

STELLA MARIS
GOLDEN
CORAL
MEDITERRANEAN RESTAURANT

مطعم كورال

أجمل الجلسات في حيفا
حيفا- ستيلاد ماريس 130
0 5 4 - 4 6 4 5 3 6 7

حيفا

شفاعمرو والمنطقة

H a i f a

أسبوعية قُطرية، مستقلة، شاملة ◀ العدد 607 ◀ الجمعة 30 أيلول 2022 ◀ توزع مجاناً

الموز ولا الحجار 16	هشاشة العظام 14	حين تصبح الكنيست 8	لبنان بلا رئيس 2
---------------------------	-----------------------	--------------------------	------------------------

لا تعتمدوا على استطلاعات الأمس

13-12

التحضيرات لمهرجان مسرح الأفق للأطفال

6

حيفانet fHaifanet موقع حيفا الأول
www.haifanet.co.il بإدارة: راني عباسي

عالم الموحدة أقرب للتأثير!

#صناعة القرار

القائمة العربية الموحدة

مع

مش لعبة .. إفحصي

Samiara



وصلتِ سن الخمسين؟

كلاليت تدعوكِ لأخذ مسؤولية على حياتك والقيام
بفحص الكشف مبكر لسرطان الثدي مرتين في السنة!

إجعلِي الفحص جزء من روتين حياتك، وتفادي الإصابة.
توجَّهي الآن للعيادة القريبة منك

كلاليت

خطوة قبل، من أجل صحتك

clalit.co.il/arb *2700

شطب قائمة التجمع الوطني الديمقراطي

الشطب، على أن محاولات تفصيل قيادات عربية كما يحول لغانتس وليبيد، ستفشل".

وقال إنه "نحن في التجمع نفتخر بكوننا مع المساواة الكاملة وضد الاحتلال ومن يجب أن يخجل هو من يدعم الاحتلال ويرفض المساواة". وأكد أن "شطب التجمع هو قرار سياسي يصدر من لجنة سياسية ونحن نعرف أن قرارا كهذا يعكس صحة خطاب التجمع ومشروعه السياسي".

لمراسل صحيفة "حيفا" - قررت لجنة الانتخابات المركزية الإسرائيلية، مساء أمس، الخميس، منع حزب التجمع الوطني الديمقراطي من خوض الانتخابات، وذلك بعد أن أيد 9 من أعضائها شطب ترشح قائمة التجمع للانتخابات الكنيست الـ25، بذريعة "رفض طبيعة إسرائيل كدولة يهودية وديمقراطية، والتحرير على العنصرية". وشدد رئيس حزب التجمع، النائب سامي أبو شحادة، خلال إفادته أمام لجنة الانتخابات التي ناقشت طلب

رفع نسبة الوظائف الى كاملة لعشرين مساعدة في مجلس دير حنا المحلي



المساعدات في المجلس المحلي في دير حنا نتيجة إيفاء وظائفهن الى وظائف كاملة (100%)، وكذلك ستحصل كل مساعدة على مخصصات اليوم الطويل (ΠΠΟΠ) التي تصل الى 9950 ش.ج شهريًا.

لمراسل صحيفة "حيفا" في شفاعمرو - قررت لجنة التحكيم المؤلفة من المحامية روت ليفي من الهستدروت، والمحامية عيريت رونين من مركز السلطات المحلية، قبول الدعوى التي قدمها سعيد شلح، رئيس الهستدروت في لواء الجليل المركزي، والتي طالب من خلالها لجنة التحكيم رفع نسبة الوظائف الجزئية الى 100% لأكثر من عشرين مساعدة، اللواتي يعملن في المجلس المحلي دير حنا. وصرح سعيد شلح لمراسلنا أن قرار لجنة التحكيم هو إنجاز كبير وهام جدًا، وبموجبه سيرتفع أجر

لبنان لم ينتخب رئيسًا جديدًا



للجمهورية إلى موعد غير محدد، بسبب فقدان نصاب الدورة الثانية. وقال بري خلال الجلسة إنه "عندما يتم التوافق على رئيس سأدعو إلى جلسة مقبلة لمجلس النواب". ويتطلب فوز أي مرشح رئاسي الحصول على أصوات ما لا يقل عن 86 عضوا من 128 عضوا في مجلس النواب للفوز في الجولة الأولى من التصويت. وبموجب النظام السياسي الساري المفعول في لبنان والقائم على التوزيع الطائفي، ينبغي أن يكون الرئيس مسيحيًا مارونيًا.

الوكالات - أخفق البرلمان اللبناني في انتخاب رئيس جديد للبلاد يوم أمس، الخميس، إثر غياب التوافق على اسم خلف للرئيس الحالي، ميشال عون، رغم أزمة اقتصادية غير مسبوقه تعصف بالبلاد. من الجدير بالذكر أن ولاية عون البالغ من العمر 88 عامًا قد انتهت، والتي امتدت على ست سنوات. هذا وانتخب عون رئيسًا، في العام 2016، بعد فراغ رئاسي استمر أكثر من عامين. وتسجل انقسامات عميقة بين أعضاء مجلس النواب مما يؤثر مخاوف من فراغ في سدة الرئاسة.

الصورة: من موقع صحيفة «الهار» اللبنانية

وبعد عملية التصويت في الدورة الأولى، رفع رئيس مجلس النواب، نبيه بري، جلسة انتخاب رئيس

الموحدة أقرب لنبيض الشارع!

#آراء_وهوموم_الناس

٢٤

القائمة العربية الموحدة

شادي شليوط (تصميم الصحيفة)

رئيس التحرير والمحرر المسؤول: عفيف شليوط

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

حلال

just

vino vino



3 بيتسا عائلية

(بدون إضافات)

بـ 120

وجبتان بـ 100

شنيتسلونيم رفيولي



**TRADITIONAL
PASTA**

أفخر أنواع الباستا الإيطالية



Pizza | Saldas | Pasta

 Just vino vino

04-8524112 | 04-8553553

تسيونوت 31, حيفا | مفتوح من الساعة 11:00 حتى منتصف الليل | بإدارة: سيلاس سوطي

كلايت تقيم مؤتمر الجودة 2022 للأعمال في مجالات الجودة الطبيّة والتقدميّة

كلايت

أقيم اليوم، الثلاثاء 20 أيلول، مؤتمر الجودة والتقدميّة السنوي لكلايت مع حوالي 1000 من المشاركين من كل جبات المؤسسة ومن كل المجالات الطبيّة. عُرض في المؤتمر حوالي 160 عمل الذي تم اختيارهم في مجالات الجودة الطبيّة والتقدميّة، وقد اختبروا بعد عملية تحكيم صارمة وشاملة. يُشكل المؤتمر منصة تنظيمية وقومية لعرض أعمال ونشاطات الجودة والتقدميّة المقامة في كل مؤسسات كلايت، والذي يشكل أساساً قوياً للتعلّم، للإلهام المتبادل، ولشكر عمل الطواقم في مجالاتهم، وتقانيم، ومبادراتهم.

أضيف كوهين المدير البديل لكلايت: "برز في السنتين الأخيرتين جميع طواقم كلايت في مكافحة جانحة الكورونا بأقسام الكورونا في المستشفيات، بإجراء الفحوصات اللازمة، بإعطاء العلاج لمرضى الكورونا في المنزل، بإجراء حملات التطعيم، بإجراء الأبحاث التي حصلت على صدى وشعبية عالمية في مجال تطعيمات الكورونا والعلاج بالأدوية الجديدة للمرض - وكل ذلك مع تقديم الخدمات اليوميّة عالية الجودة في 1500 عيادة و 14 مستشفى لكلايت المتواجدة في أنحاء البلاد. المؤتمر هو فرصة لشكر وامتنان للموظفين على هذا العمل ولتحديد التوجهات الاستراتيجية للسنوات القادمة".

المحاضر الأستاذ هال وولف، رئيس HIMSS (مؤسسة عالمية لتطوير التكنولوجيا وأنظمة المعلومات في العالم الصحي) وضيف المؤتمر، شارك الحاضرين برؤيته عن العوائق الحالية في تقدّم واستخدام الريادة وعن رأيه في كلايت كمؤسسة سباقة على المستوى العالمي في استخدام المعلومات والتكنولوجيا لتطوير مستوى الخدمات الصحية التي تقدّمها.

وفي أقوال ايلي كوهين، المدير البديل لكلايت: "مؤتمر الجودة يعرض الروح الفريدة التي يقودها 48.000 من موظفي كلايت الذين يعملون باستمرار من أجل تقديم الخدمات الطبيّة عالية الجودة، المتقدّمة، والرياديّة. عرض المؤتمر التوجهات الاستراتيجية التي من خلالها سوف نتقدم ونطوّر إنجازات كلايت والنظام الصحي في إسرائيل: تواصل كلايت التقدّم في الرياديّة والمبادرة الطبيّة وتطوير النماذج للتحديد والكشف المبكر ومنع الأمراض: ستواصل كلايت تطوير وتقديم الخدمات الرقمية والمختلطة الملائمة لمتطلبات المتعالجين: ستواصل كلايت في تطوير وتوسيع الخدمات المتوافرة والمتاحة لبيت المتعالج، ضمن خطة تقليص وتخفيف الجهد لتلقّي الخدمة".

ومن الأعمال التي عُرضت في المؤتمر، العمل الحاصل على المركز الأول هو تطبيق "كلايت اكتيف"، وهو تطبيق رياديّ الذي يُحفّز مستخدميه على الحركة من



مناقصة - وظيفة شاغرة لجمعية مسني الكرمل عسفا ودالية الكرمل عامل / ة اجتماعي / ة

مواصفات الوظيفة:

- علاج فردي ومجموعات لشريحة المسنين
- إدارة ملفات شخصية وكتابة برامج علاجية ومتابعة
- القيام بزيارات بيتية
- التواصل مع أقسام الرفاه الاجتماعي وهيئات علاجية أخرى
- تزويد العاملين في الجمعية بالمعلومات

متطلبات الوظيفة:

- ناطق/ة باللغة العربية
- لقب أول شؤون اجتماعية
- رخصة عمل في مجال الرفاه الاجتماعي
- حاصل/ة على رخصة قيادة سيارة
- القدرة على تقديم خدمات بمستوى رفيع
- علاقات إنسانية ممتازة
- القدرة على استخدام برنامج أوفيس
- القدرة على العمل مع مجموعة
- نسبة الوظيفة 100%
- أجواء مريحة وعائلية
- شروط عمل وراتب جديدين ووفق أمر التعميم

يمكن ارسال السيرة الذاتية بواسطة البريد الالكتروني: amatocarmel@latethaim.net
أو بواسطة الفاكس: 04-8397257

نص الإعلان موجه للرجال والنساء على حد سواء، الموعد الأخير لتقديم الطلبات 20/10/2022
يتم العمل في بنابة الجمعية بين عسفا ودالية الكرمل



الموحدة أقرب لمواجهة العنصرية!

#أسلوب_عقلاني

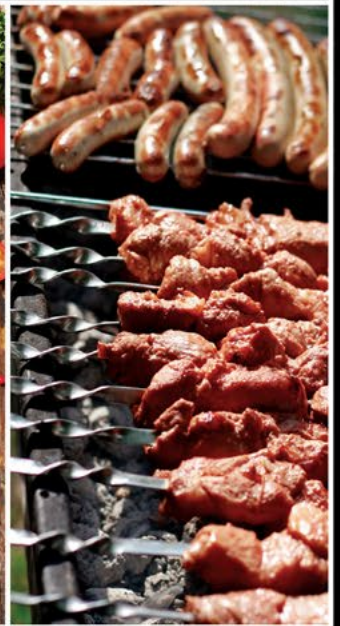


القائمة العربية الموحدة



מלחמת החליטה

מفتוח כל ימים الأسبوع
من الساعة 08:00 - 17:00 ما عدا الأحد
اللحمة مشر بسر أسمار
بتمرفها لمن تنحط **عالنار**



هجيبوريم 28، حيفا

054-9220234 \ 04-8533811

صدر كتاب جديد للدكتور كميل ساري

مكتب صحيفة "حيفا" - أهدانا الدكتور كميل سيمون ساري كتابه الجديد "حجارة تروي أثارًا من الجليل"، الصادر عن سلطة الآثار، والذي يشمل عرضًا لآثار البلدات العربية في الجليل، حيث يعرض للقارئ أبرز المكتشفات والحفريات الأثرية، ويهدف الكتاب إلى تعريف جمهور القراء على تراثنا وجذورنا في هذه البلاد.

ويفرد الكتاب بتقديم لمحة موضوعية وعلمية عن بدايات التنقيبات وقانون الآثار في بلادنا، ومعلومات لأبرز المكتشفات الأثرية في البلدات العربية.

من الجدير بالذكر أن مؤلف الكتاب د. كميل ساري قد قام بنشر سلسلة مقالات عن المعالم الأثرية في بلادنا عبر صفحات صحيفة "حيفا"، والتي لاقت استحسان القراء حيث عبروا في حينه عن شغفهم بمعرفة تراثهم ومعالمهم الأثرية. وإذ نشكر الأستاذ كميل على هذا الأهداء الذي يغني مكتبتنا المحلية بهذا الكتاب القيم، نتمنى له دوام التقدم والعطاء في هذا المجال.

حجارة تروي أثارًا من الجليل



الدكتور كميل سيمون ساري



مؤسسة الأفق تطلق مهرجان مسرح الأطفال الأول في شفاعمرو



وحصلت على أفضل جائزة في مهرجان البيئة العربية للمسرح في العام 2014، وشاركت في مهرجان قرطاج والشارقة.

ويشارك فنان روسي في هذا المهرجان من خلال برنامجه "ميكي وفقاعات الصابون"، الذي يحمل طابعًا ترفيهيًا بأسلوب فني راقٍ، ويتمتع بمهارات عالية في كيفية التعامل مع فقاعات الصابون، محولًا إياها إلى لوحات فنية مثيرة ومدهشة.



لمراسل صحيفة "حيفا" - تستعد مؤسسة الأفق للثقافة والفنون في هذه الأيام لاستقبال نخبة من الفنانين في مركزها في شفاعمرو، في إطار مهرجان مسرح الأفق الأول للأطفال، والذي سيقام ابتداء من صباح الاثنين 10/10/2022 وحتى يوم الجمعة 14/10/2022، من ضمن العروض التي ستقدم في إطار هذا المهرجان مسرحية "المس والصفدع" لمسرح الأفق المضيف، تأليف عفيف شليوط، إخراج الهام عزاف، موسيقى معين شعيب، وتمثيل: أمير يعقوب، صفاء حتوت وميري مطر. تعالج المسرحية موضوع تقبل الآخر وجودة البيئة من خلال قصة صفدعين يعيشان في بحيرة صغيرة تزخر بالحياة، تحيط بها حديقة غناء، بصحبة كاننات صغيرة حبة أخرى، إلى أن يقرر الإنسان هدم هذه الحديقة وإنشاء مركز تجاري مكانها، فتعمل الضفادع والبطة والسنجاب وبقية الكائنات الحية في البحيرة والحديقة على منع الإنسان من تنفيذ مشروعه المشروط بهدم الحديقة وإلغاء البحيرة، بالتعاون مع لميس، الفتاة التي تتعاطف مع الكائنات الحية الجميلة وتعمل على حمايتهم، وتعارض بشدة بناء المركز التجاري.

كما يستضيف المهرجان مسرح الحنين من الناصرة في مسرحيته "فيغارو"، تأليف لنا زريق، تمثيل: أمير خوري وبارا شلش. المسرحية مأخوذة عن قصة شعبية، تستعرض مسيرة النملة التي تقضي أشهر الربيع والصيف في جمع وتخزين الغذاء للشتاء القادم، أما الجندب المشهور والمعروف باسم "فيغارو" فيغني ويرقص طيلة الوقت ولا يهجم أن أشهر الشتاء على الأبواب، فيقضي وقته بالاسترخاء والاستمتاع بما حوله من طبيعة وحيي الحفلات ويستهن من النملة وعملها الذي لا يتوقف، ولدى حلول فصل الشتاء يقع فيغارو في مأزق، فهو جائع ولا يجد أي ثمار أو حبوب في أي مكان فيلجأ للنملة لتساعده.

هذا وتشارك الحكواتية حنين طريه في هذا المهرجان من خلال عرضها "بلد الحكايات"، وهي ممثلة وحكواتية، شاركت في عدة انتاجات مسرحية ومشاريع مع مؤسسات ومسارح في البلاد والخارج،



ض

في المقدمة

التجمع برئاسة سامي أبو شحادة





שיפוץ מעטפת

בניין בסנפלינג

המבנה צריך תיקונים חיצוניים, אם על מנת לחזק את התשתיות, לחדש את הנראות, לייעל את תפקוד הבניין או להאדיר את שווי המבנה באמצעות פעולת שיפוץ יחסית זולה. אי לכך לא פעם יש צורך בביצוע עבודות סנפלינג, וזאת על מנת להגיע ביתר קלות אל כל נקודה רצויה, לחסוך בזמן, לחסוך טרחה מהדיירים וכדומה

ARTE

עבודות שיפוצים וסנפלינג

עבודות בהובנה

צוות עובדים מקצועי ומוסמך

- ✂ התקנת והחלפת מרזבים
- ✂ שיפוץ מעטפת בניין בסנפלינג
- ✂ שיקום בטון ואיטום סדקים בקיר
- ✂ חיזוק והדבקת שיש
- ✂ הרחקת יונים
- ✂ ניקוי חלונות בגובה
- ✂ עבודות צבע
- ✂ בעיות רטיבות

050-9778884



אחריות

מספקים אחריות לעבודה שבוצעה
בין 5-10 שנים לפי סוג העבודה

גישה גמיש ויעיל

זמינים ונותנים מענה לכל פנייה
במהירות ויעילות

לחסוך כסף וזמן

במקום להשתמש בפיגומים ומנופים
ללא חריגה מיותרת בעלויות ולוחות זמנים

حين تصبح الكنيست بيتًا مرغوبًا للحركة الوطنية الفلسطينية



جواد بولس

والتغيير الملمزين باقناع الناخب كيف يكون التأثير بكرامة، ولماذا لم يسعفنا ذلك لغاية اليوم.

في فضاءاتنا التباسات كبيرة وشعارات تتطاير وتقال بسهولة مدهشة وهي وان قيلت بحسن نية قد تكون عواقبها وخيمة. فمثلا كيف تفسر لنا المرشحة الثالثة في قائمة حزب التجمع للكنيست، قصدها حين أعلنت من مدينة باقة الغربية في الرابع والعشرين من الشهر الجاري: "نحن الوحيدون الذين لم نفرق بين فاشي وفاشي، ووضعناهم جميعا في سلة واحدة. إسرائيل هي غريمنا وليس نتناهاو... إسرائيل غريمكم! فليكن: ولكن لماذا تتنافسون لدخول برلمانها الصهيوني؟ وكيف ستناضلون من على منصاته بدون من أسميتهمهم "معسكر لبيد"، وأنتم لا تفرقون بين فاشي وفاشي؟

لدولة إسرائيل ولقوانيتها؟ لا أقول هذا من باب المزايدة على أحد، وقد مررتا قبلكم في هذه التجربة عندما كنا طلابا جهويين في الجامعات: فأنتم تعرفون أن هذا النقاش موجود على ساحتنا منذ قيام إسرائيل، وتشهد عليه مواقف الحركات القومية، مثل حركة أبناء البلد، التي بسبب رؤية تنظيمها كجزء من "الحركة الوطنية الفلسطينية" رفضت المشاركة في انتخابات البرلمان الصهيوني.

إنها أسئلة مستحقة وواجبكم الاجابة عليها أمام الناس، كي يقتنعوا بكم وتنجحوا بعبور نسبة الجسم، كما أتمنى ويتمنى كثيرون مثلي من غير مصونيتكم. فمن مثلكم يعرف طبيعة العمل في الكنيست وفي لجانبها وكيف تتخذ القرارات اليومية وتحصل بعض الحقوق والميزات وتقايض الأصوات في بعض الحالات وما الى ذلك من واقع كنتم في خصمه: أما اليوم، وبعد أن أعلنتم عن لاءاتكم السياسية، فيل لنا كمجتمع يعيش تحت وطأة العنف والسلاح، أن نعرف ما هي برامجكم لمكافحة الجريمة والقتل؟ وإذا قلتم: لا للشرطة الصهيونية المتأمرة والمتواطئة، ولا لإسرائيل غريمتمكم والمؤسساتها، فكيف ومن سيضمن للناس تحقيق شعاركم/نا لا للعنف ولا للجريمة؟ وهو نفس التساؤل بخصوص القضايا الكبيرة الأخرى مثل هدم البيوت والمزانيات وغيرها. هذه الأسئلة وغيرها ستوجه طبيعا لتحالف الجبهة

مسلخا. وقد باشروا بعملهم الميداني قبل أيام بعد أن أعلنت البلدية وجمعيات وشركات ومؤسسات أخرى بدعم أنشطتهم الشرطة، ماديا ومعنويا وتقنيا. من المتوقع، حسب ما تشير اليه الدلائل، أن تحذو بلدات يهودية أخرى حذو مدينة بئر السبع، وتقيم داخلها ميليشيات شعبية مسلحة "لحماية أمن" المواطنين اليهود والمواجهة "عنف العرب"، خاصة في المدن الساحلية المختلطة: عكا وحيفا ويافا وفي اللد والرملة. إنها مقدمات للمشهد الفاشي التاجر.

لا يجوز لأي جهة أن تخاطبنا كمصوتين من دون أن تكشف لنا كيف ستحاول حمايتنا وكيف ستناضل من أجل حقوقنا في الحياة وفي العمل وفي الحركة وفي التعبير. أكتب كل ذلك محاولا ألا اصديق أننا نقف على تلك العتبات: فمن يعتقد أن حكومة فاشية مقبلة ستقبل بما لدينا وبما حققناه من دون أن تفرض علينا شروطها، فهو واهم.

أوجه تساؤلي هذا في الأساس لحزب "التجمع الوطني الديمقراطي" ولتحالف "الجبهة الديمقراطية والحركة العربية للتغيير": ولا أوجهه "للحركة الاسلامية الموحدة"، لأنها، كما قلنا، تؤمن بكونها صوتنا واقعيًا ومؤثرا ومحافظا عن طريق الاندماج المدني الكامل داخل المؤسسة الإسرائيلية الحاكمة. لقد أعلن حزب التجمع الديمقراطي عن نفسه "كنتيار ثالث"، ويقصد طبيعا ثالث التيارات المتنافسة في الانتخابات. فإذا كانت "الحركة الاسلامية الموحدة" تيار الاندماج القلبي وتتحالف الجبهة والعربية للتغيير "يعتبر تيار التأثير الواهم" فهم يشككون "التيار الوطني الفلسطيني" داخل الكنيست الاسرائيلي، على حد تعبيرهم.

قلنا ان عاصفة تفكك المشتركة بدأت تهدأ نسبيا؛ فقد أعلن قائد حزب التجمع، سامي أبو شحاده، بعدما جرى في أعقاب حادثة ليلة ذلك الخميس المشهودة، عن قرارهم بالنأي عن لغة الاختصام المباشر والتخويض والتخوين خاصة في حديثهم عن تحالف "الجبهة والتغيير للتغيير": ورغم ذلك الاعلان ما زلنا نرى أن كثيرين من نشطاء وقادة التجمع ما زالوا يحرضون على شركاء الأمس، ويقسمون عالمهم إلى معسكرين: "المعسكر الوطني"، و"معسكر لبيد". كنا في غنى عن هذه المزايدات والمناكفات التي لا تنفع الناخبين، خاصة وقد اتخمتها بها منذ سبعينيات القرن الماضي، حين كان تحرير القدس، عند القوميون الوطنيين، يجب أن يبدأ بتحرير جزيرتي "سبتة"، و"مليلة" المغربيين، وقد تغير اليوم ليبدأ تحريرها، عند الاسلاميين، بتحرير دمشق والقاهرة وعدن أولا.

نحن بحاجة لسماح نقاشات سياسية واضحة لا تقف عند حلاوة الشعار ولا تستدر عواطف الناس الوطنيين وحسب؛ فلحزب التجمع حق أن يعلن بأنه "التيار الوطني" الوحيد داخل مجتمعنا، ويعلن كذلك أن الفارق بينه وبين ما يمثله "تحالف الجبهة" هو بأن الجبهة تعتبر نفسها حزبا عربيا-يهوديا، وساحة نضالها هي الساحة الاسرائيلية، بينما يرى التجمع نفسه "جزءا من الحركة الوطنية الفلسطينية"; ولكن، إن كان ذلك حق حزب التجمع، فحقنا أن نسأله لماذا تختارون الكنيست الإسرائيلي ساحة لنضالاتكم؟ وماذا وكيف ومع من سيعمل من يعتبر نفسه "جزءا من الحركة الوطنية الفلسطينية" داخل الكنيست الصهيوني؟ وكيف ستمثلون "الحركة الوطنية الفلسطينية" وشرعية وجودكم في الكنيست ستكون مشروطة بأن تقسموا بين الولاء

بعد أن هدأت عاصفة تفكك القائمة المشتركة، بدأت الأحزاب العربية الثلاثة بمخاطبة أبناء المجتمع العربي واقناعهم بضرورة وأهمية مشاركتهم في انتخابات الكنيست المقبلة؛ حيث يُجمع معظم المتابعين والمحليلين، عربًا ويهودًا، بأن نسبة التصويت بين المواطنين العرب ستكون من أهم العوامل، إن لم تكن أهمها، في تحديد مستقبل الخارطة السياسية البرلمانية الاسرائيلية القادمة. ومن دون أن ندخل في صحة هذا التقييم، يبقى شيوعه داخل مجموعات نخوية يهودية قليلة، لكنها وازنة، مؤشرا هاما يجب أن تعود إليه بجدي في مرحلة ما بعد الانتخابات، لا سيما إذا نجحت قوى اليمين الفاشية وتمكنت من إقامة حكومة، إذ لن نستطيع، نحن المواطنين العرب، أن نواجهها لوحدها.

اخترت أن أبدأ حديثي عن الفاشية موقفا أنها التحدي الأكبر القائم أمامنا والخطر الحقيقي الذي على جميع الأحزاب والحركات السياسية، سواء تلك المشاركة في الانتخابات أو تلك التي تدعو الى مقاطعتها، أن تتعاضد معه وتكشف لنا كيف وبأية وسائل نضالية سوف تواجهه وتحمينا منه؛ فالمواجهة الحقيقية سوف تبدأ بعد صدور نتائج الانتخابات.

أقول هذا وأسف عندما أقرأ تصريحات لسياسي لا يعرف ما تكونه الفاشية وما خطورتها، رغم أننا بدأنا نلمس نذاتها في حياتنا اليومية؛ أو كيف يحاول بعض القياديين ومن يكتبون في هموم السياسة، نفي وجود هذا "البيع"، خاصة عندما يقرون تعريف العالة يهودية شخص مثل نتنياهو أو جانتس أو لبيد أو بن جفير وأمثالهم، ويساؤون بينهم، من باب طمأنة الناس على أن جميع الساسة الصهاينة سواسية في البشر "ونحن لم نخف من نتنياهو ولن نخاف من بن جفير". لو كانت هذه الشعارات من باب الرغبة في عدم إشاعة البلع بين المواطنين فقط لقبيلتها، لكنها تُقال لغايات سياسية أخرى.

فعلى سبيل المثال، لا تفرق "الحركة الاسلامية الموحدة" بين طبيعة الحكومات الاسرائيلية وهوياتها السياسية، ولا بما تؤمن به الأحزاب المكونة لهذه الحكومات خاصة تجاه المسلمين والعرب عموما؛ فالحركة تعلن، وفق نظريتها "النفعية" انها مستعدة لدخول أية حكومة اسرائيلية تقبل بها شريكا، وتتدرج بواجبها في خدمة مصالح المواطنين، بالرغم من ثبوت فشل هذا الادعاء ومضرتة المتحققة في تصديق هويتنا الجمعية الواقية.

ومن الجدير أن يتابع قادة "الحركة الاسلامية" ونحن معهم، آخر التطورات التي حصلت مع "سرية بارئيل" وقد كنا قد لفتنا النظر الى الشروع بتأسيسها قبل تسعة شهور، ولمن نسبي نذكر كيف بادرت بعد أحداث "هبة أهل الجنوب" أو ما أسمته الصحافة العربية "بالتدهور الأمني"، مجموعة من خريجي الوحدات الخاصة في جيش الاحتلال الى تأسيس هذه "الميليشيا اليمينية الشعبية" كوحدة تابعة لجسم عنصري كبير يسمى "اللجنة لانقاذ النقب". ولقد أطلق عليها اسم "برئيل" تيمنا بجندي إسرائيلي قُتل على حدود غزة في شهر آب من العام 2021، فأقسم رفاقه أن "يخلدوا" ذكرى دمه! وقد أعربت وزارة الأمن الداخلي عن مباركتها للفكرة وكذلك فعلت بلدية بئر السبع، معتبرة أن ما يحصل هو بمثابة مبادرة رائدة هدفها حماية "أمن المواطنين اليهود" ومواجهة "ارهاب العرب". ويبلغ عدد المجندين المنخرطين في صفوف السرية داخل مدينة بئر السبع ستين مسلخا، بينما يصل عددهم في المناطق المحيطة لمائة وخمسين

سهره عائلية ومبيت في مدينة بيت لحم
و فندق 4 نجوم
وذلك في تاريخ 2022/10/4
مع الطرب الاصيل والفنان
{ إلياس عطالله }



يتخلها وجبه عشاء ومشروبات خفيفة
السعر 299 شيكل للشخص الواحد بغرفه زوجيه
امكانية السفر بالباص ب100 شيكل
للحجز والاستفسار مع نقولا ابو الزوز حيفا
0549876989 / 0502962189
موقعنا بالفيس بوك احلى الرحلات مع نقولا ابو الزوز



مطعمنا

052-6819111

רח' הנאמנים 2 חיפה

وجبات شهية
اراجيل فرش
اجواء عائلية



تعرفون الشجرة من ثمارها



المطران الياس شقور
(رئيس أساقفة عكا وحيفا والناصرة وسائر الجليل سابقاً)

اثناء سَيرنا مع المسيح لا نتساءل فيما إذا كنا فعلاً سائرين على المياه أو على اليابسة؟ او هل نحن حقيقة سائرون؟ ولكن نعيش خبرة السير بصحبة المسيح، وإن كان الله معنا فمن علينا؟ والسؤال الحق هو، هل فعلاً نحن سائرون معه، وراءه؟ ام بالأحرى نسير امامه. وإذ إنه هو النور وسَيَرنا وراءنا، وسرنا امامه كأننا نحن وليس هو الطريق والحق. إذا سار المسيح وراءنا، يعكس نوره علينا ولا نعود نرى سوى ظِلنا، خيالنا الذي نأخذُه وكأنه الحقيقة. ونُصبح عمياناً، نعتبر الأظلياف هي الحقيقة. فنكون مثل الشعب السالك في الظلمة ولم يبصر نوراً عظيماً.

أما إذا حاولنا اختبار قدرة المسيح ومصداقيته في مجابهة الصعاب كما قال له بطرس الرسول: إن كنت أنت هو، فَمُرني أن آتي إليك على المياه. فقال له تعال!

أليس هذا ما قاله السيد المسيح لكل واحد بيننا حين دعانا كما دعا صموئيل؟ دعانا قبيل رسامتنا الكهنوتية قائلاً لكل فرد بيننا: تعال إلي. تعال اتبعني. وأتينا وبدأنا السير على المياه. وتتابع السير على المياه إلى أن ننسى أننا نرافق المسيح ونعمل مشيئته. ونحاول التمرد على الحقيقة كوننا بدونه لا نستطيع شيئاً. ونبدأ نتساءل: كيف يمكن هذا أننا نسير على المياه؟ وكأننا نسير بقوانا الشخصية متناسين حضورَ ومرافقة السيد له المجد. وهذه المرافقة هي الشرط الأساسي للسير على المياه كأنما على اليبس. عندئذٍ نبدأ نشك ومع الشك في مرافقتنا للمسيح نبدأ في السقوط إلى أسفل. فإننا نغرق في زيفنا، ونتوه في كبريائنا. ويستمر غرقنا عميقاً في المياه إلى أن نستجد به قائلين: "يا رب إني أغرق، فخلصني". ألسنا اليوم بحاجة إليه تماماً كما كان بطرس وهو يغرق، نحن بحاجة إليه لئلا نخدعنا وينتشلنا من الغرق، ويقول لنا: "يا قليل الإيمان لماذا شككت؟" لماذا شككت؟ كم مرة نشك في نجاعة عملنا الرسولي؟ كم مرة نتساءل عن مفاعيل دعوتنا الكهنوتية؟ ما هو السر العميق في ماثرتنا على العمل الرعوي؟ هل تقلصت حياتنا وتقرمت قامتنا

حتى أصبحنا نقوم بطقوس جوفاء وبمراسيم اجتماعية لا روح فيها، ولكن لا بد منها؟ أم هنالك بُعْدٌ روحاني نفساني، بُعْدٌ إلهي، يدفعنا إلى الجسارة بقوة الروح القدس وإلى الجرأة على تحويل الخبز والخمر إلى جسد الرب يسوع وإلى دمه المقدس. هل أصبح القداس الإلهي مجرد طقس ديني فولكلوري يجمع خلاله شرذمة من أبناء رعييتنا ونعزي نفسنا بوجود 5% أو 10% من أبنائنا ونبر ذلك بأن الوضع نفسه مشابه في كل مكان؟ أمكنا فعلًا إياؤنا في فجر المسيحية؟ كيف قلَّبوا الإمبراطورية الرومانية من الوثنية إلى الإيمان بالإله الواحد الأحد؟ هل ندغدغ عواطفنا بالسير الموجود بالمؤمنين؟ وننسى أن لدينا غالباً زهاء تسعة وتسعين من الخراف ما زالوا خارج الحضيرة؟ وينبغي لنا أن نخرج لجمعهم لكي تصبح رعية واحدة وراعي واحد؟ هل اعتدنا أن نعيش عجائب الأسرار المقدسة وقد أفرغناها من ميزتها الأولى ومن مضمونها الروحي والإلهي: أي كونها تطبيقاً خطة الله في خلاص البشر؟ ونحن نحقق هذا الدور الإلهي. الويل لنا إن لم نبشر بالإنجيل. إني أحث نفسي وأحثكم أيها الكهنة الكرام والأبناء المحبوبون أن نتعمق بما تُرثمُهُ أمام القربان المقدس قائلين: أعجب العجائب كلها أن يرى الإله بجسد وأعجب من هذا كثيرًا أن يُشاهد على الصليب معلقاً وأما مجموع العجائب كلها فهو وجوده الفائق الإدراك تحت الأعراض الحسية. حقاً أيها المسيح الإله لقد صنعت بهذا السر العظيم: ذكرًا لعجائبك كلها.

من وصايا الرسول



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

وبينهما مشتبهات لا يعلمها كثير من الناس، فمن اتقى المشتبهات استبرأ لدينه وعرضه، ومن وقع في المشتبهات: كراع برعى حول الحمى، يوشك أن يواقع. ألا وإن لكل ملك حمى، ألا إن حمى الله في أرضه محارمه)، فمن اتقى الشهات وأقلع عن الحرام اتسعت له ساحة الجلال فيعمل فيها حتى يصيح من العباد الذين يتقبلهم الله ويحيم فيستجيب لهم الدعاء لأنهم بذلك يصيحون كما قال الرسول (تكن أعبد الناس)، كيف لا وهو القائل عن ربه أنه قال (من أذى لي وليا فقد أذنته بالحرب، وما تقرب الي عبدي بشيء أحب الي مما افترضته عليه، وما يزال عبدي يتقرب الي بالنوافل حتى أحبه، فإذا أحببته كنت سمعه الذي يسمع به وبصره الذي يبصر به ويده التي يبطش بها، ورجله التي يمشي بها. وإن سألني لأعطينه، ولئن استعاذني لأعيذنه). ومما لا شك فيه أن من زكت نفسه لا يطمع بما في أيدي الناس لأنه كما جاء في الوصية التي بين أيدينا (وارض بما قسم الله لك تكن أغنى الناس)، والرضى بقسمة الله دليل الرضى عن الرب القائل (الله يبسط الرزق لمن يشاء من عباده ويقدره إن الله بكل شيء عليم)، فقسمة الله عدل ومن لم يرض بما قسمه الله لن تشعبه الدنيا بكاملها لأن الغنى غنى النفس. قال رسول الله (ليس الغنى عن كثرة العرض، ولكن الغنى غنى النفس)، وقال (قد أفلح من أسلم، ورزق كفافاً، وقعته الله بنا آتاه)، وحتى تتحقق القناعة ينبغي التفاعل مع الحديث القائل (انظروا الى من أسفل منكم ولا تنظروا الى من هو فوقكم فهو أجدر أن لا تزدروا نعمة الله) وخاصة اذا كان صاحب النعمة هو الجار الذي أوصاك به الرسول أن تحفظه وتحفظ عرضه ودمه وماله. ولعظم مكانة الجار قال الرسول (وما زال يوصيني جبريل بالجار حتى ظننت أنه سيورثه).

ومن مناقب أهل الصلاح أنهم يؤثرون على أنفسهم لذا جاءت الوصية بذلك، ونتيجة الايثار هي الحب والمودة والرحمة. قال الرسول (مثل المؤمنين في توادهم وتراحمهم وتعاطفهم مثل الجيد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى). وختم وصيته بعدم الاكثار من الضحك لأن كثرة الضحك تفقد المرء هيئته.

كما هو معلوم لكل من تابع القراءة في توجيهات الرسول ووصاياهم يجد أن الرسول كان يوصي أصحابه بوصايا مختلفة تناسب كل شخص منهم حسب حاله وما يحتاجه لصلاح شأنه، ففي رواية أن رجلاً جاء الى رسول الله فقال يا رسول الله: أوصني، ولمعرفة الرسول به قال له: "لا تغضب". وجاءه آخر فقال أوصني يا رسول الله فقال له (عليك بتقوى الله فإنه رأس الأمر كله)، قال: زدني يا رسول الله، قال (عليك بتلاوة القرآن فإنه نور لك في الأرض وذخرك في السماء). وجاءه معاذ بن جبل يطلب الوصية قائلاً: يا رسول الله أوصني (قال أعبد الله كأنك تراه، وأعد نفسك في الموت). وإن شئت أنبأتك بما هو أملك بك من هذا كله، قال: وهذا وأشار بيده الى لسانه). وجاءه أبو ذر الغفاري فقال: يا رسول الله أوصني، فقال له الرسول (إذا عملت سيئة فاتبها بحسنة تمحها). قال: قلت أمن الحسنات لا إله الا الله؟ قال (هي أفضل الحسنات). وجاءه رجل يسأله النصيحة فقال له (لا تشرك بالله شيئاً وإن قطعت وحرقت بالنار، ولا تعص والدك، وأن أمراك أن تخلي من أهلك ودينك فختل، ولا تشرب خمرًا فإنها مفتاح كل شر، ولا تترك صلاة متعمداً فمن فعل ذلك برئت منه ذمة الله وذمة رسوله). وقال لآخر (أوصيك أن تستحي من الله عز وجل كما تستحي رجالاً من صالح قومك)، وكثيرة هي الوصايا النبوية التي كان يوصي بها أصحابه كل بما يناسب حاله ليصلح له شأن دينه ودنياه فقد أوصاهم بالصلاة على وقتها وأوصاهم ببر الوالدين وأوصاهم بالصيام وصلة الأرحام وكثرة السجود والرضا بما قسم الله والخلق الحسن وإلى غير ذلك وسأتناول معكم وصية تحتوي في طياتها العديد من الوصايا وهي نافعة لكل إنسان تطلعت نفسه الى معالي الأمور ولأهميتها لم يبدأ الرسول بقوله أوصيكم إنما بدأ حديثه بقوله (من يأخذ عني هؤلاء الكلمات فيعمل بهن أو يعلم من يعمل بهن)، وفي ذلك إشارة لأن النصيحة التي سينصحه بها ثمينة تصلح لهم حالهم، فقال أبو هريرة أنا يا رسول الله، فأخذ بيده الرسول وقال (اتق المحارم تكن أعبد الناس، وارض بما قسم الله لك تكن أغنى الناس، وأحسن الى جارك تكن مؤمناً، وأحب للناس ما تحب لنفسك تكن مسلماً، ولا تكثر الضحك، فإن كثرة الضحك تميت القلب)، فأول ما أوصى به الرسول ونصح أصحابه به هو (اتقاء المحارم)، والغاية من ذلك حتى يصيح من العباد الذين يطلبون رحمة الله ورضوانه، فمتمت المحارم لا يمكن أن عبداً مخلصاً لربه والله جلّ في علاه يبغض الذي ينتهك المحارم ويعتدي على أعراض العباد. ومن يفعل ذلك يدل على أنه لا يعبر خالقه أي اجلال واحترام، والرسول بين قائلاً (إن الله يغار، وغيرة الله أن يأتي المؤمن ما حرم الله). وقد يسأل سائلاً كيف لي أن أميز بين محارم الله وغيرها؟ الاجابة: المحارم كل ما حرمه الله على الناس إما في كتابه أو على لسان رسوله، واجتمعت كلمة المؤمنين على حرمة، وما لم يتضح حله من حرمة يجب سؤال العلماء أصحاب الاختصاص وقد جاء في حديث رسول الله (الحلال بين، والحرام بين،

كايد عبود

حكمة العدد

في حياتك، رافق الأصيل لو كنت ماشياً
و ابعد عن الذليل لو كنت راكب.

اعتمدوا على مستقبل الغد

الناصرة تدخلت بشكل شخصي في هذه القضية، وأيضاً وصل الأمر لرئيس الحكومة لبيد، هنالك قرار حكومي بتحويل الميزانيات للمستشفيات الثلاثة في الناصرة، شرط أن ينفذوا خطط اشفاء.

ج: أنا أتجول باستمرار في الوسط العربي من منطلق أننا مجتمع واحد. متابعتي لقضية مكافحة الاجرام في المجتمع العربي هو الأهم بالنسبة لي، أنا أدرك أن هذا بالامكان، وأنا ندرك تماماً كيف نجد الحل. الشراكة الحقيقية والصادقة هي الضمان لحل معضلة انتشار الاجرام في المجتمع العربي. بعد انتهاء لقائي معك سأذهب لألتقي مع رئيس بلدية شفاعمرو، لا لتحدث سياسة إنما نبحث كيف نضمن حياة أمنة في شفاعمرو ولممثلي الجمهور.

لدمعنا لأننا أثبتنا بأننا ندرك ماذا نفعل. س: هل هنالك احتمال بعد الانتخابات أن تقوم أحزاب دينية يهودية بتغيير نهجها وتنضم لحكومة برئاسة لبيد؟

ج: أنا لا أحل مواقف الآخرين، لكنني على ثقة أننا حزب مركزي، لبيد سيكون رئيس الحكومة، وهذه الاسئلة جيدة بعد الانتخابات.

س: هنالك احتمال بأن غانتس لن يدعم ترشيح لبيد لرئاسة الحكومة.

ج: نحن نحلل ونقيم بموجب استطلاعات الرأي، وليس حسب الواقع. الواقع يقول أن «يش عتيد» هو حزب مركزي وحزب سيكون في السلطة، لبيد سيكون رئيس الحكومة، والوزراء المركزيون سيكونون من «يش عتيد». وللمجتمع العربي أقول لا تعتمدوا على استطلاعات الأمس، اعتمدوا على مستقبل الغد.

س: دعنا نعود الى المجتمع العربي. لم يحدث أبداً أن تم اغلاق مستشفى في السابق، والمستشفى الانجليزي في الناصرة يتعرض في هذه الأيام لخطر عدم امكانية استمراره في تقديم الخدمات الطبية للمواطنين. لماذا لم يتم تحويل الميزانية لهذا المستشفى؟

ج: بالنسبة للمستشفى الانجليزي في

الأساسية بإمكانها الانضمام للحكومة. حسب برنامج المشتركة الحالي لا يمكنهم أن ينضموا للحكومة.

س: حتى بعد انفصال التجمع عن القائمة المشتركة؟

ج: التجمع لن يكون في الحكومة التي سنشكلها. أيمن عودة في تصريحاته الأخيرة يتجه أكثر فأكثر نحو التطرف. في النهاية توجد نقاط أساسية للحكومة وهذه النقاط هي التي تحدد من سيدخل في الائتلاف ومن لن يدخل الائتلاف. أذكركم أننا شكلنا حكومة من اليسار واليمين والمركز، وللمرة الأولى في تاريخ الدولة تم ضم قائمة عربية للائتلاف الحكومي.

س: لكن التجمع إتهم لبيد بشكل واضح أنه مارس ضغوطاً على مركبات المشتركة لإخراج التجمع من القائمة المشتركة.

ج: المحللون السياسيون العرب أجمعوا أن المركبات الثلاث للمشركة سيخوضون الانتخابات سوية في قائمة واحدة، ماذا حصل في الدقائق العشر الأخيرة اسأل من كانوا هناك، لا لبيد ولا أنا كنا هناك. هذه خلافات داخلية لدى الأحزاب العربية لا نتدخل بها. أنا أقترح على المجتمع العربي أن يحدث التغيير وأن يدعم «يش عتيد»، لا المشتركة ولا التجمع، أدهوم



رحلة الى ايلات

وذلك يوم الأحد الموافق
30/10/22
و لمدة 5 ايام 4 ليالي

في فندق استراك نيرفانا كلاب 4 نجوم مفتخر حتى يوم الخميس، يتخلل الرحلة فطور وعشاء يوميين، غداء يوم، شوربات بالغداء وجميع المشروبات مجاني من الظهر حتى منتصف الليل تقريبا تضييفات يوميا بعد الظهر، كعكه مع القهوة والشاي

بركه ساخنة غير الباردة، أمسيات وبرامج كل ليله . رحلة بالسفينة ساعة ونصف حول ايلات

السعر للشخص الواحد **1850 شيكل**

يشمل الباص والفندق و برامج والسفينة

للحجز الاتصال نقولا ابو الزوز

0549876989 / 0502962189

موقعنا بالفيس بوك احلى الرحلات مع نقولا ابو الزوز



تابعونا جريدة حيفا

لا تعتمدوا على استطلاعات الأمس

• حتى أعضاء الكنيست في الغرف المغلقة يتحدثون أنهم يلمسون هذا التغيير والتحسن

• هناك قرار حكومي بتحويل الميزانيات للمستشفيات الثلاثة في الناصرة، شرط أن ينفذوا خطط اشفاء

• هناك تراجع في عدد القتلى

• حسب برنامج المشتركة الحالي لا يمكنهم أن ينضموا للحكومة

كيف نعالج ظاهرة العنف ضد المرأة. عادة يتم استيعاب الفتاة المهتدة في مسكن للنساء المعنفات. وإذا سألتني هل هذا النهج صحيح أقول لك لا. لكن هناك نساء يتعرضن لعنف اقتصادي، يتعرضن للإهانة، لا يسمحون للمرأة بالخروج من البيت. هذا يحتاج الى علاج مجتمعي، وهو يختلف عن معالجة الاجرام ضد المرأة.

من يريد أن يساهم في حل هذا الاشكال ، عليه أن يختار في يوم الانتخابات بين من يتحدثون وبين من يعملون.

س: لكن لماذا وصلنا الى ما وصلنا إليه؟ أين كنتم؟

ج: أسهل أمر أن أتحدث عما حصل خلال فترة حكم نتنياهو الذي أوصلنا الى هذه الحالة. لكني اليوم في موقع مسؤول، وأقول أنني أعمل على تغيير هذا الوضع. لا أريد أن أهدر الوقت بالحديث كم كان الوضع سيئاً من قبل.

س: في حال إتاحة الفرصة للبيد لتشكيل حكومة، هل سيتوجه للمشاركة؟

ج: باختصار ووضوح تام، للحكومة توجد أسس معينة تسيير بموجبها، في حال القائمة المشتركة وافقت على هذه البنود

يوجد تغيير. حتى أعضاء الكنيست في الغرف المغلقة يتحدثون أنهم يلمسون هذا التغيير والتحسن.

س: بالنسبة للعنف الذي يمارس ضد المرأة في الوسطين العربي واليهودي على حد سواء، العلاج لهذا العنف غريب بعض الشيء، فعندما تتعرض المرأة لتهديد، يطلبون منها أن تختبئ في أماكن معينة، والذي يقوم بتهديدها يبقى حراً طليقاً.

ج: بالنسبة لهذا الموضوع يجب الحديث

الاجرام الذي يتغذى على هذه المصادر. لهذا الموضوع عبارة عن علاج، والعلاج يحتاج الى وقت، وأنا اقولها بصراحة في مناطق كشفاعمرو، والمواطن يشعر بهذه الأمور، أن الحكومة لم تفعل ما يجب أن تفعله في تلك المناطق منذ سنوات مضت. أنا الآن استلمت هذا المنصب، وهناك تغير درامي في كيفية معالجة هذا الملف.

س: لكني سمعت من عدة أشخاص الذين عانوا من التهديدات والملاحقات من مجرمين، أنهم كانوا يبلغوا الشرطة بأسماء الذين قاموا بتهديدهم، إلا ان الشرطة لم تفعل شيئاً.

ج: نحن نعلم بهذه الظاهرة، شخص ما يحدثنا عن شخص ما، وأنا لا أقلل من أهمية هذا الأمر، ويمكن أن تكون هذه الأمور قد حصلت بالفعل. لكن إذا نظرنا للإجرام بشكل عام، هناك اعتقالات وملاحقات لمجرمين، لكن لا أريد أن أصور بأن الوضع على أحسن حال. كل الأمور غير جيدة، وأنا عندما تسلمت المنصب، كان الوضع سيئاً. لكن هل هناك تغيير؟ نعم

س: رغم كل الحديث والتخطيط والتصريحات بالنسبة لموضوع مكافحة الإجرام في المجتمع العربي ، لم نلمس أي تغيير أو تقدم في هذا الموضوع.

ج: حسب المعطيات التي بحوزتي، ما بين الأعوام 2014 وحتى العام 2021، كان هناك ارتفاع مستمر في عدد القتلى في المجتمع العربي. في العام الحالي 2022، بلغ عدد القتلى حتى تاريخ إجراء المقابلة 75 ضحية، وهذا امر خطير ومقلق. لكن في العام الماضي في مثل هذا التاريخ بلغ عدد القتلى 88 شخصاً، لهذا نلمس أنه هناك تراجع في عدد القتلى.

موضوع معالجة الإجرام غير متعلق بعمليات القتل فقط، فهناك الجانب الاقتصادي، وهو المحرك المركزي للإجرام. قمنا بإنشاء وحدة لاهف، الخطة التي أشرف عليها لمكافحة الإجرام في المجتمع العربي، هي خطة حكومية. من ضمن الخطوات التي قمنا بها لمكافحة الاجرام في المجتمع العربي إخراج المناقصات من المجالس البلدية والمحلية، السوق السوداء، الفوركس. كل هذه الأمور هي بمثابة مصادر اقتصادية ومحاربتها جزء لا يتجزأ من محاربة





مسرح "المحطة 57"، حيفا
يدعوكم للعرض الاحتفالي

تمثيل: أمجد بدر
إخراج: جورج اسكندر

الصعود
الى الهاوية
"الحائزة على جائزة افضل ممثل - مسرحية 2022"

7.10.2022 | 20:00 | مسرح بيت الكرمية، حيفا

للحجز والاستفسار 052-9440650 | Tzkrti.com

أيضاً، أن يدعوني مألّ حال منتخبيننا ومنتخبينا إلى التصويت، هذه المرة، للعشرينيّة العراقية الوقادة، هدار مُختار، وحرزها "الشباب اللّهاب" [تُسعرِيم بوغريم]، والبقية في هذا المضمار ستأتي وتُغلي. أمّا أجمل ما سمعته وقرأته واستمرّته فصدّقته، قبل أيّام، فهو قول أحد الفلاسفة: إنّه من الصّعب على الإنسان أو من شبه المحال أن يجمع بين النّبل والخذر. وأنا، أسعد، قد اخترتُ سعيداً أن أكون نبيلاً، فعلاً وقيلاً؛ فأخيهي اللّهمّ جميلاً وأمني اللّهمّ نبيلاً.

أمّا وقد بذلتُ ساعة ونصف السّاعة من هذا التّهار في كتابة هذا الإشهار، الذي نيف على الرّبع ألف، فقد صار من واجبي أن أعود إلى مزاولة كدّي اليوميّ، وكسب قوتي بعرق عقلي وقلبي وروحي وجوارحي وبديّ. ولي عودة منكم إليكم أيّها الأعرزة - إن شاء ربّ العرزة - للحديث، أبداً، عن لُغتنا ونُحْن.

شيء من خلال النّص، وكأنّ هناك إمكانية لإدراك عمارة الأدب من دون إدراك محلّ حجارة اللّغة فيها؛ إذ قد يكون ذلك ممكناً في لغات أخرى، لكنّه في اللّغة العربيّة مُحال، فأني هُراء هذا يا سخفاء ويا ضعفاء ويا جبناء! ونتيجة ذلك ما هي، إنّما هي التّشويه التّامّ لوغينا اللّغويّ، وبالتالي التّشويه التّامّ لإدراكنا التّعبيريّ وحسنا الأدبيّ، وهو ما بتنا نرى مخلفاته في أرض واقعا المعيش والتعيس؛ إذ إنّ هذين التّشويهيّن كافيان ووافيان وكافلان لتشويه عقلنا وروحنا وإنسانيتنا، وليس ما أقوله - والله - مجرد منافحة حماسيّة جُوّانية عن أمّنا العربيّة، لا بل هو، أيضاً وقبلاً وبغداً، مسنودٌ بأرقى وأدقّ النّظريّات العلميّة القديمة والحديثة؛ فإنّما الوسيلة الأعتى والأجدى للقضاء على أيّ أمة، هي القضاء على لغتها فيها؛ فراجعوا الماضي والتفتوا إلى الحاضر وانظروا المستقبل.

وإذ الشّيء بالشّيء يُذكر، فأخشى ما أخشاه،

قنوتنا الفضاويّة الوطنيّة المحليّة الملتزمة المحترمة، بلسان صحافيّة أعدت تقريراً عن الحضانات والحاضنات في مجتمعنا العربيّ، حيث قالت بملء فيها ما أوّل مرّة - في الحقيقة - أسمعه: "اللّواتي يبحثنّ!"; وقد غاب عنها التّمييز بين نون النّسوة ونون التّوكيد الثّقيلة، وشتان بينهما شتان؛ ففتحت ما قبلها وشدّدتها، بدل أن تسكنه وتحقّقها؛ إذ كان من واجبا اللّغويّ والأخلاقيّ والدينيّ والوطنيّ والإنسانيّ أن تقول: اللّواتي يبحثنّ، ومرّة أخرى من جديد؛ بتسكين ما قبل النّون وفتحها من غير تشديد، ولكن "يا ليت قوميّ يَعلمون" فيُعَلّمون.

وأخشى ما أخشاه أن تكون هذه الصّبيّة أو الفتاة ضحيّة مؤامرة تغييب تدرّس قواعد اللّغة العربيّة، نحواً وصرفاً، عن مدارسنا الابتدائيّة والإعداديّة والثّانويّة، إذ ينظر أرباب هذه المؤامرة الصّغار من أبناء أمّنا العربيّة وأعدادها، يعلم أو جهل، بقصد أو من غير قصد، بوعي أو بغياب وعي، لاستنباط كلّ

اليوم، الثّلاثين من أيلول، هو يوم التّرجمة العالميّ، المرعي من قبل اتحاد المترجمين الدّوليّ، فهذه المناسبة العطرة أتوجه إليكم وإلى زميلاتي وزملائي وإلى.. بالغار والحناء والخليّ، والغفقى لكلّ عام في يوم هذا الجهد الثّريّ الأبدّي السّرمديّ؛

أمّا بعد، وفي ضوء العنوان أعلاه، ها إنّي أعود إليكم كلّما احتجت إلى هذه الجرّعة من الماء والهواء، كيما أستطيع التّنفّس والتّرويح عن النّفس، حيث الكتابة هي روح حياتي وميراث مماتي، وبها المسير واليه المصير؛ وها إنّي أعود إليكم كلّما ثقل الهمّ واشتدّ الألم؛ وها إنّي أعود إليكم كلّما تفاقم من حولي غياب الصّواب؛ غياب صواب اللّغة، وبالتالي، غياب صواب القلب وصواب العقل وصواب الرّوح، غياب صواب الذّوق وصواب المعاملة، غياب صواب كلّ شيء.

أمّا آخر ما تنامي إلى أدنّي من غياب صواب لغويّ فهو ما سمعته صباح الثّلاثاء، 27 أيلول 2022، في إحدى

هشاشة العظام



منير مغول

الوقاية من هشاشة العظام

يستطيع الإنسان تجنب هشاشة العظام في كثير من الأحيان، حيث أن بناء العظام السليم منذ الصغر، سيعطي احتياطي جيد من أملاح الكالسيوم القادرة على مقاومة التغيرات التي يمكن أن تحدث لاحقاً في الحياة، والوقت الحرج الذي يبني العظم فيه نفسه هو بين سن العاشرة وسن الثلاثين من عمر الإنسان. كأي مرض من الأمراض، الوقاية من منع حدوثه هو الأفضل، ويتم الوقاية من هشاشة العظام أو على الأقل تقليل احتمال حدوثها عن طريق:

تناول المصادر الغذائية الغنية بالكالسيوم وفيتامين د، ويعد فيتامين د مهماً لامتصاص الكالسيوم في الجسم.

ممارسة التمارين الرياضية بشكل دوري ومنتظم لتحفيز بقاء عملية فقدان الكتلة العظمية.

الابتعاد عن التدخين

التركيز على تناول الأطعمة الغنيّة بعنصر الكالسيوم مثل الجبن، السلمون، السردين، مكسرات، والقرنبيط الملفوف. الحصول على الكمية اليومية الموصى بها من الكالسيوم.

فرط نشاط الغدة الدرقية وفرط نشاط الغدة جار الدرقية.

نقص هرمون الاستروجين أو هرمون التستوستيرون. بعض الاضطرابات الهضمية مثل الداء البطني الذي يسبب مشكلات في امتصاص المعادن.

أعراض هشاشة العظام

لا يوجد أعراض في المراحل المبكرة من المرض، وقد لا يدرك المريض أنه مصاب إلا عند حدوث كسر، لكن قد تظهر بعض الأعراض مثل: انحسار اللثة، ضعف قوة قبضة اليد، ضعف الأظافر، كسور في العظام.

ألم في أسفل الظهر

يجب على الذين لديهم تاريخ عائلي للإصابة بمرض هشاشة العظام أن يستشيروا الطبيب كي يساعدهم في اكتشاف المرض وتقييم المخاطر لتجنب حدوث كسور.

أعراض هشاشة العظام عند النساء

قد لا تظهر أي أعراض إلا عندما يحدث كسور في العظام، وتعد كسور الورك والمعصم والعمود الفقري هي الأكثر شيوعاً، تدعم فقرات العمود الفقري الجسم، وتساعد على الوقوف والجولوس.

يمكن أن يسبب ترقق العظام في الفقرات مشكلات خطيرة للنساء، فقد يحدث كسر في هذه المنطقة في أثناء الأنشطة اليومية العادية مثل رفع الأشياء، أو الانحناء للأمام، ويمكن أن يتسبب هذا الكسر في بعض الأعراض، مثل الاكتئاب المأللة، والانحناء من الخلف، والألم في الظهر، والتحدّب.

حالاتها عندما يكون الشخص في أواخر العشرينات من العمر.

تبدأ العظام في الضعف في سن 35 عاماً، ومع تقدّم الشخص في العمر يزداد معدّل فقد أو هدم العظام عن معدّل إعادة البناء، وقد يكون فقد العظام بشكل مفرط هو أهم أسباب ترقق العظام.

يزداد حدوث هشاشة العظام عند النساء بعد انقطاع الطمث(سن اليأس)، بسبب الانخفاض المفاجئ في هرمون الاستروجين الذي يحمي النساء عادة من ترقق العظام..

انخفاض الهرمونات الجنسية:

يؤدي انخفاض مستويات هرمون الإستروجين إلى صعوبة تجنّد العظام.

العرق:

يتعرّض الأشخاص البيض والاسيويين لخطر الإصابة بترقق العظام أكثر من غيرهم.

عوامل وراثية:

تزداد فرص الإصابة إذا كان التاريخ العائلي يحمل المرض.

الأدوية والحالات المرضية التي تزيد خطر الإصابة بهشاشة العظام

يوجد بعض الحالات المرضية التي تسبب تغيرات هرمونية في جسم الإنسان: مما يؤدي إلى الإصابة بهشاشة العظام. كذلك هناك بعض الأدوية التي قد يسبب استخدامها فقدان الكتلة العظمية للجسم. بعض أمراض المناعة الذاتية: مثل التهاب المفاصل. اضطرابات الغدة النخامية.

ما هي هشاشة العظام

هشاشة العظام (بالإنجليزية: Osteoporosis). هي حالة مرضية تصيب عظام الإنسان فتسبب فقد العظام لكثافتها وقوتها، وتعرف أيضاً بترقق العظام، ويمكن أن تحدث في أي عمر، لكنها أكثر شيوعاً عند كبار السن، وتنتشر أكثر بين النساء.

يوجد فراغات داخل عظام الإنسان، يزداد حجم تلك الفراغات في حالة هشاشة العظام، كذلك يصبح هيكل العظام أضعف وأرق؛ مما يؤدي إلى زيادة فرص التعرض للكسور، حتى أنه يمكن أن تحدث كسور للأشخاص المصابين بهشاشة العظام في أثناء ممارسة أنشطة عادية كالوقوف أو المشي.

تعد هشاشة عظام الضلوع والوركين وعظام الرسغ والعمود الفقري هي الأكثر شيوعاً، وهذه العظام أيضاً هي الأكثر تعرضاً للكسر.

أنواع هشاشة العظام

يوجد نوعان من هشاشة العظام، هما: النوع الأول: يشمل ترقق العظام في سن اليأس بسبب نقص الإستروجين، وترقق العظام مع الشيخوخة بسبب تقدّم العمر.

النوع الثاني: يحدث نتيجة لسبب معيّن يمكن تحديده، مثل ترقق العظام الناتج عن بعض الحالات المرضية أو استخدام بعض الأدوية، التي تؤثر على العظام سلباً.

أسباب هشاشة العظام

يمتص الجسم أنسجة العظام القديمة باستمرار ويولد عظاماً جديدة للحفاظ على كثافة العظام وقوتها وسلامتها، وتكون كثافة العظام في أفضل

مركز نور للعلاج

דיגיטל טאואר



Digital
Printing

Offset
Printing

Gravure
Printing

הדפוס הזול בישראל

- ✓ גלויות
- ✓ פליירים
- ✓ פנקסים
- ✓ חותמות
- ✓ לוחות שנה
- ✓ הזמנות לאירועים
- ✓ מודעות אבל
- ✓ תלי דלת
- ✓ דגלים ממותגים

- ✓ כרטיסי ביקור
- ✓ מחברות
- ✓ פולדרים
- ✓ נייר מכתבים
- ✓ מעטפות
- ✓ מגנטים
- ✓ רולאפים
- ✓ מדבקות
- ✓ מוצרי פרסום



1000 כ.ביקור 10 פנקסים A5 רול-אפ



מתקן,
תיק נשיאה
הדפסה איכותית
גודל (85X200)

רק ב- 189 ₪



רק ב- 99 ₪

נייר כרומו 135 ג"ר דו-צדדי פרוצס
גודל A5 מלא (21X14.8)

רק ב- 99 ₪

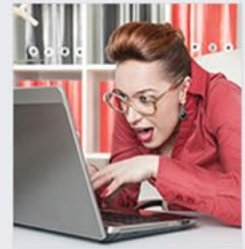
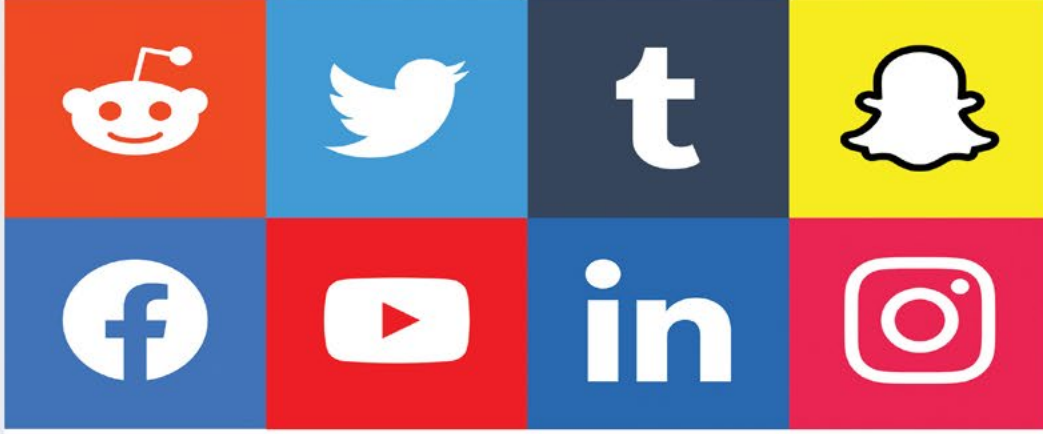
נייר כרומו 300 ג"ר דו-צדדי פרוצס
למינציה מט / מבריק

רק ב- 390 ₪



להזמנות והצעות מחיר 0529-444-344

המבצע בתוקף עד 10.10.2022 *המחירים לא כוללים מע"מ *ט.ל.ח* המחירים לא כוללים משלוח * המחירים לא כוללים גרפיקה * הזמנות רק דרך ה- WHATSAPP



سهايم نافذ



Liked Following Share

Contact Us

Send Message

مش محرز

سيتم محاكمة النجمة الكولومبية شاكيرا بتهمة الهرب الضريبي، حيث تم اتهامها بالتهرب من دفع ضرائب بقيمة 14,5 مليون يورو بين الأعوام 2012 و2014. إلا أن شاكيرا تؤكد براءتها ورفضت عقد اتفاق مع النيابة العامة. يا شاكيرا بلا مشاكل وفضايح، المبلغ مش محرز تنهدلي أو تنحيسي!!



Share Comment Like

Top Comments

1.6M



Write a comment...

View all 8,950 comments

أما دواوين!!

قال إيش؟! الإعلامية المصرية وفاء الكيلاني قررت أن تكشف عن أكثر ما يضايقها من زوجها النجم السوري تيم حسن. اقرأوا الليباخة!! "أكثر ما يضايقي في تيم حسن أنني لا أجد له أي أخطاء". بقمة الزناخة والتوجيهن بقمة!!



Share Comment Like

Top Comments

1.6M



Write a comment...

View all 8,950 comments

مش ناوية أموت

في عادة كتبير حلوة إنه بطلعوا إشاعات عن وفاة فنانين!! وهالمرة كان الدور على الفنانة اللبنانية نادين الراسي، حيث انتشرت أخبار وفاتها في حسابات على مواقع التواصل الاجتماعي. لكن رد نادين إجا تلقائي وساخر ولطيف: "بصراحة مش ناوية أموت قبل ما خلص رسالتي بحبكن". أبدعت نادين بردك وسكتهم بلطافة.



Share Comment Like

Top Comments

1.6M



Write a comment...

View all 8,950 comments

الموز ولا الحجار

أدان الاتحاد التونسي لكرة القدم بشدة رمي الموز على المهاجم البرازيلي ريشارليسون واعتبره فعلا عنصريا، اثر المباراة الودية التي جمعت المنتخبين في باريس. لقد تم رمي الموز من مدرجات الجماهير في اتجاه ريشارليسون الذي كان يحتفل بهدفه ضد المنتخب التونسي. مش فاهمة ليه زعلانين من رمي الموز، أي لو هاي اللعبة عنا كان ضرب الحجار من فح وغميق!!



Share Comment Like

Top Comments

1.6M



Write a comment...

View all 8,950 comments

قص الشعر

موضة قص الشعر تضامنا مع انتفاضة الحجاب في إيران عم تنتشر، ومن ضمن اللي قصوا شعرهم نازانين زغاري راتكليف، وهي مواطنة بريطانية من أصل إيراني أمضت ست سنوات في السجن في إيران، وتضامنا مع المحتجين في إيران، شوهدت السيدة زغاري راتكليف وهي تقص شعرها في مقطع فيديو قدمته إلى إذاعة بي بي سي فارسي. لو انك بعدك في إيران كانت الأمور ما وقفت على قص شعرك!!



Share Comment Like

Top Comments

1.6M



Write a comment...

View all 8,950 comments

فسرولاي

أعلنت الفنانة السورية جيهان عبد العظيم انفصالها عن زوجها الكاتب المصري إياد إبراهيم من خلال حسابها الرسمي على موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك" مؤكدة أن ذلك قسمة ونصيب. لحد هون عادي جدا، الطلاق والزواج في الوسط الفني صار زي شربة العي، أما إنها تقول "الموضوع نصيب وكل شي من الله يا محلا" هاي ما فهمتها، يا ريت حدا يفسر لي هالجملة!!



Share Comment Like

Top Comments

1.6M



Write a comment...

View all 8,950 comments



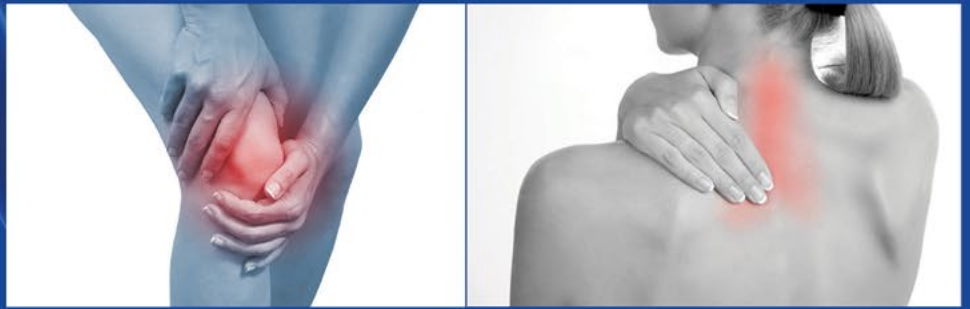
PHYSI·AD פיזי·עד

מכון לפיזיותרפיה פיזיעד
בבית ויצו כרמל

- ✓ עדנן סואעד פיזותראבסט מִחְתֵּס
- ✓ 20 שנה תבירה
- ✓ מעִטרֵף בה לתעוויז המאלי בקלאיֵת מוּשְׁלָם
- ✓ מעִטרֵף בה לתעוויז המאלי بالتأمين الصحي الخاص

مختص بـ

- علاج الاوجاع ديسكات الرقبة / الظهر
- علاج الاوجاع المفاصل / التهابات / تكلس
- علاج الدوخة Vertigo
- علاج فك الحنك TMJ



● فرع حيفا - شدروت ماريا 50 ● فرع شفاعمرو - وادي صقيع

للاستفسار والحجز - 052 - 2418085

الحمل



من المرجح أن تكون مشغولاً للغاية أيها الحمل بالنسبة لليوم. أنت من المحتمل أن تستقبل الزوار، أو قد تخطط الذهاب للزئمة. وهذا قد يكون أيضاً الوقت الذي قد بدأت به أعمال التجديد الكبيرة من منزلك أو شراء أو التحول إلى منزل جديد. على الرغم من أنك سوف تحتاج إلى أن تكون نشطاً جداً على مدار اليوم، فانت تسير إلى الحب والاستمتاع بكل دقيقة من اليوم.

مهنياً: حاول أن تتوصل إلى نتائج واضحة، ولكن بعيداً عن الالتباس والمشكلات، واعمل بصمت.

العذراء



محاولة لإنهاء كل عمل منذ بداية اليوم نفسه! لا تستطيع الحصول على فرصة للعمل في النصف الثاني من اليوم. الالتفات إلى التفاصيل الدقيقة من أي عملية بيع أو شراء، ولكن احذر ان تقع فريسة للاحتيال! قد تحتاج إلى ممارسة سيطرة قوية على إرادتك لفهم وتحقيق التوازن بين النفقات الخاصة بك.

مهنياً: تنطلق في مشاريع تدرك عليك استثمارات جديدة وتكسب أرباحاً كبيرة.

الثور



تخرج أيها الثور وتعمل شيئاً كمغامرة مع شخص عزيز عليك اليوم. ما من أي وقت مضى كنت تفعل، يجب أن تكون الأوقات رائعة! هذا وسوف تضخ بعض البزل في الوضع المتوتر بينك وبين شريك حياتك. سوف تجد أنه من السهل أن تنقل تجارب ومشاعر جديدة لشريك حياتك.

مهنياً: تتمتع بذكاء كبير في حلّ المشكلات وتجد أشخاصاً قادرين على مساعدتك.

الجوزاء



الأيام القليلة الماضية مرت بالقلق والشكوك حول الوضع الحالي الخاص بك أو علاقة مستقبلية قد تم احتلال عقلك من خلالها. اليوم، ستتم إزالة جميع الشكوك، وسوف تكون قادراً على رؤية شريكك وكذلك العلاقة في ضوء واضح. سوف تكون قادر على اتخاذ قرار واضح والاطلاع على حياتك العاطفية.

مهنياً: تحولات متعددة في مصطلحتك، لكن تراث تجد أمامك صفحات بيضاء بالجملة.

السرطان



اليوم أنت أكثر عاطفية من المعتاد وبالتالي المخاطرة بالنفس عرضة للآخرين. في العمل، سوف يمتص الضغط الذي اتعبك في نهاية اليوم، قم بمحاولة تقسيم العمل بين زملائك في الفريق أو جدولة بعض العمل لبعض اليوم الآخر. يستغرق بضعة أعمال وانتاج نوعية العمل. يمكنك التمتع بوجبة لذيذة مع شخص مميز.

مهنياً: لا تجعل نفسك ضحية للآخرين بتعبك القيام بما لا تقدر عليه، بل كن جدياً في التعاطي على قدر المسؤولية.

الأسد



يوم مثالي للعاطفة والنار. يتم مطالبتك بالتصرف برومانسية لائق قد قللت من التعاطف وقوة مشاعر تجاه شريك حياتك. تحتاج فقط للتعبير عن مطالبك من العلاقة، وأنها ستكون أكثر من المتقاربة. لذلك، عليك الاستفادة من هذا الوقت لبدء فترة أكثر عاطفية في علاقتك.

مهنياً: تتخلص من أزمة مالية صعبة سببها سوء إدارة بعض الزملاء وعدم اطلاعهم المتواصل على الحسابات.

الحوت



تكون على استعداد لبعض القليل من الأخبار السارة من شريك حياتك، أو قد يتم الحصول على هدية جيدة جداً من له / لها اليوم. إذا كنت وحيداً، فهذا هو الوقت المناسب لتلبية شخص مميز الذين يمكن أن يخلق فرقا كبيراً في حياتك. بعقل مفتوح، وسوف ترى الحب يتفتح في أماكن غير متوقعة.

مهنياً: تدخل مرحلة مهنية مهمة جداً اليوم، ويسلط الضوء عليك وتخلق في سماء النجاح وتنال مكافأة كبيرة جداً.

الدلو



انت بحاجة إلى مساعدة وكلمة أسرع بأذناك هذا يكون أفضل. دعوة في الوقت المناسب لصديق أو معلمه يمكن أن يقطع شوطاً طويلاً لإنشاء راحة البال وموقفك في الحياة. فإن التغييرات التي تم مقاومتها تبدأ في كسب المزيد من المعنى وسوف تبدأ عملية تنفيذ هذه التغييرات. لا تدع ذاتك تقف في طريق الضرورة العملية.

مهنياً: مشروع ناجح يكون ثمرة جهدك المتواصل وسهرتك وحرصك على كل خطوة كنت تقوم بها، وتحصد إعجاب الزملاء في المهنة وهنئتهم.

الميزان



حان الوقت لاتخاذ خطوة إلى الوراء ودراسة العلاقة الخاصة بك في ضوء بارد من الأسباب التي أدت إلى الوضع الحالي. لقد تم تجاهل بعض المعلومات عن شريك حياتك ولكن عليك أن تدرك أن هذا لن يجعله يذهب بعيداً. بدلاً من ذلك، تحتاج إلى تضمين ذلك كما لو كنت تحلل ديناميات العلاقة الخاصة بك. قد تضطر إلى اتخاذ بعض القرارات الصعبة في هذا الوقت.

مهنياً: لا تسمح أوضاعك المادية بالمجازفة، فكن حذراً ولا تتخذ القرارات الطائشة.

العقرب



يمكنك العمل بنجاح من خلال فريق، كما يمكنك ترك علامتك بهدوء إذا قمت بإنجاز المهام مع الآخرين. لكن تذكر أن نجاح المجموعة هو الأهم وليس الأنا الخاصة بك. سوف ينتج عن ذلك أيضاً مانحاً جيداً في المنزل. قد يؤدي السلوك الأثاني إلى الإضرار بعلاقاتك الأسرية على المدى البعيد.

مهنياً: يوم من الانفراج يسلب الضوء على علاقاتك في العمل، فكن أكثر موضوعية في تعاطيك مع زملائك.

القوس



هناك عدد قليل من المفاجآت تنتظرك اليوم، ولكن لا داعي للقلق. انها جميعاً لطيفة! بعض الأشياء التي كنت قد تنتظرها لفترة طويلة من المرجح أن تأتي ثمارها اليوم. وبعض الجهود الخاصة بك والتي كنت تعتقد انها أهدرت تكون ناجحة في نهاية المطاف. لذلك، تحتفل الليلة مع الأسرة والأصدقاء وحتى قد يكون لديهم الخبر السار للمشاركة.

مهنياً: إياك والتسرع في اتخاذ القرارات المصيرية، راجع حساباتك ولا سيما علاقاتك المهنية.

الجدي



هذا هو الوقت لاختيار بين المتعة والحريّة. على الرغم من بعد وضع الفاض من العمل الشاق لن تكون قادراً على الوصول إلى هدفك المنشود ولكن المثابرة تأتي ثمارها في وقت لاحق فلذلك عليك الاستمرار في العمل. لا تشعر بالأحراج عندما يتعلق الأمر بالأوضاع المالية. فسوف تتحسن تدريجياً مع مرور الوقت.

مهنياً: تتعرض لبعض المضايقات نتيجة مسؤوليات كبيرة إضافية تلقى على عاتقك.

كلايت تطلق حملة

شهر أكتوبر للتوعية

حول سرطان الثدي لدى النساء

كلايت

من المرض أو اللواتي تم تشخيص مرض حميد عندهم، فيوصى بإجراء فحص الميموغرافيا فوق جيل 40 سنة.

ويقول محمد فريج، مدير المجتمع العربي في كلايت: "بهذه المناسبة العالمية، أدعوا جميع النساء في مجتمعنا العربي بسن 40 فما فوق، للتواصل مع كلايت والاستفسار عبر الموقع، التطبيق، والعيادات حول سرطان الثدي وفحص الميموغرافيا. كلايت توظف الكثير من الخبرات والمعرفة والموارد للتعامل مع هذا المرض وعلاجه، الكشف والعلاج المبكر هو أمر ضروري لضمان الشفاء التام. أتمنى للنساء ولمجتمعنا ككل دوام الصحة والعافية".

تطلق كلايت حملة شهر أكتوبر للتوعية لسرطان الثدي الموجبة للنساء، وهو الشهر العالمي للتوعية حول سرطان الثدي. والهدف من الحملة هو نشر التوعية والمعلومات حول سرطان الثدي، بما في ذلك، تحفيز النساء على إجراء فحص الميموغرافيا (فحص التصوير الإشعاعي للثدي) وجعله فحصاً دورياً في حياة المرأة.

سرطان الثدي هوورم في أنسجة الثدي وهناك عدة أنواع منه، ومن المهم جداً في جميعها التشخيص والعلاج المبكر ليزداد احتمال الشفاء من المرض. يتكوّن السرطان بسبب وجود خلية في النسيج التي لا تتوقف عن الانقسام وينتج عنها عدد كبير من الخلايا السرطانية في منطقة واحدة، وبذلك يتشكل ورم يمكن أن يؤدي الى تدمير الأنسجة السليمة المحيطة به، بما في ذلك نقل خلايا سرطانية الى الأعضاء أخرى. إذا لم يتم تشخيص الورم في الوقت المناسب، يمكن له أن ينتشر إلى الغدد الليمفاوية في الإبط ومن المحتمل أن يتفشى الى الرئتين، العظام، الكبد وغيرها. هنالك عدة عوامل التي تزيد من خطر الإصابة بسرطان الثدي، ومنها، العامل الوراثي، علاج هرموني بعد انقطاع الطمث، السمنة، حمل أول في جيل متأخر نسبياً، والإفراط في شرب الكحول.

يُعتبر سرطان الثدي من أكثر الأورام شيوعاً بين النساء وفي المجتمع بشكل عام والذي يمكن الكشف عنه في مراحل مبكرة بواسطة التصوير الشعاعي (الميموغرافيا)، للنساء فوق جيل 50. أما النساء الأكثر عرضة للإصابة بالمرض من المعدل الطبيعي، أي النساء اللواتي تعاني إحدى قريباتهن



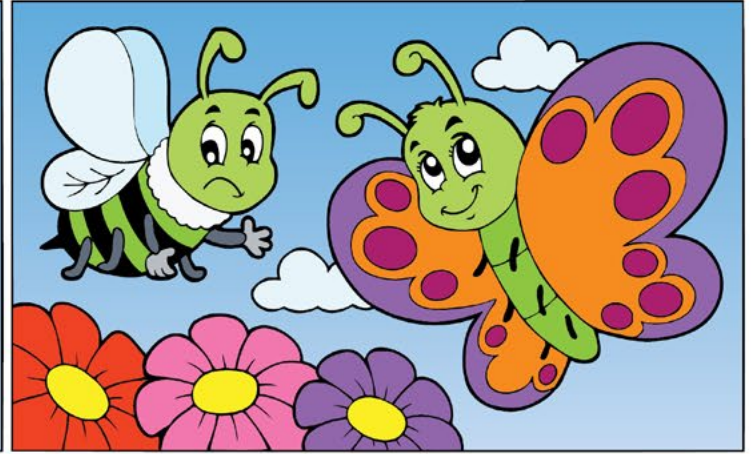
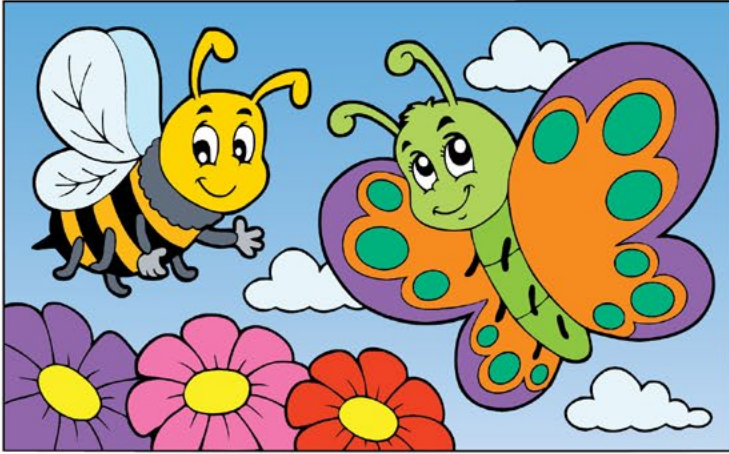
ورشات تمثيل مسرحي لكافة الأجيال

- تشمل الورشات:
- الحركة
 - ارتجالات
 - التمثيل بالأقنعة
 - الإلقاء وتقديم النصوص
 - العمل على مونولوجات





جد 10 الفروف؟





تعلن عن بدء التسجيل

لدورات كتابة إبداعية

كتابة مسرحية

شعر

قصة قصيرة

خاطرة/صورة قلمية

للتسجيل: 04-8523022 / 054-2239899
elofuq@gmail.com

02



لميس والصفدع

- للأطفال والعائلة
- لاتنين - 10.10.22
- الساعة 11:00



فيغارو

- للأطفال والعائلة
- الثلاثاء - 11.10.22
- الساعة 11:00

ميكي و فقاعات الصابون

من جيل 5 - 7

- | | |
|-------------------|-----------------|
| الأربعاء 12.10.22 | الجمعة 14.10.22 |
| الساعة 10:00 | الساعة 09:00 |
| 1 | 2 |
| الساعة 10:00 | الساعة 10:00 |



1. الساعة 09:00
2. الساعة 10:00
3. الساعة 11:00

بلد الحكايات

- حنين طرييه
- الخميس - 13.10.22