

راجعين ع المدرسة بس مع أخدية زاهي صليبا

11



توزع مجاناً

الجمعة 23 آب 2013

العدد 190

أسبوعية قُطريّة، مستقلة، شاملة

Haifa net

تبيع دير تاريخي يقع في شارع المخلص!

6 و 8

سعاد قرمان تستعيد ذكرياتها الحيفاوية

22

أحيأونا العريّة تفتقر لعيادات الصحيّة!!

4

Bambino

18 و 19

تحنّات مونيوت الركبّات

لخدمتكم دائماً!
24/7
محطة تاكسيات القطار لصاحبها ميشيل سروجي.
هاتف: 04-866-40-40

تنزيلات على العطور

7

فقط في سوپر فارم
«آرمون هدار»
و «سيتي سنتر»

الانوارية افك

حملة
اسعار
لا مثيل
لها!

- نقنيقيات عوف
تيرت صبي 1 ك"غ 19⁹⁰ ₪
- شوقو شوق 1 ليتر
شوقو/موقه/بببنا 14⁹⁰ ₪
- Yoplait Real 3
المعدن الחדش سل
تنوبه 9⁹⁰ ₪
- 3 مشقه Jaffa Gold 11⁹⁰ ₪
- خوموس اخله
غم 750 8⁹⁰ ₪

* الحملة سارية في فرع شارع الخوري 9 فقط! * خاضعون لشروط الحملة. الاسعار سارية الفعول حتى لفاذ المخزون. * الحملة سارية المفعل حتى وحدة واحدة فقط من كل منتج. * الصور للتوضيح فقط.

ممثلو «الجبهة» و«التجمع» يناقشون الشأن الانتخابي



■ ممثلو الأحياء: قائمة تحالفية تندرج مع تطلعات أهلنا، وسنبذل قصارى جهدنا لإنجاحها ■ حسين إغبارية: اللقاء حقق هدفه، فالأخوة في «الجبهة» و«التجمع» أبدوا انفتاحاً ومسؤولية كبيرة في مناقشة دعوتنا ■ الاتفاق على متابعة الموضوع في الأيام القليلة القريبة ■

مراسل «خاص»

قبل ممثلو «الجبهة» و«التجمع»، من حيث المبدأ، مناقشة فكرة الذهاب إلى الانتخابات البلدية في قائمة تحالف ائتلافية. وأعلنوا أنهم سيتداولون هذه الصيغة من خوض الانتخابات بجدية كاملة في هيئاتهم، في لقاء مشترك بينهم.

ضاهر وفدوى سروجي من مجلس الأحياء. وأكدوا أن إقامة القائمة الائتلافية هو مطلب الناس في الأحياء، ومن شأنه أن يعطي للعمل البلدي زخماً جديداً وللمجتمع العربي في حيفا ثقلاً نوعياً في مواجهة صانع السياسات والقرارات. وأكد المتحدثون أن لجان الأحياء ومجلسها العام سيبدلان قصارى الجهود لإنجاح هذه القائمة، وتوفير أوسع قاعدة دعم شعبي لها.

وفي المرحلة الثانية تناوب ممثلو «الجبهة» و«التجمع» على مناقشة الفكرة في جو من الحوار والانفتاح ونقد تجربة العمل البلدي. وأكد كل من: د. سهيل أسعد («الجبهة») وجمال خميس («التجمع») تقديرهما للمبادرين إلى اللقاء وأسلوبهم في التعامل مع الموضوع بانفتاح وحوارية دون أي اشتراط. وكرّر ممثلو الإطارين - كل بصيغته (!) - الاستعداد لمناقشة الفكرة بجدية وأخذ صوت الوحدة الطالع من الأحياء بعين الاعتبار في هيئاتهم. وأكد الجميع على العلاقات الحسنة والأخوية اليومية التي تربط بين الجميع في العمل البلدي وفي الحياة اليومية، وأن هناك ضرورة للحفاظ عليها أيام الانتخابات، مهما كان شكل خوضها.

وناقش الحضور، بروح نقدية أخوية، مسوغات فكرة القائمة الائتلافية على محاورها المختلفة. وتبين أن هناك إجماع في عدم رضى الفاعلين على الساحة

وتبعه في شرح الفكرة د. حاتم خوري والمهندس إيهاب حبيب (رئيس لجنة حي عباس) ويوسف كامل (رئيس لجنة حي الحليصة) وفكتور حجار (رئيس لجنة وادي السناس) وفهد عبود والمهندس موسى مكاتنه في الحيز العام.

وتبعه في شرح الفكرة د. حاتم خوري والمهندس إيهاب حبيب (رئيس لجنة حي عباس) ويوسف كامل (رئيس لجنة حي الحليصة) وفكتور حجار (رئيس لجنة وادي السناس) وفهد عبود والمهندس موسى



«اللقاء حقق مبتغاه، وهو إعلاء صوت الأحياء والمجتمع المدني في الشأن الانتخابي أمام القوى التي تخوض الانتخابات البلدية. وقد لقيت دعوتنا أذناً صاغية لدى الأخوة ممثلي «الجبهة» و«التجمع». لم نخض في التفاصيل، ولم نقصد الخوض فيها، لأننا نتركها للهيئتين الموقرتين. أردنا أن نسمعهم من مصدر أول ما نلتقطه من عملنا اليومي مع أهلنا في الأحياء. واعتقد بأننا نجحنا في ذلك، وأن ممثلي الإطارين أبدوا انفتاحاً ومسؤولية كبيرة في التعامل مع دعوتنا هذه. نترك لهم ولهياتهم حرية مناقشة الموضوع واتخاذ قرارات فيه. ومن ناحيتنا، سنتابع ذلك معهم باتصالات مباشرة بالروح الأخوية الحوارية ذاتها. فهدفنا أولاً وأخيراً تعزيز مكانة مجتمعنا، وبناء وحدته وقدراته على التأثير والتغيير».

السياسية من المعدلات المتدنية للمشاركة العربية في الانتخابات البلدية في حيفا، وتخوفهم من اتساع تشتيت الصوت العربي في الانتخابات الوشيكة. وتبين أيضاً وجود رغبة حقيقية لدى الإطارين في البحث عن أفضل السبل لمواجهة ذلك. وفي ختام اللقاء أعلن ممثلو «الجبهة» و«التجمع» أنهم سيتابعون مناقشة الموضوع في هيئاتهم وفي لقاء مشترك بينهم. كما تقرر أن يواصل المبادرون إلى اللقاء من جمعية التطوير الاجتماعي ومجلس الأحياء وشخصيات مستقلة متابعة الموضوع لدى الهيئتين الحزبيتين، ولدى قوى اجتماعية أخرى بغية دفع الفكرة إلى الأمام.

وعن اللقاء ونتائجه، صرح حسين إغبارية أحد المبادرين إلى طرح الفكرة لصحيفة «حيفا» بأن

تجمع حيفا: القائمة المشتركة تلبى مصالح وطموحات عرب حيفا وتندرج مع فكرنا ونهجنا

حيث من الممكن أن تحصل القائمة المشتركة على 6 أعضاء بلدية، وسيكون لذلك أثر جلي على إمكانيات العمل البلدي في تحسين الحقوق والمطالب المحقة لمجتمعنا، وتعزيز القدرة على تمثيل الصوت العربي في البلدية ومختلف لجانها ومرافقها، بالإضافة طبعاً إلى الأثر الحاسم للقائمة المشتركة على تقوية النسيج الاجتماعي، والوحدة المجتمعية الحيفاوية».

ودعا جمال خميس (رئيس قائمة «التجمع الوطني الحيفاوي»)، الأخوة في «جبهة حيفا الديمقراطية» في البيان: «إلى التعاون والعمل الجاد من أجل الوحدة، من خلال تشكيل قائمة مشتركة تمثل العرب في حيفا، وتضع مصالحهم فوق كل اعتبار، وقال: إن المسؤولية الاجتماعية والوطنية تتطلب منا أن نقوم بهذا الخطوة بالغة الأهمية».

(تصوير: وائل عوض)

«التجمع الوطني الحيفاوي»، عقب اجتماع اللجنة المركزية الانتخابية للفرع يوم الثلاثاء الأخير، والذي ناقشت فيه اللجنة استعدادات «التجمع» لخوض الانتخابات البلدية، دعا فيه «إلى تشكيل قائمة مشتركة للقوائم العربية في حيفا، مؤكداً أن هذه الخطوة تلبى مصالح وطموحات المجتمع العربي في حيفا، سياسياً واجتماعياً، كما أنها تندرج مع الفكر الوطني والقومي الديمقراطي للتجمع، وطرحه ومثابرته تاريخياً على السعي من أجل العمل المشترك والوحدة الوطنية لمجتمعنا الأصلاحي صاحب البلد».

وأكد «التجمع» في بيانه: «أن القائمة المشتركة، المبنية على القواسم المشتركة وبرنامج عمل بلدي موحد وموقف وحدوي، ستسهم في زيادة المشاركة الجماهيرية في الانتخابات بشكل واسع النطاق، وستضاعف بالتالي عدد أعضاء البلدية العرب،



■ جمال خميس: ندعو الأخوة في «الجبهة» للتعاون والعمل الجاد من أجل الوحدة ■

مراسل «حيفا» - وصل مكاتب صحيفة «حيفا»، أول أمس الأربعاء، بيان صادر عن

حيفا
Haifa

صحيفة أسبوعية، اجتماعية، سياسية، ثقافية، فنية، مستقلة

تصدر عن شركة صحيفة «حيفا» م.ض.

المدير العام والمحرر المسؤول:

● راني عباسي

مدير التحرير والتصميم الجرافي:

● مطانس فرح

● ميرا (شلهوب) فريوات (قسم الإعلانات)

● آية صفدي (تصميم إعلانات)

● وائل عوض (تصوير فوتوجرافي)

العنوان:

حيفا - شارع الجبل «هتسيونوت» 5

بريد إلكتروني:

haifa.newspaper@gmail.com

هاتف:

048522822

فاكس:

048522767

تحرير:

0506481555

إعلانات:

0546481533

● المقالات الموقعة لا تعبر عن رأي التحرير.
● الإعلانات على مسؤولية المعلنين.

بقي 4 سيارات

شيفروليت سيارك
ماذا تنتظرون؟



محمد عمر، ترشيحا



سيمون فرحات، حيفا



عدنان حاج يحيى، الطيبة



محمود حموده، قلنسوة



محمد المصري، باقة الغربية



رامي مرجي، اللد



إشتروا بـ 42.90 ش.ج. ومضاعفاتها
وأحصلوا على رقم حظ واحد أو أكثر

إشتروا وجبة من سلسلة بيع أميركا
وأحصلوا على رقم حظ مع **إحتمال فوز مضاعف!**

التفاصيل في الفروع

موجب شروط الحملة التي يمكن الحصول عليها في جميع مطاعم ماكدونالدز وفي موقع الانترنت * القائمة على السحب - أوليال م.خ. * المخرقة على السحب - المعافية روليت تسفير. يجري السحب طبقاً للتصريح العام لإجراء السحوبات واليانصيب للإعلانات التجارية، بموجب قانون العقوبات للعام 1977، في ايلات والجانعات يُعطى رقم حظ حسب سعر وجبة من سلسلة بيع أميركا 125 غرام. عدد السيارات المتبقية صحيح حتى ويشمل تاريخ 23.8.2013



i'm lovin' it®

غياب عيادات «صحة الأم والطفل» عن أحيائنا الحيفاوية العريية!!



لافتة بالعبرية فقط!! معلقة داخل المبنى، وتُشير إلى وجود عيادة «صحة الأم والطفل»

«الحال مشابه في المجتمع اليهودي كذلك، حيث أغلقت عيادة في منطقة «راموت ريم» التي عفا عليها الزمن، وافتتحت مكانها عيادة في «جراند كانيون» (المجمع التجاري الكبير)».

وأنا بدوري أتساءل: هل المواطنون العرب الذين يتوجهون إلى صحيفة «حيفا» متذمرين غاضبين شاكين، مُطالبين بفتح عيادة لـ «صحة الأم والطفل» في أحيائهم العريية، يختلفون عن أولئك الذين يتوجهون إلى بلدية حيفا مُطالبين بإغلاق العيادات؟! - الأمر محير وغريب ويستدعي دراسة معمقة، على ما يبدو!!

من حقنا أن نتوافر في أحيائنا العريية في مدينتنا حيفا عيادات «صحة الأم والطفل»، فتكفيها النواقص الجمة فيها!! ومن واجب وزارة الصحة وبلدية حيفا توفير ذلك لنا.. وها نحن نطالبهما مجدداً، عبر الصحيفة - بعد أن طالبناهما بشكل رسمي - بتوفير ذلك بأسرع وقت. حيث كان من واجب أعضاء البلدية الحريصين على أوضاع وأمر ناخبهم أن يطالبوا بذلك، لحظة بعد إغلاق العيادات في الأحياء العريية والمطالبة بعيادة في حيّ عباس، مثلاً!!

سنتابع الموضوع في صحيفة «حيفا»، وسنطالب ونطالب بافتتاح عيادات لـ «صحة الأم والطفل» في أحيائنا العريية؛ ولكن لتفعيل ضغط على وزارة الصحة والبلدية، لهدف افتتاح العيادات في أحيائنا، على أهلنا وأعضاء البلدية والنشطين تقديم طلبات واستجوابات وعرائض ومتابعة الموضوع، لا التذمر والتلمل والشكوى فقط، حين توفير هذا المطلب.

الأم والطفل» في حيّ عباس المكتظ بأهلنا العرب! توجهنا إلى الناطقة الرسمية في وزارة الصحة لهدف الحصول على تعقيب والاستفسار عن سبب إغلاق العيادتين وعدم توافر أي عيادة لـ «صحة الأم والطفل» في أي حيّ عربي في مدينة «التعاش» حيفا، مطالبين بافتتاح عيادة في عدد من الأحياء العريية لخدمة أهلنا وعدم اضطرارهم إلى التوجه بعيداً عن مكان سكنهم للحصول على خدمات تقدمها وزارة الصحة؛ مؤكداً ومصراً على أنه واجب عليها وحق لنا - أسوةً بباقي الأحياء اليهودية - أن نحصل على هذه الخدمات الصحية الضرورية داخل أحيائنا!! إضافةً إلى إمكانية عدم الحصول على الخدمات المطلوبة بشكل سوي، والانتظار ساعات أطول؛ من جراء توافد عدد أكبر من السكان - من العرب واليهود - على عيادة واحدة، تقدم خدماتها لعدد كبير من السكان!!

وقد وصلنا الردّ التالي من الناطقة الرسمية للإعلام في وزارة الصحة، نورهده كما وصلنا:

«مطانس فرح - مدير تحرير صحيفة «حيفا»؛ تحية طيبة، وبعد؛

«رداً على توجيهك، ففي مدينة حيفا عدد كبير من عيادات «صحة الأم والطفل» التي تقدم الخدمة للمواطنين العرب واليهود على السواء؛

«وقد تمّ، قبل نحو ست سنوات، توحيد عيادة «صحة الأم والطفل» في شارع قيسارية مع عيادة «هيروك»، وأصبحنا عيادة واحدة كبيرة في شارع «هنقيسيم»؛

«ويقوم مدير عام وزارة الصحة الأوضاع حيال تمديد ساعات العمل في عيادة «صحة الأم والطفل»؛ كما يرحب أن يتمّ تمديد ساعات العمل في العيادات التي تعاني ازدحاماً».

وكنّا قد توجهنا إلى قسم الصحة في بلدية حيفا طالبين تعقيبه، أيضاً. فوصلنا الردّ التالي، نورهده كما وصلنا:

«الأمر بخلاف ما ذكرت (!!!)، فبناءً على طلب السكان (!!!)، أغلقت البلدية العيادات القديمة لـ «صحة الأم والطفل»، وافتتحت مكانها عيادة جديدة فسيحة ومتطورة، في شارع «هنقيسيم»، في حيّ الـ «هدار».

مجموعة فيروسات الأمعاء؛ ينتقل عن طريق الجهاز الهضمي، الفم، ويُفرز عن طريق الغائط. 90% من يتعرّضون للإصابة بفيروس الـ «پوليو» لا يطورون أي أعراض جانبية للمرض، بينما 10% منهم يشعرون بالآلام في الرأس أو البطن أو الحلق مصحوبة بتقيؤات وارتفاع حرارة الجسم؛ أعراض مشابهة لغالبية الأمراض الفيروسية الموسمية. وفي حالات نادرة (1 من بين 1,000 مُصاب بالعدوى)، تؤدي الإصابة بالفيروس إلى الشلل؛ حيث يؤدي الفيروس بعض الخلايا الدماغية، مسبباً بذلك ألماً شديداً في العضلات. خطورة هذه الإصابة منوطة بكمية الخلايا الدماغية المصابة بالفيروس ومدى تضررها.

إنّ التطعيم ضدّ فيروس الـ «پوليو» هو الوسيلة الأكثر كفاءة لدرء المرض ومنع انتشاره. فمنذ عام 1988 لم يتمّ الكشف عن أي حالة في البلاد مُصابة بفيروس الـ «پوليو»؛ وحتى عام 2004 تمّ تطعيم الأطفال بوساطة الفيروس الحيّ المُضعف (تمّ إضعافه)، ما أدى إلى درء المرض واختفائه. إلا أنه ولسبب بعض الأعراض الجانبية لهذا النوع من التطعيم تمّ استبدال التطعيم بـ «مُمت»؛ وفي كلتا الحالتين التطعيم ناجع وقادر على الوقاية من شلل الأطفال، رغم أنّ التطعيم بوساطة الفيروس الحيّ المُضعف أثبت كفاءة أكبر.

وبعد أن أصدرت وزارة الصحة قراراً بتطعيم جميع أطفال البلاد، طالبة من أهل التوجه مع أطفالهم إلى عيادة «صحة الأم والطفل» (الصحية القريبة من مكان سكنهم، للحصول على التطعيم؛ توجه عدد كبير من أهلنا القاطنين في أحيائنا العريية المختلفة من المدينة إلى مكاتب صحيفة «حيفا»، غاضبين، متذمرين، شاكين من عدم توافر أي عيادة لـ «صحة الأم والطفل» في أحيائنا العريية، ما يضطرهم إلى حمل أطفالهم بعيداً عن مكان سكنهم لتلقي التطعيم والحصول على «الخدمات» المقدّمة للأم والطفل من قبل وزارة الصحة؛ وذلك بعد أن تمّ - قبل سنوات - إغلاق عيادتي «صحة الأم والطفل» في شارع قيسارية (حيّ وادي السناس) وشارع ابن المقفع («هيروك») اللتين كانتا تخدمان عدداً كبيراً من السكان. ناهيك عن عدم وجود ولو عيادة واحدة لـ «صحة



عيادة «صحة الأم والطفل» «هنقيسيم» - حيّ الـ «هدار».

مطانس فرح (تصوير: وائل عوض)

في أعقاب اكتشاف فيروس الـ «پوليو» في مناطق مختلفة من البلاد، وتخوفاً من انتشار وتفشي هذا الفيروس الذي يمكنه أن يتسبب بشلل أطفال، قرّرت وزارة الصحة استكمال تطعيم الأطفال الذين وُلدوا بعد تاريخ (1/1/2004)، أولئك الذين لم يتلقوا التطعيم الحيّ المُضعف، والذي أثبت أنه أكثر كفاءةً من الفيروس الـ «مُمت».

وكنّا في صحيفة «حيفا» قد نشرنا لقاءً موسعاً مع الطبيب المختصّ بطبّ الأطفال، د. إيهاب خطيب، في العدد (188) الصادر في 7 آب الجاري، شرح فيه عن التلقيح ضدّ فيروس شلل الأطفال، موضّحاً الأمر، بعد البليلة واللغظ والتخوف الذي اكتنف الموضوع. كما أكدنا أنه قد يتمّ تلقيح جميع أطفال البلاد؛ حيث لن يقتصر التلقيح على مجموعة معينة منهم.

وللتذكير: الـ «پوليو» - Poliomyelitis - مرض معدٍ يسببه فيروس الـ «پوليو»، وهو من

المجتمع

حق النساء أن يكنّ شريكات في اتخاذ القرارات

ب 22/10/2013 راج نثبت لكل انه بنقدر.



ائتلاف الجمعيات من اجل تمثيل النساء في السلطات المحلية

المجتمع مع

حملات لا تفوت

في همشبير لتسرخان

حملات ورزم بأسعار خاصة

عطور رائدة المشاركة في الحملة

حصري لأعضاء club365



1 + 2
هدية

الأرخص من بينهما

رزمة لغرفة النوم

سعر خاص
للرزمة

199⁹⁰
ش.ج

بدلاً من 239.70 ش.ج



وسادتان من طراز "وسادة ناعمة"
59.80 ش.ج للزوج

+



طقم اغطية
ميكرو ستان زوجي
179.90 ش.ج
Donna
Casa

رزمة للطاولة

سعر خاص
للرزمة

199⁹⁰
ش.ج

بدلاً من 249.70 ش.ج



طقم شوك، ملاعق وسكاكين
طراز "دوريت / رونيت" 24 قطعة
59.90 ش.ج



+



طقم للطعام
18 قطعة
119.90 ش.ج

+



شرفف طاولة
+ رانر
69.90 ش.ج
Donna
Casa

الحملة سارية لغاية 4.9.13 او حتى نفاذ مخزون الحملة. خاضع لشروط الحملة للسلع والأحجام المشاركة في الحملة والتشكيلة الموجود في كل فرع. سيتم احتساب السعر من السعر التصنيقي الموجود على السلعة، لا يشمل عطور: تري موغلر، شانل، فيكتور رولف، توم فورد، ديور، في حملة 1+2 سيتم منح هدية بالعطر الأرخص من بينهما، لا يمكن شراء عطور متشابهة أو بسعر متشابه. لا يشمل اطقم و سلع بأسعار خاصة. الحملة لأعضاء النادي من عضويتهم سارية للمفعول وللمنضمين الجدد. الاسعار في ايلات لا تشمل ض.ق.م

המשביר לצרכן

לתת יותר

גיפת כרד מן همשביר لتسرخان
الهدية الافضل!



كيف تبيع دير تابع للقديسة حنة في شارع المخلص؟! ١٩

التخلي عن دير تاريخي، والسكوت عن بيع أوقاف مسيحية جريمتان لا تغتفران!!



رزق ساحوري و مطانس فرح

ألا تكفينا الاعتداءات المستمرة على المقدسات المسيحية والإسلامية، وصفقات البيع المشبوهة لأوقافنا المسيحية والإسلامية من أراض وعقارات، «لنبتش»، مؤخرًا، ببيع دير «تاريخي» تابع لراهبات القديسة حنة، في شارع المخلص (15 أ.ي.ل.بيرتس) في حيفا!!

فقد قام عدد من جيران دير راهبات القديسة حنة، بتثبيت صليب، ولافتة كتب عليها: «هذا دير للراهبات، مكان مقدس»، وذلك بعد أن علموا أنه تم بيع الدير التاريخي إلى شركة عقارات من تل أبيب. وقد أثار هذا الخبر الذي انتشر بين صفوف الجيران، استياءً وغيرة لسبب تخلي راهبات القديسة حنة عن هذا الدير، وبيعه - كما يقول الجيران. حيث تساءلوا: لماذا لم يتم الإعلان عن مناقصة لبيع الدير في الصحف العربية؟ لعل إحدى الكنائس في حيفا كانت ستقوم بشرائه واستغلاله لما فيه مصلحة الكنيسة وأبناء وبنات الرعية؟ أو تحويله إلى مكاتب، أو مقر للشبيبة، أو مسكن للطلبة وما شابه.

والجدير ذكره أن شركة العقارات يوسف وأبناؤه، بإدارة: يوسف ورونين سيونوف، قامت بشراء قطعة أرض في شارع المخلص (15 أ.ي.ل.بيرتس) مقابل مليونين ونصف المليون شيكل - كما جاء في وسائل الإعلام العبرية - حيث من المقرر أن يتم إقامة مبنى يتألف من 30 شقة سكنية جديدة، في المكان!

وكانت بلدية حيفا قد استأجرت، في السابق، هذا الدير القديم لراهبات القديسة حنة، والذي تم هجره منذ سنين طويلة، ولكن البلدية أخلت الدير وبقي على حاله من دون أي ترميم يُذكر.

ويتألف الدير الذي يعود إلى نحو قرن (100 عام)، من ثلاثة طوابق، ويحيطه حوش شجري. ويعتبر الدير أحد المباني الجميلة والتاريخية التي تحافظ عليها البلدية. وبحسب المخطط، لن يتم هدمه، بل ترميمه من الخارج وتحويله إلى عدة شقق سكنية؛ أما في الباحة الجانبية للدير فسيُقام مبنى جديد مكون من خمسة طوابق، يحوي 22 شقة أخرى.

ويعيش ميلاد أشقر (أبو زياد) بجوار الدير منذ نحو 30 عامًا، ويقول لصحيفة «حيفا»:



ميلاد أشقر (أبو زياد)

بوابة الدير...! وعلمت، لاحقًا، أنه تم بيع الدير قبل نحو ستة أشهر إلى مقاولين يهود!! وقد قام

«لقد تفاجأت إذ رأيت عملاً في أحد الأيام برفقة محام يهودي يدخلون الدير. فسألتهم: ما الذي تفعلونه؟ فأجابوني: لقد فتحت لنا الراهبات

المجتمع

حق النساء في أن يؤثرن على أوضاع قرانا وبلداتنا

ب 22/10/2013 راج نثبت لكل انه بنقدر.



ائتلاف الجمعيات من اجل تمثيل النساء في السلطات المحلية

المجتمع مع

فقط في سوپر فارم آرمون هدار و سيتي سنتر

سوپر فارم سيتي سنتر: شارع بن غوريون 6 هاتف 077-8880790 ساعات العمل 9:00 - 22:00
يوم الجمعة حتى الساعة 16:00 وقوف مجاني لمدة ساعتين بشروة فوق ال 20 ش.ج

سوپر فارم آرمون هدار: شارع هلفيتيم 18 هاتف: 077-8880820 مفتوح كل ايام الاسبوع
من الساعة 8:00-21:00 وقوف مجاني لمدة ساعة بشروة فوق ال 99 ش.ج

نحترم وصفت الاطباء لسناديق المرضى لتوقيت، مكاني وموحيديت

نحترم وصفت الاطباء لجميع صناديق المرضى

أفتتح السنة بعطر جديد



مجموعة عطور

ب- 99 ₪

للوحة

مجموعة عطور

ب- 149 ₪

للوحة



مجموعة عطور

ب- 199 ₪

للوحة

وحدات على الأقل في المخزون من كل منتج في الفرعين، لتفاصيل أخرى في الفرعين.

لغاية 4.9.2013 أو حتى نفاذ المخزون، الأسبق من بينهما. تحتفظ الشركة لنفسها الحق بتحديد كمية الشراء. لا إزدواجية في الامتيازات. يحتمل وجود فرق في أسعار المنتجات قبل التخفيض بين حوانيت الشبكة ولذا، المكان الذي لا يعرض فيه السعر قبل التخفيض - سيعرض السعر على المنتج/بجانبه في كل واحدة من حوانيت الشبكة.

הוא הארخص!

סיטי סנטר OUTLET



מס' 052-9000000

נתת טירי
הדאיה העיד
פי השיטי סנטר فقط
OUTLET
במיע המארכאט
בארخص
الأسعار!



מפתוח יומי الجمعة والسبت*

באדא בנ גורינ 6 חי אלמני | אבאא ענא פי פיסיבוק

מعرض اكسسوارات دائم

אכסיסוראט אזיא | מבוהראט | הדיא | כל איאמ האסבוע



*מוקף מואני ביומי الجمعة والسبت

المئات في وداع المناضل الشيوعي العريق زاهي كركبي



فجاءت الكلمات التأبينية لمحمد نفاع، محمد بركة، يونا ياهف، رفيق دريه بنيامين غونين، وولده د. خالد كركبي (باسم العائلة). يُذكر أنّ زاهي كركبي من مواليد مدينة شفاعمرو (عام 1926)، انتقل للسكن في مدينة حيفا في الأربعينيات من القرن الماضي، وانضم إلى «عصبة التحرر الوطني»، ثم الحزب الشيوعي الإسرائيلي. أشغل على مدار السنين عدة مهام حزبية وجماعية، منها: سكرتير منطقة حيفا للحزب الشيوعي، وعضو المكتب السياسي، وسكرتير اللجنة المركزية، وعضو بلدية حيفا، وممثل الحزب في مجلة «قضايا السلم والاشتراكية» في براغ، ومدير «معهد إميل توما».

قطن الراحل طيلة حياته ورفيقة دريه ماغي طوبي - كركبي في حي وادي النسناس، وله ثلاثة أبناء: خالد ووليد ويشير. لقد كان قامةً وطنية واجتماعية شامخة، وستظل ذكراه باسقة في سماء بلادنا، ومحفورة في سجلات نضالات شعبنا الوطني والديمقراطي. (تصوير: وائل عوض)

لمراسل «حيفا» - توفي صباح أول أمس الأربعاء (21/8/2013)، في حيفا، المناضل الشيوعي العريق زاهي كركبي (أبو خالد)، عن عمر ناهز 87 عامًا. وقد شيع جثمانه يوم أمس الخميس، في تمام الساعة الرابعة والنصف بعد الظهر من كنيسة الروم الأرثوذكس في شارع الفرس إلى مثواه الأخير. وقد شارك في الجنازة المئات من سكان مدينة حيفا وخارجها، برزت من بينهم شخصيات سياسية وقيادية واجتماعية كثيرة، على سبيل المثال لا الحصر، أعضاء الكنيسة محمد بركة (رئيس كتلة «الجبهة»)، دوف حنين، ود. عفو إغبارية، بالإضافة إلى عصام مخول (النائب السابق ومدير معهد إميل توما)، محمد نفاع (سكرتير العام للحزب الشيوعي)، رئيس بلدية الناصرة المهندس رامز حرايسي، رئيس بلدية حيفا المحامي يونا ياهف، النقابي بنيامين غونين، سكرتير منطقة حيفا للـ«الجبهة» والحزب الشيوعي الصحفي رجا زعاترة، وعدد كبير من محبيه وأقاربه ومعارفه ورفاق دريه، وقد أقيمت خلال الجنازة كلمات تأبينية، عددت مناقب الفقيد وأشادت بدوره النضالي وعمله البلدي.



قداس وجناز الاربعين

زوج الفقيدة ايلي وابناؤها اسعد واسامه وابنتها اوديت
واخوتها واخواتها وآل شقور وآل برجوت
والأقارب والانساب في البلاد وخارجها
يدعونكم لمشاركتهم قداس وجناز الاربعين
راحة لنفس فقيدتهم الغالية المرحومة طيبة الذكر
كهيليا سمعان (برجوت) شقور
(أم أسعد)

وذلك يوم الجمعة الموافق ٢٠١٣/٨/٢٣

الساعة السادسة مساءً

في كنيسة مار الياس للروم الملكيين الكاثوليك

شارع عين دور ٢٣ - حيفا

لا اراكم الله مكروهاً بعزير

نرجو اعتبار هذه الدعوة بمثابة دعوة شخصية للجميع

راجعين مع المدرسة

بس مع

أحذية زاهي صليبيا

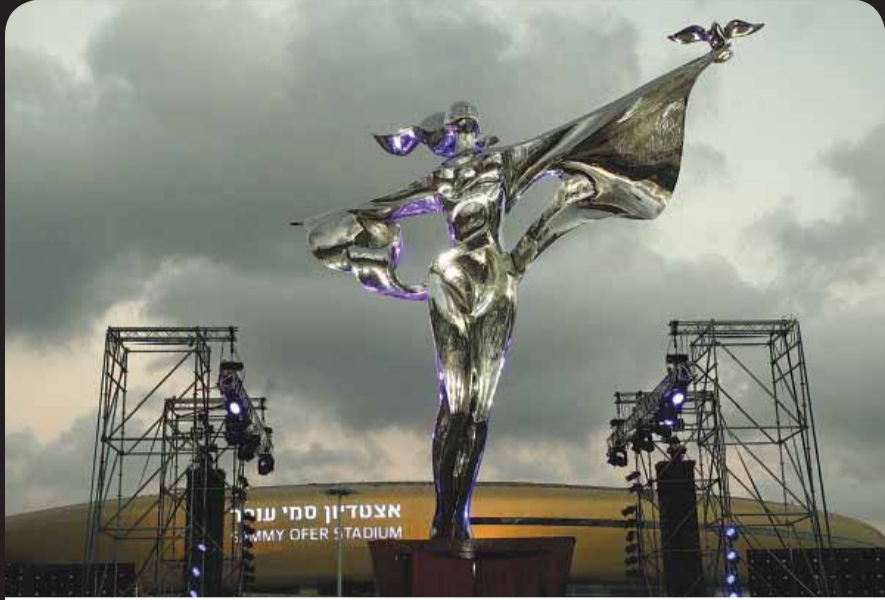


منذ 1956

أحذية زاهي صليبيا

شفاعمرو - المدخل الغربي (بجانب فوكس) | 04-9862447

إزاحة الستار عن تمثال



مدينة حيفا، كونها رمزاً عالمياً للتعايش والسلام بين الأديان. وقال المحامي يونا ياهف (رئيس البلدية) خلال الاحتفال: «إن سكان حيفا يحتضنون بحرارة الفنان يوا يوان، ويشمنون تبرعه السخي، ونحن في حيفا نفتخر بالقيم التي يعبر عنها من خلال أعماله». وأضاف: «نحن فخورون كذلك بقراره نصب هذا التمثال على مشارف مدينة حيفا، التي كانت دائماً منارةً عالميةً للسلام والأخوة، وبالتالي تشكل بذلك المكان الأنسب والأفضل في الشرق الأوسط بأجمعه، لنصب تمثال سلام عالمي، يعبر عن نغمة الحياة الحيفاوية».

لمراسل «حيفا» - بحضور وزيرة الثقافة والرياضة ليمور لثانات، رئيس البلدية يونا ياهف، الفنان الصيني يوا يوان، مدير عام وزارة الخارجية السفير رافي براك، السفير بالنيابة لجمهورية الصين الشعبية لو كون، وعدد كبير من المدعوين من صحافة وإعلام وشخصيات سياسية واجتماعية؛ أزيح الستار، يوم الثلاثاء الأخير، عن تمثال «السلام العالمي»، للفنان الصيني الشهير يوا يوان (Yao Yuan)، المتواجد في باحة ملعب «سامي عوفر»، جنوبي مدينة حيفا. ويعتبر التمثال نسخةً لتمثال آخر منسوب في القرية الأولمبية في بيجين (توأم مدينة حيفا)، حيث اختير نصب هذا التمثال في

أطلق التهاني
للغنان زهير فرنسيس
بهناسبة إفتتاح

ZUHAIR FRANCIS
Fashion

تتارم يافا 44 - حيفا

نتمنى له المزيد من التألق والنجاح



إخلاء سكان جراء نشوب حريق

نوال إبراهيم
شبه حريق، مساء أول أمس الأربعاء، في زاوية شارع المخلص (ي.ل.بييرتس)، على مقربة من سيات تعلوه الشجيرات، يحيط ببنائية، حيث انتشر الدخان بكثافة وتسرب إلى داخل المنازل، وخصوصاً في الطوابق السفلى منها. هذا وسارعت طواقم الإطفاء والشرطة إلى مكان الحريق، وتمكنت من السيطرة عليه، بعد أن شكل خطراً كبيراً على حياة السكان لتواجد أنابيب الغاز في المكان، إضافة إلى تسرب الدخان الكثيف الذي اكتنف المنازل وشكل خطر اختناق على السكان. هذا وبطلب من رجال الإطفاء، وحفاظاً على سلامة السكان، تم إخلاء بعض المنازل، ونقل سكانها بعيداً عن مكان سكانهم لعدة أيام حين انعدام رائحة الغازات والحريق المنتشرة فيهم.



«السلام العالمي»

تهنئة عطرة

للضنان زهير فرنسيس

بمناسبة إفتتاح

ZUHAIR FRANCIS Fashion

شارع يافا 44 - حيفا

نتمنى له المزيد من التقدم والنجاح



SAMA ADV.

شركة سما للإعلان

باسل زعبي

مدير الشركة وطاقم العاملين



«نسيت» الوالدة طفلتها في فرع البريد



نوال إبراهيم

بعد أن أنهت أم عربية حيفاوية معاملتها البريدية في فرع البريد «هنقيم»، غادرت المكان مستقلة مركبتها، تاركة طفلتها ابنة العامين ونصف العام تقريبا، داخل فرع البريد. فتوجهت إلى الطفلة التي كانت تجلس وحيدة على الكرسي، وسألتها عن سبب تواجدها وحيدة، فقالت إن والدتها تركتها وغادرت المكان. فحاولت حينها الاستفسار عن اسم والدتها ووالدها ومكان سكنها، لكنني في الوقت ذاته قررت الاتصال بالشرطة لتسليم الطفلة.

ولكن حينها، دخلت والدتها مسرعة إلى فرع البريد باحثة عن طفلتها التي تركتها، حيث اعتقدت عند مغادرتها فرع البريد أن طفلتها لحقت بها إلى المركبة التي استقلتها. فما كان مني إلا أن ونخت السيدة على عملتها، وحذرتها من مخاطر فعلتها هذه، إذ تعرض بذلك حياة طفلتها إلى الخطر جراء حوادث دهس أو اختطاف، وما شابه.. فرجاء انتبهوا وحافظوا على أطفالكم.



وفروا الكثير... تعالوا إلى مكتبة كل شيء للكتب واللوازم المدرسية بازار



من أشهر
الماركات
ومن إنتاج كبرى
الشركات
العالمية

الأسبوع الأخير للبازار حتى يوم الثلاثاء 3/9/2013

في ساحة كنيسة "سانت لوكس" - حيفا
مفتوح يومياً من الساعة العاشرة صباحاً حتى التاسعة ليلاً

بهدف التوفير على الأهالي ودعم الطلاب في الظروف الإقتصادية الصعبة، تقوم
مكتبة "كل شيء"، أكبر موزع وناشر للكتب المدرسية المقررة من قبل وزارة
المعارف، بتنظيم بازار الكتب واللوازم المدرسية والقرطاسية بأرخص الأسعار.

حقائب مدرسية طبية
لشركات معروفة
ابتداءً من
100 فقط!!

حقائب
مدرسية
وقرطاسية



هدية
على كل
شروية

توضيح: المعرض سينتقل مباشرة إلى فرع
مكتبة كل شيء - كيبوتس جالويوت 140 - حيفا

تلفاكس: 04-8624235 054-7700095
04-8643359 054-7700091 04-8642815

مكتبة كل شيء

أفضل المنتجات بأرخص الأسعار



كل العائلة ميسورة من مي ماركت



مي ماركت

شبكة المواد الغذائية والأدوات المنزلية

فرع حيفا، بناية هنثييم | فرع عكا، شارع عمل 19 | فرع المكر، مدخل البلد

اختتام مخيم صيفي للأولاد العرب واليهود

للأولاد، وتحديث كل ولد عن عائلته وجذورها وميزاتها، ورسموا شجرة العائلة لكل منهم. بينما أحضر الأهل إلى هذه الورشة بعض المأكولات والأطعمة العربية واليهودية. وتبادل الأولاد رسائل التهاني بالأعياد والمناسبات السعيدة، ثم أدخلوا هذه الرسائل في زجاجات بلاستيكية، ونوا مجسمًا لحمامة السلام من هذه الزجاجات ومواد أخرى مكررة. كما قام الأولاد بزيارة ودية إلى المركز الجماهيري عباس، حيث استقبلهم بسام ريناوي (مدير المركز).

ومن اللافت أن الطلاب المشاركين في المخيم تعلموا كل يوم بضع كلمات باللغتين: العربية والعبرية، وسرعان ما تحولت إلى جمل من عدة كلمات، حيث استطاع الطلاب من إجراء محادثة فيما بينهم. إن المخيم العربي-اليهودي شدد على «الشراكة والمشاركة»، من خلال الفعاليات والعمل المشترك، وتعرفت تقاليد وثقافة ولغة الآخر، لهدف الوصول إلى لغة مشتركة، مبنية على أساس الشراكة التامة والمشاركة.

العام في المخيم 82 ولدًا من صفوف الأول وحتى الرابع. وأقيم المخيم مناصفةً بعدد الأولاد اليهود والعرب، في المركز التربوي «ليويك» بدعم من السفارة الأمريكية، حيث حضر ممثلون عن السفارة لمتابعة المخيم وفعالياته.

واستمر المخيم ستة أيام أمضاها الأولاد في زيارات ترفيهية إلى تل أبيب، والسياحة، وورشات عمل فنية، وعروض ومسرحيات باللغتين: العربية والعبرية، ومباريات رياضية، والنحت البيئي، وغيرها. وتم التركيز في هذا المخيم على تعميق العلاقات الاجتماعية والقيم التربوية، وخلق جسور مفتوحة بين المجتمعين العربي واليهودي. وقد تمثلت العلاقات بتعيين مرشدين، عربي ويهودي، لكل فرقة التي تألفت من 15 طالبًا. وحض المخيم على تبادل الزيارات للتعرف على العادات والتقاليد بين أبناء الشعبين، وكيفية التعايش والتسامح بين الأولاد. وتم من خلال إحدى ورشات العمل عن «ثقافات الشعوب» إحضار صور عائلية

لمراسل خاص

أقام المركز الجماهيري «ليويك» مخيمًا صيفيًا، للسنة الرابعة والعشرين على التوالي، للأولاد العرب واليهود من حيفا. وقد شارك هذا



أكشن
ملابس للمحجبات
واكسسوارات

شالات على جميع الأشكال
(تلييس وتسريحات مناديل)
أكسسوارات لجميع المناسبات،
جزادين بجميع الأحجام

العذار، شارع هنفيك 10، حيفا
ساعات الدوام: 9:00-18:00
يوميًا من الأحد وحتى الجمعة.
052-7903971

بمناسبة حلول شهر رمضان المبارك وبمناسبة الافتتاح أسعار خاصة وتنزيلات كبيرة

الزعفراني في الوادي
من بيت اعشاب القرية

جميع انواع البهارات
بذورات - مكسرات محمصة - خلطات اعشاب
للطبخ - شكولاتات - جميع مستلزمات
الكعك - زيوت نباتات على اصنافها

وغيرها من المفاجئات بالاسعار!

اهلا وسعلا بكم عند الزعفراني في الوادي

حيفا - الوادي 42 هاتف : 048650786 بجانب بن الوادي

بحق ادارة الزعفراني انهاء الحملة من انشاء

ادوات للاستعمال مرة واحدة فعملي

1 كغم صنوبر	ب 130 ش
1 كغم جوز امريكي	ب 50 ش
1 كغم لوز مقسم	ب 55 ش
1 كغم تمر حب	ب 16 ش
1 كغم برغل	ب 6 ش
1 كغم ملح الليمون	ب 10 ش
1 كغم عدس	ب 7 ش
1 كغم زعفر بلدي اكسترا	ب 35 ش
3 كاكاو (250غ)	ب 15 ش
3 ربطات صحون بلاستيك	ب 10 ش
3 ربطات كاسات بلاستيك	ب 10 ش

מבצע לסדרה החדשה של HP

מבית ג.א.י מחשבים בע"מ



3495 ש"ח
כולל מע"מ

מעבד : INTEL CORE i5
מסך : 15.6"
זכרון : 8GB
דיסק : 750GB
כרטיס גרפי : AMD8670-2GB
משקל : 2.1Kg

3 years
Warranty

מחשב נייד
כולל 3 שנות אחריות
באתר הלקוח



1790 ש"ח
כולל מע"מ

www.guycomp.com
sales@guycomp.com

ג.א.י מחשבים בע"מ
04-8522447

עננה
COMPUTERS





زبائننا في بمينو بيستاهلوا
أفضل وأجود أنواع اللحوم الطازجة
وأرخص الاسعار

فروعنا:

شارع النبي 67، هاتف 04-8530330 • شارع مار يوحنا (سوق الواد)، هاتف 04-8510776 • شارع النبي 39 هاتف 04-8512244
ساعات العمل: الاثني - السبت 8:00 وحتى 18:00، الاحد 9:00 وحتى 16:00

*الحملة حتى نفاذ المخزون * الخطأ وارد



2.5 كيلو كباب خروف وعجل

شيكل 99⁹⁹



1 كيلو لحمة عجل صغير

شيكل 64⁹⁹



1 كيلو شيشليك عجل من السلسلة

شيكل 79⁹⁹



2,5 كيلو لحمة عجل للمحن

شيكل 99⁹⁹



3 كيلو شنيستولونيم او شوارما دجاج

شيكل 109⁹⁹



4 كيلو أفاذ دجاج

شيكل 109⁹⁹



1 كيلو قص خروف بالعظم

شيكل 29⁹⁹



1 كيلو شوارما عجل

شيكل 69⁹⁹



3 كيلو شنيستل دجاج نظيف

شيكل 109⁹⁹



3 اكياس قريديس (6 وجبات)

شيكل 89⁹⁹



2 اكياس X 0,5 كيلو بيبي شريمبس او كلماي او مخلوطة

شيكل 39⁹⁹



3 كيلو فيليه سمك

شيكل 89⁹⁹



Bambino

- since 1969 -



تجدون أيضاً في بمينو
أجبان وألبان ماعز



وفد من حيفا والشمال يعود من زيارة حج إلى لورد

لمراسل "حيفا"

اعتادت مكاتب ووكالات السفر تنظيم رحلات الحج إلى المزارات المسيحية المقدسة في أوروبا، مثل: حاضرة القاتيكان (روما)، فاطيمة (البرتغال)، مديغورييه (كراوتيا)، لورد (فرنسا). وقد عادت، في مطلع هذا الأسبوع، مجموعة من الحجاج التي أمضت أسبوعاً في مدينة لورد الفرنسية، برفقة المرشد الروحي الأب سهيل فايز خوري، والمرشد السياحي الزميل الإعلامي نايف خوري.

وتألف هذا الوفد من نحو خمسين شخصاً من حيفا والناصرة وقرى الشمال، وأمضى أربعة أيام في لورد، حيث شارك في الصلوات والطقوس الدينية المختلفة التي تجرى في مزار السيدة العذراء.

ولكن تميزت هذه المرة بإقامة القديس الإلهي في مغارة الظهور ذاتها، مرة عام 1857، وطلبت منها بناء كنيسة، والقيام بالطواف في ساحة الكنيسة لشفاء النفوس والمرضى. ومنذ يزور هذا المقام المقدس نحو 16 مليون حاج كل عام. ويجري الطواف بحضور ألوف المصلين، مرتين كل يوم، الأول للمرضى والمقعدن، والثاني لسائر المؤمنين. ويتم إيقاد الشموع أمام المغارة والاستحمام بالمياه المنبثقة من النبع الذي يتدفق في المغارة، ويحمله المؤمنون لتقديس منازلهم.

وزار الوفد من بعد ذلك مدينة برشلونة لثلاثة أيام إضافية وأطلع على معالمها وأهم مواقعها؛ ككاتدرائية المدينة ومدفن القديسة أوفيليا شفيعة برشلونة، وكنيسة العائلة المقدسة التي صممها المبدع العالمي أنطونيو جاودي، ولم ينجز بناؤها حتى اليوم منذ 1882؛ وبارك جويل وساحة كتالونيا وساحة إسبانيا والتوافير الراقصة وحفلة فنية لفن الفلامنكو، وكذلك دير وكنيسة العذراء السوداء على جبل المنشار («مونتسيرات»).

وأشار الأب سهيل خوري إلى أن زيارات الحج هذه تعزز من مشاعر الإيمان وتوطد العلاقات بين المؤمنين وتثبت علاقاتهم بالكنيسة وتدعوهم للعودة إلى الله ويسوع ومريم.



عيادة أسنان د. نافع حاج يحيى

تقدم في العيادة العلاجات التالية:

* علاج تقويم الأسنان
(بمكعبات شفافة، وأجهزة غير مرئية)

* تبييض أسنان
(في جلسة واحدة خلال ساعة)

* علاج صحي وقائي
(تقوم به مختصة شندون)

* علاج محافظ (حشوات جمالية،
علاجات جذر)

* علاج ترميمي (جسور خزف
(حرسينا) و"زيركون"، طقوم
جزئية وكاملة)

* علاج جراحي (قلع، زرع)

الفحص والاستشارة مجاني

Dr. Haj Yahya Nafi
طبيب أسنان - Dentist

د. نافع حاج يحيى - طبيب أسنان D.M.D.
لتحديد موعد: محمول: 050-7264599 تليفاكس: 077-2103373
حيفا، شارع "إحاد هعام" 13 (خلف "همشبير لتسرخان") الطبقة الأرضية
e_mail: dr-n@smile.net.il | www.dr-nafi.co.il

إبر و دبابيس عربي.. يهودي.. و..

(بالعامية.. والمشرح)

●● لما بيعتدي عربي على يهودي بتكون
الجريمة وطنية..

●● لما بيعتدي يهودي على عربي بسمولنا آياه
بطولة وطنية..

●● مسموح يعني لزيارة المجتمع إتو يقتل عن
جنب وطرف، ويعملوه مجنون؟

●● يعني أحسن إنو العرب يصيروا كلهم
مجانين ويقتلوا عن جنب وطرف؟

●● كيف ممكن نتهم اللي دافعوا عن الناس
وحموهم من القتل، ونعتبرهن مجرمين؟

●● وشو بعملوا مع اللي يعتدوا على الأماكن
المقدسة، المسيحية والإسلامية؟

●● كيف حالك؟ - كما يسرك إن كنت صديقاً.
وكما يسؤك إن كنت عدواً.

●● إلى جميع الفقراء في العالم: إذا لم تجدوا
رغيفاً لتأكلوه فكلوا نصف رغيف فقط.

●● لم ينجح سلاح الجو الإسرائيلي المدجج
والمحكم أن يمنع موجات الحر من اجتياح
إسرائيل.
(أبو الياس)

يا الله..
ما ازكاه!!!

UnderGround

فن القهوة... قهوة نخلة للأصلية

بالأساس الحمراء

القهوة مدرسة.. يتحكى قصة ناس



«عبق الذكريات في حيفا»

روضة غنايم



ثم عرجنا إلى سوق «الشوام الكبير» (مباني الحكومة اليوم)؛ الذي اكتظ بدكاكين امتلكت معظمها الجالية السورية، ومن هنا اتخذ اسمه. سرنا بين الحوانيت الحافلة بالعطارة والبقالة والأقمشة الشامية والحلويات، والمكتظ بالباعية والمشترين والروائح العطرة التي تفوح منها. وأصوات الحمالين والمنادين على بضائعهم ترافقنا، وموسيقى كؤوس التمر هندي وشراب السوس. مررنا بجانب حلويات الصفدي الشهيرة حيث تناولنا قطعة من الحلوى.

تتذكر قرمان كيف كانت ترافق والدتها كلما حالفها الحظ. تقول: «كنت أسير معها مبهورة مكتفية بمتعة المشاهدة، لم تكن أسواق الألعاب تغزو عالم الأطفال كما هي عليه اليوم، فكنت أجمع قصاصات من الأقمشة الملونة من بقعة فضلات الخياطة فأكسو بها عودين متصلبين، وأجعل منها دميمة أتفنن في تكوينها وتزيينها وألعب بها مع أترابي، بالإضافة لألعاب أخرى كنا نلها بها كالغميضة والقفز على الحبل والإكس».

ثم عرجنا إلى حديقة البلدية لمشاهدة المدفع.. تتذكر إطلاق مدفع الإفطار في رمضان الذي نصب في برج حيفا (نقل المدفع إلى متنزه بانوراما في مركز الكرمل اليوم). والمسحراتي الذي كان يطوف بين البيوت ويطلب على صفيحة فارغة أو طبلية لإيقاظ الناس، صائحاً: «يا نايم وحّد الله...». وتتذكر أيام العيد وصندوق العجب الذي كان بمثابة سينما متنقلة.

ذكريات مميزة

قالت قرمان: «أذكر الكسوة الشريفة للكعبة التي كانت تمر من حيفا في القطار، قادمة من الشام إلى بلاد الحجاز، وهو طقس سنوي. كان يتوقف القطار في حيفا وتحمل الكسوة الموشاة بالتطريز الشرقي الجميل على هودج الجمل، ويطوفون بها في شارع السوق الرئيسي. كان يحدث ذلك مرة في السنة، وبالنسبة لنا هذا الاحتفال كيوم عيد.. كان خالي جمال بدران في طفولته ينتظر مرورها كل سنة. يشغف ليتمتعن تطريزها من أجل التعلم منه، وكان ينقله بعد ذلك. وأصبح فيما بعد فنّاناً ومبدعاً في الزخرفة الشرقية والخط الكوفي، تخرج من كلية الفنون التطبيقية في القاهرة».

محطة الزواج والتعليم

في عام 1936 أعلن العرب الإضراب الشهير لستة أشهر، وكانت قرمان ما تزال في المرحلة الابتدائية. حيث اشتعلت الثورة بين العاملين 1937 و1938، احتجاجاً على «وعد بلفور» بتحقيق وطن قومي لليهود في فلسطين. وانتقلت مع والدتها وإخوتها إلى بيروت، لكن والدها بقي في حيفا لرعاية مصالحه التجارية. تعلمت سنة في بيروت في مدرسة (الآنسة أمينة المقدسي)، ثم قررت العائلة العودة إلى حيفا. وكان يصعب العودة لأن البيت ملاصق للحي اليهودي، وشهد توتراً شديداً بين العرب واليهود. لذلك استأجرت العائلة بيتاً في حي الألمانية، وهناك درست سنة واحدة في مدرسة (راهبات الكرمليت). وتلقت مبادئ اللغة الإيطالية.

وفي تلك الفترة ازداد الوضع سوءاً مما اضطرها للذهاب إلى مدارس غزة، وهناك عملت خالتها مديرة مدرسة البنات، وكان خالها أستاذاً، فتعلمت سنة في غزة وحظيت بمدرسة للغة العربية، المعلمة الراحلة عصام الحسيني. وتتذكر قرمان وتقول: «كان جو المدرسة وطنياً، فكنا ننتظم كل صباح لنشيد الأناشيد الوطنية، مما عزز روح القومية العربية في نفسي، فتأججت روجي بحب الوطن واللغة العربية والشعر الأصيل. وتكلم حديثها: «أتذكر أول بيت شعر كتبتة كان لمدرسة اللغة العربية عند انتهاء السنة الدراسية وعودتي إلى حيفا.. (وعصام وحّي قلبي أن عيني لن تراه). أكملت تعليمها الثانوي في مدرسة راهبات الناصرة في حيفا. وتقول قرمان: «كان لهذا التنقل بين جميع هذه المدارس ميزة اقتطاف ثمرة حضارات وأساليب مختلفة، فقويت لغتي العربية في غزة، والإنجليزية في بيروت، والفرنسية في راهبات الناصرة».

في سن السادسة عشر تزوجت من درويش قرمان (ابن عمها طاهر)،

بأخذني الحنين إليها، أتسّم هواء كرمها مُشبّعاً بأريج الصنوبر وعبق التراب، وقد ارتوى بمطر تشرين بعد ظمأ صيف طويل. أرق الأشجار وقد اغتسلت وقابلت أغصانها، تسبّح مهللة لموسم جديد، يكتنفها غمام ضباب يحنو عليها، ويحجب عنها أشعة شمس تحاول جاهدة إرسال حرارتها في وداع أخير، انحدر مع سفحها نحو الشاطئ. يحيط بها في عناق سرمدتي، أمواجه تتلاطم متراقصة بين غزو وارتداد،

تداعب الرمال، تجرفها ثم تعيدها وقد برد لظها، وتطيرت رذاذاً ناعماً مع الأمواج العابثة، تلتف الجوّ وتبعث فيه ألحانها الهادئة، متواصلة تتغلغل في الفضاء، تخدر الأعصاب وتغسل عن الرّوح متاعب الحياة. حيفا منذ طفولتي وأنا ألهو على منحدر حينا، بين جبلها والشاطئ البعيد، ثنائي، انغمست صورته في أعماق روحي، فبت لا أطيع الحواجز والجدران، أختنق بها فأنتلق في الفلاة، أستنشق الحرّة والفضاء. يتجذر المكان في أعماقنا وينمو معنا، يلازمنا حيثما انطلقنا، تنعكس صورته في الرّوى التي تحيط بنا ونراه في أقصى المعمورة! (سعاد قرمان - «حصاد العمر»).

في بداية هذا الأسبوع قمت بزيارة للشاعرة والكاتبة الفلسطينية سعاد قرمان في بيتها الريفي الفلسطيني الوداع والواقع في (مزرعة/عزبة قرمان) في إبطن - شرق حيفا، تحيطه حديقة جميلة مليئة بالورود والشجيرات المثمرة. استقبلتني بدفء ومحبة، امرأة أنيقة المظهر، مثقفة جداً، تملك حسناً وطنياً عالياً. تحفظ التاريخ والأحداث بأدق التفاصيل، إنها موسوعة تاريخية.

وُلدت عام 1927 في مدينة حيفا (عروس البحر)؛ والدها عبد الرؤوف قرمان، أحد وجهاء حيفا. كان يعتبر من أكبر التجار في فلسطين، توفي عام 1975. بيتها عريق، تملأ الذكريات من إيقونات ولوحات فنية مختارة بدقة، صور للعائلة ومكتبة كبيرة مليئة بالكتب، شعرت وأنا في حضرة قرمان والبيت كأنني أشاهد أحداث فيلم سينمائي من الزمن الجميل، ممتع ومفيد. وما أثار إعجابي أنها تتحدث لغة عربية صافية ورفيعة جداً.

محطات في حياة قرمان

أخذتني معها في جولة شائقة ومثيرة لأيام طفولتها وصباها في مدينة حيفا في سنوات الثلاثين. سرنا في أزقة المدينة وأحيائها القديمة، زرنا بيت العائلة الذي شيّد عام 1925 في شارع خالد بن الوليد («ياحيثيئيل اليوم»). ويقع في الحد الفاصل بين الأحياء العربية والد«هدار»، في منطقة اليهود. ثم عرجنا على المدرسة الابتدائية التي درست فيها. اعتصر الألم قلبها حين رأت منظرها الجديد! هدمت وتحولت إلى أكوام من الحجارة والحديد والرّدم. تنهدت وقالت بغصّة وبصوت مجروح: «مدرسة جميلة مثل هذه، بنيت بفنّ العمارة الأنيق، فكيف يهدمونها؟ بدلا من أن ترميها البلدية وتستثمرها لأي مشروع ثقافي أو فني».

ثم تجولنا بين مباني الجيران التجارية؛ عائلة «سراقبة» من سورية وعائلة «الخوري» من لبنان، وعائلة «أبو زيد» من يافا وعائلة «حنيبي». حدثني عن كيفية النزاور بين المعارف والأصدقاء؛ حيث كانت هناك طقوس خاصة لذلك. قالت: «كانت العادة في الماضي أن تقوم كل عائلة بتعيين يوم لاستقبال ضيوفها من الأصدقاء والمعارف مرة في الشهر، وسُمي هذا اليوم «يوم الاستقبال» حيث كانوا يعزفون الموسيقى ويغنون ويحضرون أطيب المأكولات».

ولم تنجب أطفالاً حتى سن العشرين. أكملت تعليمها الأكاديمي إلى أن تخرّجت من كلية «أورانيم» لتأهيل المعلمات، وحصلت على البكالوريوس في تعليم اللغة الإنجليزية. وخلال دراستها أنجبت أبناءها وبناتها: سوسن وسليمي وطاهر ومنى.

محطة العمل والأنشطة الثقافية والإعلامية

عملت كمدرسة للغة الإنجليزية واللغة العربية والدين الإسلامي في المدرسة الابتدائية في قرية إبطن حتى بداية سنة التسعين حين قدّمت استقالتها. تولّت تحرير مجلة «كلمة المرأة»، وعملت على تحرير صفحة المرأة والأسرة في جريدة «اليوم»؛ وقدّمت عدّة برامج تلفزيونية وإذاعية. انتُخبت عام 1998 رئيسة للهيئة الإدارية في مسرح «الميدان» لخمس سنوات، وهي من مؤسسي رابطة الكتاب الفلسطينيين عام 1980. ومنذ الستينيات من القرن الماضي حتى اليوم ناشطة في النشاطات الأدبية والنسائية والاجتماعية.

مؤلفاتها

أصدرت ديوانين من الشعر، ديوان «حنين الهزار» (1995) وديوان «عريشة الياسمين» (1997)، وكتاب «حصاد العمر» (2008). قامت بترجمة قصة من الأدب الإنجليزي إلى اللغة العربية بعنوان «أحداث نيفاريا»، وكتبت العديد من المقالات. وهي اليوم تعدّ ديوانها الثالث، وتكتب مذكراتها.

وفي ختام الحديث، قالت: «نحن نتعلم في كل لحظة من حياتنا إذا فتحنا عيوننا وقلوبنا ووعينا على كل ما يحيط بنا، وكما يقول الشاعر: إذا فاتني يوم ولم أصطنع يداً ولم أكتسب علماً، فما ذاك من عمري».



ابتداءً من 16.8

تنطلق منظومة المواصلات العامة الجديدة في متروبولين حيفا

السكان الأعزاء،

يسرنا أن نبشركم بأنه بعد سنوات من الأعمال والتحضيرات، تنطلق منظومة المواصلات العامة الجديدة في متروبولين حيفا وفي مركزها المترونييت. ابتداءً من يوم الجمعة الموافق 16.8.13، تبدأ المترونييت بتفعيل تجريبي كامل وتطراً تغييرات وتحسينات إضافية على مسارات السفر في جزء من خطوط الحافلات في المتروبولين، بحيث تعمل بنجاعة أكبر في شبكة المواصلات العامة الجديدة. استفسروا عن الخطوط، المسارات والجداول الزمنية الجديدة قبل خروجكم إلى الطريق.

سفرة موفقة وممتعة!

لمزيد من المعلومات

مندوبو الشرح في محطات الحافلات
وفي مراكز المعلومات



metrobus.gov.il



ابحثوا عنا في الفيسبوك أيضاً "مترونييت"



تقوم بعملية مسح ونحصل على
جميع المعلومات إلى الهاتف الخليوي

مركز كل خط *8787 | bus.gov.il
رسالة نصية قصيرة (SMS) إلى الرقم 8787



مركز معلومات *2800 | www.egged.co.il



مركز معلومات 04-6250777 | www.m-dan.co.il



للحصول على كراسة معلومات باللغة العربية اتصل:
רושמי מידע על קווי המטרופולין החדשים
Для получения информационной брошюры на русском языке наберите:
073-2331444



עندما تعبر الشارع، أشعر به

• تعبر في خط عبور المشاة فقط وبضوء أخضر • ننظر إلى الاتجاهين في كل مقطع عندما تعبر خط عبور المشاة
لمزيد من المعلومات: rsa.gov.il



التغييرات الرئيسية في خطوط الحافلات

حيفا

تغييرات في خطوط الحافلات



شاطئ دادو، حيفا - مركزية همفرايس



قطار بات غاليم - ميناء هيكشون
الخط يستبدل الخط 2 الملغى، في مقطع شارع
هغيفن - ميناء هيكشون



كريات هتخنيون - قطار بات غاليم
الخط يصل حتى قطار بات غاليم ويمر عن طريق
عين هيام



قطار بات غاليم - مركز الكرمل -
الجامعة
الخط يصل حتى بات غاليم ويمر عن طريق عين هيام



كريات شبرينتسك - مركزية حوف
هكرمل
الخط لن يدخل إلى بات غاليم، من كريات إلبيزر
يوصل الخط إلى جادة ههغناه، عين هيام وكريات
شبرينتسك

تغييرات في الجداول الزمنية



مجمع الدوائر الحكومية - قطار هوائي
بات غاليم



قطار بات غاليم - غراند كانيون



قطار هوائي بات غاليم - كريات
هتخنيون



الهدار - نافيه يوسف -
الهدار



مجمع الدوائر الحكومية - جسر
هغيبوريم



مجمع الدوائر الحكومية - غراند كانيون



مركزية حوف هكرمل - جامعة حيفا -
مركزية همفرايس



مركزية حوف هكرمل - كريات
شبرينتسك - مركزية همفرايس



مركزية حوف هكرمل - راموت يتسحاك،
نيسر



طيرات هكرمل - جسر هغيبوريم



مركزية حوف هكرمل - الجامعة

خطوط ملغاة



ملغى



ملغى



ملغى



ملغى



ملغى



ملغى

نيسر

تغييرات في الجداول الزمنية



مركزية حوف هكرمل - راموت يتسحاك،
نيسر



المركز الرياضي، نيسر - غفعات نيسر -
راموت يتسحاك، غراند كانيون



المركز الرياضي، نيسر - بن دور، غراند
كانيون



في متروبولين حيفا ابتداءً من تاريخ 16.8

الكريوت

تغييرات في خطوط الحافلات

15 جديد حوتسوت همفرايس - غفعات هرشفوت، كريات بياليك	13 تغيير في الخط مركزية الكريوت - شاطيء يميت، شاطيء كريات يام تغيير المسار في كريات حايميم الشرقية، إضافة لذلك، الخط يدخل إلى تسور شالوم، كريات بياليك	12 تغيير في الخط مركزية الكريوت - مركزية الكريوت (خط دائري) الخط يبدأ وينتهي في مركزية الكريوت في اتجاهي السفر	11 تغيير في الخط مركزية الكريوت - مركزية الكريوت (خط دائري) الخط يبدأ وينتهي في مركزية الكريوت ويمر عن طريق سفيوني يام، كريات يام في اتجاهي السفر
23 تغيير في الخط مركزية الكريوت - هراف مينتس، كريات آتا	22 تغيير في الخط مركزية الكريوت - هراف مينتس، كريات آتا	18 18 جديد مفترق كريات آتا - مفترق كريات آتا (خط دائري) الخط 18 يعمل في ساعات معينة ويخدم مركز إعادة التأهيل "مغذال أور"	

تغييرات في الجداول الزمنية

210 غفعات هرشفوت، كريات بياليك - غفعات طال، كريات آتا	26 شاطيء كريات حايميم - حي تل حاي، كريات آتا	25 غفعات طال، كريات آتا - عبادة زفولون/ الكريوت، كريات بياليك	24 منطقة صناعية كريات بياليك/عبادة زفولون - غفعات طال، كريات آتا	21 حوتسوت همفرايس - كريات بنيامين، كريات آتا
--	---	--	---	---

خطوط ملغاة

57 57 طافى	56 طافى	55 طافى	54 طافى	52 52 طافى	51 51 طافى
63 63 طافى	62 62 طافى	61 61 طافى	59 59 طافى	58 58 طافى	

طائرات هكرمل

تغييرات في الجداول الزمنية

111 طيرات هكرمل - جسر هغيبوريم	49 طيرات هكرمل - مركزية حوف هكرمل	47 طيرات هكرمل - مركزية حوف هكرمل	45 طيرات هكرمل - مركزية حوف هكرمل
--	---	---	---

يسرنا التعرف - خطوط المترونييت

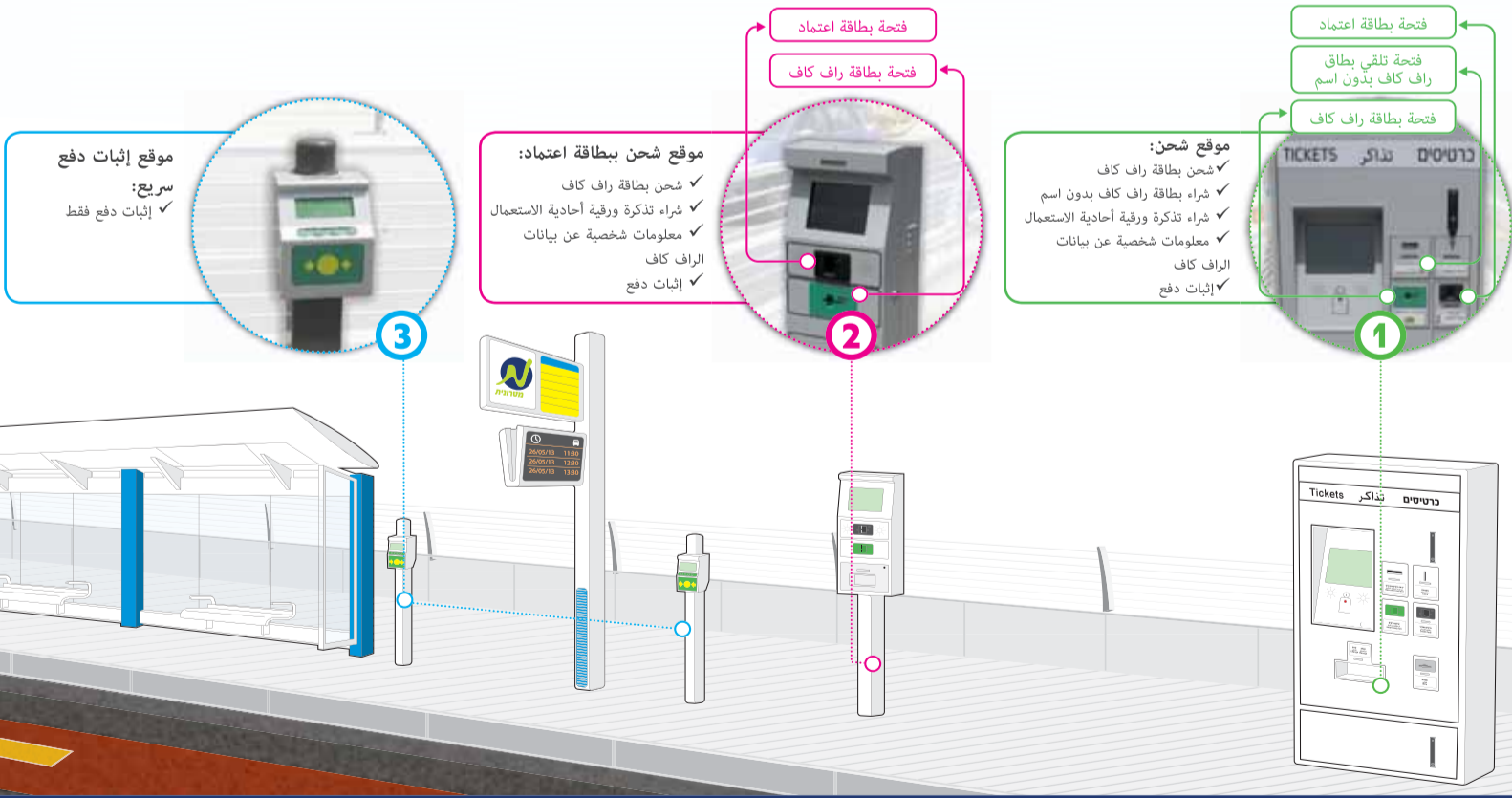


يسرنا التعرف - محطة المترونييت

90 دقيقة انتقال حر
 بين الحافلة والمترونييت ايضاً 90 دقيقة انتقال حر بواسطة بطاقة راف كاف أو تذكرة ورقية أحادية الاستعمال.

نسافر في المترونييت - نفعّل البطاقة على الرصيف
 احرصوا على إثبات دفع بطاقة الراف كاف التي بحوزتكم، على الرصيف، قبل دخولكم إلى المترونييت (لا يمكن إثبات الدفع داخل المترونييت).

إثبات الدفع إلزامي في كل سفرة
 إثبات الدفع - تمرير بطاقة الراف كاف في جهاز إثبات الدفع قبل كل سفرة بما في ذلك سفرات انتقالية، سفرات مكملة وسفرات بواسطة بطاقة شهري حر (حوفشي حودشي).





مناسبات **حيفا**

النجم الحيفاوي زهير فرنسيس يفتح «بوتيك» أزياء خاص به

وائل عوض

بحضور عدد كبير من الأهل والأصدقاء والمعارف، ومحبي النجم الحيفاوي المطرب زهير فرنسيس، تم مساء الاثنين الأخير، افتتاح «بوتيك» أزياء خاص بالفنان زهير فرنسيس، يحمل اسم «Zuhair Francis fashion» ضمن أجواء احتفالية مميزة، مهيبية، في شارع يافا 44 في البلدة التحتا. حيث عرضت خلال الافتتاح أفخر وأحدث الملابس النسائية والرجالية الخاصة، لأكبر وأشهر المصممين العالميين والماركات العالمية. وقد وعد فرنسيس الحضور، عن وصول مجموعة إضافية من الأزياء، بتصاميم خيالية خاصة، في الأيام القليلة القادمة.

وجدير بالذكر أنه، وخلال تجوالنا في «بوتيك»، لفت انتباهنا تصميم الديكور الحديث والمميز، والذي نال استحسان الحضور، بالإضافة إلى تشكيلة الملابس الجميلة التي عرضت خلال الافتتاح، والتي تم اختيارها شخصياً من قبل الفنان فرنسيس.



فقط في بمينو
الخروف البلدي هو الملك

1 كيلو
فخذة خروف
بالعظم

شيكيل 59⁹⁹





رأي للنقاش

المغني وبائع البطيخ

نايف خوري
أخو زرياب

يحتل المغنون والفرق الغنائية مكانة لا بأس بها، لا بل مرموقة في بلادنا، وخاصة في موسم الأفراح والأعراس؛ فمتهافت الجمهور عليهم من كل حذب وصوب وللحجز المسبق لمواسم الأعراس القادمة. ويهتم كل صاحب احتفال بأن يحجز لحفلته أفضل مطرب - إذا صح التعبير - وأفضل فرقة غنائية، فيسأوم الفرقة حول السعر الذي يطلبه هذا المغني أو ذلك، ثم يحدد موعد الحفلة المرتقبة، والتي لا بد أن تكون أفضل وأحسن الحفلات الغنائية، وأهم السهرات في هذا الموسم أو المواسم كلها، بحيث يصبح عرساً لا ينسى. ويطلق المطرب وعوده بتقديم أفضل الأغاني وأحلاها، ولن يدع الجمهور جالساً، بل سيجعل الكراسي والطاولات تتراقص طرباً.

وتجري الترتيبات على ما يرام، بحيث يتم تعيين موعد الإكليل أو سهرة العريس أو العروس (الصحيح كلاهما عروس) بموجب اليوم الفارغ الذي تبقى في أجندة المطرب ولم يحجزه أحد حتى الآن. ويحين الموعد المشهود ويبلغ الوقت تلك الليلة التي سيذكرها العرب والعجم، وستنطلق فيها أجمل الألحان وأعذبها، وسيقف زرياب حائراً أمام عظمة هذه الموسيقى وذاك المطرب..

هالوو.. أه..

ويزدحل قاعة الاحتفال فنجد الطاولات والمقاعد والموائد عامرة بما لذ وطاب، وما صنعته أيدي أمهر الطهاة، وقدمه أفضل الندلة. ولكننا نسمع التقني الذي يضبط الصوت للسماعات العظيمة الشأن والكبيرة الحجم التي ستصم الآذان وتخرس الألسن، وهو يقول «هالوو.. هالوو.. أه.. أه.. أي.. أي..»، وتضفي أكثر من نصف ساعة على الهالو والآه.. والموسيقيون يجهزون آلاتهم الوترية والإيقاعية أو التخبيطية حتى يضمّنوا أن الموسيقى لن يعلوها أي صوت ولا حتى صوت المغني، وكأننا سندخل في معركة حامية الوطيس، وينبغي أن يبعث فينا المطرب الحماس، ويلهب أكفنا بالتصفيق ويجعلنا ننقض على العدو الذي يكمن لنا وراء سور المدينة.. بالرغم من أننا قد نكون أنصاف سكارى أو متخدرين. وأذكر أنني طلبت ذات مرة من أحد التقنيين، والذي يسمي نفسه مدير الفرقة - أن يخفف من حدة الصوت الذي يجزه، فأجابني بأن أجهزته عالية الصوت بطبيعتها، ولا يستطيع تخفيفها أكثر!! وفي مناسبة غيرها ادعى مدير الفرقة أخرى أنه إذا خفف صوت السماعات فإن صوت الطبول سيعلو على صوت الكمان والعود وغيرها من الأدوات الموسيقية.. فقلت له: لماذا أنت بحاجة إلى الطبول ولا تكنتفي بالطبلة والرق للإيقاع؟ ألا تكفيك طبلة أو طبلتان؟ فضحك واعتقد أنني أمازحه، فكظمت غيظي وجلست وأنا أضغ أصبعي في أذني لأجيب الصوت عنها، وأخذت أصرخ كلما أردت التحدث إلى زوجتي وهي بجانبني، أو ألقى التحية على أحد يجلس أمامي.

يظنون أنفسهم مطربين!

هذا الوضع هو مقدمة للوصول إلى غايتنا والحديث عن الأغاني التي

نستمع إليها في الأعراس والمناسبات. فالأغاني هي هي.. طبق الأصل لا تغيير ولا تبديل، كلها معروف من قديم أو حديث.. فلا فرق بين هذه السهرة أو تلك، بين هذا المغني أو ذاك.. النوعية هي ذاتها، ولا تختلف عنها سوى بحدة الصوت ومدى الطرش الذي يصيبنا. وكأننا نستمع إلى الأسطوانات والأقراص التي أعدها المطربون أصحاب تلك الأغاني. وها هم مطربونا يقلدونهم أصدق تقليد، ولكن بشيء من النشاز في الصوت، والصراخ في اللحن، والابتعاد عن السلم الموسيقي. وإذا استمعنا إلى المغنين في تلك الحفلات والأعراس، وعددهم لا بأس به، تخيلنا أمامنا مغنين ذوي ثقافة موسيقية، أو غنائية، أو صوتية رفيعة.. ولكن تنقصهم معلومة واحدة بسيطة وهي معلومة الغناء.. وكيف تعرف من هو المطرب ومن هو المغني؟ أن تستمع إليه في تصريحات فنية أو سياسية أو اقتصادية وكأنه ملهم بكل جوانب الفنون، وعارف ببواطن الموسيقى والفن، ويكون قد اتفق مع البرامج التي تبثها بعض الفضائيات التي تهدف إلى القيل والقال (اللقطة) فيطلق تصريحاته دون رادع أو وازع. وهنا لا أتحدث عنهم جميعاً، بل عمن يظنون أنفسهم مطربين.. وكثيراً ما سمعت في الأعراس أن المطرب يبدأ أغنية ويخطئ في كلماتها، بحيث لم يجتهد المطرب نفسه لكي يفتح «الإنترنت» ويتعرف على كلمات الأغنية كلها، بل يحصر نفسه بالمقدمة أو الافتتاحية، ثم يدندن على مزاجه الردة التي يحبها الجمهور، ويطلق من كل واد أغنية، ويخلطها مع أغنية في مقامها أو وزنها والمهم هو أن يرى جمهور الراقصين والرقصات يهتزون أمامه ويهزون أردافهم أو صدورهم، ويتمايلون مينة ويسرة.. وتخيّلوا إذا حاول أن يغني قصيدة شعرية لأحد فحول الشعر؟ فلا بد أن يحفظها، ولكن كيف؟ لأن اهتمامه ينصب نحو الغناء وليس الشعر، فكيف سيحفظ الفتحة والكسرة والضمة؟ لذا لا حاجة لحفظ الشعر..

كيف يقبل؟

أرشدوني من فضلكم إلى ذلك المطرب البليغ الذي لا يصرخ على المسرح، والذي إذا أسمعنا صوته لا يبدأ بالصراخ والزعيق والتعيق.. ولا يكون صوته بطبقة عالية حتى يكاد يبيع صوته، ويشد على زلاعيه ويصدر أصواتاً لا علاقة لها بالغناء لا من قريب ولا من بعيد.. ويبدأ ينتهر الجمهور ويحثه على التصفيق، والرقص والثورة الشعبية.. ونراه يفتح شديقه ويؤثر بحركاته كأنه يستغيث من غرق أو يستعين برب الفلق.. فهل يكون تشجيع الجمهور على الرقص بالصراخ عليهم؟ أم أنه يطربهم ويجعلهم يتمايلون ويتراقصون طرباً؟ قولوا بحقكم كيف يقبل الجمهور على نفسه ذلك؟ وكيف يرضى أن ينتهره هذا المغني الذي لا يعرف كوعه من بوعه..

بطبخ

إن أصوات بعض المغنين يناسب للغناء في الحانات أو البارات، وبعض الأصوات يناسب للغناء في الحمام، وبعضها لا يصلح إلا للمناداة كالناتور قديماً، وبعضها لا يصلح إلا للمناداة لبيع البطيخ طالما نحن في فصل الصيف.

رحم الله مهيار الديلمي الذي غنى قصيدته:

قل للمليحة في الخمار الأسود ماذا فعلت بناسك متعبداً
لكي ينفق بضاعة الفتاة، ابنة صديقه التي طلبت منه أن يقول فيها
ما يناسب، لكي تباع براقعها أو خمورها التي كسدت؛ ولكن ما
أن رفع مهيار عقيرته بالغناء حتى أقبلت عليه نساء وفتيات
كثيرات، وباعت الفتاة خمورها.

توضيح لا بد منه

إذا كنت قد وصفت بعض المغنين بأنهم لا يصلحون حتى للمناداة لبيع البطيخ أو الحس والخيار، أو السمك. وربما تسببت بغضب أحدهم وملامته، ولذا لا بد من الإشارة إلى أن جميع المغنين أصدقائي، يعرفونني وأعرفهم، أحبهم وأشجعهم بصورة دائمة، ولكنني لم أذكر رأيي فيهم شخصياً، إلا لعدد قليل منهم، وكتبت عنهم المقالات وأجريت معهم المقابلات الإذاعية والصحفية المختلفة، فاحترامي ومحبتني هي للجميع. وكثيراً ما كنت ألفت نظر هذا المغني أو تلك المغنية، وأشير إلى صوتها بعبارات التوجيه والتقييم والتقد البناء. وكل من استمع إلى رأيي وانتبه إلى حاله، اعتدل وقوم سبيله ونهج أغانيه، وكنت صريحاً بغاية الصراحة والوضوح، أن صوت هذا جميل وصوت تلك عذب أو بحاجة إلى تحسين.

ومن ناحية ثانية فأني لا أشمل جميع المغنين بحديثي هذا، لأن بعضهم يتمتع بموهبة رائعة في الغناء، وبأصوات رخيمة وعاطفة جياشة. لا بل يفوقون من يسمون أنفسهم مطربين في لبنان أو مصر أو السعودية، بل أولئك هم المنادون، والصارخون والمعتمدون على الفنون الهابطة، والمظهر الجذاب أكثر من الصوت الجذاب، وعمليات التجميل التي تشير الغشيان في الوجوه والأجساد، وجميعهم يرغبون بتقليد هيفا وإليسا وغيرهن ممن لا أعرفهن ولا أعيرهن أي انتباه واهتمام لا لشيء، سوى لأنهن لبين طلب مدير أعمالهن وظهرن كعارضات أزياء لا كفنانات. وما نراه اليوم أن الفضائيات هي التي تشجع هذه لجمال وجهها أو لحسن سحتها، وليس لعذوية صوتها، فهي ملائمة للكاميرا وليس لأي شيء آخر قط. إن الفنون لا يكفيها الموهبة بل هي بحاجة إلى العلم والدراسة والتخصص، فهذا يصلحها مع الخبرة والتجربة. والحديث موجه إلى الموسيقيين والعازفين أيضاً، وليس المغنين فقط. وحتى لا يعود ضارب الطبلة ضارباً بل عازفاً، ولا يعود من يدق على الآلات الموسيقية دقاً بل عازفاً، يصبح لدينا عازفون وموسيقيون ومطربون. وهذا اليوم ليس بعيداً، حيث نرى شباننا الفنانين من مطربين وموسيقيين يعتلون منصات عالمية، وتصدح أصواتهم في منافسة شريفة مع كبار الفنانين، ويظهرون على أرقى المسارح، وفي أفخم الصالات. وهؤلاء أقول عنهم وكل جرة أنهم طرقتوا أبواب العالمية فولوجوا.

just vinovino

إرساليات مجاناً

ش 31 04-8553553

بيتسا عائلية + سلطة يونانية بحجم كبير + خبز طابون مثوم 100 ش.ج. فقط!

بيتسا عائلية + "بفاريلا" عائلية 100 ش.ج. فقط!

بيتسا عائلية 75 ش.ج. فقط!

بيتسا عائلية 100 ش.ج. فقط!

WOW

cosmetics

فرع جديد!

كل المجوهرات

بـ 5⁰⁰

فقط!

حلق، أساور، سلاسل، حلق للأنف



* الحملة لا تشمل مجوهرات غولد فيلد وحلق فلورو



زوروا
فرعنا
الجديد في
كريات
العييزر



www.wowcosmetics.co.il | الحملة سارية المفعول حتى نفاذ المخزون | خاضعون لشروط الحملة | فرع جديد شارع تساهل 10، حيفا (كريات العيزر) | 04-6282749 (ماك ستوك سابقاً)

الظهورات المريمية

الأرشمندريت أغابوس أبو سعدى
(رئيس طائفة الرّوم الملكيين الكاثوليك - حيفا)



تكثر في الآونة الأخيرة الأحاديث عن الظهورات المريمية، وبخاصة تلك التي تحدث في مديغورييه (كرواتيا). منهم من يعترف بصحة هذه الظهورات ليعيش حالة روحية تنمي إيمانه وتحذره بالمسيح، ومنهم من لا يجد فيها مبرراً، مرتكراً على أن الكنيسة الكاثوليكية لم تعط بعد قراراً نهائيّاً واضحاً بشأن هذه الظهورات، ومنهم من يدعي أن هذه الظهورات تُقوّ مفهوماً خاطئاً حول «عبادة» مريم إلى جانب عبادة ابنها، يسوع المسيح.

إنّ مئات الملايين من المؤمنين يُصلون يومياً المسيحة الوردية، ويشكلون جماعات صلاة مريمية؛ كما يترددون دوماً إلى المزارات المريمية المنتشرة في العالم، كلورد وفاطيمة ومديغورييه، ناهيك عن أنّ الكثير من الدّعوات الرهبانية والكهنوتية تأتي من هذه الجماعات المريمية. ولقد أعلن يوماً قداسة البابا الطوباوي يوحنا بولس الثاني، قائلاً في تعليقه على حالة مديغورييه: «لو لم أكن حبراً أعظم، لذهبتُ حالاً حاجتاً إلى مديغورييه!».

وفي العام 1984 أعلن الكاردينال جوزيف راتزينجر (البابا الفخري بندكتوس السادس عشر)، رئيس مجمع عقيدة الإيمان في الكنيسة الكاثوليكية آنذاك: «إنّ إحدى علامات الأزمنة، هي أن الظهورات المريمية تتكاثر في كل العالم». من هنا نتبين أنّ موقف الكنيسة الكاثوليكية لا يعارض أبداً زيارات الحج التي يقوم بها المؤمنون من مختلف أنحاء العالم، وبخاصة أنّ هذه الزيارات تأتي بشمار روحية عظيمة، إذ إنّها تقود الإنسان من حالة الخطيئة والظلمة إلى حالة النعمة والتور، فيُصبح إنساناً جديداً على حسب مرضاة الله.

وكم هي جميلة الاختبارات الإيمانية والروحية التي يقوم بها الكثيرون أثناء حجهم إلى المزارات المريمية، إذ يعودون إلى الأوطان مخبرين الجميع خبرة الفرح الداخلي والسعادة القلبية التي نالوها من والدة الإله العذراء الطاهرة.

هل هناك عيب في ارتداد الكثيرين بواسطة مريم؟ هل هذا يُعتبر جرماً يجب أن يُعاقب عليه؟ أم علينا أن نفرح بعودة الإبن الصّال إلى بيته الوالدي من جديد؟ كل حالة

ارتداد تحدث في لورد أو فاطيمة أو مديغورييه أو في أي مكان آخر، تُشكل حالة من الفرح في السماء، في الكنيسة المنتصرة بدم الحمل. كل هذا يُعطينا دليلاً قاطعاً على أنّ للعذراء مريم مكانة مركزية في اللاهوت الكاثوليكي، لأنّ الكنيسة الكاثوليكية (وحثى الأرثوذكسية) تؤمن إيماناً قاطعاً أنّ بفضلها وبفضل موافقتها، صار الكلمة بشراً، أي صار ممكناً دخول كلمة الله في التاريخ الإنساني.

وكل إنسان مدعو لأنّ يُقدّم ذاته لله لكي يدخل في قلب البشر على مثال العذراء مريم. ولكننا بحاجة إلى أن نكون عذاري، أي طاهرين، غير مدنّسين أو متفادين للعقلية الذنوبية. بهذه الطريقة فقط يُمكن التعاون من أجل خلاص العالم على مثال مريم.

أما أنّ مريم تُعيد، فهذا أمر عار عن الصحة، وخاصة أنّ الكنيستين الكاثوليكية والأرثوذكسية، تؤمنان بأن مريم هي الخليفة البشرية الأولى التي نالت الخلاص وتألّفت؛ أي لبست الطبيعة الجديدة التي هي على صورة المسيح. فمريم، ومن خلال ظهوراتها، لا تقول إنّها الشخصية المركزية في تاريخ الخلاص، بل تقودنا دوماً إلى ابنها يسوع المسيح.

مريم، لم ولن تكون - ولن تقبل بأن تكون - بديلاً عن ابنها، لأنّها مُرسلة من قبل ابنها للعالم، تُرجعه بحنوها وعطفها وأمومتها إلى أحضان الله، مساعدة إياه للخروج من حالته المرضية المستعصية، ومُعيدة إياه إلى بنوته المفقودة بالخطيئة.

ما أعظمك يا مريم! ما أحوجنا اليوم إليك أيّتها الأمّ المتول التي لم تعرف زواجاً! إنّك الجميلة بين كل نساء العالم، لأنك تعيشين خبرة الحب الإلهي، وما أحوجنا اليوم إلى عيش مثل هذه الخبرة! لذا، فإنّ مسيرة الحج إلى مديغورييه مستمرة وستستمر، وثمار الظهورات من الرجوع إلى الإيمان، وإلى حضن الكنيسة، وإلى التمسك بالعبادة والصلاة، وإلى تنقية الضمائر وغسل القلوب، وتطهير الرّوح بواسطة الاعتراف والمناولة، لا تُعدّ ولا تُحصى.

مختتماً مقالتي هذه بعبارة شهيرة للبابا الطوباوي يوحنا بولس الثاني، وفيها يُعطي نوعاً من البراءة البابوية لظهورات العذراء في مديغورييه: «لقد أصبحت مديغورييه كرسي اعتراف».



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

وحدة العرب مطلب شرعي وإنساني

بالقليل من العلم، ممّا يؤدي إلى الفوضى في اتخاذ القرار والفتوى؛ الشيء الذي يؤدي إلى التعصّب الأعمى للشخص أو الجماعة، وينع من الانفتاح على الطرف الآخر، وعدم القبول بالحوار مع الآراء المختلفة خلاف الغاية التي بينها الله من خلق الناس. قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَنَا خَلَقْتُكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَجَعَلْتُكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ﴾؛ ويفهم من تنوع خلق البشر أنّه أمر ربّاني غايته انفتاح الناس بعضهم على بعض رغم الاختلاف القائم بينهم ولذلك نرفض أن يؤدي هذا الاختلاف إلى خلاف وخصومة، كما هو حاصل اليوم في مصر وليس أخطر على الأمة العربية من الفرقة التي تشتت الشمل وتفقد الأمة هويتها، وتدّنس مقدّساتها من اعتداء على بيوت العبادة من مساجد وكنائس؛ الأمر الذي يجب أن ينكره كل عاقل وصاحب دين. ولذلك يقول الله ﴿وَلَا تَنَازَعُوا فَتَفْشَلُوا وَتَذْهَبَ رِيحُكُمْ﴾. ومن هنا اجتمع كلمة العرب واقترب بعضهم من بعض، مطلب شرعي وإنساني، فتح الحوار القائم على الاحترام ضرورة من الضروريات. وقد جاء في الاثر «إذا ذلّ العرب ذلّ الإسلام»؛ لنحقق أمة واحدة لا تعرف الفرقة ولا تعرف العداوة ولا البغضاء، بل تكتمل فرحتنا إذا وقف هؤلاء جميعاً مع الاختلاف القائم بينهم، صفّاً واحداً لمواجهة التحديات الكبيرة التي أمامهم، والتي لا يمكن أن تصبّ إلا في كتل الأمة العربية، وهذا العصر لا يعرف إلا التكتل بمنطق المصلحة أو بمنطق الدين؛ وكل هذا يفرض على كلّ مسؤول من هذه الأمة العربية، وعلى كل ذي رأي ووعي أن يسعى إلى الوحدة، وأن تبعد هذه الأمة عن الفرقة. والمتتبع للتاريخ يعلم أنّ الوحدة كانت شعار الأمة ومطلبها الديني، ولكن دائماً كانت الدساتير الخارجية هي التي تفرّق جماعتهم. وخطابنا لكل عاقل ذلك الخطاب الربّاني ﴿وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ إِخْوَانًا وَكُنْتُمْ عَلَى شَفَا حُفْرَةٍ مِنَ النَّارِ فَأَنْقَذَكُمْ مِنْهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ آيَاتِهِ لِعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ﴾؛ ﴿وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ تَفَرَّقُوا وَاخْتَلَفُوا مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَهُمُ الْبَيِّنَاتُ﴾.

فمطلب الساعة تحكيم العقل والدين، وأن تتكوّن جبهة من العقلاء تعمل على تقريب وجهات النّظر والعمل على اجتماع الأطراف المتنازعة على طاولة واحدة، لحلّ هذه الأزمة ولتجتمع كلمة الأمة.

قال تعالى ﴿وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾؛ وأي خير أفضل من حقن الدماء وإفشاء السّلم الأهلي بين الأمة الواحدة.

إنّ المشهد في مصر، كما أراه، وقد يخالفني فيه الكثير من الناس، ينذر بكارثة إنسانية قد تنال الأخضر واليابس، تحت مسمّى الديمقراطية الحديثة في العالم العربي، والتي أثبتت فشلها إذا ما وصل إلى الحكم من ينتمون إلى التيار الإسلامي، الأمر الذي جعل العالم العربي بشكل عام، والشعب المصري بشكل خاص ينقسم إلى ثلاثة أقسام نستطيع ملاحظتها من خلال الأحداث الجارية في مصر، والتي يندى لها جبين الشرفاء. فأما القسم الأول فهو القسم الذي يرفض الشريعة والدين، ويحارب الدين بكل أشكاله، ويطالب بعلمانية الدولة، على غرار علمانية فرنسا.. وأما القسم الثاني فهو قسم متشدّد ويصل تشدّده إلى التعصّب، ولا يقبل بحلول وسطية تجمع كل أطراف المجتمع.. وأما القسم الثالث هو التيار الذي قاده الرئيس مرسي الذي حاول أن يكون وسطاً بين شريحتين من الشعب؛ وقد تكالبت عليه هذه التيارات، وخصوصاً بعد لقائه بمجموعة الفنّانين والفنّانات. فقد اتهم بخيانتته للأمانة التي وكل بها من قبل التيار المتشدّد، وبين هذا التخبّط كانت هناك مجموعة من الذين فشلوا بالوصول إلى الحكم عبر صناديق الاقتراع، يضعون الخطة لإنهاء دور الرئيس مرسي وتياره؛ ولو كان عن طريق انقلاب عسكري ولو كان الثمن أشلاء تترق، ونساء ترمّل وأطفال تتيتم، والغريب في هذه المعادلة. إنّ التيار المتشدّد في مصر تعاون مع خصمهم في إعداد خارطة الطريق، علماً أنّهم لن يتفقوا بينهم، مما سيجعل المشهد أكثر دمويّاً وملخص الواقع تفتّت المجتمع المصري، ومحاولة كل طرف من هذه الأطراف إخضاع الطرف الآخر وفق أجندته الخاصة، والتي من خلالها يحاول كل منهم إلغاء الطرف الآخر، ولا يقبل به شريكاً، ولا يوجد بينهم لغة مشتركة تجمعهم، وهذا الحال لا يقبل به عاقل لأنّ الاختلاف بين الناس شيء فطري وطبيعي، ولا يمكن إنكاره.

قال تعالى ﴿وَلَوْ شَاءَ رَبُّكَ لَجَعَلَ النَّاسَ أُمَّةً وَاحِدَةً وَلَا يَزَالُونَ مُخْتَلِفِينَ إِلَّا مِنْ رَحْمِ رَبِّكَ وَلَذَلِكَ خَلَقَهُمْ﴾. قال ابن كثير: «لا يزال الخلف بين الناس في أديانهم ومعتقداتهم ومللهم ونحلهم ومذاهبهم». ويفهم من الآية القرآنية أنّ الإسلام يقرّ بسنة الاختلاف بين الناس بكل شيء وواقعهم، يشهد التنوع الكبير من الاختلاف في القدرات العقلية والجسمانية، ومدى قدرة البعض في الانتاج وترسيخ السّلم الاجتماعي.

ومنبع هذا الاختلاف الاجتهاد العقلي، وهو أحد أسباب استكشاف التنوع والاختلاف. قال الشاطبي: وقد ثبت عند النظار أنّ النظريات لا يمكن الاتفاق عليها عادة، بالإضافة إلى أنّ بعض النفوس تميل إلى التيسير، وبعضها تميل إلى التشدد مع التراجع في طلب العلم والاكتفاء

KG

כל גיל - כל גיל

בית אופנה לגברים, נשים וילדים

"קרבת המدرسة..
وبلشنا التحضيرات"

وصلتنا تشكيلة
من الألبسة المدرسية
لجميع المدارس

Back to
SCHOOL!



الكرمة

المتنبي

الأخوة

الكرمل

حوار
البلوزة بـ
19.90

الأحمدية

الكلية
الأورثوذكسية

ماریوحنا

حيفا هـ
(اللباس ابيض،
ازرق، بنفسجي)

شارع الخوري 39 - حيفا 04-8522494



بحث مشاريع نسوية بين طرفي الخط الأخضر

(حسب اتّفاقيات أوصلو). وأطلعت الوزيرة ذياب أبونصّار على بعض الإنجازات التي حققتها وزارتها خلال الأعوام الماضية، بالذات من خلال تبني مجلس الوزراء الفلسطيني للعديد من المشاريع التي تهدف إلى تعزيز مكانة المرأة في الحياة العامة، في حين أطلع أبونصّار الوزيرة ذياب على بعض نشاطات المركز الذي يديره، لا سيّما تلك المتعلقة بتمكين المرأة الفلسطينية، سياسيًا واقتصاديًا. وقد اتفق الجانبان على عقد اجتماع موسّع خلال بضعة أسابيع بين بعض مسؤولي الوزارة والمركز من أجل تبادل الأفكار والخبرات حول مشاريع عينية التي قد تشمل قطاعات نسائية مختلفة من طرفي الخط الأخضر.

طراسل «حيفا» - استقبلت ربيحة ذياب، وزيرة شؤون المرأة الفلسطينية، في مكتبها بمدينة رام الله، صباح الأربعاء الأخير، الحيفاوي وديع أبونصّار، (مدير المركز الدولي للاستشارات)، الذي يتخذ من مدينة حيفا مقرًا له، حيث تمّ البحث في سبل التعاون بين الطرفين بتطوير بعض المشاريع النسوية فيما بين طرفي الخط الأخضر، وذلك إثر اهتمام الوزارة بهذا المضمار، والدراسات التي قام بها المركز الدولي للاستشارات في هذا المجال، لا سيّما الدراسة المتسفيضة التي نفذها في العام الماضي، والمتعلقة بإمكانية إشراك نساء فلسطينيات من إسرائيل بمشاريع التي تهدف إلى تمكين المرأة في الصّفة الغربية، وبالذات في المناطق المعرفة كـ«منطقة ج»



ورشات رياضية مجانية في ساحة الحناطير

زومبا - رياضة راقصة حيوية، مستوحاة من الرقص اللاتيني، تطوّرت ودمجت مع عدّة رقصات أخرى، كالغربي والهندي والشرقي ورقصات تقليدية. زومبا كلمة من أصل كولومبي وتعني: تحرك بسرعة واستمتع بوقتك. وهي طريقة للتخلص من ضغوط وأعباء الحياة اليومية، والشعور بالسعادة والمرح بمجرد ممارستها، بالإضافة إلى مساهمتها في تخفيف الوزن والتمتّع بلياقة بدنية ورشاقة. وتجذب هذه الورشات الرياضية المجانية عدد كبير من المشاركين والمشاركات من أطياف وأعمار وشرائح اجتماعية مختلفة؛ وتأتي ضمن فعاليات عديدة ومتنوعة، ثقافية وفنية، تجري في البلدة التّحتا من مدينة حيفا.



طراسل «حيفا» - تحتضن ساحة الحناطير (المعروفة اليوم باسم ميدان «باريس»)، مساء كل أحد ورشات رياضية متنوعة، تشمل الزومبا وال«سبينينج»، اللتان تعتمدان على الرياضة والرقص في إن واحد.

fresco

مطبخ إيطالي



Cibus

طازج... لذيذ... مميّز...

عنواننا الجديد
هصجينيم 53
(بجانب البنك العربي)



3 بيتسا
عائلية

100 ₪

بيتسا
عائلية
+
3 إضافات
تحصل على
كوكا كولا

مجانيًا



2 بيتسا
عائلية

80 ₪

04-8623623

إرساليات مجاناً على طلبية لا تقل عن 35 ₪
(منطقة التوزيع محدودة، مناطق بعيدة مشروطة برسوم إرساليات)
ساعات العمل : 11:00 - 00:00



جمعية "سلمى"
للفنون الإستعراضية

دورات جديدة!

في معهد "سلمى" للفنون الإستعراضية

بإدارة الفنانة فريال خشيبون

رقص، تمثيل، مسرح وفنون دفاعية

الدورات الجديدة في المعهد

- رقص صالوني، 4 سنوات فما فوق
- تمثيل مسرحي، للصغار والكبار، 5 سنوات فما فوق
- رياضة وليونة للصغار، من 5 حتى 8 سنوات
- كراتيه، 6 سنوات فما فوق
- ستبس Steps، من 7 سنوات فما فوق
- رقص غربي إبداعي وتصميم، 9 سنوات فما فوق
- أسس الرقص التعبيري والحركة، 9 سنوات فما فوق
- فلامنكو Flamenco، من 9 سنوات فما فوق
- زومبا Zumba، من 12 سنة فما فوق
- سالسا Salsa، من 12 سنة فما فوق
- يوجا Yoga، من 16 سنة فما فوق
- يوجا أشتانغا Yoga Ashtanga، من 16 سنة فما فوق
- كيك بوكسينغ Kickboxing، من 16 سنة فما فوق
- تشيكونغ Chi Kong، من 16 سنة فما فوق

من جيل
4 سنوات
وما فوق

دورات المعهد القائمة

- باليه كلاسي، 4 سنوات فما فوق
- جاز، سالسا، برازيلي، 5 سنوات فما فوق
- دبكة، رقص شعبي، شرقي وإستعراضي، 7 سنوات فما فوق
- دبكة ورقص شعبي، للأولاد والشباب، 8 سنوات فما فوق
- هيب هوب، 7 سنوات فما فوق
- رقص صالوني (لللكبار - يشمل الأزواج)
- دبكة، رقص شعبي وشرقي، للنساء والسيدات
- رقص حديث (باليه حديث)، 14 سنة فما فوق

ossamadv.com



الاتصال من يوم
الاثنين حتى الجمعة
في ساعات بعد الظهر

معهد "سلمى" للفنون الإستعراضية حيفا، شارع ي.ل. بيرتس 32
للاستفسار والتسجيل: 04-8213130/2 | 054-4605895



غدا السبت.. افتتاح موسم 2013/14 لكرة القدم



مشجعو هيوغيل تل أبيب (الصورة بلطف عن موقع www.sport5.co.il)



مشجعو مكابي حيفا (الصورة بلطف عن موقع www.mako.co.il)

* بيتار القدس - هيوغيل بئر السبع (السبت 20¹⁵) - رمات غان * هيوغيل «رعنانا» - مكابي «بيتاح تكفا» (السبت 19⁰⁰) - نتانيا * بني يهودا - أشدود (السبت 19⁰⁰) - «بلومفيلد»/ يافا.

بساعة، سيلتقي اتحاد أبناء سخنين مع هيوغيل تل أبيب في يافا. أما باقي مباريات الأسبوع الأول، فستجري على النحو التالي:

«عيروني رمات هشارون» فريق هيوغيل حيفا مع مدرّبه الجديد شلومي دورا. أما فريق مكابي حيفا، فسيبدأ الدوري في مباراة بيتية، في استاد «كريات إلبعزر» يوم الأحد (21⁰⁰) أمام «عيروني كريات شمونة»؛ وقبل ذلك

بعد انتهاء العطلة الصيفيّة، والتّحضيرات المكثّفة للموسم الجديد، ستنتقل أولى مباريات هذا العام، غداً السبت، في تمام الساعة 17⁵⁰ في استاد عكا، بين هيوغيل عكا وبطل الدوري مكابي تل أبيب. وفي تمام الساعة السابعة مساءً، سيستضيف

تشابي ألونسو سيغيب عن الملاعب لمدة ثلاثة أشهر!



تعرّض لاعب «ريال مدريد» الإسباني، تشابي ألونسو، أول أمس الأربعاء، لإصابة في مشط القدم اليمنى، خلال تدريب الفريق، وهو الأمر الذي قد يُبعده عن الملاعب لمدة ثلاثة أشهر. من المدير بالذّكر أنّ هذه الإصابة هي نفس الإصابة التي ألمت بالبرازيلي مارسيلو، ما اضطره لإجراء عمليّة جراحية في تشرين الأول/أكتوبر من العام 2012، وغاب على إثرها عن 19 مباراة. وكان اللاعب قد خضع لجراحة للعلاج من انزلاق غضروفي في ميونخ، في السابع من حزيران الماضي؛ وكان من المقرّر أن يغيب شهرين إلا أنه لتسريع عودته تعاقد مع مدرّب شخصي، في أثناء فترة العطلة للحاق بالموسم.

نيمار ينقذ «بارسا» بهدف ثمين في الـ «سوپر كوپا»!



الأول، ولكنّه عاد لأدائه المعتاد خلال الشّوط الثّاني.. بينما تألّق لاعبو «أتلتيكو مدريد» - حاملو الكأس من النّاحية التكتيكية - حيث كان واضحاً أنّ مدرّهم «درس وقرأ» الفريق الكتالوني جيّداً. فقد استطاع فيما أن يرد بقوة على فريقه السّابق (برشلونة)، بعدما استغنى عنه نهاية الموسم الماضي، وأثبت أنّه هداف حقيقيّ، بإحرازه هدفاً جميلاً.. بينما سجّل نيمار «الجوهر البرازيليّة» هدفة الرّسمي الأول مع «بارسا»، واعتمد أوراقه مع الجماهير الكتالونيّة! أمّا ميسي فقد اختفى تماماً، وقد مسك عضلة فخذه اليسرى نهاية الشّوط الأول، واستبدل بسيسك فابريغاس. والآن، ننتظر جميعاً لقاء الإياب، يوم الأربعاء القادم في برشلونة، لتعرف بذلك الحائز على اللّقب الأول في إسبانيا.

أنقذ البديل نيمار فريقه برشلونة من انتقام ديفيد فيا، وقاده للتّعادل مع «أتلتيكو مدريد» (1-1)، في المباراة التي جرت بينهما، على ملعب «فيسنتي كالديرون» في مدريد، في ذهاب كأس الـ «سوپر» الإسباني. وينتظر الفريقان لقاء الإياب، يوم الأربعاء القادم، على ملعب «كامپ نو»، لتحديد حامل الـ «سوپر كوپا» الجديد. لم يظهر «بارسا» بمستواه المعهود في الشّوط



867-10-10
866-30-60

مشلوحים حينم - مينيوم 35
רח' חורי 15 חיפה - ימי פתיחה: ראשון-שבת בין השעות 11:00-24:00

סקאי פיצה

2 משפחתיות + 2 משפחתיות + תוספת
+ זיתים + סלט יווני אישי + לחם שום
3 פיצות רגילות
רק 100 ₪ רק 100 ₪ רק 75 ₪

100%
גיבנה עימך

הזמנת טלפונים גם בכרטיס אשראי ישרכארט ו.כ.א.ל.
התהלה רשאות להפסיק את המכשעים בכל עת ללא הודעה מוקדמת



إنّ التنظيمات والمؤسسات الاجتماعية والسياسية تقوم على أهداف وأسس معينة لتخدم الجماهير، ولا بد لها أن تتسلح بالنقد الذاتي لتحافظ على كيانها. والنقد الذاتي نقدٌ بناء يسعى إلى الكشف عن الإيجابيات والسلبيات، إلى الكشف عن الأخطاء والالتزام بتصحيحها، وإلى التخلص من الأمور التي تعرقل المسار السليم للتنظيم الحزبي أو الجماهيري، ويؤدي هذا النقد إلى تطور الأفراد، وإلى تطور التنظيمات الحزبية والجماهيرية.

لا بد من التمييز بين النقد الذاتي والنقد الهدام أو الهادم؛ والأول واجب يقوم الأخطاء ويحاول إصلاحها، يُبطل الباطل ويحقق الحق؛ أما النقد الهدام فمكروه، يحو الحقيقة ويُسعل الفتنة. والنقد الذاتي يكون نقداً موضوعياً متخصصاً وعلمياً يُقدّم النصائح ويهدف إلى تحسين الأوضاع. أما النقد الهدام فيقوم على دوافع شخصية، لا تمت للعمل السياسي بشيء، وعلى تشويه صورة الآخر دون حجة أو برهان، ويلجأ الناقد فيه إلى التجريح الشخصي، ويحاول أن يكسب الموقف لثبته انتصاره، وقد يلجأ إليه البعض بهدف تدمير مسار أفراد أو تنظيمات حزبية وجماهيرية. وهذا النقد ليس موضوعياً، إذ يقوم على الكذب، فيختلق أشياءً سلبية تخص بعض الأفراد أو التنظيمات أو الهيئات من أجل التخلص منهم بوسيلة ما. والمستفيد الوحيد من هذا النقد هم أولئك الأفراد الذين يقفون وراءه ويمارسونه، أصحاب المصلحة الذاتية، فالمصلحة الذاتية تقتل عملية النقد الذاتي البناء. لا يمكننا ذكر النقد الذاتي دون الالتفات إلى الأحزاب الشيوعية، فالنقد الذاتي من الميزات التي تميّزت بها الأحزاب الشيوعية عن غيرها. كان وسيلة لصيانة الرفاق وكيان الحزب وتطوره، وذلك من خلال تفحص أعمالهم بانتظام، وممارسة النقد الذاتي، الذات الفردية والذات الجماعية. لقد دعت الأحزاب الشيوعية إلى النقد الذاتي، كما حذرت من النقد الهدام، منهم على سبيل المثال لا الحصر، المفكر الصيني الشيوعي ليو شاو شي، الذي عبّر عن النقد الهدام من خلال مصطلح «النقد غير المجدي»، وهذا النقد لا يمكنه تصحيح الأخطاء، إنما يؤدي إلى نزاعات غير مبدئية في الحزب وإلى انشقاقات، وإلى نشوء عناصر تخريبية، هدفها التخريب داخل الحزب، وقد يؤدي إلى تسلل جواسيس إلى صفوفه. (أنظر: ليو شاو شي، كيف تكون شيوعياً جيداً (صدر عام 1954)، 115-116).

وكذا الزعيم الصيني ماو تسي تونغ حذر في مؤلفاته المختارة من النقد الهدام، مُشيراً إلى خطورة الاهتمام بمسائل صغيرة بسيطة، كالعيوب الشخصية والأمور الفرديّة؛ فالانشغال بهذه المسائل تؤدي إلى انشغال الحزب بالأمور التافهة، ويصبح الرفاق مجموعة من المتحدلقين يهتمون بالأمور التافهة وينسون مهمات الحزب الرئيسية. كذلك حذر ماو تسي تونغ من الروح الانتقامية للنقد التي يعود مصدرها إلى وضع اعتبارات شخصية فوق مصلحة الحزب، ولا يكون العدو الهدف بل الرفاق الذين يناضلون في صفوف الحزب نفسه. هذه الروح تنخر كالمس في المنظمة، وتضعف قدرتها النضالية. (أنظر: ماو تسي تونغ، المؤلفات المختارة، ترجمة: فؤاد أيوب (دمشق: دار دمشق للطباعة والنشر، 1965)، 1: 143-144؛ وانظر ماو تسي تونغ عن الاتجاه الفردي في المنظمات الحزبية ومظاهره كالروح الانتقامية والعصبية، المصدر السابق نفسه، 1: 144-146).

أما بالنسبة للناقد فيجب أن يكون محملاً بمفاهيم تمكنه من عملية النقد، لا بد من الوضوح الفكري والنظري وتحديد الأهداف في الممارسة النقدية، إذ لا يقوم النقد على ثوابت تقع خارج النزاهة الفكرية والثقافية، يجب النظر في أخطاء الذات الفردية والذات الجماعية، وعلى الزملاء القدرة على تحمّل الانتقادات،

لأنّ النقد الذاتي هدفه تقوية النظام الحزبي أو المؤسسة السياسية أو الاجتماعية، لا تحطيمه.

يتجلى النقد الذاتي في عدّة مظاهر: النقد الذاتي الفردي الذي يقوم به الأفراد داخل الجهاز التنظيمي الذي ينتمون إليه، فيقوم الجهاز بتقوم ممارسة الأفراد المنتمين إليه ليحافظ على مبادئه التي أقيم عليها. مظهر آخر هو النقد الذاتي الذي يقدمه جهاز تنفيذي، كهيئات تنفيذية حزبية أو جماهيرية، والتي كان لها ممارسة خارج القرارات، والنقد

ضروري حتى لا يكون هناك أي تناقض بين التقرير والممارسة، وإذا كان ذلك فعلى هذا الجهاز الاستقلالية أو الإقالة، وذلك للحفاظ على الوحدة الأيديولوجية والتنظيمية للحزب.

يشكل النقد الذاتي محركاً للتطور، إنه وسيلة جيدة بيد الأحزاب والمؤسسات، إذ يتيح الفرصة لتقويم الأخطاء وتجاوز النقص والتقصير، ولا يكون هذا إلا إذا انتقل النقد من مرحلة التنظير إلى التطبيق.

يرتبط غياب النقد الذاتي بغياب تنظيمات تختلف داخلها المواقف والآراء وتتصارع بشكل إيجابي وتفتح مساحة للأفراد لممارسة النقد الذاتي الفردي والجماعي، إضافة إلى القصور الثقافي بأهمية النقد والنقد الذاتي، وغياب النقد كعنصر ضروري في التنظيم لتقييم سلوك الأفراد والجماعات. إن الأحزاب والمؤسسات السياسية والاجتماعية التي تؤمن بالتعددية الفكرية والآراء المختلفة، وترتك مساحة للنقاش وحلقة تتواجه فيها المواقف والآراء وتحافظ على التواصل، تنظيمات سليمة.

إن غياب النقد يساهم في تدمير تنظيمات سياسية، اجتماعية وثقافية، إذ يؤدي إلى انغلاق ميث كما يُعتبر غياب نقض يدفع مجتمعنا نحو الجمود والكذب والتعلق والانصياع.

النقد الذاتي من الوسائل الضرورية للتنظيمات الاجتماعية والسياسية والحزبية، إذ يحول الفشل أو الهزيمة إلى تجربة وإلى نموذج نستخلص منه العبر؛ النقد الذاتي هو حوار يُشارك فيه الجميع بأرائه ومواقفه ويقوم على الموضوعية وحسن النية مع الابتعاد عن الاتهام والذم والتشهير، وعن النقد من أجل النقد بناءً على دوافع شخصية. إن عملية النقد ليست لعبة كرة قدم لا بد لها من فائز في نهاية الحوار والنقاش، إنها وسيلة للتعبير عن الاختلاف وطرح طرق بديلة من أجل السعي وراء الهدف. يحافظ النقد الذاتي على المجتمع وعلى التنظيمات المختلفة من الضياع والاعتراش والانحراف عن أهدافها، ويثقف الكوادر الفاعلة في الهيئات والمنظمات أيضاً كانت، الاجتماعية، السياسية وغيرها. فهناك علاقة وطيدة بين النقد البناء والتطور الاجتماعي والسياسي، لذا، علينا الرقي بالنقد الذاتي إلى ممارسة علنية تقوم على أسس ثقافية سياسية وفكرية متينة، علينا بالحوار والنقد الذاتي من أجل تعزيز تنظيماتنا السياسية والحزبية، من أجل الحفاظ على مجتمعنا ووطننا، فهو الهدف الأكبر في نهاية الأمر.

إن ما يجري اليوم في الأنظمة السياسية، الاجتماعية وحتى الثقافية ناتج عن غياب النقد الذاتي، ربما لأننا مجتمع يميل إلى المجاملة والنفاق. فيبدو أن بعض الأحزاب والتنظيمات لا ترى حولها، ولا تعي خطورة انحلال المبادئ والقيم والانحراف السياسي، فأصبح حالها حال النعامة التي تخفي رأسها تحت التراب كي لا ترى الخطر الذي حولها.

النقد الذاتي، في أيّامنا، لا يلتفت إليه أحد، يتيم ضائع لم يأخذ بيده أي تنظيم أو حزب وذلك لانتهازيتهم وخوفاً على مصالحهم الذاتية.

إن النقد الذاتي يقيناً من الوقوع في دائرة الجمود الفكري والعملية، النقد الذاتي من أهم الأدوات لصدا الفيروسات التي تسعى إلى هدم الأنظمة السليمة ونشر الفساد. فلما عنه نحن غافلون أو متغافلون؟ (حيفا)

هل نحن بصدد خلق واقع جديد على الساحة الثقافية الإسرائيلية؟

عفيف شليوط



إنّ النجاحات التي يحققها المبدعون العرب في البلاد في المجالين الفني والثقافي، بالإضافة إلى المجالات الأخرى، كالرياضة والطب والمجال الأكاديمي، لفتت أنظار الصحافة العبرية التي أخذت تحلل وتفسر هذه الظاهرة، والتي خلقت واقعاً جديداً في المجتمع الإسرائيلي.

فالإنجاز الذي حققته لنا مخول، على سبيل المثال في برنامج The Voice، هو مصدر فخر واعتزاز للجماهير العربية

في البلاد، وإثبات قاطع لكافة محبي الفن والموسيقى، أننا كشعب عربي في داخل إسرائيل، نتمتع بطاقات هائلة في مجالات الإبداع المتنوعة، من مسرح وموسيقى وأدب وعلوم وأبحاث. فعندما غنّت لنا مخول بالعربية في برنامج إسرائيلي وباللغة العبرية، عندما قدمت أغنية «بذكر بالخريف» لفيروز، فهي قدمت الثقافة العربية للجمهور العبري، فإنها حظيت باعتراف الأخر بثقافتنا وحضارتنا، وهذا مكسب كبير لنا. بل أصبحنا بفضل نجاحها وحصولها على لقب «أجمل صوت» الأفضل، الأجل، وأصبحنا المتفوقين وليس المشاركة الحجولة في خانة

محدودة، خانة العربي، ليقولوا «ها نحن نتيح المجال للعرب»، بل أصبحنا بنجاح لنا كند، ومنافس حقيقي للفن العبري والثقافة العبرية.

وفي العام 1992 منحت إسرائيل «جائزة إسرائيل في الأدب» للكاتب المبدع إميل حبيبي، وهي أرفع جائزة أدبية إسرائيلية. إن منح إميل حبيبي هذه الجائزة، وبغض النظر عن النقاش الذي دار في حينه حول استلام حبيبي لهذه الجائزة، هو بمثابة اعتراف رسمي بالأدب الفلسطيني الذي يُكتب في داخل إسرائيل من الناحية الجغرافية، ومثابة إعلان واضح أنّ الثقافة العربية هي جزء

من الثقافة الإسرائيلية، وتساهم في بلورتها. فهي ثقافة ثنائية اللغة، وأدبها متعدد الثقافات. وفي العام 1989، فازت مسرحية «رأس المملوك جابر» بالجائزة الأولى في مهرجان المسرح الآخر في عكا، وهذا الفوز لم يكن عادياً، إنما كان بإمكان كل من شاهد هذه المسرحية، وقرأ ما كتبه كبار النقاد الإسرائيليين، واستمع لحديث الجمهور في أروقة المهرجان الذين كانوا يتحدثون باعجاب منقطع النظير عن مسرحية «رأس المملوك جابر»، كان يدرك ويشق بأن الجائزة الأولى ستكون من نصيب هذه المسرحية، لأنها تستحق ذلك وليس لأية اعتبارات سياسية أو غير سياسية. فكان يجري الحديث عن مسرحية من نوع آخر، أسلوب جديد يتفاعل وينخرط فيه الممثل مع الجمهور بلا حدود. الألوان المختلفة، الحركة، المرح، الفكاهة، الألقعة، التمثيل الإيمائي، الرقصات، الغناء، الموسيقى.. ماذا لم يكن هناك في هذه المسرحية؟! وفي العام ذاته، وفي مكان آخر، من مدينة عكا إلى مدينة حيفا، احتفل الفنان المتألق سليم ضو بفوز فيلمه «الملجأ» بالجائزة الأولى في مهرجان الأفلام الإسرائيلية، وفوزه بجائزة أفضل ممثل في إسرائيل لعام 1989.

هذان الحدثان في العام ذاته ليسا مجرد صدفة.. فهل النجاحات التي حققها ويحققها فنانونا

وأدباؤنا مجرد حدث عابر؟ أم بداية لعهد جديد، عهد الاعتراف الرسمي من قبل الأوساط الثقافية الإسرائيلية بتفوق المبدعين الفلسطينيين العرب، وتألقهم في المجالات الفنية والثقافية المختلفة، كالمسرح والسينما والموسيقى والغناء والأدب. أقول اعترافاً وليس ابداعاً للفنانين والأدباء العرب، لأننا أبعدنا في الماضي ولا نزال نبدع، ولكن في السابق لم يكن الوسط اليهودي على استعداد للاعتراف بتفوق المسرح العربي، والموسيقى العربية والأدب العربي، لهذا تأخر هذا الاعتراف ولم يتأخر الإبداع.

لقد سبقت هذه النجاحات نجاحات أخرى لفنانين وأدباء ومفكرين ومبدعين عرب في الوسط اليهودي. ففي المجال الثقافي برز الكاتب أنطون شماس، فهو يُعتبر من أبرز الكتاب والمترجمين الإسرائيليين باللغتين العربية والعبرية، واشتهر بشكل خاص بين الأوساط الثقافية العبرية والعالمية، من خلال روايته العبرية المرموقة «عريسكوت»، والتي تُرجمت إلى: الإنجليزية، الإسبانية، الفرنسية، الألمانية والإيطالية.

وفي مجال العلوم، ومن خلال استطلاع واسع أجرته مجلة «ذي - ماركر»، تم اختيار البروفيسور حسام حايك من معهد العلوم التطبيقية (التخنيون)، في قائمة ألع 50 عقلاً في إسرائيل. هذا وقد تمّ تعليق اختيار البروفيسور حايك بسبب أفكاره الثورية اللمعة، وإنجازاته العلمية والطبية الرائدة على الصعيد العالمي، والتي أصبحت تشكل مجال علم في حد ذاته.

وفي مجال الرسم برز الفنان أسد عزّي الذي يُعتبر من أوائل الرسامين والنحاتين الإسرائيليين، والذي تحتل إنتاجاته الفنية صالات المعارض والمتاحف في البلاد وفي الخارج.

وفي مجال السينما برز الممثل محمد بكري من خلال فيلم «وراء القضبان»، والممثل سليم ضو اشتهر من خلال فيلم «أفتنتي بويلو»، والممثلان مكرم خوري ويوسف أبو وردة حيث تألقا في مجال التمثيل المسرحي، ويمكن اعتبارهما من ركنية المسرح الإسرائيلي. ولقد تسنى لي مشاهدة الكثير من الأعمال المسرحية لهذين الممثلين البارعين، أذكر منها مسرحيتي «الجزيرة» و«روزمسولهولم» على خشبة المسرح البلدي في حيفا، فقد أحسست بتفوقهما وأنهما فرضا أنفسهما على المسرح العبري بجدارتهما.

وسأختتم مقالتي هذه بما جاء في مقال للناقد الإسرائيلي المعروف بوعز عفرورن في جريدة «يديعوت أحرونوت» حول مسرحية «رأس المملوك جابر»، التي يمكن من خلالها تلخيص حالتنا الثقافية من قبل ناقد إسرائيلي بارز، حيث يقول: «مسرح عربي الذي غالبية جمهوره ومؤيديه من جمهور اليهود ويتكلمون باللغة العبرية، عليه أن يتأقلم بسرعة مع الوضع الجديد. إنه في مرحلة امتحان - بداية عهد نهضة ثقافية عربية في البلاد، الذي سيحدث علاقات فعالة مع الثقافة العبرية، كجزء من الثقافة الإسرائيلية العامة، ثنائية اللغة، الأمل الأكثر إيجابية الذي نأمل أن يتحقق لحركتنا الثقافية في البلاد».

مفروشات البستان بيركا



من غير اعياد مستمرين
بالتزليات



بدل ~~8000~~
ش.ج 3999

طقم اسيل 1+1+2+3

بدل ~~9000~~
ش.ج 4499

طقم كينج 1+1+2+3



بدل ~~10000~~
ش.ج 4999

زاوية جلد اصلي

بدل ~~26000~~
ش.ج 12999

طقم تركي استقبال 1+1+2+3

بدل ~~8000~~
ش.ج 3999

طقم كلاشير 2+3



سعر
مغريا

طقم موديرن فاخر 1+2+3

بدل ~~12000~~
ش.ج 5999

طقم اشلي 1+2+3

سعر
مغريا

طقم موديل ايطالي 1+2+3



اشترى من هنا
وسافر معنا....

www.albostn.com

عذرا .. الدفع نقدا او بواسطة بطاقة الاعتماد ولا يشمل التوصيل والترتيب

البيع بالجملة والمفرق



اشترى فوق الـ 9999

احصل على تذكرة زوجية

استنبول بلغاريا اليونان



0574685337/ 9 049562353 بيركا المنطقة الصناعية

فقدان الشهية عند الأطفال



إعداد: نانسي نعمة

يُعدُّ فقدان الشهية عند الأطفال أمراً شائعاً، وخاصّةً في المرحلة العمرية 2-6 أعوام. وتساهم الأم، ومن دون قصد، في إيجاد وتعزيز هذه المشكلة، بإظهارها القلق المفرط وشكواها الدائمة. وقد يصبح البيت بجميع من فيه مشغولاً بطعام الطفل وشهيته، محاولين إقناعه وتشجيعه لتناول المزيد من الطعام، وحتى تهديده في بعض الحالات. وقد يلجأ الأهل إلى إعطاء الطفل مختلف أنواع الأدوية والمكملات الغذائية التي تحفز شهيته على الطعام؛ وفي أغلب الأحيان لا يجدي هذا التصرف نفعاً، وقد يتسبب بالتبعية العكسية، ويُقلل من شهية الطفل للطعام، كما تزيد فرصة عناد الطفل رغبة منه بأن يحظى بمزيد من اهتمام الأهل.

قد يكون سبب فقدان الشهية طبيعي وفسولوجي، إذ أنّ السعرات الحرارية التي يحتاجها الطفل بين العام الثاني والسادس من العمر قليلة، مقارنةً بعامة الأول. ويمكن معرفة فيما إذا كان فقدان الشهية عند الأطفال في هذا العمر ذا تأثير سلبي على وضعهم الصحي وتغذيتهم، من خلال مراقبة منحنيات الطول والوزن، نسبة إلى عمر الطفل. كما يمكن أن يكون فقدان الشهية حاداً وموقّفاً وترافقه الالتهابات الفيروسية أو البكتيرية المختلفة، إضافة إلى التهابات وتقرّحات الفم واللسان، وقد يرافق فقدان الشهية فترة التسنن.

غالباً ما يستعيد الطفل شهيته بزوال العامل المسبب، وخاصّة المرضي منه، كالتهابات الفيروسية والبكتيرية التي تصيب الجهاز الهضمي والتنفسي وأمراض الكلى والكبد المزمنة. ومن أهم أسباب فقدان الطفل للشهية هو عدم شعوره بالسعادة أثناء تناول الطعام، وربط الطعام بحادثة غير سعيدة في البيت، وطريقة سلبية في تعامل الأم معه أثناء إطعامه، كإرغامه على تناول أكثر من حاجته، وكيفية تقديم الطعام له، وكراهيته لأصناف الطعام المقدّمة. ولمعالجة فقدان الشهية، أود في البداية التركيز على ضرورة إهمال هذا الموضوع، وترك الحديث فيه مع الطفل، ومراقبته عن بعد، بحيث لا يصبح تناوله للطعام مدار حديث الأسرة وجل اهتمامها. كما يجب الابتعاد عن إجبار الطفل على الطعام أو ترهيبه، واستبدال هذا السلوك

بسؤاله عن اكتفائه بما تناول من الطعام، ومن ثم رفع الطعام من أمام الطفل، وهذا يُعدّ تعاملًا جدياً وصارماً، وعدم السعي بشتى الوسائل والطرق لإرضائه كوسيلة فاعلة في تغيير موقفه تجاه تناول الطعام. ومن ناحية أخرى يُوصى بضرورة مراعاة رغبة الطفل فيما يقدم له من أصناف الطعام، وأن تترك له حرية اختيار الطعام الذي يحبه، وخاصّةً إذا كان مفضلاً، ويمكن أن يسمح للطفل بالمساعدة في تحضير الطعام لتعزيز رغبته في تناوله. وتجدر الإشارة إلى أنّ تقديم أنواع الأطعمة المختلفة للطفل في سن مبكرة قد يساهم بشكل جيد في تقبله للطعام في مراحل عمرية متقدمة، ويُفضل ألا يعطى الطفل الحليب أو غيره من الأطعمة بين الوجبات الرئيسية.

قد يكون لتقديم الطعام بشكل جذاب من حيث الألوان والأشكال والأطباق المستخدمة وطريقة التحضير أثر جيد في زيادة شهية الطفل، فمثلاً إذا كان الطفل لا يحب السبانخ مطبوخاً، يمكن تقديمه على شكل فطائر أو إن كان لا يحب الخضروات يمكن تحضير البيستزا الغنية بالخضروات (كالفلفل الحلو والبندورة والفطر والكوسا)، ويمكن تشكيل وجوه من الخضروات والزيتون والجبن على شريحة «التوست» الأسمر، ويُفضل أن يتناول الطفل طعامه مع الآخرين. يُوصى بضرورة ترغيب الوالدين للطفل بتناول الطعام بطريقة غير مباشرة، كأن يتمّ التحدّث عن مدى لذة الطعام، وعن الطاقة والقيتامينات والمعادن القوية للعضلات، والمحسنّة للبشرة، التي يمدنا بها هذا الصنف.

ويُعدّ التعامل مع موضوع شهية الطفل بهدوء أمراً هاماً، إضافة إلى ضرورة تفهّم رغبات الطفل والتعامل معه، كحالة خاصة تتطلب الجهد والصبر.

(اختصاصية تغذية،
تعمل في مجال التغذية
الصحية والسليمة
والطبّ المكمل)



«تكرير القرض السكني» (2)

مِحْزور المِسْكَنَات

إعداد: جاد ميشيل سليمان

■ راقبوا وافحصوا باستمرار..

كما هو معلوم لدى الجميع أنّ الوضع في السوق العقاري في حالة تغيير مستمر، وهكذا الأمر أيضاً بالنسبة لشروط القروض السكنية، فما هو مُلائم اليوم لن يكون مُلائماً بعد سنة أو سنتين والعكس هو الصحيح أيضاً، لذلك من المهم جداً أن نفحص ونبحث ونسأل كل فترة، وأنتم توافقونني الرأي بأنه حتى نوفر في مصاريف الهواتف النقالة مثلاً نحن نتصل بشركات الهواتف النقالة مرة أو مرتين في السنة على الأقل. لذلك أوصيكم وأنصحكم بأن تقوموا، مرة في السنة أو مرة كل سنتين، بفحص ومقارنة وبحث شروط القرض السكني ومقارنة الشروط، حيث إنني أقولها لكم، وبثقة تامة، إن فحص هكذا كفيل بأن يوفر لكم مبالغ مادية ضخمة!

■ استشارة اختصاصي قروض عقارية مُتمكّن..

القرض السكني هو أهم صفقة في حياتكم؛ وهذا الأمر معروف لدى الجميع اليوم، وفي الفترة الأخيرة هنالك العديد من الاختصاصيين العقاريين المستقلين عن البنوك الذين لهم مصلحة واحدة ووحيدة، وهي: مصلحة الزبون. حيث إنّ هدف ووظيفة الاختصاصي المستقل هو الحصول على أفضل الشروط لكم: توفير أكبر مبلغ ممكن وتوفير الهدوء النفسي لكم، خلال كل فترة القرض السكني. لذلك أوصيكم بشدة استشارة اختصاصي قروض عقارية، وبالأخص عند القيام بعملية تكرير القرض السكني؛ حيث إنه بإمكانه الحصول على شروط أفضل لكم وتوفير العشرات وحتى مئات ألوف الشواقل. الأمر يتعلق بنوعية القرض السكني والمسار وهنالك اختصاصيون يهتمون بتنفيذ عملية التكرير على أتم وجه.

■ التغيير في طريقة تفكيرنا من أجل الحصول على نتائج أفضل..

من الخطأ أن نعتقد بأن القرض السكني عبارة عن إمتياز أو منحة يمنحها لنا البنك، لأنه

«يحق لنا» أو لأنّ البنك «يكافئنا» عند إعطائه لنا القرض السكني («مشكنتنا»).

المشكنتنا وبساطة شديدة هي كأي منتج معروض للبيع ولكن البنك هو الذي يقوم ببيعه وتسويقه لنا، لذلك علينا التفاوض مع البنك بالنسبة لشروط المشكنتنا كتفاوضنا لتحسين شروط أي صفقة أو شراء أي منتج آخر مثل صفقة لشراء سيارة أو بيت أو أي منتج آخر معروض للبيع، وكما أنه عند عقد هذه الصفقات هناك منافسون كثيرون في السوق كذلك في سوق القروض السكنية تتوفر العديد من البنوك التي تتنافس عليكم لتقنعكم بأخذ القروض السكنية التي تعرضها.

بإمكاننا «تكرير المشكنتنا» متى شئنا، وفي كل وقت. وبإمكاننا شراء «المنتج» المسمّى بالمشكنتنا بمبلغ مالي أقل، وبإمكاننا التوفير واختيار القرض السكني الأوفر والأنسب لكم. كم مرة توجهتم لشركات الهواتف المحمولة لتحسين شروط تعاقدكم وللحصول على تخفيض في القسط الشهري بعشرات الشواقل، وفي حال لم تقبل الشركة مطلبكم، تقررون الانتقال لشركة منافسة؟ كذلك الأمر في موضوع القروض السكنية، حيث إنه إذا كانت المشكنتنا الحالية التي أخذتموها من البنك قبل عدة شهور أو حتى قبل عدة سنوات «غالية»، أكثر من منافس آخر للحصول على شروط أفضل أو حتى التوجه مجدداً إلى البنك الذي أخذتم منه المشكنتنا القائمة الحالية لتكرير المشكنتنا، وللحصول على شروط أفضل؟ بهذه الطريقة ستوفر عشرات ألوف الشواقل أو حتى مئات ألوف الشواقل.

لا تخلتقوا لأنفسكم الأعداء لعدم توافر الوقت أو الخبرة، لا تتقاعسوا وتهملوا معالجة المشكنتنا التي هي أحد أهم مصروفاتكم، حيث إنه بإمكانكم التوجه لاختصاصي قروض سكنية وهو يقوم بمعالجة الأمر.

اختصاصي قروض عقارية



BEST CAR

بيع وتأجير سيارات

أحدث
السيارات
بأسعار
خاصة

054-9404455

04-8623988

*دفعات
مريحة وبدون
إستخدام
إطار الرصيد
(مסגרת אשואי)

י.ל. בירתס 2



*الدفع بواسطة الشيكات أو بطاقة الاعتماد.

كلمات متقاطعة

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
										1
										2
										3
										4
										5
										6
										7
										8
										9
										10

إعداد: أشرف عادل عودة (الكبابير/حيفا)

أفقي:

1. شخصية من ألف ليلة ولييلة - يسرق.
2. حرف نصب - نعير.
3. شجر كثيف.
4. قرية جليلية - إحدى مدن تركمنستان.
5. من الحيوانات الفقارية (تعيش في الماء) - مدينة في البلاد (غير معروفة).
6. طليق (معكوسة) - يرمي.
7. ضرب من الحجارة.
8. سياسي جزائري راحل.
9. نراهن - حرف نهى.
10. حرف نصب - فنان يخط بالقلم أو بالريشة.

عمودي:

1. ممثل مصري راحل.
2. ضمير منفصل - سهم - أرض مزروعة.
3. متشابهان - عاصمة عربية.
4. حارس مرمى منتخب إيطاليا (سابقاً) - يجري في العروق.
5. حرف توكيد - أداة استفهام - علل.
6. طريقي - مائة عام.
7. مسرحية لموليير (معكوسة).
8. شمل - بسط - كتاب للإمام الشافعي.
9. رجاء.
10. أغنية لعبد الحليم حافظ - حيوان مفترس.

حل اللغز السابق

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
د	ح	ل	ا	ص	د	ي	ع	س	س	1
ا	ي	ب	ل	ن	ل	ع	ي	ع	ي	2
ر	س	ا	ل	ق	ت	ق	ل	د	د	3
ا	ي	ك	ن	س	ه	ل	م	م	م	4
ل	م	ا	ا	م	ك	ل	م	ك	ك	5
س	د	د	ن	م	ب	ا	ب	ا	ا	6
ل	ج	ا	و	م	ه	ا	و	ا	و	7
ا	س	م	ل	ا	ق	ق	ق	ق	ق	8
م	ا	س	و	ن	ش	ش	ش	ش	ش	9
س	ب	ي	ر	ت	ر	ت	ر	ت	ر	10



العثور على 400 قطعة نقدية يعود تاريخها للفترة البيزنطية

د. كميل ساري (مدير قسم الرقابة، الأبحاث وصيانة الآثار)



1 يحاول الأثريون من سلطة الآثار وجامعة تل أبيب، الإجابة عن السؤال: لماذا ظهر كنز يتألف من 400 قطعة نقدية بيزنطية من الذهب، وأكثر من 200 سراج من الفخار، وخاتم معدني عليه كتابة باللغتين العبرية، وحلي من الذهب داخل حفرة للتفريات من الفترة البيزنطية؟ وتجري سلطة الآثار بالتعاون مع جامعة تل أبيب حفريات أثرية بالقرب من هرتسليا، في المنطقة المعدة لبناء حي سكني جديد، وهي منطقة محدودة ما بين طريق البحر (شارع رقم 1) بالقرب من «أرسوف»، وبين مدينة «هرتسليا». وتقول هذه الحفريات دائرة أراضي إسرائيل.

منطقة الحفريات

عُرفت المنطقة التي تجرى فيها الحفريات الحالية، بأنها كانت في العصور القديمة، منطقة زراعية لمدينة «أرسوف» الأثرية، والواقعة شرقي الموقع الأثري المعروف في أيامنا على شاطئ البحر ضمن الحديقة الوطنية «أرسوف».

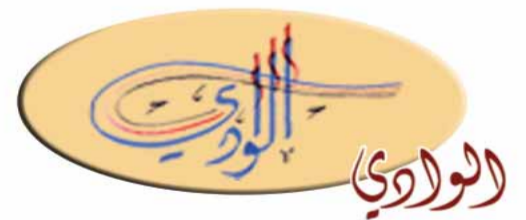
وكشفت الحفريات عن العديد من المكتشفات، من بينها: مواقع لتصنيع المنتجات الزراعية، مثل: معاصر العنب، بقايا معصرة زيتون، وبقايا جدران لأحد المباني التي استعملت للأغراض الزراعية في المنطقة. وفقاً لما يعتقد باحثا الآثار، البروفيسور طال أورن (جامعة تل أبيب) والباحث موشيه عجمي (سلطة الآثار): فإن أكثر ما يشد الانتباه والاهتمام من بين المكتشفات، هي مجموعة من حفر التفريات التابعة للفترة البيزنطية، ضمنها حفرة كبيرة جداً، يزيد قطرها عن 30 متراً، شملت بقايا أدوات من الفخار (أطباق، قوارير، أدوات للطهي، وغيرها)، بقايا أدوات من الزجاج، نفايات من صناعة الزجاج القديمة وعظام كائنات حيّة.

من بين كمية النفايات الكبيرة في هذه الحفرة كانت بعض المكتشفات التي تم رميها في الحفرة خلال الفترة البيزنطية، رغم أنها بحالة ممتازة للإستعمال. على سبيل المثال نجد بين تلك



سودوكو

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



للإدوات الموسيقية وتصليح اعود
بإدارة المطرب بشارة ديب

ووصلتنا تشكيلة جديدة من الأعود
الجديدة صنع:

أمين حدّاد | كميل مويس
علي زيّود | أعود شامية
أعود صغيرة لتعليم الطلاب

لدينا كمنجات بجميع الأحجام
بجودة عالية وبأسعار مغرية!



شارع الوادي 42 E-mail: bs.deeb@gmail.com

052-2692412

Tasty

Grill & Sandwich bar

جديد جديد...!!!

- همبورغر أنتريكوت 250 غرام
- همبورغر شنيتسل



باغيت
دجاج (فراغيت)
+ شنيتسل، كباب
+ مخلط (معاود)
شوارما، نقانق حارة
فقط بـ

25.00

باغيت
+ "شيبس"
+ مشروب بارد
فقط بـ

35.00

04-85-111-35

ساعات الدوام: مفتوح جميع أيام الأسبوع من الساعة 10.00 صباحاً حتى 2.00 فجراً

المنبي 34، حيفا | إمكانية للإرساليات حتى للبيت للمكتب



الكفاح الشعبي ليس عنفاً!!

رشدي الماضي

عمومه نتاج للعنصرية والتّمييز والحرمان. وينظره بانورامية واحدة، نرى بأنّ دولة العولمة المتوحّشة ونظامها السياسي، ومنظومة الدول التي تسيّر في فلكها، سيراً أمعياً، تمارس عنفاً صارخاً ضدّ الأفراد والجماعات الاجتماعية والتنظيمات السياسية، والخصوم السياسيين، أي ضد القاعدة العريضة للمجتمع، كل ذلك حتّى تحرم هذه القاعدة من حقوقها الاجتماعية والسياسية، وبذلك تحقّق مصالحها الخاصة على حساب مصلحة المجتمع. هذا طبعاً ما يريده كل نظام عدوّ لحقوق شعبه، أفراداً وجماعات، ولأنّ الوطن والشعب، أخواني أخوتي، لا يفنيان؛ لذلك يهّب هذا الشعب إلى الكفاح واستعمال العنف المضاد والمشروع لإفشال وهزم نظامه العدو!! لأنّه يعني أنّ النضال الثوري هو من الأدوات الأساسية في إحداث التغييرات المختلفة والتحوّلات الهامة في المجتمعات. ألم يتعلّم أفراد ذلك في مدرسة الثورة ذلك في مدرسة الثورة الفرنسية سنة 1787 والثورة الصينية 1911 والثورة الروسية 1917 وثورة الضباط الأحرار 1952!!!

وحيث إنّ العنف، وبكافة أنواعه، لما يزل، غول النظام الذي يستهدفنا بقاءً وجوداً.. أقول صباح الخير لكلّ المكافحين الشرفاء الأوفياء، المتمرسين في خندق النضال؛ والذين لن يلبّوا دعوة «لاستراحة الجندي»، إلا بعد النصر الكبير الذي يحقّق العدالة الاجتماعية وكلّ شقيقاتها، لكل إنسان وإنسان.

ما يحتاجه عالمنا اليوم في ظلّ العولمة المتوحّشة، وما فرضته تلك الظاهرة العالمية من تداعيات: هو ضرورة البحث عن فهم واضح، يعكس رؤية موضوعية وموحّدة لمفاهيم العنف والصراع الاجتماعي والسياسي، وذلك بهدف إزالة الغموض الذي يصاحب استخدام هذه المفاهيم على المستويين السياسي والاجتماعي، إلى جانب التمييز بين المشروع وغير المشروع من أعمال العنف والعمل الثوري المضاد، لأنّ هنالك خلطاً بين الأمرين.

وحيث إنّ العنف السياسي، قارئاتي قرائتي، في هذا الصباح المتسامح الذي أرى أن يطل علينا، وقد أدار خذه الأيسر ليد عينفة قاسية صفحته على خذه الأيمن. أقول، حيث إنّ هذا العنف من الظواهر العالمية التي عرفتها المجتمعات البشرية في مجموعها، بدرجات متفاوتة وبأشكال متعددة. رأيت بدايةً أن أسجّل، أنّ كلمة العنف في معناها البسيط، تعني استعمال القوة العضلية التي ينتج عنها في العادة - أو تهدف إلى - إلحاق الأذى بالطرف الآخر الذي يقع عليه الفعل. وهذا الأذى يتدرج من البسيط إلى المركب، حسب الأداة المستعملة في ذلك.

ومن أنواع العنف البارزة، العنف الاجتماعي، لأنّه يحوي كلّ مظاهر القوة والقمع الذي يُطال الحياة الاجتماعية، الأمر الذي يجعل العنف السياسي أحد مظاهر العنف الاجتماعي، وليس مرادفاً له وعليه، زميلاتي زملائي فالعنف في



مصر الحبيبة

إياس ناصر

مصر الحبيبة... كيف نيلك بعدما
سُفحت دماؤك كالثّناء الجائع؟!!

هل صار لونه أحمرًا في أحمر
أو صار نيل آخر في الشارع؟!!

إني حزين أن تكون عروبتني
في الشام أو في مصر بحر مدامع

إني حزين أن تكون عروبتني
بين المذابح كالحصان الضائع

لله كيف أضاع شعبي دربه؟!
وتقنعت فيه الوجوه بدافع

لله كيف نزلّ نحمد ربنا
وعلى الشوارع ألف ربّ طامع!!



إصدار جديد لمكتبة «كل شيء»

طراسل «حيفا» - صدر، مؤخراً، عن مكتبة «كل شيء» الحيفاوية، لصاحبها صالح عباسي، كتاب «وثائق ومقتطفات من الصحافة العراقية عن يهود العراق في العصر الحديث»، من تأليف الدكتور نيسيم قرّاز، ومراجعة البروفيسور سامي موريه.. ويعتبر هذا الكتاب مميّزاً وفريداً من نوعه، ومرجعاً للباحثين والمهتمين في تاريخ العراق ويهوده. كتاب توثيقي، جدير بأن يكون في مكتبة كل واحد منا.

سلطة البروكولي والأفوكادو



المملحة ونضعها فوق النار إلى أن تغلي. نضيف أزهار البروكولي إلى المياه المغلية، ونسلقها لمدة 3 دقائق، إلى أن تنضج تقريبًا. نصفي ونبرّد البروكولي ونضعها جانبًا. نقشر الأفوكادو وننزع نواتها، ونقطعها إلى مكعبات. نضع مكعبات الأفوكادو في وعاء صغير ونخلطها مع ملعقة طعام من عصير الليمون، للحوّل دون طغيان اللون الأسود عليها. نضع قطع الأفوكادو والبروكولي في وعاء كبير للسلطة ونضيف إليها الجوز.

في وعاء صغير، نخلط ملعقتين كبيرتين مما تبقى من عصير الليمون مع الخردل والملح - حسب الذوق - للحصول على صلصة. نضيف الزيت والبقدونس إليها، ونحرك الخليط إلى أن تمتزج المقادير معًا بشكل جيد.

المقادير:

- 750 غرامًا من البروكولي الطازج، صغير الحجم.
- 1 حبة أفوكادو كبيرة الحجم.
- ½ كوب من الجوز المطحون خشنًا.
- 6 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون.
- 3 ملاعق كبيرة من عصير الليمون.
- 1 ملعقة كبيرة من الخردل.
- 1 ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم ناعمًا.
- القليل من الملح.

طريقة التحضير:

نقطع أزهار البروكولي من الأعناق الكبيرة، فملاً قدرًا بالمياه

الحمل (21 آذار - 20 نيسان)

حاذر من الغضب والكلام الذي يصدر عنك وتدفع ثمنه فيما بعد. قد تنخرط بقضية، وتلاحق هدفًا بإصرار يصعب تحصيله.



الثور (21 نيسان - 20 أيار)

كن جديًا ولا تسخر من الآخرين أو تتوهم. حاول أن تنسجم مع الأجواء بعيداً عن الهدم والتكابر. حاذر من «الأصدقاء» المتخفين.



الجوزاء (21 أيار - 21 حزيران)

قد تؤسس لجديد أو تعرف تناغمًا وانسجامًا مع الشريك. تهتم ببعض الأخبار العامة التي تؤثر على مجرى أعمالك.



السرطان (22 حزيران - 22 تموز)

تجنّب أي حوار. فقد يطرأ إلغاء ما أو تواجه بعض الممنوعات، أو تجد نفسك أمام بعض الشكاوى والاستحقاقات التي تجابهها.



الأسد (23 تموز - 22 آب)

تلاحق دراسة أو عملاً بعيداً، أو تحصل على جواب هامّ من دولة أجنبية أو من بعض المؤسسات الخاصة. تفاعل تجد خيرًا.



العذراء (23 آب - 22 أيلول)

تعمل في هذه الأثناء على مشروع ما، وقد توقع على شراكة أو تختلف مع بعض الشركاء أو تضطر إلى الانسحاب من شراكة.



الميزان (23 أيلول - 23 تشرين الأول)

تناقش قضية زوجية وشراكة قديمة، وتتوصل إلى حسم أو حل لها بين الأجزاء العاطفية أو الزوجية الضاغطة، وملاقة الأصدقاء.



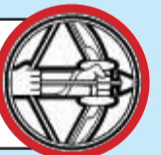
العقرب (24 تشرين الأول - 22 تشرين الثاني)

اعمل بهدوء وسكون وصمت وانتبه إلى كلامك. قد تتعكر الأجواء جرّاء نقاش لا جدوى منه. حاول ألا تتخذ موقفًا.



القوس (23 تشرين الثاني - 20 كانون الأول)

ابتعد عن الجدل والنقاشات والتحديات، إذ قد تكون الخاسر. لا تصدق بعض الأوهام والشائعات وحلل الأمور بحكمة وذكاء.



الجدي (21 كانون الأول - 19 كانون الثاني)

ابتعد عن كل نقاش ومفاوضات، وانتبه لصحتك وسلامتك حتى لا تصاب بأذى. إنس الذكريات الأليمة واطو صفحة الماضي.



الدلو (20 كانون الثاني - 18 شباط)

توظف مواهبك كاملة. تمتلئ حماسة وثورة وانفعالات استثنائية. تعالج قضايا تجمعك بالآخرين، وتعلن عن موقف غير منظر.



الحوت (19 شباط - 20 آذار)

كن متكتّمًا وحاذر من تضخم بعض المشاكل والتطرف والمبالغة. تلاقى دعمًا وتصفي إلى نصائح جيدة من أصدقاء لك.



حلوى الإجاص والقشقوان

طريقة التحضير:

نغسل حبات الإجاص ونقشرها، ثم نقسمها إلى نصفين على الطول. ننزع بذورها بوساطة ملعقة ونرش عليها القليل من عصير الليمون، كي لا يصبح لونها أسود. ندهن حبات الإجاص بالزبدة، ونسخنها داخل فرن بدرجة حرارة 250 درجة مئوية، إلى أن تنضج حبات الإجاص وتصبح لينة وذهبية اللون. نفرم الجوز المحمص، ونخلطه جيدًا مع العسل وجبنة القشقوان المبروشة. نضع خليط الجبنة فوق حبات الإجاص، ونضعها في الفرن لدقائق قليلة، إلى أن تذوب الجبنة. يقدم الطبق ساخنًا.

المقادير:

- 6 حبات من الإجاص، ناضجة ومتوسطة الحجم.
- 150 غرامًا من جبنة القشقوان المعتقة والمبروشة ناعمًا.
- ½ كوب من جوز البهيك المحمص.
- 2/2 ملعقة كبيرة من العسل.
- عصير ليمونة واحدة.
- 3 ملاعق كبيرة من الزبدة.
- القليل من الفلفل الأبيض.

Farid Saeed
Real Estate Consulting & Sales
054-3037999

חושבים למכור?
רוצה לדעת כמה הנכס שלך שווה?
לפגישת היכרות ויעוץ חינם
טלפנו עוד היום!

תמצאו את תמונות
הדירות בפייסבוק

להשכרה המגינים פנית עין דור משרדים להשכרה 500 מ"ר 2 מפלסים ומרתף, אפשרות להשכרה כל קומה בנפרד	אחוזה 85 מ"ר 4 חדרים 10.0 משופצת + נוף לים ולהדר עם שתי חניות בטאבו בבנין מסודר ומטופח	חדש אלנבי 70 מ"ר 3 חדרים קומה 2 (סה"כ 29 מדרגות)	חדש שי עגנון 70 מ"ר 3 חדרים אופציה ל 4 חדרים נוף חזיתי לים
2 בנובמבר 100 מ"ר 4 חדרים נוף ליים דירה גדולה ומרווחת במיקום מבוקש, מתאימה לזוגות צעירים ומשפחות (גמיש)	פנטהאוס - לוחמי הגטאות 180 מ"ר 5.5 חדרים אופציה לממד קומה 3 משופצת ברמה גבוהה במיקום שקט ומבוקש חניה בשפע ולרציניים בלבד	חדש מגרש בחלטה 420 מ"ר עם 120% זכויות בנייה	חדש בחלטה 420 מ"ר עם 120% זכויות בנייה
חדש אלנבי בבניין הגבוהים 3.5 חדרים בקומה גבוהה עם נוף לים משופצת + ממוזגת (גמיש)	הציננות 85 מ"ר קומה 3 3 חדרים במצב שמור	הציננות 84 מ"ר 2.5 חדרים ק 4 + נוף לים מצוינת לזוגות צעירים או משקיעים.	מור 110 מ"ר 4 חדרים קומה 1 משופצת גדולה ומרווחת בבנין חדש ומטופח + 2 חניות בטאבו ומחסן.
בית לחם 85 מ"ר קומה 3 מתונן 3 חדרים משופצת קומפלט + יחידת הורים	אלנבי (צמוד לואדי ניסנס) 70 מ"ר 3 חדרים קומה 3 במיקום מרכזי ביתר במרחק הליכה מבתי ספר ומרכזי קניות	עבאס עליון בבנין אבן 130 מ"ר (סה"כ 4 דיירים) 4 חדרים קומה 2 + 3 מרפסות משופצת כחדשה גדולה ומרווחת עם תקרות גבוהות מיקום שקט (מחיר לא סופי)	אלנבי 120 מ"ר 5 חדרים קומה 4 משופצת בבנין מבוקש ומטופח, דירה מרווחת במיוחד

770,000 ₪
480,000 ₪
400,000 ₪
1,500,000 ₪
770,000 ₪
480,000 ₪
400,000 ₪
1,500,000 ₪
1,100,000 ₪
430,000 ₪
1,390,000 ₪
1,100,000 ₪
1,180,000 ₪
430,000 ₪
1,390,000 ₪
1,100,000 ₪

רביע נג'אר
קבלן עבודות בניין

נתיב ייחודי באמצעות בניית מכל המלאכה
שרפים, ותגמיל ואהבת העמרה

052-2845998 / 050-9025050 :מחומר: 04-9862825
rn147@hotmail.com • 23 שפאעמרו 20200

**هل تريد بيع أو تأجير بيتك
House deal هو عنوانك!**

House deal

للبيع

1. هتسيونوت 100م طابق 4 4 غرف مرمة 540,000 ₪	2. دور 140م 5 ط. 2 + موقف خاص + مخزن + ملجئ خاص للمبنى 980,000 ₪	3. أفندر (كريات العيزر) 3 طابق 1 مرمة بالكامل بذوق رفيع 700,000 ₪	4. راف حلفون 3 طابق أرضي مرمة بالكامل + مساحة ومدخل خاص	5. عباس 3 طابق 3 مرمة بالكامل	6. هتسلوم 70م 2.5 طابق 1 وأخيرة + شرفة 450,000 ₪
7. يتسحاك سدي 170م طابق 4 4 غرف مرمة	8. هتسيونوت 70م طابق 1 (طابق)	كل من يبيع بيته بمبلغ 500,000 ₪ وما فوق ستكون نسبة عمولتنا 1% فقط!			

للإيجار

1. شاي عجنون 3 طابق 2 مؤثثة ومكيفة 2,600 ₪	2. هتسيونوت 90م 4 غرف طابق 4 مرمة 2,900 ₪	3. 40م 1.5 غرف مرمة 1,900 ₪
--	---	--

Find us on Facebook
House Deal (חינוך גדול בחיפה)

0528259977 • house-deal@hotmail.com • بادارة: شادي نجار

בהנהלת ויקטור נכסים
תיווך - השקעות ושיווק נדל"ן
052-2410113

ויקטור נכסים
victor-n-1973@hotmail.co.il • ויקטור נכסים

**חושבים למכור?
דרושות דירות בכל הגדלים.
לעסקה מיידית!**

להשכרה - יצחק שדה 3 חדרים משופצת קומפלט קומה 1 מתאימה לסטודנטים ₪ 3,000	המגוינים 4 חדרים עם נוף לים + מעלית בבניין שמור ₪ 750,000	
הגנים: 4 חדרים קומה 3 2 מרפסת דירה של פעם ₪ 990,000	שדרות רוטשילד: 3.5 חדרים. קומה 4 חניה בשפע ₪ 630,000	נכס בתחנת הכרמל - בודד (מיידי) ₪ 450,000

מחפשים דירות למכירה

NAKKARA
REAL ESTATE MANAGEMENT AND CONSULTING

للبيع

- مکان مرکزی في حيفا ارض 1,200 م - امكانيه 110% اعمار
- هخشمونليم 120م , ط 3 + شرفه ,منظر رائع مرمر
- محل تجاري 12 م شارع الخوري ارضي موقع مركزي
- عباس بيت حجر طابق اول 86م
- يضحك سדה 100م 4.5 غرف ط 4
- اللني بيت ارضي 160م مع امكانيه اضافه طابقين اعمار
- عباس 90 م , ط 3 منظر خليج حيفا
- مركز الكرم 150 م + حديقه مشتركة 90م + موقف .
- عباس, بيت عربي حجر 180 م , 3 شرفات - طابق اول.
- ارض اعمار في مدخل عسفا 450 م , مطلة على خليج حيفا.
- قيساريا بيت/عياده او مكتب 86م ارضي
- للبيع في الناصره - على الشارع الرئيسي بولس السادس
- بناء على ارض مساحه 800 م 5 حواصل وبيوت كلها مؤجره

للإيجار

- اللني 2 غرف ارضي مرمر 1,700 ش
- بن جوربون مكتب مرمر ط. ارضي 3,000 ش
- بيت شارع قيساريا 2 غرف 1,500 ش ارضي
- لمحمي هجتوت غرفتين في مكتب 40م تشمل كل المصاريف

للصور زوروا - GS يوز وشيوك ندل"ן

سوزي - 0523372324 / جاد - 0587000600

الياس يعقوب
تسويق عقارات

للإيجار

1. يتسحاق سادي 3 غرف طابق 3 2300 ₪
2. طبريا 3 غرف + ساحة 2400 ₪
3. تسبونوت العلوي 1.5 غ ط ارضي العلوي 1.5 غ ط ارضي 1500 ₪
4. بن يهودا غرفة مرممة ومؤثثة 1300 ₪
5. هتورن وادي جمال 3. غ ط. 3 مرممة 2800 ₪
6. شاي عجنون 3 غرف طابق 2 2300 ₪
7. عباس 3 غرف + مصعد 2500 ₪
8. ستيلاماريس طابق 1 3 غ مرممة 2500 ₪

مجموعة كبيرة من البيوت للإيجار
في منطقة الحي الألماني وكريات العيزر
بإدارة الياس يعقوب: 0545830200
للصور ومزيد من العروض إبحثوا في الفيسبوك
ألياس يعقوب متوور ندل"ן

للبيع / للإيجار

دار غرفتين ونصف
طابق أرضي
(بدون عمولة)
للبيع: 260,000 ₪
للإيجار: 1,600 ₪

للإستفسار (فهد عبود):
0542106662

للإيجار

شارع النبي
غرفتين نوم + صالون
مرممة بالكامل
طابق 3 + موقف خاص

للتفاصيل:
0527222674

مطلوب

مطلوب
عمال لترميمات عامة
مع رخصة وذوو خبرة
مفضل من منطقة حيفا

052-5515959

كلايت 100 سنة
رواد في صحة العائلة العربية

عودة صحية للمدرسة مع كلايت:
"الحقيبة المدرسية يجب ان تتمتع بمواصفات تحمي الطالب من آلام الظهر وتوزع ثقل ما بداخلها على الكتفين بالتساوي"

مع حلول العام الدراسي الجديد نهاية الشهر الحالي تتكاتف الجهود من أجل وضع اللمسات الأخيرة للتجهيزات والتحصينات النهائية والتي تتمثل بتحصير الكتب واللوازم المدرسية وأهمها اختيار الحقيبة المناسبة للطالب وما إلى ذلك وعليه تقدم "كلايت" بعض النصائح والتوصيات لكيفية اختيار الحقيبة المناسبة لأبنائهم بالتناسب مع الجيل والوزن واختيار حذاء مناسب للمدرسة. وتأتي هذه النصائح والتوصيات من منطلق أهمية ملائمة حقيبة الظهر لحجم الطالب ووزنه وانعكاسات ذلك على سلامة الظهر. لذا يجب التنبيه لكيفية اختيار الحقيبة على ان تكون ذات أحزمة عريضة ومبطنة يمكن ملائمتها بواسطة أربعم، كذلك من المفضل ان يكون ظهر الحقيبة ملاصقا لظهر الطالب وان يكون ظهر الحقيبة مبطنا أيضا وان تحتوي الحقيبة على عدد من الجيوب التي تمكن من توزيع وزن الكتب والدفاتر والأدوات المدرسية التي بداخلها.

أضف إلى ذلك، يجب الانتباه إلى ان تكون طول الأحزمة متساوية لتضمن توزيع متناصف للحمل على الكتفين وان يكون مركز ثقل الحقيبة مقابل وسط الظهر الطالب وليس مقابل الحوض، على ان تحتوي الحقيبة على اشربة لاصقة عاكسة للضوء لضمان سلامة الطلاب على الطرق. من المهم أيضا ان تنبيه الطالب لأهمية إعلام الأهل عن اية آلام قد يشعر بها في الظهر او الكتفين اثناء حملها للحقيبة. ولتخفيف ثقل وزن الحقيبة المدرسية قدر الامكان يوصى بوضع الكتب والدفاتر المدرسية التي سيتعلم بها الطالب في اليوم ذاته والتأكد ان وزن الحقيبة وما بداخلها لا يتعدى 15% من وزن الطالب. يجب أيضا الأخذ بعين الاعتبار امكانية استعمال حقيبة مع عجلات تمكن الطالب من جرها اذا سمحت بذلك جهوزية الشارع. مع العلم ان حقيبة كهذه لا يمكن حملها على الظهر وأنها تعتبر اقل من ناحية الوزن وانه من الصعب جرها اثناء صعود الدرج كونها تتطلب مجهودا كبيرا يكون مصحوبا بحركات غير متوازية في الظهر واليدين، لذا من المفضل جر الحقيبة مرة في اليد اليمنى ومرة أخرى في اليد اليسرى.

في سياق متصل تعتبر قضية اختيار الحذاء للطالب ذات أهمية كبيرة اذ انه يجب التنبيه لمبنى ونوع الحذاء على ان يكون الحذاء ذات مبنى دائري وواسع من الأمام أما الجزء الخلفي من الحذاء فيجب ان يضم الجزء كعب القدم من الخلف وان لا يدعها تخرج من الحذاء اثناء المشي على ان يكون الحذاء مصنوعا من مواد لينة تحتوي على ثقب للهوية لأن الأحذية المصنوعة من مواد قاسية تعرقل حركات كفة الرجل. إختيار القياس المناسب للحذاء يتم بعد قياس الحذاء بعلت القدمين في حال الوقوف، كما انه من المحذير القيام بعملية قياس الحذاء المناسب للطالب في نهاية اليوم اي بعد الانتهاء من عملية المشي او الركض وحركات كفتي القدمين لانهما تميلاان إلى الانتفاخ من جراء ذلك. اما بالنسبة للجوارب فمن المفضل ان يكون الجارب ملائما بمقياسه لكفة القدم اذ ان الجارب الضيق يقيد هو أيضا من حركة كفة القدم، بينما الجارب الواسع يكون طيبات ما بين القدم والحذاء تكون مصدر إزعاج للطالب نفسه. من المهم أيضا ربط رباطات الحذاء على ان لا تكون رخوة جدا من جهة وان لا تكون مشدودة من جهة أخرى. هذا ومع حلول العام الدراسي الجديد تتمنى كلايت للطالبنا الإغراء سنة دراسية موفقة وناجحة، مليئة بالصحة والعافية.

(ع.ع)

Haifa net

0 4 8 5 2 2 8 2 2

فقط في بمينو
الخروف البلدي هو الملك

1 كيلو
قص خروف
بالعظم

29⁹⁹
شيكل

ד.ר. ריאלטי

ביע, שרא, תאגיר וידירה גמיע אנוע העקרות
בדירה : רוגיה זאהר



ההגנה - "קריית העיר"
 88 מ 4 גרף מרמה טابق 1



עבאס 135 מ 4.5 ג
 + מועד + מוקף
 + נטרפה מטה ללכר



אללבי 120 מ 4.5 ג מרמה
 + מוקף + מוזן ומנר
 גרני ללכר



לליכר

88 מ אדמון פליג 3.5 ג
 3. ט. מנר ללכר
 ₪ 1,020,000



לליכר

סטילמריס 88 מ 4 גרף
 2. ט. מרמה בוזק
 ומנר ללכר



לליכר

אמיל זולא 70 מ 2.3 ג
 ₪ 870000



לליכר

פילה גדידה 360 מ בגפעות
 טל - ארז 580 מ
 ₪ 2,900,000



לליכר

מכתב פי שרע בן גריון
 טابق ארזי 2 גרף
 ללליכר מורי



לליכר

הגיפן 150 מ 5 גרף 2.
 מרמה פי מוקף מרכזי



לליכר

עדולמ 4. ג. 3.5 מרמה
 ומנר ללכר
 ₪ 1,250,000



לליכר

שונמית 82 מ
 3.5 גרף מרמה
 ₪ 980000



לליכר

הלל 4.5 גרף מרמה
 אמכניה טקסיר לדירין,
 מוזר לל סכה
 ₪ 890000



לליכר

ישעיחו 75 מ
 3 גרף טابق 3 ומנר ללכר



לליכר

גמיל שלהוב 130 מ
 4 גרף + שרפתי ממו
 במסווי עאלי, מנר מפות
 ללכר + מוזן + מועד



לליכר

"עין הימ" 55 מ. ארזי
 2. ג. מרמה חדיטה
 ללליכר מורי



לליכר

ביט לחמ 90 מ 3.5 ג
 3. ט. מרמה ומכיה
 ₪ 850,000



לליכר

עופדיה - רמט הטי
 104 מ 4. ג. 3. מוקף + מוזן
 בלטבו מפות לל 4 אטה
 ₪ 1,250,000



לליכר

מבני טריחי (1000 מ)
 4 טובק הדר העלוי
 "שרע ירושלימ"



לליכר

לליכר
 הכרמל הרנסי
 תשר נחופסקי 4. ג. 3.
 מרמה ומנר ללכר
 ₪ 3600



לליכר

טבריה
 2. ט. 72 מ 2.5 גרף
 ללליכר מורי
 ₪ 350,000



לליכר

לליכר
 הכרמל הרנסי
 110 מ 4. ג. + שרפה 90
 מטה ללכר + מוקף
 + מוזן + מועד.

ai Bank
3/9/2013
حفلة كبيرة
بالأشياء وصيابة الأماكن محدودة

زهير فرنسيس في انتظاركم في الحفل الشبابي الأكبر aizone3 من البنك العربي الإسرائيلي

يدعوكم النجم زهير فرنسيس للانضمام إليه في الحفل الشبابي الأكبر aizone3 من البنك العربي الإسرائيلي وبمشاركة مشروب الطاقة BLU وذلك يوم الثلاثاء الموافق 3.9.2013 في قاعات "نيوجراند بالاس" في الناصرة. سيتمتع الشباب المشاركون في الحفلة بالعديد من الفعاليات والمفاجآت. وهذه السنة سيفاجئ البنك العربي المشاركين في الحفل بعرض خاص لتجارب الموسم الأخير من The Voice وعلى رأسهم الفائز الفئاته لينا مخلول بالإضافة الى سحبيات على عشرات الحواسيب اللوحية، فعاليات مثيره، ألعاب تارية game zone والمزيد من المفاجآت والفعاليات.

كيف تسجل لحفلة aizone3
على المشاركين الحضور الى احد فروع البنك العربي الإسرائيلي للحصول على تذكرة الدخول. لتفاصيل إضافية يمكن الاتصال على الرقم 3400* أو من خلال موقع البنك على الانترنت www.aibank.co.il. يجب الاحتفاظ بطاقة الدخول للمشاركة في السحوبات التي ستجري في الحفلة. الجدير بذكره ان شركة "الون فريش حدش" تقوم بإنتاج الحفل. (ع.ع)

بريميوم شيك
جديداً ميلكشيك مع بوظة
للاكل أيضاً بالمعلقة

بعد الـ«إيسيسو شيك» يصل الـ«بريميوم شيك» إلى «ماكدونالدز»

بعد نجاح الإيسيسو شيك، شبكة مطاعم ماكدونالدز تسوق هذه الأيام منتج جديد للصفيف: بريميوم شيك. بوظة وميلكشيك يمكن أكله أيضاً بالمعلقة، متوفر بطعمات لذيذة: توت، كراميل، فانيل، شوكو وطبعاً بطعم الإيسيسو. البريميوم شيك يُباع في فروع الشبكة بـ 12.50 ش.ج. www.mcdonalds.co.il/ar (ع.ع)

السنافر 2
الآن في ماكدونالدز

ألعاب الفيلم الجديد والمسلسل المحبوب لجميع الأجيال: «السنافر 2» - الآن في «ماكدونالدز»

فيلم هذا الصفيف "السنافر 2" ينطلق وبإستطاعتكم الحصول على شخصياته الآن في ماكدونالدز! هذه المجموعة، والتي تعد من أكبر المجموعات على الإطلاق في شبكة مطاعم ماكدونالدز، تشمل 16 لعبة مختلفة من شخصيات المسلسل مثل: بابا سفور، سفور غضبان، سفورة وغيرهم توزع الآن مجاناً مع كل وجبة «هاهي ميل» اجمعوا الآن سلسلة ألعاب «السنافر 2»! الألعاب متواجدة في مطاعم الشبكة من 04.08 وحتى نفاذ للخزون. (ع.ع)

على المدرسة اجمعين؟؟
infiniX حاملين
جديد وحصري في Orange
infiniX الجيل القادم من سفنة InfiniX
1,699
Back to School

Orange حملة خاصة لطلاب المدارس في Orange

مع اقتراب موعد العودة إلى المدارس وبداية السنة الدراسية، تطلق Orange حملة تخفيض على الأجهزة السمرفون المتطورة لطلاب المدارس تحت شعار "back to school". وتشمل الحملة انضمامهم لشبكة Orange ultranet حديثة والأكبر تطوراً في البلاد، والداعمه لمكالمات HD وسرعة تصفح حتى 42Mbps. مع انطلاق الجهاز الجديد infinix والذي يعرض في Orange بشكل حصري وبسعر مغري بـ 1699 شيفل فقط. للجهز خصائص مميزة منها شاشة HD بحجم 5 إنش، معالج قوي رياضي النواة، كاميرا خلفه 8 ميجا فوكسل، وتصوير فيديو بجودة HD، وجميع وسائل التواصل WiFi Direct، GPS، Hotspot، مزود بقلم الكتروني هديه وغطاء مغناطيسي فاخر. بالإضافة إلى كفالة المنتج لمدة سنتين، إمكانية الدفع بواسطة بطاقة اعتماد حتى 12 شهر. سلام شرقية، مدير التسويق الوسط العربي في Orange ومنتجات Mobile Broadband انني ان الطلاب العرب خاصة والشباب عامة يحظ اهتمام الشركة في جميع حملات. وهذه السنة أيضاً ومشاركة منا لباية عام دراسي مثمر قررنا تقديم عرض خاص لطلاب المدارس العرب كما وهديه مميزة. وبهذه المناسبة نتمنى لجميع الطلاب عام ناجحاً ومثمراً فهم جيل المستقبل المشرق لمجتمعنا. (ع.ع)

المجتمع مع
22/10/2013
راج ثبت لكل انه بنقدر.

حملة إعلامية وميدانية يُطلقها الائتلاف من أجل مشاركة المرأة في انتخابات السلطات المحلية.. «المجتمع مع»

«السلطة المحلية هي أول بوابة لخدمة الناس وتقديم الحاجات الأساسية لهم، والنساء على أوسع دراية بهذه الاحتياجات اليومية والتربوية والاجتماعية والبنوية»

تحت شعار "المجتمع مع" اطلق، الأسبوع الماضي، الائتلاف من أجل تمثيل النساء في السلطات المحلية، حملة إعلامية يدعو من خلالها إلى دعم مجتمعي واسع لإحقاق حق النساء في ضمان المشاركة السياسية من خلال ترشيحهن ودعمهن في الانتخابات القريبة للسلطات المحلية في تشرين الأول.

"المجتمع مع"، مع حق النساء في الترشح، مع حق النساء في التأثير وصناعة القرار، مع حق المجتمع في الاستفادة من قدرات وإبداعات النساء، وأيضاً، مع أن وجود النساء في السلطات المحلية سيؤدي إلى تحسين هذه السلطات المحلية كونها أول بوابة لخدمة الناس وتقديم الحاجات الأساسية لهم، والنساء على أوسع دراية بهذه الاحتياجات.

"أربعة أسابيع فقط تفصل بيننا وبين يوم تقديم القوائم لانتخابات السلطات المحلية، وبهذا ندعو النساء، أولاً، على اختلاف منطلقاتهن وتوجهاتهن، لاستجماع وحشد الثقة بالنفس والقناعة بقدراتهن على التأثير"، تقول علا نجمي - يوسف، مركزة الائتلاف، وتضيف "أما، ثانياً، فدعوا الجمهور الواسع والقوائم الانتخابية والحزبية إلى انتهاء فرصة انتخابات السلطات المحلية للتهوض بالمشاركة السياسية للنساء، وبالتالي التهوض بمجتمعنا نحو مجتمع يحترم قدرات المرأة كما الرجل، ويوفر الفرص العادلة لكليهما"، وتابعت أن "السلطة المحلية هي أول بوابة لخدمة الناس وتقديم الحاجات الأساسية لهم، فكون النساء من القائمات على تربية الأطفال ورعاية شؤون الأسرة والمزمل، فبن على أوسع دراية بهذه الاحتياجات اليومية والتربوية والاجتماعية والبنوية والتي تنعكس لتبنيها على مواطني البلدة أجمع".

إضافة لإطلاق الحملة الإعلامية "المجتمع مع"، يعمل الائتلاف الجمعيات من أجل تمثيل النساء في السلطات المحلية بشكل متواصل على ضمان مشاركة وتمثيل النساء من خلال العمل مع الإعلاميين والإعلاميات على قضايا تمثيل المرأة وحق مشاركتها السياسية، التدريب والتمكين والتنشيط ما بين من المنكتهن، كذلك، يعقد الائتلاف، من خلال الجمعيات العضوة، طاولات مستديرة محلية ومناطقية تجمع بين ناشطات وناشطين ورؤساء القوائم الانتخابية، على تنوعها واختلافها، وتهدف للبحث في مسالة ترشح، ترشيح وانتخاب النساء وتمثيل رسالة الائتلاف بان مشاور تحول دور المرأة في السياسة من مجرد مشاركة إلى مشاركة منتخبة وصانعة للقرار، تبدأ من قناعة أن المرأة قادرة، النساء قادرات وأنه حق يجب إحقاقه. في هذا السياق، يؤكد الائتلاف على "رفضه للزعات الطائفية والعائلية التي تتحكم غالباً بانتخابات السلطات المحلية، النزعات نفسها التي تقمع النساء وتسبب غيابها عن الحياة العامة".

يتكون الائتلاف من: "نساء ضد العنف"، مركز "سواوة" - لحقوق المواطنين العرب في إسرائيل، حركة النساء الديمقراطية، "الزهره" للنهوض بمكانة المرأة، "تشرين" جمعية لإحياء الثقافة، ويذكر أنه قد تم عقد 7 طاولات مستديرة، مع اعلاميين ومرشحين، منها في الناصرة، قلنسوة، أم الفحم وشفاصرو وسخنين، يليها لقاءات في مناطق أخرى منها الجليل والنقب.

للتفاصيل: مركزة الائتلاف من أجل تمثيل النساء في السلطات المحلية - علا نجمي - يوسف - 0528993793 (ع.ع)

بقي 4 سيارات
شيفروليت سيارت
ماذا تلتظرون؟

"كان عندي إحساس بالفوز"
مبروك أيضاً لد. محمود حمودة من قلنسوة
الفائز هذا الأسبوع بسيارة شفريلت سيارك
في حملة «بيج أمريكا» في «ماكدونالدز»!

د. محمود حمودة: "كنا والعائلة في مطعم ماكدونالدز في مجمع رانديم في رعنا، اكلنا وجباتنا الفضية وكان عندي إحساس بالفوز...هذه السيارة ستكون لزوجتي فهي معلمة مدرسة وبهاجة لسيارة لعملها...سعدنا بالفوز جدا بالأخص من شركة محترمة مثل شركة ماكدونالدز" حملة بيج أمريكا في ماكدونالدز مستمرة حملة بيج أمريكا في ماكدونالدز مستمرة سحب على سيارة شفريلت سيارك سحب على سيارة واحدة في كل يوم! ماذا تنتظرون؟ بالنجاح للجميع! كيف نشترك؟ اشتراب بـ 42* ش.ج. ومضاعفاتها واحصلوا على رقم حظ واحد أو أكثر (حسب قيمة الشراء). اشترروا وجبة من سلسلة بيج أمريكا واحصلوا على رقم حظ واحد مع إمكانية فوز مضاعفة! أدخلوا الموقع في يوم الشراء أو خلال الأيام الأخر شيوعا للبدء بإطعام الطفل الفضية في تلك الساعات التي تمكثن بها في العمل. شركة بوبت منجزة سيميلاك أطفاس بولوس Advant Plus تمنحك عدة توصيات ستساعدك على الانتقال إلى الإطعام عبر القنينة:

- لا تنتظري حتى اللحظة الأخيرة، قديم لطفك القنينة تدريجياً من حليب تم ستهو في أيضاً إلى العمل في الأيام القوية. اثناء تواجدك في البيت يمكنك دوما متابعة أوضاع طفلك، لكن أحد الأسباب الأكثر شيوعاً للبدء بإطعام الطفل القنينة هي تلك الساعات التي تمكثن بها في العمل. شركة بوبت منجزة سيميلاك أطفاس بولوس Advant Plus تمنحك عدة توصيات ستساعدك على الانتقال إلى الإطعام عبر القنينة:
- لا تنتظري حتى اللحظة الأخيرة، قديم لطفك القنينة تدريجياً من حليب تم ستهو في أيضاً إلى العمل في الأيام القوية. اثناء تواجدك في البيت يمكنك دوما متابعة أوضاع طفلك، لكن أحد الأسباب الأكثر شيوعاً للبدء بإطعام الطفل القنينة هي تلك الساعات التي تمكثن بها في العمل. شركة بوبت منجزة سيميلاك أطفاس بولوس Advant Plus تمنحك عدة توصيات ستساعدك على الانتقال إلى الإطعام عبر القنينة:
- لا تنتظري حتى اللحظة الأخيرة، قديم لطفك القنينة تدريجياً من حليب تم ستهو في أيضاً إلى العمل في الأيام القوية. اثناء تواجدك في البيت يمكنك دوما متابعة أوضاع طفلك، لكن أحد الأسباب الأكثر شيوعاً للبدء بإطعام الطفل القنينة هي تلك الساعات التي تمكثن بها في العمل. شركة بوبت منجزة سيميلاك أطفاس بولوس Advant Plus تمنحك عدة توصيات ستساعدك على الانتقال إلى الإطعام عبر القنينة:

سنة جديدة تقرب، الأول يعودون إلى الروضات والمدارس والكثير من الامهات ستعودن في أيضاً إلى العمل في الأيام القوية. اثناء تواجدك في البيت يمكنك دوما متابعة أوضاع طفلك، لكن أحد الأسباب الأكثر شيوعاً للبدء بإطعام الطفل القنينة هي تلك الساعات التي تمكثن بها في العمل. شركة بوبت منجزة سيميلاك أطفاس بولوس Advant Plus تمنحك عدة توصيات ستساعدك على الانتقال إلى الإطعام عبر القنينة:

- لا تنتظري حتى اللحظة الأخيرة، قديم لطفك القنينة تدريجياً من حليب تم ستهو في أيضاً إلى العمل في الأيام القوية. اثناء تواجدك في البيت يمكنك دوما متابعة أوضاع طفلك، لكن أحد الأسباب الأكثر شيوعاً للبدء بإطعام الطفل القنينة هي تلك الساعات التي تمكثن بها في العمل. شركة بوبت منجزة سيميلاك أطفاس بولوس Advant Plus تمنحك عدة توصيات ستساعدك على الانتقال إلى الإطعام عبر القنينة:

سنة جديدة تقرب، الأول يعودون إلى الروضات والمدارس والكثير من الامهات ستعودن في أيضاً إلى العمل في الأيام القوية. اثناء تواجدك في البيت يمكنك دوما متابعة أوضاع طفلك، لكن أحد الأسباب الأكثر شيوعاً للبدء بإطعام الطفل القنينة هي تلك الساعات التي تمكثن بها في العمل. شركة بوبت منجزة سيميلاك أطفاس بولوس Advant Plus تمنحك عدة توصيات ستساعدك على الانتقال إلى الإطعام عبر القنينة:

«التوتو» يطلق إستراتيجية إعلانية جديدة:
«دبل» و«باس» شخصيتان ترافقان كل إعلانات
«ويتز» في الموسم الكروي الوشيك

يطلق التوتو إستراتيجية إعلانية جديدة، حيث سيتم في إطارها لأول مرة في تاريخ التوتو، استخدام شخصيتين إعلانيتين تم تصميمهما تكنولوجياً حديثة ثلاثية الأبعاد، وتمثل الشخصيتان الجديدتان نمطين من المنكتهن الشخصية الأولى، باس (أبو الإحساس)، الذي يتكهن اعتماداً على إحساسه، بينما الشخصية الثانية، دبل (أبو العقل)، وهي شخصية عقلانية أكثر تعتمد في تكهناتها على الإحصائيات والمعلومات الموثوقة. وسترافق الشخصيتان المذكورتان الخطه الإعلانية والتسويقية للتوتو في كل وسائل الإعلام وفي محطات التوتو المنتشرة في أنحاء البلاد، وذلك ابتداءً من هذا الموسم الكروي، وتحديداً في السادس عشر من الشهر الجاري، وهو التاريخ المحدد لفتتاح موسم كرة القدم. وسيتم خلال هذه الحملة الإعلانية استخدام أدوات إعلامية حديثة، تم إعدادها خصيصاً لهذه الحملة، إذ تم في إطارها انستة شخصيتي "دبل" و"باس" لجسدا صفات إنسانية من أجل تقوية وتعزيز العلاقة بينهما وبين جمهور المشاركين في تعبئة البوير.

وأكد المدير العام للتوتو، إيتسك لاري، أن الإستراتيجية التسويقية الجديدة تشكل خطوة إضافية ورافعة لبوير كشركة رائدة في سوق المنكتهات والعباب البانصيب في البلاد. وأضاف: "يدور الحديث عن تغيير جوهرى يهدف إلى تعزيز ارتباط بوير بالزبائن وتوسيع دائرة النشاط التجاري للتوتو".

وقالت هيليا بجاجسكي، نائبة مدير عام التسويق في التوتو: "لقد أظهرت الأبحاث التي أجريناها أن هناك نوعين من المنكتهن، النوع الأول يعتمد على الإحساس بشكل خاص، بينما النوع الثاني من المنكتهن يعتمد على العقلانية أكثر، وعليه قررنا بناء شخصيتين تمثل كل واحدة منهما أحد الجمهورين من أجل خلق نوع من التماهي بين المنكتهن والتوتو وبيز". (ع.ع)

«سيميلاك» ترافقك في العودة للمدرسة.. توصيات لتغذية ناجحة للطفل من القنينة

تحلّى بالصبر: ثمة أطفال يستغرقهم الانتقال إلى الأكل من القنينة وقتاً أطول. حتى أن رفض طفلك الأكل من القنينة يعرض عليه القنينة مراراً وتكراراً. حاولي استبدال حمية القنينة بحمية بشكل آخر أو حمية أكثر ليونة للتسهيل على طفلك.

- أهمية وضعية الإطعام: اثناء اطعام الطفل، من المفضل حمله قريباً إلى الجسم بوضعية منتصبه بحيث يكون رأسه أعلى من جسمه، الوضعية اللأفوية تستسهل عليه التنفس، يجب امالة القنينة بحيث تكون الحلمة ممتلئة. هذه العملية تساعده على منع دخول الهواء إلى المعدة.
- كم يجب أن يأكل طفلك بالفعل؟ كمية الحليب التي سيتلقاها الطفل من القناني تتعلق بعينه، بوزنه وشهيته في كل وقت من الأوقات الطبيعية، المرضية أو مستشرفة الرضاعة سيساعدونك على فهم متطلبات طفلك. أنتجيه كمية كافية لإشباعه، اطلبين من برباه عند غيابك عدم الإصرار على أن ينهي طفلك كامل الحمية، لئلا تتسبب له بالآكل الزائد.
- أهمية الحديد والمركبات الغذائية: الحديد مهم جداً لنمو الدماغ والجهاز العصبي، وفقاً لتوصيات وزارة الصحة ينبغي أن تعطى لجميع الرضع الذين تتراوح أعمارهم بين 4 أشهر إلى سن 18 شهراً، إضافة حديد. ومن المهم أيضاً أن نعرف أن تركيبة حليب الغنينة بالحبدي هي البديل الوحيد لحليب الأم خلال السنة الأولى. إذا لزم الأمر يمكنك استخدام مركب حليب الأطفال سيميلاك الغنني بالحبدي، وتأكدني من أن طفلك يحصل على جميع احتياجاته الغذائية.
- إذا كان لديك أي سؤال حول تغذية طفلك الرجاء التوجه إلى مركز "طاقم الأخصائين" في سيميلاك، ويشمل أخصائيات تغذية وممرضات من مركز رعاية الأمومة والطفولة، على هاتف: 1800656501 أو زورا موقع سيميلاك ماما: www.similacmama.co.il (ع.ع)

مقط في مسویر فارم آرهمون همدار و مسیٹی سنتر

سوبر فارم مسیٹی سنتر: شارع بن غوریون 6 هاتف: 077-8880790 ساعات العمل 22:00 - 9:00
يوم الجمعة حتى الساعة 16:00 وقوف مجاني لمدة ساعتين بشروة فوق ال 20 ش.ج

سوبر فارم آرهمون همدار: شارع هفتتیم 18 هاتف: 077-8880820 متوج كل ایام الأسبوع
من الساعة 8:00-21:00 وقوف مجاني لمدة ساعة بشروة فوق ال 99 ش.ج

تخترم وخدمات الاطباء استاذوق الرغشی، تكافی ووحیدت

تخترم وخدمات الاطباء لجميع ستاذوق الرغشی

* مجموعة منتجات تجميلية
للجسم والشعر

ب- 40% هدية



DERMOR kamedis®
קמדיס

*السلسلة الصمغية: موز، فيتو، كميونور كس، نايتشر نات، كامديس،
درموز لا يشمل موز برهم للبين والوجه

Life

لايف
* مجموعة مكملات غذائية

ب- 35% هدية



* لا يشمل داييت فور لايف، B12، فيتامين سي المضغ، زيوت

يوهي
"مولتي فيتامين"
يلوس

60 टابلت

49⁹⁹



6 وحدات على الأقل
في كل فرع

رسيكو
نقاط

10 مل

39⁹⁹
السعر للوحدة



6 وحدات على الأقل
في كل فرع

ألتمان/اسویر هيرب
* مجموعة منتجات

ب- 35% هدية



* لا يشمل جاروجينولوس، رجاج HF، بروتينيك كيد البودرا، كبسولات فيتامين D، سوبر هيرب Q-10

برهامون
"مولتي فيتامين"
سويسري

100 كبسولات

169⁹⁹
السعر للوحدة



6 وحدات على الأقل
في كل فرع

ميغا جوبليكس
للمفاصل

210 كبسولات

189⁹⁹



6 وحدات على الأقل
في كل فرع

لا يخص شبه السعر قبل التخفيض - سيعرض السعر على المنتج الجانيه في كل واحدة من حوانيت الشبكة.
TAX FREE بداية 27.8.2013 أو حتى نفاذ المخزون، الأسبق من بينهما. تحتفظ الشركة لنفسها الحق بتحديد كمية الشراء. لا ازدواجية في الامتيازات، يحتمل وجود فرق في أسعار المنتجات قبل التخفيض بين حوانيت الشبكة ولذا، المكان الذي



1010-6666

www.super-pharm.co.il | الفيسبوك



فقط في بمبينو الخروف البلدي هو الملك



1 كيلو رقبة خروف للحشي
او للمناسف
59⁹⁹
شيكل



1 كيلو اكتاف خروف مختارة
59⁹⁹
شيكل



1 كيلو فخذة خروف
بالعظم
59⁹⁹
شيكل



Bambino

- since 1969 -

عنوانكم للحوم الخروف الطازجة

للحملات انظروا صفحة 18 و 19