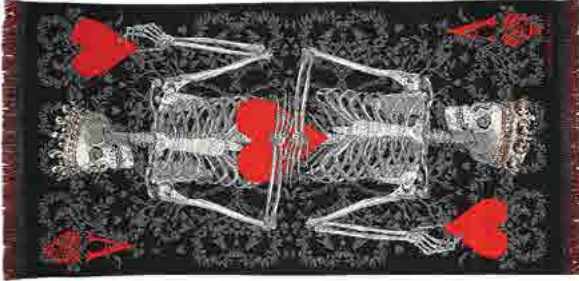
MARKET

מוצרים באיכות

חيفا شارع الخوري 2 (מגדל הנביאים) 04-8666512



أما بعض الدور العريقة الأخرى، فأتجهت إلى رسم قلوب حمراء بجانب الهياكل العظمية كما هي الحال مع وشاح دار أزياء Alexander McQueen.



ولكن ما لفتني هي الأطقم المزينة بالكامل بأشكال القلوب، كما هي الحال مع دار أزياء Frame بالطقم المخملي، والذي يمكن ارتداؤه كإطلالة نهاريّة أيضاً وليس فقط ليليّة. إذا كانت على شكل طقم أومع بلوزة من الحرير أو الشيفون.

نقشات ومطبوعات القلوب لم تقتصر على الملابس فحسب، فهي صنّعت أيضاً على شكل

إكسسوارات مختلفة ومتنوعة، فإذا كنت لا تريد اختيار قطع ملابس مزدانة بهذا الشعار، يمكنك أن تكتفي بإكسسوار يحمل شكل القلب كلمسة عصرية وأنيقة. مثل:



خاتم ذهبي منفذ بالذهب المرصع على شكل قلب من Suzanne Kalan.



أقراط بشكل قلوب بعدة طبقات بحيث أن حجم كل طبقة أكبر من التي قبلها من Project.



نظارات بعدسات ملونة على شكل قلب، ومن أبرز هذه التصميمات هي ما أطلقته دار Gucci.

أقوال ملهمة في مجال الموضة والأزياء:



Coco Chanel

- إن لبست فستاناً رثاً، سيتذكرون فستانك، ولكن إن لبست فستاناً لا عيب فيه ولا تشوبه شائبة، فسيتذكرونك أنت - كوكو شانيل.
- إذا كنت لا تستطيع التوقف عن التفكير فيه، قم بشرائه - مجهول.
- حين أنسّق إطلالتي، فأنا على دراية تامة بأسلوبي وليس بذوقك - مجهول.

إلى اللقاء في العدد القادم والأول لسنة 2021. كل عام وانتم بخير، سنة جديدة مثمرة.

حقيبة "Holly World" من Tod's

تقدّم شركة TOD'S الإيطالية حقيبة باسم "Hollyworld" على شكل رحلة تشبه الحلم، وتعرض الرسوم التوضيحية للفنان Andrea Tarella جنباً إلى جنب مع تقاليد TOD'S للأشغال اليدوية. قصة سرّالية من الرسوم المتحركة تعرض وتحكي جميع الخطوات الأساسية الأخرى التي تدخل في صناعة حقيبة Holly.



تبدأ رحلة الخيال هذه من خلال رسومات الفنان باختيار قطعة مثالية من الجلد، والتي تتحول إلى طائرة ورقية منطلقاً في رحلة خيالية عبر غابة ملوّها الزهور والفراشات، في عملية تحاكي سلاسة الخياطة. ترفرف الطائرة الورقية وراء خلفية من مواقع الجمال الإيطالية، مع جبل Vesuvius الذي يطل برأسه من السحب المتصاعدة، ملقياً بظلاله على الساحل، وتكمل الطائرة الورقية هذه رحلتها نحو محيط حضاري يحتفل بالحقائب الأنيقة المعاصرة.

الخطوات الأساسية في رقصة الريش هذه مع المقص والمعجين كلها تدخل في عملية صناعة وإبداع الحقيبة المشغولة يدوياً، راسمةً وجاذبةً الخيال لمتابعة العملية، من المفهوم الأصلي إلى الصورة النهائية التي تبرز فيها حقيبة Holly بتدّ Tod's بكامل جمالها.

القلوب تزيّن إطلالاتك في عام 2021



Saint Laurent

تسود اليوم موضة الملابس المزينة بقلوب صغيرة، بعضها مطرز على قماش من الأورغانزا، أو التول كما فعلت المصممة "مونيك لوليه"، وبعضها نراه على سترات، بلايزر وأطقم كما صممتها ماركة "فرايم" أو على فساتين مخملية سوداء كما لدى Yves Saint Laurent و Dolce & Gabbana.

"Miu Miu" تطلق مجموعة إكسسوارات احتفالاً بالعالم الجديد



تميّزي واختاري هداياك احتفالاً بالعام الجديد من مجموعة Miu Miu المصممة خصيصاً لتحفّل بك وبمن تحبين. من تصاميم الدار الأيقونية، حقائب Miu Miu Belle إلى Miu Coffre وغيرها من الإصدارات، التي خصّصت بها الدار من مجوهرات، ملابس، عطور وأحذية تحمل شعار الرقي والتميز.

مجموعة "سجين" من Boyfriend تحية لمدينة بيروت



أطلقت علامة Boyfriend مجموعة أزياء جاهزة تحية لمدينة بيروت، حيث تعاونت العلامة مع الشركات المحلية فقط بهدف مساندة الحرفيين المحليين وإبراز المواهب اللبنانية، سواء كانوا مصممين، عارضين، مصورين، فوتوغرافيين، مصوري فيديو، مخرجين أو مطربين. بعد شهور من العمل الجاد والكثير من

الجهد، أعلنت العلامة عن إطلاق موسمها السابع الذي يحمل عنوان "سجين" وأول متجر إلكتروني لها في موقعهم الرسمي:

www.boyfriendthebrand.com

لغاية نهاية عام 2020

1+1
Sale

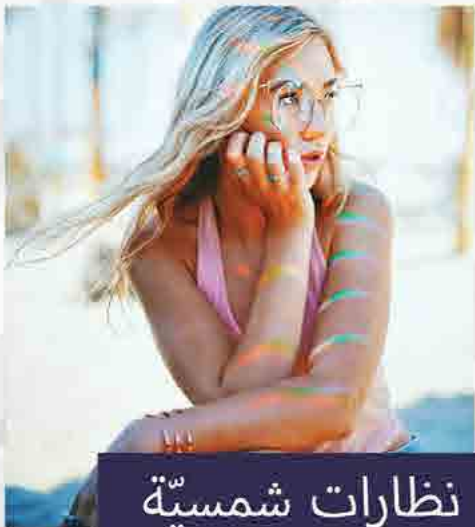


نظارات حداد اسم وراءه الكثير

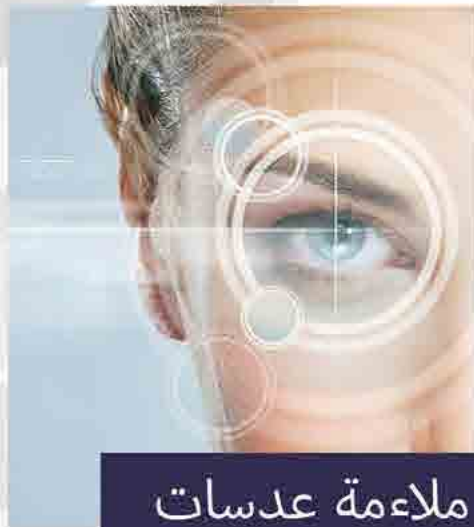
خبرة 30 عامًا

لغاية
50% OFF

على النظارات الشمسية



نظارات شمسية
وطبية



ملاءمة عدسات
كارتوكونوس



نستقبل مؤمني
محببي كلليتي

بإدارة:

رائد يوسف حداد

04-9869615

شفا عمرو

الحمل

لا تتردد في الإقدام على الصعب هذا الأسبوع، فأنت تمتلك طاقة أكثر من المعتاد، وأنت أقوى وأكثر مقاومة للتوتر. الشيء الوحيد الذي لا تستطيع تحمله الآن هو أن تبطل من سرعتك. إذا لم تعمل على خفض هذه الطاقة الزائدة، فقد تمرض أو تتوتر. إلا أن المجهود الجسماني الشديد سوف يحميك من ذلك. سوف تلاحظ أيضًا هذه الطاقة في حياتك الشخصية، ولذلك يجب أن تواجه التحدي لتحقيق أفكارك — في العمل وأيضًا في البيت. ولكن يجب أن تتوخى الحذر، فالطاقة العدوانية المقيدة فقط هي التي سوف تمكنك من النجاح.

الثور

تشعر بالكثير من الرضا عن ذاتك وعن مجهوداتك، فأنت تعرف سر الحياة وتشعر بالانزاع والقوة، وهذا يعني أن الآن وقت مناسب لتحقيق التغيرات المهنية، فأنت تستحق الترقية. أظهر للآخرين معدنك، وكن مقنعًا، فالأشخاص من حولك لن يفتقروا التقدير أو الاهتمام. بل على العكس، سيكون معظم الزملاء والرؤساء متعاونين للغاية وغالبًا ما سيوافقون على مقترحاتك وآرائك.

الجوزاء

تشعر أنك بحالة جيدة، وأنت بصحة جيدة، كما تشعر بالطاقة الحيوية التي تجري في عروقك. لذلك، الوقت مناسب للاهتمام بالمشروعات التي كنت تؤجلها مؤخرًا، فإذا لم يكن لديك أية مشروعات قائمة في الوقت الحالي، الوقت مناسب لبدء شيء جديد. استعد لمرحلة من الأساسيات المتروكة لحدوث شيء جديد، وقد تشعر أيضًا بطغيان إيجابي من الفرص اللانهائية. استغل هذه المرحلة الهامة، وسوف تتمتع بمواقفة تامة من الآخرين فور البدء في شيء جديد.

السرطان

لا جدال في أنك مفعم بالقوة والحيوية في الوقت الحالي، فأنت مستعد أن تتحمل أي شيء وتريد أن تحسن من نفسك في العمل وفي حياتك الشخصية. لكن توخى الحذر، فطاقتك لن تمكنك دائمًا من التقدم. فأنت تميل إلى فقدان السيطرة في الخلافات وهذا قد يسبب المشكلات والتلفيات. يجب أن تتوخى الحذر دائمًا فيما يخص التأثير الخارجي السبي، ويفضل أن تفكر مرتين وأن تأخذ خطوة واحدة في المرة، ولا تسمح للآخرين باستئثارك بسهولة.

الأسد

تظهر طاقتك القوية بطريقة لطيفة جدًا وتقوم بدورها في تقوية ثقتك بنفسك، فأنت قادر على التعامل مع كل موقف دون الحاجة إلى الجدل أو إرهاب نفسك. بالإضافة إلى ذلك، أنت غير مضطر لأن تكون طموحًا بدرجة زائدة لتكون راضيًا، وذلك من خلال ممارسة الرياضة. يرى الآخرون أنك متزن وإيجابي وأنت في الأغلب قادر على النجاح فيما يخص المفاوضات مع رؤسائك. سوف تكون علاقتك الشخصية متوازنة جدًا أيضًا ومسالمة.

العذراء

بدلاً من محاولة الحصول على ما تريد دائمًا، يمكنك التعامل مع الكثير من العمل لأنك قادر على بذل طاقة أكبر والعمل لساعات أطول. في المقابل، الخلافات سوف تؤدي فقط إلى التوتر حيث لن تتمكن من إقناع الآخرين بأفكارك. في بعض الأحيان قد تضطر إلى الامتنال للآخرين — خاصة إذا كان الموضوع غير هام. وبدون شك، تستطيع التمسك بقناعاتك إذا كانت تحتمل التحقيق الشامل من جانبك. من الأفضل إقناع الآخرين بأفعالك وسلوكك الأخلاقي، مع تجنب المواقف التي قد تؤدي إلى الحوادث.

الميزان

إذا تصرف الآن بالكثير من الدراما، سوف تشعر بالكثير من الإحباط، فلديك شعور قوي بالعيش على الأدرينالين، لن يمكنك تفادي الخلافات في حياتك الخاصة والمهنية، لأنك ستعتبر نفسك معرضًا للعدوانية. حاول بقدر الإمكان توفير مناخ إيجابي للعمل. الشخص الذي يستسلم قلما يكون هو الشخص الضعيف. القرارات الخاطئة التي سوف تتخذها في القريب العاجل قد يكون لها تأثير طويل ومؤلم. لا تكن مولعًا بالجدال، ولكن حاول إيجاد حل وسط. الأنشطة الخارجية من شأنها التخلص من حدة الطبع العصبية.

العقرب

أنت تريد تحقيق شيئًا 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، واسأل نفسك ما إذا كنت تستطيع الاستفادة من وجهات النظر المختلفة. توجد فرصة للتعرف على طرق ووسائل للتعامل مع مسئولياتك ومشاكل الخاصة، وإذا أردت التخلص من الطاقة الزائدة فيجب أن تفعل شيئًا من أجل صحتك. التزم برياضات مثل الجري أو المشي حيث تقل مخاطر الإصابة.

القوس

تظهر أكثر من الآخرين نظرًا لمستواك العالي من الاستعداد للعمل وطاقتك في الوقت الحالي. وعلى الرغم من الأعمال الكثيرة التي تتحملها، فإنك لا تشعر بالخوف. على الرغم من ذلك، طريقة تنفيذك للعمل تفتقد الهيكلية وأنت تحاول عمل كل شيء في نفس الوقت. تأكد من أنك لا تضع الكثير من الوقت في التفاصيل غير الهامة وأن لا تفقد أعصابك. اهتم بصفة خاصة بمدى استعدادك للتضحية بعلاقاتك 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 والمجهود، قد تكون في حالة أضعف في نفس الوقت.

الجدي

أنت تغلي من الداخل، حرفيًا، فأنت تحمل الكثير من العدوانية داخلك والتي قد تنفجر من وقت لآخر. حاول أن لا تكثر من الكلام وبالتالي تجبر الآخرين على الدفاع عن أنفسهم: على العكس، حاول إقناع زملائك بالصبر والدبلوماسية، فهذا سيكون أفضل من التكتيك القاسي. وحتى وإن شعرت إنك في أفضل أحوالك في الوقت الحالي، يجب أن تراعي صحتك. تذكر إنك تحتاج إلى الراحة من حين لآخر، فإذا تحملت فوق طاقتك الآن، فسوف يرتد ذلك في وجهك بشدة.

الدلو

خلال هذا الأسبوع، سوف تمنحك النجوم عقلًا متزنًا والكثير من الحيوية، وسوف يدعم ذلك مشروعاتك بصورة كبيرة، وسيكون له تأثيرًا إيجابيًا أيضًا على عملك، فأنت تعمل بفاعلية وبعمق، ولذلك يمكنك الدعاية لنفسك للحصول على مناصب أعلى. والأكثر من ذلك، يبدو أن لديك مهارات دبلوماسية كبيرة، سواء ظهر ذلك في التفاوض على شروط أفضل أو تسوية الأمور المشتعلة في علاقتك — لديك حسًا عاليًا فيما يخص العلاقات الإنسانية، ولهذا السبب يجب أن تختلط اجتماعيًا كلما أمكن في الوقت الحالي.

الحوت

حان الوقت لكي تظهر معدنك! هذا الأسبوع مليء بالكثير من الإمكانيات التي يجب استغلالها. لديك القدرة على تحديد وجهة نظرك بطريقة مقنعة في كل المواقف، والأكثر من ذلك أنك تستطيع إدارة احتياجاتك الخاصة واهتمامات الآخرين أيضًا. حاول التعامل مع كبر قد من المفاوضات والمهام التنظيمية، ولا تنسى الاهتمام بتوازنك الداخلي، وذلك من خلال ممارسة الجري كل مساء أو ركوب الدراجة أو المشي لمسافات طويلة، فهذا من شأنه مساعدتك على الراحة بعد يوم طويل من المفاوضات.

המפגש של יוסף

052-7818191

רח האיטלקים 5, חיפה

בגטים בשרים

30 ₪	פרגיות
30 ₪	שניצל
30 ₪	קבב
30 ₪	שווארמה פרגית (על שיפוד)
30 ₪	מעורב

בגטים נקניקים

25 ₪	הודו מפולפל
25 ₪	כתף בקר
25 ₪	סלמי
25 ₪	מעדן אווז

סלטים

25 ₪	סלט אבוקדו + ביצה קשה
25 ₪	סלט יווני
25 ₪	סלט טונה
30 ₪	סלט עוף
50 ₪	שקשוקה



ARMN רמון

שירותי ניקיון ואבטחה

054-9353599



لَوْن



اوصل النقاط

هذا النشاط يساعد طفلك على تنمية مهارة الكتابة و
أيضا يساعده على حفظ ترتيب الأرقام.





NATALY SALIBA

— REAL ESTATE —

נטלי סליבא יועצת ומשווקת נדל"ן



City Lights

יזמות נדל"ן

כל طابق يشمل بيتين فقط



مشروع سكني
جديد

موقع ساحر
شارع بيكوريم 17
يحقق لك كل ما تتمناه



- ✓ شرفة كبيرة
- ✓ مصعد كهربائي
- ✓ موقف خاص, مخزن

052-8550022

נטלי תיווך נטלי סליבא 
nataly_saliba@hotmail.com 

الفائزون في مسابقة ال 10 فروق

ننشر فيما يلي أسماء وصور مختارة للفائزين في مسابقة ال 10 فروق في أثناء استلامهم الجوائز في مكتب صحيفة "حيفا"، والتي كنا أعلننا عنها في العدد الماضي من صحيفة "حيفا"



راجي أشقر



صفا مايا



نبيلي جبور



خضر لوباني



حل العدد الماضي



عمر صندوقة



لوكاس زيدان



جويل زيدان

كل عام وأولادنا بخير



למכירה



למכירה ברחוב אלנבי המבוקש
קומה 3, כ 80 מטר, דירת 3 חדרים
חדר שירות, משופצת, מרווחת מאוד
מעולה לזוגות צעירים ולמשקיעים
בלב שכונת קרית אליעזר והמושבה
הגרמנית
מיקום מרכזי קרובה לכל מוקדי העניין

למכירה



ברחוב יצחק שדה
בלב המושבה הגרמנית במיקום מנצח
קומה שלישית, דירת 3.5 חדרים
משופצת, מרווחת, עורפית ושקטה
מטבח גדול, פוטנציאל ענק
מרחק הליכה מהמטרונית ומכללת ויצו
מעולה למשקיעים, לזוגות צעירים
ולמשפחות

למכירה



ברחוב לוחמי הגיטאות המבוקש
דירה משופצת ברמה של בית מלון
שיפוץ חדש מלפני חמש שנים
קומה ראשונה, דירת 4 חדרים, מרווחת
מרפסת סגורה פונה לנוף ירוק מרגיע
נמכרת as is עם כל הריהוט ומוצרי
החשמל!
סלון עור, שולחן, טלוויזיה 46 אינץ',
מקרר
מכונת כביסה, מייבש כביסה, מזגנים
קולט אדים, מדיח כלים, תנור וכיריים.
מיטה זוגית וארון בגדים, 3 ארונות בחדרי
ילדים
הכל חדש, להביא רק את המזוודות!
מעולה למשקיעים שיכולים להשכיר
אותה מרוהטת

למכירה



רחוב אלנבי, בניין שעבר תמ"א 38
דירת 4 חדרים כולל ממ"ד ומרפסת
שמש, בניין עם מעלית, מעולה למשפחות



ברחוב כבירים בשכונת כביר, קומה
1.5 דירת 3 חדרים, כולל הממ"ד,
חניה פרטית בטאבו, מחסן בטאבו,
מעולה לזוגות צעירים ולמשקיעים

למכירה



בכרמל מערבי ברחוב דרך הים
קומה שניה, דירת 4 חדרים, כ 100 מטר
מרפסת שמש 12 מטר, נוף מרגיע
לואדי ולים
משופצת ברמה, בניין עורפי שקט
במיוחד, מרווחת מאוד
חניה בטאבו, מחסן בטאבו
מעולה למשפחות, חדרים גדולים

למכירה



בשכונת כביר ברחוב לבונה השקט
בבניין ממופח וחדש משנת 2009
בניין עם 2 מעליות, דלת אינטרקום
דירת 4 חדרים, כ 95 מטר
מרפסת שמש על 10 מטר
חניה פרטית בטאבו
נוף מדהים ופתוח לים
הנוף הכי יפה בחיפה
מעולה למשפחות

למכירה



ברחוב פועה
קומה רביעית, דירה ענקית כ 100 מטר
דירת 4 חדרים מאוד מרווחת, מאבו מלא
מרפסת שמש על 11 מטר נוף חלקי לים
מעולה למשפחות ולמשקיעים תשואה
4.2%
ליד הגנים הבהאיים וב"ח בני ציון
דירה גדולה במחיר קטן!



ברחוב שונית ליד רמת הנשיא, דירת
3 חדרים, משופצת, נוף פתוח לים!
קומה 17 ואחרונה, בניין ממופח עם 2
מעליות, חניה פרטית ומחסן. מעולה
לזוגות צעירים ומבוגרים גישה ללא
מדרגות בכלל! בתהליך לקבל היתר
לבניית מרפסות.



ברחוב ש"י עגנון מעל רחוב אלנבי
קומה שלישית, דירת 3 חדרים, משופצת
נמכרת עם כל הריהוט החדש שיש בדירה
מעולה לזוגות ולמשקיעים 4.5% תשואה
מרחק הליכה מקרית אליעזר
והמחיר? מאוד מעניין!



مستوی صعب

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

كلمات متقاطعة

[illegible]

عموديا

- | | |
|------------------------------------|--|
| 1. كاتب فرنسي له «روح الشرائع» | 1. كاتب إيطالي له «الأمير» |
| 2. أسكت شخصاً بحجة واضحة برز تسوية | 2. اقتصد - حُرَّاس |
| 3. نَعَّاس - اجترأوا | 3. من المعادن - عاصمة عربية على خليج عُمان |
| 4. بناء تحت الأرض - شيء مميت | 4. اكتمل - طراوة |
| 5. والددة - لم يظفر بما طلب - دهر | 5. تقارب - خوف |
| 6. مسرور - جمع - متشابهان | 6. حيوان يتسلق الأشجار بسرعة - أنثى الغزال |
| 7. اللنداء - ثابر | 7. رسالة - سحاب يغطي الأرض |
| 8. ملء الفم من الطعام - ماهرون | 8. قنوط - والددة - نقص |
| 9. جف - شك - محبة | 9. سقط في الامتحان - جلوس |
| 10. دسيسة بين الناس - عتيق | 10. وقائع - هادئ |
| 11. ينس - أرشد - أخو الأب | 11. تحية - سحر - متشابهان |

حلول العدد الماضي

- 1- الفرات - دمشق 2- لوح - مملوك 3- أمومة -
مراقب 4- أه - يعاني 5- مر - ديوان 6- لخص 6- دفع - ثمن
جوع 7- سلمي - طالب 8- دلو - أمانة 9- عم - أخت - حب
10- قزم - جو - مر 11- نادم - ليناني

בדק תביע ביתך? لتقييم سعر البيت مجاناً اتصل: امير صفوري - امانة ومصداقية




יעוץ - קניה - מכירה והשכרת נכסים
 שיווק פרויקטים

شكراً على الثقة ونتمنى لكم عيد ميلاد مجيد وسنة مباركة



كل عام وأنتم بخير

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


חפשו אותי ב-



KHOURY

שירותי נדל"ן - REAL ESTATE



למכירה באזור מסדה / הדר
דירת גן מיוחדת בשבילכם



4 חדרים ☆ משופצת ☆ קומה 2
למכירה במושבה הארמנית



דירת 2.5 חדרים ☆ משופצת
הזדמנות להשקעה !



למכירה בואדי ניסנאס
בית ערבי בטעם של פעם

HAPPY
NEW YEAR

עו"ד סמיר ח'ורי
נדלניסט & יועץ משכנתאות
חפשו אותי ב - 



052-377-4949 | 048-540-450 | משרד ראשי : רח' יל פרץ 32, חיפה

SUPER-PHARM
beauty
SALE

25 ש.ג. هدیه

عند الشراء من تشكيلة العطور ورزم
العطور ب-99 ש.ג. وما فوق



سارة المفعول لغاية:
30.12.20, في الفروع فقط

حملات عطور مميزة في فروع سوپر فارم חיפה

فرع رمבام
העליה השנייה 8, חיפה
הاتف: 077-8882320

فرع ארמון חיפה
נישיתים 18, חיפה
הاتف: 077-8880820

فرع סיטי سنتر
גדה בן גוריון 6 זווית שדר יפה, חיפה
הاتف: 077-8880790



shop.super-pharm.co.il
Google play App Store
لتحميل التطبيق