



توزع مجاناً ◀ الجمعة 18 حزيران 2021 ◀ العدد 550

أم كلثوم في حيفا مرة أخرى 17	فش غير دينا؟ 14	لؤي طه الى هبوعيل حيفا 12	انتخاب قيادات الكشاف 4
---	------------------------------------	--	---

اختناق لا يوصف في حي عباس

4

قصة نجاح البير بلان قدّم خدمات كبيرة للفن

10

f haifanet www.haifanet.co.il موقع حيفا الأول

بإدارة: راني عباسي

דיגיטל טאואר

1000 כ.ביקור

נייר כרומו 300 ג"ר דו-צדדי פרוסס
למינציה מט / מבריק

רק 1-90 ₪

052-9444-344

حراكك ثوم

له تردد بعد

في قاعة مسرح اودتوريم حيفا الكرمل

تقديم الحفل

الإعلامي فادي زغايرة

الإشراف الموسيقي
الفنان:
سامر بشارة

بمشاركة الفنانتين:
ورود جبران
رنا ادريس

3/7/2021

08:00م

لشراء التذاكر

www.tzkrti.com

انتاج شركة

fullmoon
PRODUCTIONS

ما العمل؟ كان سؤالنا الأكبر ولم يزل



جواد بولس

وعجز معظم الأحزاب والحركات الناشطة بيننا؛ واخشى أن يحصل الانكسار القادم داخل المجتمع الاسرائيلي ولما تللم جراحنا بعد، ولم نعد أنفسنا لمواجهة المرحلة المقبلة، فاماننا خياران، أولهما: أن نعتز حكومة بينيت -ليبد مدة أطول مما نتوقعه، وساعتها سيكون على قيادات مجتمعنا إيجاد السبل للتواصل معنا لما فيه مصلحة الناس ومجتمعنا؛ وإما، وهذا الاحتمال الثاني، أن تسقط الحكومة قريباً ويستأنف التاريخ الأسود فورانه ويستعيد اليمين الفاشي حكومته، فساعتها علينا أن نعرف كيف نقاوم وكيف نصمد أمام من لن يترددوا بالعودة إلى أحيائنا لاتمام ما بدأوا به في معركتهم الأخيرة. لقد كان سؤالنا الأكبر قبل الانتخابات ما العمل؟ وبقي سؤالنا الكبير بعدها ما العمل؟

للاثنين، مما خلق واقعا سياسيا غير مستقر يناقض مواقف أكثرية المجتمع الاسرائيلي الحقيقية كما عبرت عنها نتائج الانتخابات الأخيرة. فما يجري أماننا هي تفاعلات معركة سياسية ستحسم قريباً؛ والمشكلة أنها قد تحسم ونحن، العرب، نعانى حالة تدهل سياسي خطيرة، وضياح في سراديب معتمة؛ فالحركة الاسلامية اختارت طريقاً لم يسلكه من قبلها أي تنظيم عربي ولا نعرف إلى أين سيفضي بها وبنا وكيف سيؤثر على سلوكيات أبناء مجتمعنا؛ بينما لم تعد القائمة المشتركة، بشكلها الحالي، عنواناً ملائماً لمواجهة المرحلة المقبلة ولا وسيلة جاذبة ومقنعة للناس.

في المقابل، نشاهد كيف تنمو بيننا شرائح شياكية تفكر بشكل "افتراضي" وتعمل بأساليب غير تقليدية وبفوضوية أحياناً؛ فتفوق ساعة وقوع حدث ما أو احتفاءً بذكرى ما، ثم تهدأ وتختفي في داخل عوالمها الافتراضية؛ وعلى الغالب ما يجري كل ذلك بغياب قيادات واضحة لها وبدون أهداف سياسية محددة ومعلنة. أهم أبناء جيل ما زال يفتش عن لغة توخده وعن هوية تعرفه وعن وجهة يبحرون صوبها؛ لكنهم يتدافعون بأحاسيسهم، قبل كل ذلك ومن أجله، ضد عنصرية إسرائيل، ويواجهون بأجسادهم، بلا خوف، سياساتها ويتصدون لأوباش اليمين بلا هوادة ونصرة لكراماتهم ولحقوق أبناء شعبيهم. لقد عزت الانتخابات بشكل نهائي عيوب قادتنا

الغوغائيين ودفعهم لخلق الفوضى والبلية في شوارع الدولة وفي نقاط التماس الحساسة، وكأثرهم من عمليات التحريض والاعتداءات، على غرار ما قامت به قطعان اليمين في هجومها قبل شهرين على الأحياء العربية في المدن المختلطة، وأشعال موجة المواجهات الأخيرة مع المواطنين العرب؛ أو ما شاهدناه يوم الثلاثاء الماضي عندما أصرت جماعات المستوطنين واليمينيين السائين على إجراء ما يسمونه "مسيرة الاعلام" الاستفزازية لمشاعر المقدسين والمسلمين، التي كانت أيضاً، في هذه المرة، أولى خطوات ارباك الحكومة الجديدة وحشر حلفائها، خاصة أعضاء القائمة الموحد/الحركة الاسلامية، في "خانة اليك". ولقد سارع النائب منصور عباس إلى شجب المسيرة ووصفها كعمل استفزازي؛ فنجأ مؤقتاً من تبعاتها؛ لكنه أحس، هكذا أتوقع، بغرابة تأييده شبه المطلق لحكومة سوف تضطر في المستقبل القريب إلى اجازة "مسيرات" سياسية أخطر وأكبر من مسيرة اعلام مستقرة.

سوف نعود، بطبيعة الحال، إلى مناقشة مواقف الحركة الاسلامية واختيارها طريق الشراكة النفعية مع حكومة اسرائيل من دون أن نعلن ما هي ضوابطها السياسية ومتى وفي أي الظروف ستفك ارتباطها، خاصة وان قاداتها ما زالوا يصرون على كونها "بيضة القبان" ويشيدون بقرارهم الذي أدى إلى اسقاط حكومة نتنياهو، وتحقيقهم ما وعدوا الناخبين به، كما جاء في بيانهم الرسمي الصادر في اعقاب تأييدهم للحكومة.

والى أن تتم عودتي لمناقشة خطوات ومواقف الحركة الاسلامية، أود تذكير مجلس شوريتها، وهو الهيئة الموجبة العليا وصاحبة الصلاحية باتخاذ قراراتها، بأن قائمتهم قد تعتبر "بيضة القبان" تماماً كما كانت تستطيع أن تكون القائمة المشتركة "بيضة ذلك القبان"، لكنها لم ترض بذلك ولم تفعل، لأننا ببساطة بحاجة لوجود "قبان" قبل أن يصير حزب أو حركة ما "بيضة".

ودعوني أذكركم أيضاً على أن شعار اسقاط حكومة نتياهو خلال المعركة الانتخابية الأخيرة كان أحد أبرز شعارات "القائمة المشتركة" وبعض الأحزاب اليهودية الأخرى مثل حزبي "ميرتس" و"العمل"؛ لكنه لم يكن شعار قائمتكم على الإطلاق.

واذا نسيتم فتذكروا كيف أيدتم موقف رئيس القائمة الدكتور منصور عباس الذي أطلق وتمسك بشعاره المتنبس "لسنا في جيب أحد" وأعلن "أننا لسنا يساراً ولا يميناً"، ثم مضى يفاوض نتنياهو الذي احتضنه بمحبة أبوية "وبيضه" بمهنية، وشرعته أمام المجتمع اليهودي. لقد سمعنا، مثلكم، كيف شكر نفتالي بينيت، في خطاب العرش، بنيامين نتنياهو وامتدح علاقته مع عباس؛ فلولاً ما قام به نتنياهو، هكذا صرح بينيت، في هذا الاتجاه لكان من الصعب عليه وعلى حلفائه احتواء الدكتور عباس وقبول حركتكم كحليف شرعي داعم لحكومتهم.

لم تُخرج الانتخابات المجتمع اليهودي من أزمتته السياسية؛ ولا أرى كيف ستساعده هذه الحكومة على تخطي المرحلة والانتقال إلى مرحلة مغايرة جديدة؛ خاصة وكلنا يعرف ان إبعاد الأحزاب الصهيونية المتدنية وأحزاب اليهود الحريديم عن تشكيلة الحكومة التي يشارك فيها حزب نفتالي بينيت "يميناه" وحزب "العمل الجديد" برئاسة اليميني جددون ساعر، كان عملياً مجرد خيار انتهاز

نجح يائير لبيد، رئيس حزب "يش عتيد" باقامة حكومة اسرائيلية جديدة، بعد أن تنازل عن رئاستها في نصف مدة ولايتها الأولى، لصالح رئيس حزب "يميناه"، نفتالي بينيت، وبعد أن ضمنوا دعمها من قبل نواب القائمة الموحدة التي هي في الواقع ممثلة للحركة الاسلامية الجنوبية في الكنيست.

رافقت جلسة التصويت على اقامة الحكومة، والتي جرت يوم الأحد الفائت، مشاعر الانارة والترقب؛ فامكانيات فوزها بثقة الاغلبية بقيت غامضة حتى اللحظات الأخيرة بعد ان اعلن بعض النواب في أحزاب الائتلاف عن امكانية امتناعهم عن دعمها أو حتى التصويت ضدها، وقد برز من بين هؤلاء "المتمردين" النائب سعيد الغروي، ممثل منطقة النقب في القائمة الموحدة، الذي احتج على استمرار عمليات هدم البيوت في القرى البدوية، بما فيها القرية التي يسكنها النائب وغيرها.

لم يصوت النائب الغروي ضد الحكومة المقترحة، بل أعلن، في اللحظة الحاسمة، امتناعه عن التصويت، مسجلاً، في مشهد تاريخي أنومالي/شاذ، موقفاً يعادل، في الواقع، اعلان دعمه لها؛ لأنها حظيت، بسبب امتناعه، بستين صوتاً، بينما عارضها تسعة وخمسون نائباً، منهم ستة أعضاء القائمة المشتركة.

لقد اثار تغيب النواب أيمن عودة وأحمد الطيبي وأسامة السعدي عن جولة التصويت الأولى انتقادات شديدة داخل بعض أوساط المواطنين العرب؛ فقد تبين في النهاية انهم لم يقصدوا فعلياً اسقاط الحكومة، بل عادوا إلى قاعة الكنيست وصوتوا ضدها في جولة التصويت الثانية، وذلك بعد أن تاكدوا من أنها حصلت على الاغلبية النيابية المطلوبة.

ستبقى جميع هذه التفاصيل، رغم أهميتها لدى البعض، غباراً على صفحة الحدث الأهم؛ وهو برأيي مشاهد المخاضات الأخيرة من عملية الصراع السياسي المعتمد داخل المجتمع الاسرائيلي؛ والنجاح النسبي، غير المفهوم ضمناً، بإيقاف زحف القوى اليمينية المستوحشة نحو سدة الحكم وتوقعاتها أن تستولي على الدولة التي كانت ستتحول إلى كيان آخر لا يشبه المألوف الذي عايناه، نحن المواطنين العرب، من سياساته وممارساته طيلة العقود الماضية.

من الصعب أن نتنبأ حول عمر هذه الحكومة المتوقع، أو كيف ستصرف ازاء معظم القضايا المفصلية والخلافية بين مركباتها الثمانية التي تجمعها شوهة الحكم والكراهية الكبيرة لشخص بنيامين نتياهو، وتفرق بينها العقائد والمصالح والمطامع والرؤى. يعتقد البعض أن ضعف أحزابها وصغرها ستكون من بواطن قوتها؛ فنفتالي بينيت، على سبيل المثال، يعرف في قرارة نفسه، وبرغم انتمائه الطبيعي إلى معسكر اليمين الصهيوني المتدين، انه ما كان ليحقق أمنية حياة كل سياسي، ويصبح رئيس حكومة وهو يقود حزباً مكوناً من ستة أعضاء كنيست فقط.

لم يتقبل اليمين الجديد خسارته، ولم يعترف الكثيرون من رموزه، بشكل واضح، بشرعية حكومة بينيت-ليبد. وإذا ما راجعنا خطاب نتنياهو في الكنيست وتصرفاته بعد تشكيل الحكومة، سنلمس أنه لم ولن يتوقف عن إيجاد لحظة الانقضاض مجدداً على الحكم، سواء عن طريق محاولاته لاسقاطها من داخلها، أو عن طريق وكلائه

ملحق ثقافي لصحيفة "حيفا"

من أجل دعم الثقافة والفنون من قبل مؤسسة الأفق للثقافة والفنون التي تصدر صحيفة "حيفا" الأسبوعية، ولرفع راية الثقافة عالمياً، وللنهوض بحركتنا الثقافية، تبادر مؤسسة الأفق إلى اصدار ملحق ثقافي لصحيفة "حيفا" سيوزع مجاناً وبشكل واسع مع صحيفة "حيفا" وبشكل منفرد في عدة مناطق في البلاد، بهدف إضفاء هذا الملحق إلى أكبر عدد ممكن من القراء.

يسعى هذا الملحق لتوفير منبر للكتاب والشعراء والنقاد والباحثين لنشر كتاباتهم واسهاماتهم في المجالين الأدبي والفني، وسيتم اختيار المواد التي ستُنشر بدقة بالغة ومن موقع المسؤولية لتقديم ما هو أفضل في المجال الثقافي.

لهذا نتوجه إلى الكتاب والشعراء والنقاد والباحثين إلى إرسال إنتاجاتهم الأدبية لنقوم بنشرها بهذا الملحق الثقافي.

على المعنيين إرسال المواد للبريد الإلكتروني: elofuq@gmail.com

مطلوب

سكرتيرة لعيادة أسنان في حيفا

الرجاء إرسال سيرة ذاتية ل

Johny156@013net.net

أو الاتصال هاتفياً

052-7263399

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

حلويات سليمان الصداقة



كافة أنواع الحلويات الشرقية والكنافة لجميع المناسبات

sadaqa_sweets 

نستقبلكم كل أيام الأسبوع
من 10:00 حتى الساعة 21:00 الأحد مغلق

سليمان الصداقة 

وادي النسناس 26 - حيفا ارساليات للبيوت 077-9525359

3 كتب للطالبة بيسان نصير

والضمائر والأيام وأعضاء جسم الإنسان وجملًا عامة مستعملة في الحياة اليومية وغيرها، وهو عبارة عن 40 صفحة من الحجم الكبير ملون، مناسب للراغبين في تعلم اللغة الألمانية.



لمراسل صحيفة "حيفا" - الطالبة بيسان ساهرنصير من الصف الثامن- مدرسة مار يوحنا الانجيلي في حيفا، تعمل على إصدار ثلاثة كتب عملت عليهم بشكل خاص فترة الحجر الصحي والتعلم عن بعد. الكتاب الأول قصة باللغة العربية، تحمل عنوان: "يوميات ديناصور" تتمحور أحداثه حول ديناصورين صديقين يكتب كل منهما يومياته الخاص من منظوره قبيل الانفجار الكبير الذي أدى فيما بعد الى افتراقهما. الكتاب من الحجم المتوسط 119 صفحة. تعتمد الأحداث على حقائق علمية من أسماء الديناصورات وغيرها، والكتاب مناسب لفئات عمرية متقدمة. اما الكتاب الثاني، وهو كتاب باللغة العبرية يحمل عنوان: ספר הדינאזורים، أيضا من الحجم المتوسط 76 صفحة. يروي أحداث القصة عصافور داخل قفص وتخططاته وأفكاره منتظرا نيل الحرية. كما تحمل القصة رسومات من ابداعات بيسان، وهذا الكتاب أيضا مناسب لفئات عمرية متقدمة، لما يحمله من مرادفات وتعبيرات لغوية مركبة.

هذا، ويتجلى عمل الطالبة بيسان في كراس أنتجته باللغة الألمانية "Ich spreche Deutsch"، وكانت قد درست الألمانية لوحدها، يعتمد الكراس على شرح مبسط للمواد وحل تدريبات من معرفة الألوان والأعداد وأسماء الخضار والفواكه والحيوانات

خطوات احتجاجية على مخطط إنشاء مشروع سكني جديد في حي عباس

على هذا المخطط لكنها على استعداد للمصادقة على برنامج مقلّص.

وفي حديث لمراسلنا مع الناشطة الاجتماعية المحامية جمانة اغبارية همام قالت أن البلدية عارضت الزيادة في البناء المخطط، كما هنالك اعتراض على زيادة مساحة البناء وعدد الطوابق، لأن الازدحام في الحي لا يطاق بل أصبح أشبه باختناق لا يوصف. وأعلنت جمانة أنه سيكون هنالك حملة توقيع عر انض وخطوات احتجاجية أخرى معارضة لتنفيذ هذا المشروع.

لمراسل صحيفة "حيفا" - بعث ثلاثة أعضاء من لجنة حي عباس في حيفا: إيهاب حبيب، جمانة اغبارية همام وإيهاب جعفر، رسالة الى د. عينات كاليش روثم، رئيسة بلدية حيفا، حيث طالبوها باسم منات من سكان حي عباس، بالانضمام ودعم مطلبهم المعارض لإنشاء برج آخر في الحي للسكن، الذي سيتم إنشاؤه مقابل الدوار الذي يقع في قلب الحي المكتظ جدا، والذي سيشمل إنشاء 30 وحدة سكن بالإضافة الى تخصيص مساحة في هذا المبنى لأهداف تجارية. وجاء في الرسالة بأن اللجنة المحلية في حيفا اعترضت



منظمة الكشاف الكاثوليكي تنتخب قيادتها للمرحلة القادمة

لمراسل صحيفة "حيفا" - شهدت منظمة الكشاف الكاثوليكي، مساء أول أمس الأربعاء 16.6.2021 أمسية انتخابية أخوية، لاختيار قادة الكشاف الكاثوليكي للسنوات الخمس القادمة، وبعد الاقتراع الذي جرى بأجواء ديمقراطية، فُرزت لجنة الانتخابات المكونة من الأخوة حنا مسعد، شادي شمشوم وأدهم عرطول بمباركة ومشاركة الأب سمعان جراسي، المرشد الروحي للكشاف أصوات الحاضرين، وأعلنت النتائج على النحو التالي:



طلال مسلم، رئيس المنظمة، راند حداد، مركز عام المنظمة، حنا بيدس، مركز التدريب والإرشاد، مينا حداد، مركز الفعاليات، نبيل عبود، أمين صندوق المنظمة، نزار داود، أمين سر المنظمة. وبعد إعلان النتائج تبادل الإخوان الهاني والتبريكات والتفطوا الصور التذكارية. ومن الجدير ذكره أن خلال



كايد عبود

حكمة العدد

الحب الحقيقي هو: لا أن تكون بقرب من تحب ، بل أن تكون في قلب من تحب.



مدرسة
راهبات الناصرة - حيفا



تعلن مدرسة راهبات الناصرة
عن حاجتها الى معلمين/ معلمات:

- قسم البساتين: مربية بساتين ومساعدات
- قسم الابتدائية: عربي، انكليزي وتربية بدنية
- قسم الثانوية: مستشارة تربوية

مع الإحترام،
الإدارة

على المتقدم/ة أن يرسل سيرة ذاتية مع الشهادات
على فاكس رقم: 153-4-8513063
أو على بريد الكتروني المدرسة: sonschoolhfa@gmail.com

أبو جبّور... جسر الياسمين



زايد خنيفس

الدّامة. كان الزّاحل الغيمة التي أمطرت الخير في سهول الوطن، ونشيد للبقاء الصعب، والصعود نحو الحياة، لم تكن أمام الشاب خيارات كثيرة، فإمّا أن تكون ابن أبيك، أو سحابة صيف تشتت الرياح فوق البحر، وهناك تتلاشى بلا ملامح، فكان الزّاحل مطراً وزرعاً أخضر، حفظ المواقف والمشاهد، وعناوين الصّمود.

كتب ودون أبو جبّور في كتاباته، قيمة ثمينة جوهراً موافق مشرفة من الماضي الجميل، عن بلد اسمه شفاعمرو، محطة حاسمة بتاريخ الأمة والمنطقة. ترك لنا أبو جبّور إرثاً وميراث يستحق منا مراجعته وتوثيقه، والتّبرّح حسبها، وأن تبقى علامة فارقة، كي يبقى الجسر موصولاً بين الماضي والحاضر.

لا تخونني مشاعري ولا يشرد عقلي، عندما ترحل بعيداً بأفكارك وتفقد أحيّة وجسوراً أخيرة غمرت مياه النّهر المتدفّق الآتي من بعيد، من ماضي جميل، حمل بين طياته معادن النّاس وحقيقتهم، وسنوات لم تنته أبداً في عقول من سبقونا وعاشوا الأيام الخوالي، وفي الصّعب وقسوة الحياة تكشف جواهر النّاس ومعادنها، ولا تبقى الصور يتيمة، بل تحلق فوق أزقة قديمة عشقت وجوه مرّت من هنا، نحو السوق القديم.

اليوم نحن نبيكي على تلك الأيام، وحملنا جرحنا الدّامي في موافق الرّجال ولا يمكن طمأن تلك السرعة، ولو لبرهة في ظلال البيادر، ولا فرحة عجّال، من دوار المراح، نحو سفوح وعيون الطّيبة وأمّ السّحالي ورأس العين وأسماء الحواكير. رحل أبو جبّور الياس ذلك الجسر الأخير، الذي وصل الماضي الجميل بالحاضر. لقد رحل بسرعة ذلك الوجه القديم، راسماً على محياه صورة لمن أخلصوا للأوطان، والياس جبّور ابن أبيه، وابن مرحلة ومحطة، انصرف الأهل بحثاً عن لقمة العيش، بعد نكبة ومرحلة للممة الجراح، وعن أمل بحياة أفضل، وبقاء فوق أرض الأجداد، والزّاحل هو الشّاهد الأخير والجسر الممتد في زمن للممة شظاياها.

أربعة فصول وولادة جديدة، لشعب أصرّ على الحياة، كل شيء انحصر في ذهن الشاب، ابن الحارة الغربية، وفي خندق، وبين البقاء الصّعب والهجرة

همون بغروش



شبكة حوانيت يد ثانية



نستقبل أغراض للبيع بحيث يمكن استبدالها بأغراض من الحانوت



تشكيلة واسعة من الملابس للرجال والنساء بـ 10 ₪

تفريغ بيوت ومخازن



غسالة/ خدمة ذاتية في فرع ديرخ هيام 8



20 قطعة بـ 100 ₪ فقط

مكان للعب في ساحة الحانوت في فرع ديرخ هيام 8



كل من يحب مجال اليد الثانية ويريد أن يعمل في هذا المجال عليك التوجه إلينا بهدف فتح فروع جديدة



تشكيلة واسعة للأولاد بـ 5 ₪

50 قطعة للأولاد بـ 80 ₪

إتصلوا بنا

077-5057077

أشدود

كيبوتس جلويوت 22

الأحد - الخميس 09:00 - 19:00

الجمعة 09:00 - 15:00

حيفا \ هنتيقيم 9

الأحد - الخميس 10:00 - 20:00

الجمعة 10:00 - 16:00

حيفا \ ديرخ هيام 8

إدارة الشبكة

الأحد - الخميس 10:00 - 20:00

الجمعة 10:00 - 16:00

دعوة شخصية لجميع المعارف والاصدقاء من اهالي شفاعمرو والمنطقة للمشاركة في إحياء ذكرى فقيدنا الغالي

رجل المجتمع والإصلاح الأستاذ المرحوم الياس جبّور جبّور (أبو جبّور)



وذلك يوم الأربعاء الموافق 23 حزيران 2021، الساعة الخامسة مساءً

في قاعة عواديّة - شفاعمرو (مفرق النّاعمة).

للفقيد الرّحمة ولكم من بعده طول البقاء

الرجاء التّقيّد بالوقت

مؤسسة بطيرم وصندوق "مانوف" بحملة توعية للحد من المخاطر التي قد تواجه الشبيبة العاملة



خليك
بالأمان!

يمكنه اللجوء لشخص بالغ من العائلة لكل استفسار أو استشارة في هذا الموضوع. كما على الأهل معرفة مكان عمل ابنهم\ابنتهم وما هي وظيفته التي يعمل بها بالضبط هناك. حتى لو اعتقد المراهقون انهم يعرفون كل شيء، لكن عندما تتحدث بشكل واضح وبصورة جيدة، فهم يستمعون لك ويستوعبون الرسالة التي تود كاهل تمريرها لهم.

الى جانب دور الكبار والأهل والمشغلين في تحملهم المسؤولية تجاه الشباب العاملين. أيضا يتحمل الشباب جزء من المسؤولية على سلامتهم في العمل. ولهذا السبب تم انشاء موقع جديد يحوي إرشادات السلامة والمعلومات لنوعيات الوظائف المختلفة.

والذي أقيم من قبل مؤسسة "بطيرم" وصندوق "مانوف" التابع للتأمين الوطني. بهدف إتاحة المعلومات لكل شخص ليتعرف على المخاطر وطرق التصرف الآمن في العمل. فكلما اكتسب الشبيبة أدوات لسلوك آمن في العمل منذ صغرهم، كلما أصبحوا في المستقبل عمالا أفضل وأكثر كفاءة. لزيارة الموقع ومتابعة الإرشادات

<https://www.beterem.org/lading-page/?lang=ar>



يفعل العمال ذوو الخبرة.

إضافة الى ذلك، لا يدرك الشباب العاملين بشكل كاف حقوقهم ولا يعرفون كيفية المطالبة بما يستحقون- أيضا عندما يتعلق الأمر بالسلامة والأمان. لهذا يعمل قانون تشغيل الشبيبة، بهدف حماية حقوق الشبيبة العاملة وحماية صحتهم وسلامتهم. على سبيل المثال، بحسب القانون، يُمنع لصبي أو فتاة دون سن الـ 18 العمل على تنظيف أو تشغيل معدات تحوي شفرات مثل أجهزة تجهيز اللحوم، خلاط كهربائي، منشار كهربائي أو مقرفة كهربائية.

كما في كل مرحلة من مراحل الحياة، عندما يبدأ الشاب أو الفتاة بالعمل لأول مرة، يجب ان يخضعوا لعملية توجيه دقيقة لكي يدركوا المهام الملقاة على عاتقهم، وكيفية أدائها بأمان وبمسؤولية. عملية الإرشاد والمرافقة بالغة الأهمية، وممنوع التخلي عنها بتاتا. فبموجب القانون، حتى في مرحلة التدريب والإرشاد، على الشاب أو الشابة العاملين، عليهم الحصول على راتب كجزء من العمل.

مع اقتراب عطلة الصيف يبدأ العديد من الشبان والشابات بالبحث عن عمل لكسب المال وليصبحوا أكثر استقلالية. عمل الشبيبة أمر مرحب به، ولكنه قد يعرضهم للكثير من المخاطر التي هم بغنى عنها.

ولهذا تعمل مؤسسة "بطيرم" لأمان الأولاد وصندوق "مانوف" التابع لمؤسسة التأمين الوطني لرفع الوعي في هذه الأيام للمخاطر التي قد تواجه الشبيبة في العمل، بهدف منع اصابهم بإصابات قد تؤثر على مجرى حياتهم.

وتُظهر الدراسات بأن المراهقين والشبيبة عرضة لسلوكيات محفوفة بالمخاطر غالبا، بمحاولة منهم لإثبات أنفسهم لمن حولهم. ونرى ذلك جليا بالأخص في علاقاتهم مع أبناء جيلهم، ولكن حتى عندما يحصلون على مكان عمل جديد يميلون للقيام بمهام تتجاوز قدراتهم. في بعض الأحيان ليس لديهم الوعي الكافي لمحدودية قدراتهم، ويحاولون إرضاء المدراء والمسؤولين في العمل. لكن رغم حسن النية هذا والاهتمام بالنجاح، فإن الشبيبة تفتقر للخبرة، وأحيانا لا يدركون كيفية اتخاذ القرارات الصحيحة ومواجهة المخاطر كما



خليهن
بالأمان!

الاختلاف الحكومي في أمثالنا الشعبية

محاسبة النفس من التزكية



زياد شليوط

نعم ما زلت محتاراً في شأن تلك العبارة التي بقيت من نصيب فريج، فهل تم تعيينه وزيراً للقضاء والعدل ونحن لا نعلم؟ لكن جاءت المصادقة على الحكومة بعد يومين وقطعت جبهة قول كل خطيب، فاذ به "وزير التعاون الإقليمي"، فما علاقة هذه الوزارة بالحقوق؟ حقاً لم أفهم ذلك وما زلت عاجزاً عن فهم ذلك؟ وتساءلت أليست تلك الوزارة هي عبئاً التي سبق وأشغلها الوزير الليكودي أيوب القزاق؟ وهذا يعني وفق التعبير العربي أن فريج دخل في "حذاء القزاق". وهذا الأمر لا يعني إذا جاء حذاء القزاق على مقاس قدم فريج أم لا، لكن ما يعني تلك الوظيفة والمهام العظيمة التي سيؤديها فريج في الحكومة، وأي منفعة سيعود بها للمواطنين العرب، عفواً، ناخبه العرب؟ ماذا سيجنون من توليه الوزارة سوى ترتيب زيارات لدول الخليج وبعض الدول المستعربة، التي فتحت قنوات طبيعية مع حكومة تنبهاهوا الليكودية؟ دور فريج سيكون دوراً هامشياً لتبسيط وجه إسرائيل وتسريح شعرا الأغبر أمام الدول العربية والإسلامية، وفتح سفارات جديدة لها في تلك العواصم. هل هذه الخدمة التي سيقدمها للمواطنين العرب، وهو من أكثر الدعاة للاهتمام بقضاياهم اليومية والابتعاد عن القضايا السياسية منتقداً المشتركة على ذلك؟ ينطبق على الوزير عيساوي فريج في منصبه الحكومي، ما جاء في مثلنا الشعبي "لا في العبرولا بالنفير".

منصور بطعم حاله جوزفاضي

جاهد رئيس القائمة الموحدة في خطاب التأيد للحكومة التي دخلها صاغرا، اقناع المواطنين العرب أنه بهذا الانضمام لحكومة بينت - لبيد سيحقق إنجازات تاريخية لمجتمعه العربي. يعلم منصور في قرارة نفسه أنه يخدر المواطن العربي بكلامه هذا، لأنه يعلم علم اليقين أنه لا يقدر على تحريك قشة دون موافقة أقطاب اليمين الصهيوني بينت-ساعر- ليبرمان الذين يمسكون بخناق الحكومة، ولن تشفع له تفاهاته مع لبيد الذي جل ما يهيم في المرحلة القادمة بعد تحقيق إنجازاته الكبير في اسقاط تنبهاهوا عن سدة الحكومة، أن يحقق إنجازاته الأكبر في الجلوس على مقعد رئاسة الحكومة، حتى يستكمل انتقامه من خصمه تنبهاهوا الذي طالما أهانه واستهزأ به وأفسد مخططاته، ولن يقوم لبيد يحل الحكومة من أجل منصور وطلباته، وسيحافظ عليها كما يحافظ على بزؤ عينه مع شركائه من اليمين المتطرف. وبعدما رضي منصور بالدخول إلى حكومة برئاسة تنبهاهوا ومن ثم برئاسة بينت واضعاً بيضه كله في جيوبهما، لم يعد يملك أي مساحة للمناورة، كما لم تعد تفرق معه في أي حكومة يكون، وسار على نهج المثل القائل "التي بتجوز أمني بقه عي"، ولهذا فإن تصريحاته ووعوده ما هي إلا دزلة للرماد في العيون، وأما الوعود التي حصل عليها من رؤساء حكومته فهي أشبه بالجوز الفارغ الذي يعضفه ويحاول اقناعنا أنه جوز ملان؟!.

فريج: لا في العبرولا بالنفير

حقيقة لم أستوعب بعد مغزى وأبعاد ما جاء في اعلان "ميرتس"، المنشور على الصفحة الأولى في صحيفة "هارتس" الإسرائيلية الجمعة الماضي. برزت في الإعلان صور الوزراء الثلاثة الذين اختارهم "ميرتس" لحكومة بينيت - لبيد، وهم نيتسان هوروفيتس وتمار زندبرغ وعيساوي فريج. وقد كتب فوق الصور وبالبنط العريض ما يلي: "الصحة لك (فهمناها لأن هوروفيتس وزير الصحة)، البيئة لك (فهمناها لأن زندبرغ عينت وزيرة لبيئة)، الحقوق لك (هذه لم أفهمها)".



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

رسول الله الإحسان وهي مرتبة رفيعة ينطمع بها كل مؤمن (أن تعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك)، وهذا الشعور سينعكس على السلوك اليومي في حياة المؤمن وهنا أذكر ما جاء من حكاية مفادها أن أحد المربين في تزكية النفس كان له تلميذ شاب بين مجموعة أكبر منه فكان هذا المربي يُقدم الشاب على أقاربه فقالوا له: كيف تكرمه وهو شاب ونحن شيوخ؟ فدعا بعده طيور وناول كل واحد منهم طائراً وسكناً وقال لهم: ليذبح كل واحد منكم طائره في موضع لا يراه أحد، ودفع إلى الشاب مثل ذلك، وقال له كما قال لهم، فرجع كل واحد بطائره مذبوحة، ورجع الشاب والطائر حي في يده فقال: مالك لم تذبح كما ذبح أصحابك؟ فقال: لم أجد موضعاً لا يراني فيه أحد إذ الله مطلع علي في كل مكان. فاستحسنوا منه هذه المراقبة وقالوا: حق لك أن تكرم، ونحن نقول في هذا المقام حق لمن حاسب نفسه من شبابه ومن بناتنا ورجالنا ونسائنا ولم يقم نفسه في الفواحش ما ظهر منها وما بطن أن يكرم، وحق له أن يكرمه ربه إذا راقب سلوكه في بيته وفي مصنعه وفي متجره وفي معاملاته ولم يقم نفسه سلوك ولا معاملة لا ترض الله ليكون ممن يرضى الله عنه وهو يرضى عن ربه (رضي الله عنهم ورضوا عنه ذلك لمن خشي ربه) وهذا الخلق (محاسبة النفس) لا بد أن يترك الأثر في الأخلاق وحسن المعاملة مستجيباً لقول الله (واخفض جناحك للمؤمنين)، وقد سئل الفضيل بن عياض عن التواضع فقال (أن تخضع للحق وتنقاد له ولو سمعته من صبي قبلته، ولو سمعته من أجهل الناس قبلته) على أن يكون الحال وفق قول رسول الله (طوبى لمن تواضع بغير مسكنة، وأنفق مالا جمعه بغير معصية، ورحم أهل الذل والمسكنة، وخالط أهل الفقه والحكمة)، وفي ذلك العز والشرف لمن حاسب نفسه لقول رسول الله (ما زاد الله عبداً بعفو إلا عزاً، وما تواضع أحد لله إلا رفعه الله) وهذه المراتب سيحصل عليها المحاسب لنفس الطالب لمرضاة ربه.

من أراد النجاة يوم لا ينفع فيه مال ولا بنون فعليه أن يحاسب نفسه على أعماله، صغيرة كانت أم كبيرة، وعليه دائماً أن يضع نصب عينيه أنه يتعامل مع الله الذي لا تخفى عليه خافية والقائل في كتابة (يوم يبعثهم الله جميعاً فينبئهم بما عملوا أحصاه الله ونسوه والله على كل شيء شهيد)، والقائل (يومئذ يصدر الناس أشتاتاً ليروا أعمالهم فمن يعمل مثقال ذرة خيراً يره ومن يعمل مثقال ذرة شراً يره)، فمحاسبة النفس أمر ضروري من أجل النجاة يوم القيامة وطريق أساس في تزكية النفس، لذا قال عمر بن الخطاب (حاسبوا أنفسكم قبل أن تموتوا، وزنوا أنفسكم قبل أن تموتوا، فإنه أهون عليكم في الحساب غداً أن تحاسبوا أنفسكم اليوم، وتزينوا للعرض الأكبر يومئذ تعرضون لا تخفى منكم خافية)، وكتب إلى عماله رسائل ختمها (حاسب نفسك في الرخاء قبل حساب الشدة، فإن من حاسب نفسه في الرخاء قبل حساب الشدة عاد مرجعه إلى الرضى والغبطة، ومن ألته حياته وشغلته شوائه، عاد مرجعه إلى الندامة والحسرة، فتذكر ما توعظ به لكي تنتهي عما نبي عنه)، فالمحاسب لنفسه يعلم أنه سيفقد أمام ربه ليحاسبه وأن علم الله محيط بأعمال الخلق وسيضع الموازين فلا يظلم عنده أحد ولكنه مطلع ولو على مثقال الذرة من الأعمال قال ربنا (ونضع الموازين القسط ليوم القيامة فلا تظلم نفس شيئاً وإن كان مثقال ذرة أتينا بها وكفى بنا حاسبين)، فإن كان يعلم مثقال الذرة والسر وما أخفى فلا بد من المحاسبة والاستعداد بالعمل الصالح الذي يحبّه الله ويرضاه من عبادة شاملة لأن يوم القيامة سيندم من لم يحاسب نفسه وعمل بالمعاصي وسلم نفسه لوساوس الشيطان وحب الشهوات فجاء بيان المشهد المهيّب في الكتاب بقوله تعالى (ووضع الكتاب فترى المجرمين مشفقين مما فيه ويقولون يا ويلتنا ما لهذا الكتاب لا يغادر صغيرة ولا كبيرة إلا أحصاها ووجدوا ما عملوا حاضراً ولا يظلم ربك أحداً)، وشتان بين موقف المحاسب لنفسه والغير محاسب فالمحاسب لنفسه في الدنيا سيكون موقفه ثابت يثبتته الله (يثبت الله الذين آمنوا بالقول الثابت في الحياة الدنيا والآخرة) والغير محاسب لنفسه سيناله الندم والحسرة على ما قدّم من أعمال. قال تعالى (يوم تجد كل نفس ما عملت من خير محضراً وما عملت من سوء تود لو أن بينها وبينه أمداً بعيداً ويحذركم الله نفسه)، في أية أخرى (واعلموا أن الله يعلم ما في أنفسكم فاحذروه)، لذا نادينا بعد التحذير والتنبية أن ننظر إلى ما قدّمنا من أعمال ليوم العرض والحساب قال تعالى (يا أيها الذين آمنوا اتقوا الله ولتنظر نفس ما قدمت لغد واتقوا الله إن الله خبير بما تعملون).

جميل أن يشعر المرء بمرآة الله فيرجع إليه بالإجابة والتوبة وحسن المعاملة والعبادة مثال ما وصف

من صفحات ذكرياتي

أمام واجهة التاريخ

استوديوهات مجهزة ومكيفة، بل يقوم مقدّم البرنامج بزيارة الضيف في بلدته، لأن هذه ركيزة البرنامج الأساسية، وهي الخروج عن ما متبع في البرامج الحوارية، ليمتج الضيف شعوراً بالعبودية، يظهره على طبيعته، ليتفاعل شعورياً وتاريخياً مع معالم بلده، فيحدثنا عنها من خلال الحوار الممتزج والمسئول، كما شاهدنا في حلقة الأستاذ الياس جبور. لا شك أن الفنان محمد بكري، كان مستعداً جيداً لإجراء المقابلة، ويعلم أنه أت ليقابل شخصية اجتماعية لها قيمتها في المجتمع العربي، وبإمكان القول، إن الأستاذ الياس شخصية متعددة الموارد

تاريخ أي بلد مغرّض للإهمال والنسيان، إذا لم نجد من يهتم به ويُقدّر قيمته... إذا لم نجد من يكتب أو يتحدث عنه يشغف بشديد... هنا لا أتكلّم عن مؤرخين أو باحثين، بل عن شخصيات عاصرت تاريخ بلدها منذ طفولتها، رافقت ذكرياتها أحداثها، وما زالت تسعى لتوثيقه، مثل الأستاذ الياس جبور، الذي حل ضيفاً على برنامج "وجهاً لوجه"، وقدمه الممثل محمد بكري، عبر التلفزيون الفلسطيني. جو البرنامج كان يخلو من لياقات تقديم البرامج المعتادة، لأنه يتميز بالعبودية والتفاني، لإظهار الضيف بدون أي تكلف. البرنامج لا يعرض داخل



مارون سامي عزام

الشيء المميز في المقابلة، أن معظم إجابات الأستاذ الياس جبور، كان فيها مدخل حنون، ليس فقط إلى تاريخ شفاعمرو، بل أيضاً إلى روعة العادات والتقاليد التي كانت سائدة آنذاك بين جميع الطوائف، التي اجتمعت على بساط التآخي والألفة، وما زال إلى يومنا هذا مزكّشاً بزخارف الوحدة. هذه الإجابات تدل على حرص أي جبور على ماضي مدبنته، وتمسكه بأصالتها، وانصهار فكره بارزها الأثري وتراثها. خلال مشاهدتي للبرنامج، شعرت أنني جلست أمام واجهة التاريخ، فتخلّلت أروع محطات ذلك الزمن الجميل الذي عاشته شفاعمرو، تخلّلت أن هذه الواجهة غرّضت أمامي صوراً نادرة بالأبيض والأسود، تحكي عن الأحداث التي بلورت تاريخ شفاعمرو العزيز على قلوب الجميع، لأنه عندما يريد أي شخص الكتابة عنه، أو حتى التحدث به، يجب أن يتملكه شعور بالمسئولية تجاه مصداقية تاريخ بلده، وأن يراعى مشاعر أهلها ونسجها الاجتماعي، لذلك الأستاذ الياس جبور من خلال برنامج "وجهاً لوجه"، أظهر أنه حقاً يتحلى بهذه الصفات.



SPA G.COLONY
ספא במושבה

מרכז نور للعلاج

بإدارة منير مخول

اختصاصي لعلاج الامراض التالية

במה אנחנו מטפלים

- ✓ כאבי גב (תחתון \ עליון)
- ✓ טיפול בכאבי אוזניים בעזרת נורות הופי
- ✓ כאבי ברכיים
- ✓ טיפול באבנים חמות
- ✓ כאבי ראש מיגרנה
- ✓ הסתיידות במפקרים
- ✓ כוסות אוויר

צוות מטפלות מקצועיות
לעיסויים רפואיים



ספא במושבה 

monermakhoul 

050-2375979 | 25 ח'פא, שד' בן גוריון | 04-8511133

ألبير بلان قدم خدمات كبيرة للفن والفنانين



منهاج لتعليم الموسيقى

قال ألبير "خلال مسيرتي التعليمية للموسيقى على مدار 30 عامًا، وضعت منهاجًا لتعليم الموسيقى للصغار الابتدائية شمل وضع 5 كتب للموسيقى، وهذا المشروع تم تنفيذه في مدرسة الكرمليت في حيفا".



كلمة للصحفيين والفنانين

في ختام اللقاء طلب الفنان ألبير بلان أن يوجه نداء إلى وسائل الإعلام والفنانين، فهو ينتقد من يصف أغانيه بالآغنية المحلية، فعلى الغالب يقول ألبير أنه يُنشر التعبير التالي أغنية محلية، أو أغنية عرب ال 48. فيطالب ألبير أن تكتب الأغنية الفلسطينية، وأن نفخر وأن نعتز بهذا، فاستخدام الأغنية المحلية يقلل من قيمة ما يُقدّم من أغاني فلسطينية.

من جهة أخرى انتقد ألبير منح البعض لنفسه ألقاب مثل: المايسترو، النجم، والمطرب. فعلى سبيل المثال قال ألبير مبتسمًا أحيانًا يطلقون على مغني راب لقب مطرب، فأين المنطق في كتابة مثل هذه الألقاب.



بجروت في موضوع الموسيقى

في إطار مشروع المدرسة الموسيقية التابعة لجمعية الكرمل يتلقى تعليم الموسيقى عدد من الطلاب الذين يتم تحضيرهم لتقديم 5 وحدات بجروت، تخرجت هذا العام الطالبة نور الصالح من الفريديس من مدرسة الموسيقى التابعة لجمعية الكرمل بمعدل 96. يعمل في مدرسة الموسيقى هذه 21 معلمًا يحملون اللقب الأول والثاني في الموسيقى، وينتسب لهذه المدرسة سنويًا حوالي 350 طالبًا.



كتب موسيقية

عن مشروع إصدار الكتب الموسيقية قال ألبير "شعرنا أننا نفتقر للكتب الموسيقية، فقمنا بإعداد كتب للآلات العربية بعنوان "إبداع عبر الزمن" والذي وصل لدول عربية مثل: العراق، سوريا، الإمارات، الأردن، لبنان، الجزائر، اليمن والمغرب. هذا بالإضافة للدول الأوروبية مثل: ألمانيا، الدنمارك، فرنسا، ودول أوروبية أخرى".

أضاف ألبير أنه يستعد حاليًا لترجمة هذا الكتاب للغة الإنجليزية بهدف تعريف العالم على موسيقانا العربية وثقافتنا الموسيقية.

عن الافتقار لكتب موسيقية صحيحة وبدون أخطاء قال ألبير "نحن تعلمنا كتابة النوتة والموسيقى الكلاسيكية لدى معلمين جانب كانوا السباقيين في كتابة النوتات، من قبل لم يتعلم الموسيقيين كتابة النوتة، ففي السابق كُتبت نوتة بشكل خاطئ، كنا نقوم دائمًا بتصحيح النوتات التي تصلنا، فوضعت هذا الكتاب بأسلوب صحيح وسهل لأي عازف لكي يستعين به للقيام بالعزف بسهولة".

وأضاف ألبير "لا توجد كتب موسيقية عربية لالة الأورغ والبيانو، فبواسطة معلمين أجانب وعرب قمنا بالتغلب على هذا النقص، مثل د. فادي ديب وفؤاد هلون وغيرهم".



جمعية الكرمل

انطلقت فعاليات جمعية الكرمل في حيفا في العام 2003، والتي بادرت لتأسيسها ويقوم بإدارة أعمالها الفنان ألبير بلان، عن الهدف من تأسيس هذه الجمعية قال ألبير "لاحظت بعد اكتشاف المواهب لدينا، لا يوجد من يرعى هذه المواهب ويتابع تطورها ويعمل على دعمها، فالهدف هو رعاية الفنانين وإيجاد إطار مهني لتعليم الموسيقى. بدأنا نبحث عن معلمي موسيقى وبدأنا بتأسيس مدرسة للموسيقى، وكان همنا الأول الاهتمام بالجيل الصغير لنبدأ معهم منذ الصغر. كانت مسيرتنا في البداية منحصرة على الصغار، وبما أننا في مدينة حيفا، حيث لا توجد مؤسسات تهتم بالجيل الكبير موسيقيًا، قمنا بتأسيس جوقات غنائية وبرامج موسيقية للكبار أيضًا".

وتابع ألبير قائلًا "بعد تأسيس فرق غنائية، أصبحنا نشترك بحفلات داخل البلاد، ومن خلال هذه المشاركات انطلق مشروع جسر التآخي والسلام بين الشعوب الأخرى عن طريق الموسيقى، فقمنا بدعوة موسيقيين ومغنيين من داخل البلاد للعزف سوية حتى نبي جسورًا بين الشعوب عن طريق الموسيقى. نجحنا بتنظيم هذا المهرجان بشكل سنوي، وهذا فتح لنا الأبواب ليتعرف علينا موسيقيين عالميين على ثقافتنا الموسيقية. وكان هنالك طلبات بأن نشترك في مهرجانات بهذا المستوى خارج البلاد، وبدأت فكرة تبادل زيارات بين المؤسسات الموسيقية، منها كلية الموسيقى باد نوهام في ألمانيا، حيث يتم تبادل زيارات والعزف المشترك بين الفرق الموسيقية وتقديم الكونسيرترات المشتركة".

وبما أن الموسيقى تعتبر لغة عالمية، هذا الأمر سهّل على المبادرين لهذا المشروع الموسيقي التوزيع الموسيقي وتقديم النغمات الموسيقية وإيصالها للشعوب الأخرى. فجمعية الكرمل في الفترة الأخيرة تشارك في مهرجانات دولية كفرق مُصغرة من (3-4) عازفين بهدف نشر الموسيقى الشرقية في العالم، فتم تمثيل مدينة حيفا بمهرجان شانك دو في الصين مع 33 دولة، وأيضًا كان هنالك أصداً واسعة لمشاركة جمعية الكرمل في هذا المهرجان، مما فتح له أبوابًا جديدة للمشاركة في مهرجانات أخرى مثل المكسيك.



بداية علاقته بالموسيقى

عن بداية علاقته بالموسيقى قال الفنان ألبير بلان "عندما كنت طالبًا في الصف الثالث ابتدائي ونتيجة شغفي بالموسيقى، صنعت آلة جيتار من الخشب والمسامير وخيطان مصبص لأصنع منها أوتارًا، وهكذا بدأت علاقتي مع الموسيقى". وأضاف "عندما كنت في الثانية عشر من عمري بدأت التعلم على آلة الكمان لدى الأستاذ كرم أبو شقارة، ثم التحقت بمعهد روبين للموسيقى الغربية الكلاسيكية حيث تعلمت العزف على آلة الكمان وهناك تعلمت لدى أربع معلمي الموسيقى. بعدها تابعت دراساتي في كلية إعداد المعلمين في حيفا فتخرجت من هناك كمعلم موسيقى مؤهل، ثم التحقت بكلية ليفنيسكي في تل أبيب وحصلت على اللقب الأول في الموسيقى وحصلت على منحة دراسية للقب الثاني من جامعة تل أبيب. كما حصلت على جائزة مشروع العمر من قبل وزارة الثقافة في العام 2018. كما حصلت على جوائز عالمية من خلال مهرجانات دولية للموسيقى".



مهرجان الكرمل

"مهرجان الكرمل" يُعتبر محطة هامة في مسيرة الفنان ألبير بلان، حيث انطلق هذا المشروع منذ العام 1992. عن فكرة المهرجان قال ألبير "من خلال متابعتي لبرنامج ستوديو الفن في لبنان واكتشاف المواهب الشابة من خلال البرنامج، أحببت الفكرة وقررت أن أنقلها إلى بلادنا، فأسست مهرجان الكرمل بمجهود شخصي. تعاون معي في تنفيذ هذا المشروع الفني معلمي الموسيقى وموسيقيين الذين أعجبهم الفكرة. من أبرز المشاركين والذين أصبحوا فنانين مشهورين بعد مشاركتهم في المهرجان: أمير دندن، علاء عزام، نانسي حوا، الياس عطا الله، رنا خوري، أحمد فودي، لبنى سلامة، منال مدني وريموندا جبران".



סינמטה לענק הבשר

BIG SALE

אסعار جنونية

4 כגם **ברجیت**



4 כגם **שניטسل**



7 כגם **פחאז דجاج**



2 כגם **قص خروف**



3 כגם **كبد دجاج**



5 כגם **جناحان دجاج**



3 כגם **لحم عجل مفروم**

ناعم / خشن



04-8510776 **وادي نسناس - حيفا**



SPORT

رونالدو يسبب خسارة بقيمة 4 مليارات دولار لشركة كوكاكولا

الوكالات - خسرت شركة كوكاكولا 4 مليارات دولار بسبب قيام نجم المنتخب البرتغالي رونالدو بإزالة زجاجتي كوكاكولا من أمامه، حيث استبدلها بزجاجة مياه خلال المؤتمر الصحفي الخاص بمواجهة المجر، حيث قال "اشربوا الماء"، كونها الخيار الصحي.

فقد أدى وضع زجاجات الكوكاكولا جانباً من قبل رونالدو إلى حدوث انخفاض حاد بنسبة 1,6% للشركة في سوق الأسهم، ومن الناحية الاقتصادية تحولت أسهم شركة كوكاكولا من 242 مليار دولار إلى 238 مليار دولار، أي أن إجمالي الخسائر في الشركة بسبب هذا الحدث بلغ 4 مليارات دولار.



الفريق الفرنسي يحقق انتصاراً هاماً على الفريق الألماني



الكرة لدى المنتخب الفرنسي مما أربك بعض لاعبي الديوك ليقوم الفريق الألماني ببعض المحاولات الخطيرة ولكن الفعالية الهجومية غابت عنهم وفي الدقيقة 66 سجل مباي الهدف الثاني لفرنسا ولكن حكم اللقاء عاد والغاء بداعي التسلل وبعدها أجرى المدرب لوف تبديلات متأخرة حيث أدخل كل من ليروي ساني وتيمو فيرنر بدلاً من غنابري وكاي هافرتز، وفي الدقائق 15 الأخيرة هدأت وتيرة اللقاء بشكل كبير في وسط الملعب ولم ينجح لاعبو ألمانيا بالقيام بأي ردة فعل تُذكر في ظل تنظيم دفاعي مميز للديوك الفرنسية وفي الدقيقة 85 ألغى حكم اللقاء هدف لكريم بنزيما بداعي التسلل لتنتهي المباراة بفوز فرنسا وبو أفع 1-0.

لوف في إيجاد الحلول الهجومية في ظل تنظيم دفاعي مميز لمنتخب الديوك الفرنسية لينتهي هذا الشوط بتقدم فرنسا وبو أفع 1-0.

الشوط الثاني

بدأ الشوط الثاني بطريقة قوية من قبل لاعبي فرنسا حيث نجحوا في فرض إيقاعهم الهجومي على اللقاء وسط استمرار ضياع لاعبي الماكينات الألمانية وأهدر أدريان رابيو فرصة ذهبية بعد أن انفرد بالحارس نوير ولكن تسديده ارتطمت بالقوائم ووصل أبناء المدرب لوف عجزهم في الجانب الهجومي حيث افتقدوا اللمسة الأخيرة حيث سدد سيرج غنابري تسديدة جميلة ولكنها مرت فوق العارضة بقليل، وبعدها حاول لاعبو الألمان الضغط بقوة على حامل

الوكالات - حقق منتخب فرنسا انتصار كبير وملفت للنظر على أرضية ملعب الاليناز أرينا أمام المنتخب الألماني وبواقع 1-0 ليحرز 3 نقاط ثمينة جداً في مجموعة الموت ولم يقدم المنتخبين الأداء المقنع وخصوصاً من جانب لاعبي الماكينات والذين بدؤوا بدون أي حيلة في ظل أداء تكتيكي مميز لأبناء المدرب ديديه ديشان. أتت هذه المباراة ضمن فعاليات المجموعة السادسة "مجموعة الموت" في بطولة أمم أوروبا 2020.

الشوط الأول

بدأ الشوط الأول من قبل لاعبي المانشافت بطريقة قوية حيث حاول أبناء المدرب يواكيم لوف الضغط بقوة على مرمى الديوك في محاولة لاقتناص هدف سريع، ولكن سرعان ما نجح المنتخب الفرنسي بفرض إيقاعه الهجومي ليبدأ أبناء المدرب ديديه ديشان بضغطهم الكبير على مرمى الماكينات وتحصل كيليان مباي على فرصة مميزة، لكن الاخطبوط مانويل نوير تصدى له ببراعة كبيرة، وفي الدقيقة 20 سجل المدافع الألماني ماتس هاميلز هدفاً عن طريق الخطأ في شباك الحارس نوير بعد أن حوّل عرضية لوكاس هيرنانديز داخل الشباك الألمانية، وبعدها تحصل توماس مولر على رأسية خطيرة ولكنها مرت بمحاذاة القائم وحاول لاعبو ألمانيا القيام بردة فعل سريعة ولكن اللمسة الأخيرة غابت عن الماكينات حيث فشلوا في قراءة هدوء وتكتيك أبناء المدرب ديشان والذين سعوا إلى تهدئة وتيرة اللعب لتصعب المهمة على أبناء المدرب

اللاعب بيرم كيال باق في سخنين



حول الموضوع أن اللاعب بيرم كيال يشارك في هذه الأيام بالتحضيرات مع أبناء سخنين للموسم القادم وسيستمر في اللعب مع الفريق أيضاً في السنة القادمة. وأعلن النادي بشكل واضح أنه لن يحرر بيرم بغض النظر عن المبلغ الذي سيدفع مقابل انتقاله.

الصورة: من موقع الفيسبوك الرسمي لاتحاد أبناء سخنين

لمراسل صحيفة "حيفا" - علمنا أن اللاعب بيرم كيال سيستمر في اللعب مع فريق اتحاد أبناء سخنين في الموسم القادم. بهذا النبأ الذي أعلنته إدارة الفريق يتم وضع حد لكافة الشائعات حول احتمال انتقال بيرم كيال لفريق هبوعيل بئر السبع. فقد ورد في بيان عممه فريق اتحاد أبناء سخنين

انضمام اللاعب لؤي طه لفريق هبوعيل حيفا

لمراسل صحيفة "حيفا" - انضم المدافع لؤي طه إلى فريق هبوعيل حيفا بعقد لمدة موسمين، بعد أن أمضى 7 مواسم في فريق هبوعيل بئر السبع. اللاعب لؤي يبلغ من العمر 31 عاماً، وهو من عرابية، سبق وأن لعب في صفوف المنتخب الإسرائيلي 13 مباراة. من الألقاب التي حصل عليها اللاعب لؤي طه، لقبين في كأس السوبر، لقب كأس الدولة وكأس التوتو. كذلك كان قائد وكابتن لفريق هبوعيل بئر السبع ولعب مع الفريق في دور المجموعات من بطولة الدوري الأوروبي.



مؤسسة الأفق للثقافة والفنون شفاعمرو



تعلن عن امكانية تأجير قاعة مسرح مركز الأفق في شفاعمرو

لعروض مسرحية مؤتمرات أيام دراسية

أمسيات فنية وثقافية احتفالات

القاعة تتسع ل 200 شخص

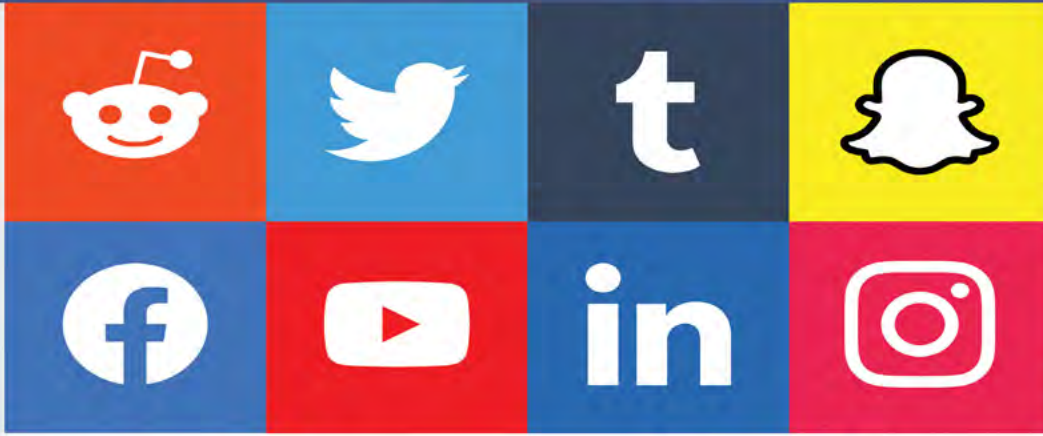
المقاعد منجدة ومريحة

موقف للسيارات

القاعة مهيئة لاستقبال ذوي الاحتياجات الخاصة

هناك امكانية لتزويد من يستخدم القاعة بأجهزة صوت وضاءة وتقنين

للاستفسار والحجز: ت: 04-8523022 0542239899



سهام نافذ

SOCIAL MEDIA

Liked Following Share

Contact Us

Send Message

رجعت لمصر لتزيت شعرها

تداول رواد مواقع التواصل الاجتماعي أول مقطع فيديو للنجمة علا غانم في مصر بعد غياب 4 سنوات كاملة قضتها برفقة أسرته في أمريكا، وظهرت علا داخل صالون تصفيف الشعر، وقالت إنها عادت إلى مصر "لتزيت شعرها". شووو؟! عن جد؟! يعني ما في صالونات شعر إلا في مصر؟! بعدين يعني صار لها 4 سنوات من دون ما تزيت شعرها؟!!



Share Comment Like

Top Comments

1.6M

Write a comment...

حيفا

View all 8,950 comments

ديروا بالكم من سيرين

نشر الكاتب ناصر فقيه عبر حسابه الرسمي على موقع التواصل الاجتماعي "تويتر" مقطع فيديو يظهر فيه برفقة الفنانة اللبنانية سيرين عبد النور وهو يديرها على رياضة الملاكمة. يا جماعة من اليوم وطالع ديروا بالكم . بس تنزل سيرين عا الحلبة زحوا من درها أحسنلکم.



Share Comment Like

Top Comments

1.6M

Write a comment...

حيفا

View all 8,950 comments

فش غير دينا؟!

تداول رواد مواقع التواصل الاجتماعي صورة جديدة للنجم عمرو دياب بموقف رومانسي مع مصورة صحفية شهيرة اسمها "دينا". وأكد البعض أن دينا يحكم عملها رافقت عمرو دياب في أغلب حفلاته الفنية ورحلاته الخارجية طوال الفترة الماضية ووقع في غرامها بالفعل. شو السيرة ما بتحب إلا اللي اسمهن دينا، في أسامي ثانية دور منيح.



Share Comment Like

Top Comments

1.6M

Write a comment...

حيفا

View all 8,950 comments

لمقت ربك

كمان المطرب هاني شاكر، قرر يظهر بإطلالة جديدة غيرت من شكله بالكامل بهدف الترويج لأحد أعماله الفنية الجديدة، حيث لفت الأنظار إليه في البوستر وهو يحمل باب رغم أنه لا يدخن، وأطلق لحبته بشكل خفيف لدرجة أن بعض جمهوره لم يعرفه. شو هاني لحقت ربك بلكي تغير حطك، مش غلط، جزب.



Share Comment Like

Top Comments

1.6M

Write a comment...

حيفا

View all 8,950 comments

شو بتستون؟!

نشرت صحيفة "حيفا" في أحد أعدادها عن فتاة من نابلس وشاب من قلقيلية، التقيا وتعارفا في هاملتون في كندا، وتم حفل زفافهما في مظاهرة في هاملتون. شو بتستون شباب وصبايا، يلا عالمظاهرات، كل العزائبات والعزائبات!!



Share Comment Like

Top Comments

1.6M

Write a comment...

حيفا

View all 8,950 comments

لمين بتكتبي؟!

وجبت الفاشينيسا الكويتية، الدكتور خلود، رسالة رومانسية إلى زوجها أمين الغياشي معبرة عن سعادتها بالدور الذي يقوم به في حياتها. وما خلت ولا بقت شكر ومجاملات كأنها بتكتب لواحد غريب، وكتبت كمان إنها من دونه بتحبس حالها ضايعة وأنه دائما بوجهها وينقدها. بتعرفي حبيبتي حاسستك طفلة صغيرة عم تحكي مع أبوها أو أستاذها مش زوجها!



Share Comment Like

Top Comments

1.6M

Write a comment...

حيفا

View all 8,950 comments

كلية الجليل الغربي تستضيف الكاتب عفيف شليوط



الفلسطيني مثل نشوء مسرح نسائي في الخمسينات في البعنة، وإنتاج مسرحية "هاملت" في مدينة الناصرة في العام 1908.

الأفق للإعلام - استضاف قسم المسرح في كلية الجليل الغربي في الأسبوع الماضي الكاتب والمسرحي عفيف شليوط، ليلقي لطلاب قسم المسرح محاضرة عن المسرح الفلسطيني. افتتح اللقاء بروفيسور دان أوربان مرحباً بالمحاضر الضيف مهناً إياه على إصداره كتاب "جذور المسرح الفلسطيني في الجليل" باللغة العبرية، الذي أصبح يُعتبر مرجعاً لكل باحث في موضوع المسرح الفلسطيني. بعدها استعرض الكاتب عفيف شليوط مسيرة المسرح الفلسطيني قبل قرن، مشيراً إلى علاقة المسرح الفلسطيني بالمسرح المصري قبل عام 1948، وعن جولات مسرح يوسف وهي في المدن الفلسطينية كيافا وحيفا وعكا والقدس. بعدها تطرق إلى فترة الركود الفني والثقافي بعد العام 1948، إلى أن نشأ مسرح الكرامة في العام 1965، والنهضة المسرحية في السبعينات وخاصة عن تجربة المسرح الناهض في حيفا والمسرح الحديث في الناصرة. كما أشار إلى مساهمة المسرحيين العراقيين اليهود في المسرح الفلسطيني مثل أرييه الياس.

تعرض شليوط في محاضراته إلى الصعوبات والعقبات التي اعترضت مسيرة المسرح الفلسطيني من جهة، وأبرز بعض الصفحات المشرقة في تاريخ المسرح

بحسب استطلاع آراء المستهلكين:

تديران سوبريم الحائز على جائزة "برافو" هو المكيف الأكثر جودة والموصى به "مكيف كامل الاوصاف"

تصل حتى 99.9%.

أما وحدة Air Care UVC المثبتة في منطقة سحب هواء المكيف، تساعد على منع تراكم البكتيريا الموجودة في الهواء، والتي قد تتجمع على محوّل الحرارة، الوحدة الداخلية للمكيف وأعلى البطارية، مما يمنع البكتيريا من اختراق المكيف مع الهواء والانتشار مرة أخرى في الفضاء المكيف. وبالتالي، تمنع المس بجودة الهواء. تجدر الإشارة إلى أن عمل الـ UVC يُنتج موجة بين 200-280 نانومتر والتي تعتبر الأكثر فعالية في تعطيل عمل البكتيريا، الجراثيم والفطريات. يذكر أن تقنية الـ UVC وفلتر الـ PM2.5 يعملان معاً داخل المكيف و يعالجان الهواء داخله.



إضافة إلى ميزات مكيف تديران سوبريم الفريدة، فقد حاز المكيف مؤخراً على جائزة Bravo، والتي تُمنح للمنتجات والخدمات الجديدة التي أعرب المستهلكون عن رضاهم عنها وأوصوا بها بشكل خاص للآخرين. وقد أجري البحث من قبل معهد قنطار الدولي للأبحاث، والذي شمل 2011 مستهلكاً من البلاد يشكلون عينة قطرية وممثلة. وبحسب الاستطلاع فقد أعرب 96.6% من المشاركين عن رضاهم الكبير من مكيف الهواء. مما يؤكد أنه من الأفضل التقدم لمكيف هو آلي كامل الأوصاف يحبه ويفضله الكثير من الزبائن.

تواصل شركة تديران ريادة مجال تنقية الهواء، وتكشف النقاب هذا الصيف عن مكيف تديران سوبريم AIR CARE UVC كامل الأوصاف. مكيف تديران سوبريم كامل الأوصاف لأنه الحائز على جائزة رضى أكثر من 96% من المستهلكين لعام 2021. وقد تم إطلاقه بتقنية AIR CARE UVC لتنقية الهواء في البيت. تقنية متقدمة قد أحدثت ثورة في عالم التكييف والتي تدمج لمبة UVC وفلتر 2.5PM، وتمنع تراكم البكتيريا والجراثيم وتقضي بشكل فعال على الجسيمات السامة التي يبلغ حجمها 2.5 ميكرون والتي يمكنها أن تسبب المشاكل في جهاز التنفس.

كما أطلقت شركة تديران لوئاً جديداً وفاخراً للمكيفات وهو رمادي كربون، والذي يضاف لألوان الأبيض، الفضي والشمبانيا المعروفة. تم تزويد مكيف تديران سوبريم بفلتر PM 2.5 لمعالجة تراكم الجزيئات المختلفة بحجم 2.5 ميكرون والموجودة في الهواء والتي تتميز بقدرتها العالية على الصمود، بالإضافة إلى كونها جزيئات سامة تحمل البكتيريا والفيروسات التي تؤثر بشكل مباشر على جودة الهواء في الفضاء المكيف، كما يقوم مكيف تديران سوبريم بتنقية جزيئات الغبار، دخان السجائر وروبو الحيو انات الأليفة، بحيث تصل نجاعة عمل الفلتر ضد هذه الجسيمات إلى نسبة

أم كلثوم لن ترحل بعد عرض فني فريد من نوعه



خاص بصحيفة "حيفا" - تستعد شركة Full moon للإنتاج الفني لتقديم عرضها الفني الجديد "أم كلثوم لم ترحل بعد"، هذا العرض الفني المميز والفريد من نوعه، وحسب ما صرح به مدير وصاحب شركة الإنتاج Full moon قصي ملح، أن هذا العرض هو الأول من نوعه حيث سيتم مشاهدة الفنانة العظيمة أم كلثوم على خشبة المسرح ولمدة 12 دقيقة بواسطة تقنية هولوغرام (انعكاس الليزر)، هذه التقنية التي سيتم استخدامها في هذا الحفل الضخم، تمتلك خاصية فريدة تمكّنها من إعادة تكوين صورة الأجسام بأبعادها الثلاثة في الفضاء، فقد قام مدير وصاحب الشركة قصي ملح باقتناء الجهاز خصيصاً من لندن لاستخدام أشعة الليزر لتقديم شخصية أم كلثوم على خشبة المسرح، وكأنها حاضرة بين الجمهور.

يأتي هذا العرض الفني الفريد من نوعه بعد العرض الذي سبق وأنتجته الشركة ذاتها "أم كلثوم عائدة إلى حيفا"، ولكنها هذه المرة كما يقول مدير وصاحب شركة الإنتاج باقية معنا في حيفا ولن تغادرها أبداً. يشارك في هذا العرض الفني الفريد من نوعه، الفنانتين: ورود جبران ورنّا ادريس، وباشتراك الإعلامي فادي زغايرة، ويقوم بمهمة الاشراف الموسيقي الفنان سامر بشارة. سيتم تقديم العرض بتاريخ 2021/07/03 في قاعة مسرح أوديتوريوم حيفا الكرمل.



الاحتفال بمشروع فن الخطابة لطلاب حيفا العرب

أحمد غريقات- الصف العاشر- مارالياس الأسقفية " التتمّر في وسائل التواصل الاجتماعي"، أمانة زيد- الصف العاشر- الكلية الأرثوذكسية العربية " بالقراءة تسمو العقول وتهذب النفوس"، رسل شريدي- الصف التاسع- الكلية الأرثوذكسية العربية " لغتي هويتي"، عدن أبو غزالة- الصف التاسع- الكلية الأرثوذكسية العربية " العنف في مجتمعنا ودور الجيل الشاب في معالجته". هذا وتم تكريم الطلاب الخباء بأكووس وشهادات تقدير.

لمراسل صحيفة "حيفا" - أقامت جمعية التطوير الاجتماعي مؤخراً، مع شركائها في نادي روتاري ستيليا مارس -حيفا، أمسية احتفالية لطلاب مدارس حيفا بموضوع فن الخطابة "الخطيب الصغير بالعربية" في قاعة الكلية الأرثوذكسية العربية-حيفا. حضر الاحتفال أهالي الطلاب، الطلاب الخطباء، طاقم جمعية التطوير الاجتماعي ونادي الروتاري، الطواقم التربوية في المدارس المشاركة من معلمين وإدارة.



قدّم خلال الاحتفال تسعة طلاب خطابات بمواضيع مختلفة وهم: سندس أبو سمرة، الصف الخامس- مدرسة الكرمل "التعلم عن بعد"، عرفان شمس مالايازي- الصف الخامس- المدرسة الاحمدية- "لغتي هويتي"، ألما نصّار- الصف السادس- المدرسة الاحمدية- "العنف في مجتمعنا دور الجيل الشاب في معالجته"، عمرو سواعد- الصف الثامن- حوار الرسمية- "العنف في مجتمعنا دور الجيل الشاب في معالجته"، عبيدة لحام- الصف الثاني عشر- أروط الكرمل "تقبل الآخر ما بين التغيي به وتطبيقه"،



عالموضة

زاوية الأزياء مع مصممة الأزياء ومنسقة الملابس
كيتي عيسى

حذاء أخضر بأشرطة من القماش من علامة Laura Biagiotti:



يُفضل الكثير من النساء اعتماد الحذاء ذي الأشرطة المُصممة من القماش؛ ليضفي مظهراً أنثوياً ناعماً على الإطلالة. من أجمل تصاميم علامة Laura Biagiotti هو الحذاء الظاهر في الصورة - وهو ذي كعب عال وعريض، مصمم من الأمام بشرائط مصنوعة من القماش، بالإضافة إلى شريط كبير ملتف حول الكاحل.

حذاء أخضر ذو كعب القطعة من ماركة Versace:



لإطلالة جذابة وفاخرة يمكنك الاستعانة بهذا الحذاء الملون ذو خلفية خضراء من دار Versace، حيث يأتي بكعب عالٍ ورفيع - يطلق عليه اسم "كعب القطعة"، منقوش على شكل زهرة باللون الوردي، وصُمم بفتحة كبيرة من الأمام ومن الخلف؛ ليعطي شكلاً كلاسيكياً أنيقاً.

صبيحات خاصة ب Kim Kardashian !!!

من خلال تصويرها لحملة علامتها التجارية الجديدة، أطلت كيم كارداشيان بإطلالات جريئة كعادتها، ولكن هذه المرة أرجو أن لا يكونوا اتجاهات قادمة لغزو العالم في الأشهر القادمة! ما أطلت به هوسروال



ذو ثقب في منطقة الأرداف الخلفية، وجوارب شفافة بدلاً من السراويل في إطلالة أخرى. الزي الأكثر إثارة الذي ارتدته كيم في جلسة التصوير هو الأفورول المحبوك المثقوب - وهو

تعاون بين المصممة بولينا روسو وموقع الموضة Ssense.

أحياناً كثيرة تهرنا كيم باختياراتها للأزياء وأحياناً نتعجب منهم! ولكننا نعلم أنه في لحظة ما، سيكون ما ترتديه هو الاتجاه الأكثر سخونة، وأحياناً يكون من المستحيل وصف ما ترتديه بأي طريقة أخرى سوى الهلوسة، الجنون والخروج من دائرة المنطق.



إذا كنت تعاني من عدم تناسق ما بين الجزء العلوي والسفلي اليك بالفساتين المنخفضة الياقة او الملقوفة في هذه القصبة تظهر منطقة الصدر أنحف مما هي عليه.

إذا كنت من هواة الدنيم أي الجينس وتخشين ارتدائه، فيمكنك اختيار تنورة مبني من الجينس مع قسم علوي بلون أبيض وجاكيت قصيرة واسعة، من الدنيم أيضاً.

أجمل تصاميم أحذية باللون الأخضر لصيف 2021

حذاء بكعب عالٍ من ماركة Koché:



إذا كنت تبحثين عن حذاء أنيق يناسب السهرات وحفلات الزفاف؛ يمكنك الاستعانة بهذا التصميم لحذاء باللون الأخضر المصمم من الجلد اللامع مع كعب عال ورفيع، مزّين بالمعدن الذهبي، مع مقدمة عريضة من الأمام، ومن منتصفه مژؤد بقطعة جلد إضافية عريضة من الأخضر المينت مع إبرزم مژؤد بقفل ملتف حول الكاحل، من المعدن باللون الأخضر الداكن.

حذاء من ماركة Valentino:



من التصاميم الجذابة التي قدمتها ماركة فالنتينيو، الأحذية الراقية ذات اللون الأخضر، وخاصة هذا النموذج المصمم من الجلد المرصع باكسسوار من المعدن الذهبي. صمم الحذاء بحزام على الكاحل مع إبرزم من المعدن الذهبي، مع مقدمة حادة، من دون كعب ولا حتى قسم خلفي لتثبيت الرجل.

نصائح بيونسيه لذوات الجسم الممتلئ

في كل مرة تطل علينا بيونسيه تغلف تأثيراً كبيراً في نفوس متابعيها، فالنجمة الذهبية تدرك كيفية تنسيق أزيائها على الرغم من كونها تتمتع بجسم صحي رياضي شبه ممتلئ، وهي لا تخجل من النباهي به، الأمر الذي يزود الممثلات بالثقة بالنفس، ويمكنهن من الاستيحاء من إطلالاتها لتنسيق واختيار قطع تليق بقوامهن. فإذا كنت تتمتعين بجسم ممتلئ على شكل إجازة أو تفاحة، يمكنك أن تستوحي من إطلالات بيونسيه ما يليق بك، إليك نصائحها:

إذا كنت تتمتعين بخصر رقيق يمكنك إبرازه من خلال ارتداء حزام عريض، كما فعلت بيونسيه بإطلالة الفستان المزدان بالزئزر.



لذوات القوام الإجابي، لا تترددي أن ترتدي الشورت القصير وكذلك مادة اللاتكس. فيمكنك أن تنسقي معه جاكيت طويل.



أما إذا كنت تعاني من انتفاخ في البطن أو المعدة فيمكنك ارتداء الفستان المزدان بقصة "درابيه" عند البطن لتمويه هذه المنطقة.

يمكنك اختيار طقم أبيض حتى ولو كنت ممتلئة بشرط إتباع ستايل بيونسيه حيث اختارت الطقم بقصة مستقيمة، والجاكيت طويل وضيق.



إذا كنت تعاني من أكثاف ضخمة فيمكنك اختيار الفساتين بكم طويل لتمويه هذه المشكلة ويمكنك اختيار فستان ضيق كما فعلت بيونسيه.



Designs & Accessories

By: Mariam



الحوت



أي علاقة أو مشروع متعدد الزوايا اليوم، بدلاً من تركه يجف، استرح وانظر إلى الموضوع من كافة أبعاده. لأن الاستعجال قد يقودك إلى اتخاذ قرارات خاطئة فقد تدخل في مشروع خاسر يكون مصيبة عليك أو قد تترك فرصة العمر التي طالما انتظرتها. تأني وكن منطقيًا في تعاطيك مع الأمور.

منهياً: جو إيجابي لطرح أفكار جديدة بغية تطوير العلاقة، استغنى قدر الإمكان ولا تضع الفرصة.

الدلو



كن صبوراً ولا تستسلم للإغراء. لا تكن سريعاً جداً في القفز إلى تسلق الثمالي. الآخرون لديهم الحق في آرائهم. وإذا اتقنت الاستماع بدلاً من أن تنهمر بالصوابيا على من حولك، فقد تسمع بعض الحكم المفيدة جداً. عليك أن تستفيد من تجارب الآخرين كي لا تقع في أخطائهم.

منهياً: يدعوك هذا اليوم إلى المغامرة ويتحدث عن اتصالات جيدة مع الخارج أو بعض الأجانب.

العذراء



أنت متهور جداً اليوم يا عزيزي وتفعل أي شيء من دون تفكير، احذر وكن أكثر هدوءاً ولا تكن وانقاً جداً من نفسك وفكر ملياً قبل الإجابة أو إعطاء أي قرار، الحظ قد يقف إلى جانبك اليوم وبمعدك ببعض الأخبار الجيدة وبخاصة في الظهيرة، أما المساء فهو جيد للخروج في سهرة والاستمتاع بوقتك.

منهياً: أنت متعب نفسياً بسبب فشل مشاريعك، لا تبالس بالمستقبل واعد وبيشّر بالنجاح، ولا سيما أنك صاحب إرادة صلبة وعزيمة لا تلين.

الحمل



"لافت للنظر" هذا ما ستكون عليه يا مولود الحمل، فانت في أحلى طلة لديك، تحضر نفسك اليوم لخوض الكثير من التحديات ووضع النقاط على الحروف في أجواء العمل، وتنتج بذلك لشخصيتك المسيطرة على الأشخاص حولك، من يريد تقديم امتحان فالיום مناسب لإعطاء الأفضل، في المساء نقاش بينك وبين من تحب قد يتطور إلى شجار.

منهياً: تبدأ اليوم العمل بأجواء جديدة وتحاول أن تنسجم معها لكي تتوصل إلى تحقيق النتائج المرجوة من المشاريع التي نفذتها.

الثور



كل ما تفعله يكون لصالحك، لا تخف بل تقدم أكان في العمل أو في مجال العاطفة، الحظ إلى جانبك اليوم ويدعمك بكل قوة، الذكاء أيضاً حليفك فأنت تشغل دماغك اليوم بشكل مستمر لما عليك من اتخاذ قرارات مهمة، لكنك ستنتج بهذه المهمة وتكون مبهمة طوال اليوم، وخصوصاً بعد الثانية عشرة ظهراً، في المساء جلسة مع الأصدقاء لم تسعد بها منذ زمن فاعطِ العنان لنفسك.

منهياً: يعاود كوكب مرموز سيره المباشر في الجوزاء، فتستعيد أرواقاً ضائعة، أو تخف عمليات التسويق والتأجيل.

الجوزاء



سهل جداً أن تأخذ مفاهيمك العظيمة وتوصلها إلى الحقيقة بشكل أنيق. اخلق جنينك الخاص، واجعل رغباتك الثلاثة الأكثر ولعاً تتحقق. النجوم معك اليوم وسوف تساعدك على اتخاذ القرارات المناسبة لذا تمتع بالثقة لكي تبني مستقبل الذي ترده بعيداً عن كل ضغط أو اكتئاب.

منهياً: يمكنك الاستفادة من خبرة الآخرين، وهذا سيكون مفيداً في كل المجالات اليوم، وخصوصاً على الصعيد المهني.

السرطان



هناك من يقولون أنك عنيد و يعتبرون ذلك شيئاً سلبياً، و بالمقابل هناك أولئك الذين يغرّفونك . استخدم لغة الحوار معهم، ولا تكن متفاجئاً إذا تغيرت آراء البعض. فقط حاول أن تفهم رأي الآخرين وكن عفواً صريحاً ومباشراً قدر الامكان وابتعد عن التلق والكذب كي لا تقع ضحية عنادك.

منهياً: أنصح لك عدم الانفعال وتمالك النفس إذا أردت النجاح في عملك، هنالك بعض الضغوط وهذا شيء أكيد.

الأسد



حرك دماغك سريعاً. لقد حان الوقت لتأمل. ستتعلم من خلال الملاحظة أكثر بكثير مما ستتعلمه بالاندماج في القضايا المطروحة، التروّي سيسمح لك برؤية بعض الروابط التي كنت غافلاً عنها. فقط لا تدع جُل همك انهاء العمل بل كيف تنهيه بالشكل الأمثل.

منهياً: يكون هذا اليوم ممتازاً لك، ويحمل ضحكة كبيرة ومغامرة تنتظرك وهي منمشة جداً ومفيدة على الصعيد المهني.

الميزان



إحساسك بالأخلاق قد يكون معكراً بعض الشيء، كن حذراً... وصريحاً إذا اقتضى الأمر. أنت تكره أن تكون شكاكاً بالآخرين، لكن بعض الأمور تقول لك أن تختبر هذا الحافز وتصرف بشكل أكثر حذراً. أنصت إلى هذا الصوت الخافت ولا تمنع من الحصول على بعض الأجوبة المباشرة.

منهياً: يساعد هذا اليوم على الخيار الأفضل، ويستحسن أن تستغل الفرص على أكمل وجه بغية التوصل إلى تحقيق ما تبتغيه.

العقرب



يوم عادي يا مولود العقرب، وهادئ بعض الشيء، فليست هنالك أحداث مميزة في الصباح والظهيرة، قد تتعرض لاستفزاز من أحد الأشخاص الذين يعملون معك، لكنك سوف تسيطر على أعصابك بكل براعة، المساء يبدو أكثر نشاطاً وخصوصاً على المسار العاطفي الذي سيتلقى دعماً قوياً لما لديك من قوة في التعبير عن عواطفك.

منهياً: لا تورط نفسك في مآزق وتجنب الصراعات ولا تقدم على عملية شراء من دون موافقة الشريك في العمل.

القوس



أنت لديك القليل من الملل من الروتين الذي أصابك في الأيام الماضية، واليوم أنت مهمل جداً، حيث أنك مصاب بالملل من كل ما يحدث حولك، مما يجعلك لا تسأل ولا تهتم حتى ولو حدثت هزة أمامك أو حرب، تضطر إلى فتح أوارك كاملة أمام من تحب في فترة المساء لأن الكيل طلع معك وغير مهتم بالعواقب. المساء جيد لإراحة جسمك بالبيت.

منهياً: يعاود مرموز سيره المباشر فتشعر ببعض الارتياح، لكن حذار النزاع مع أحد المسؤولين في عملك أو إحدى السلطات القوية والفاعلة.

الجدي



قوة، ثبات وأفكار أكثر وضوحاً من يوم أمس، تبدأ نهارك مفعماً بالنشاط منكبا على أعمالك لإنجازها وتصحيح الأخطاء التي ارتكبتها في الأمس، في فترة ما بعد الظهر تبدأ بالتفكير بأمورك المستقبلية، وخصوصاً العملية والمالية منها، قد لا يرضى الحبيب بلهجتك الأمرة في المساء، مما قد يرحج نشوب سوء تفاهم بسيط.

منهياً: يعاود كوكب مرموز سيره المباشر لكي تلتقط أنفاسك وتذكر أولوياتك، ويحمل إليك عملاً أو عرضاً مغرياً.



✓ علاج الرؤوس السوداء والبيضاء

✓ تنظيف البشرة وتهادتها

✓ علاج الحفر والتدوب

✓ علاج التهاب الجلد

✓ علاج الحبوب

✓ علاج الكلف



lilosh91

الحارة الغربية - عسفا

054-2887868



המפגש של יוסף

מגוון בשרים מעושנים

حملة خاصة
4 بجيتيم فقط

برجيت. كباب. قلوب

ב 100 ₪

052-7818191

רח האיטלקים 5, חיפה



كم بقرة في الصورة ؟



صل النقاط

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



054-9353599

حي عين عافية - عمارة الوليد
شفاعمرو

شال وشنطة



حملة تنزيلات

3 ملفات مجوز

كل ملف يشمل 4 قطع

فقط ب 200 ₪



بيجامات

تكستيل

شالات

اكسسوارات

جهاز عرائس

ملابس داخلية



نحن معكم، وبكل الوسائل المريحة لكم
من خلال صحيفة ورقية، في موقع
واتساب وبنسخة ديجيتاليت

