

MA
متور أفيطال
 مكتب محاماة
ديون رسوم - سلطة البث
ديون الأرنونا / دائرة الاجراءات القانونية
حوادث الطرق / التأمين الوطني
 شدروت بال-يام 5، حيفا 33095 | هاتف: 073-2641925
 فاكس: 073-2641980 | تقال: 052-2840568

توزع مجاناً

الجمعة 22 شباط 2013

العدد 165

أسبوعية قُطرية، مستقلة، شاملة

اعتقالات داخل المحكمة المركزية في حيفا



6

وادي النسناس يعاني «جلطة» إسكانية



8

ساجاجان
 ملحمة سميراميس
 Different taste

جاجة ب 1 ش.ج

19

الحيفاوي أدريان شقحة يتألق..!



12 و 14

مفروشات النبي

ALLENBY
 FURNITURE

17 و 16

للتفاصيل صفحة 10 و 11

Art of Meat

Bambinõ
 - since 1969 -

البنونوفه افك

كפה نح'לה 1 ק"ג 39⁹⁰ ₪

3 חפיסות פסטה אמורה 9⁹⁰ ₪

4 שרוולים כוסות חד פעמיות 11⁹⁰ ₪

3 ליטר שמן שוקחה 24⁹⁰ ₪

נייר טואלט - מולט 24 גלילים 8⁹⁰ ₪

* חاضعون لشروط الحملة. الأسعار سارية المفعول حتى نفاذ المخزون. * الحملة سارية المفعول حتى وحدتين فقط من كل منتج. * الصور للتوضيح فقط.

الأطباء في «رمبام» يكافحون لإنقاذ بصر الفتاة!



ردّت الفتاة هذا الرجل لأنه متزوج وله 5 أولاد، وأنها لا تحبه بل وجهته لبيتزوج بأخرى في سنّه. وكان من المقرر أن تحتفل الفتاة بخطوبتها، اليوم الجمعة، من أحد الشبان البالغ 20 عاماً، ولكن ما أن أوت إلى فراشها قبل أكثر من ليلتين حتى سمعت قرعاً على نافذتها، ففتحت لتري ما الأمر، وإذا بالرجل يلقي على وجهها المادة الحارقة ويفرّ هارباً!! وتم نقل الفتاة إلى المستشفى، وتبين أن ضرراً خطيراً لحق ببشرة وجهها وفمها ومن المرجح أن يفقدها بصرها. وفي صباح اليوم التالي تمكنت الشرطة من اعتقال الجاني وتوقيفه على ذمة التحقيق.

(الصورة بلطف عن موقع ynet، تصوير: إعاد چرشچورن)

طراسل «حيفا» - لا يزال الأطباء في مستشفى «رمبام» يكافحون لإنقاذ بصر الفتاة التي تعرّضت هذا الأسبوع لاعتداء من أحد الرجال الذي سكب على وجهها مادة قلوّية حارقة. وتبلغ الفتاة 16 عاماً، وكان رجل يبلغ من العمر 52 عاماً قد تقدّم لطلب يدها، ولكنها رفضته. وكان الرجل قد هدّد الفتاة إذا تقدمت لخطبتها أحد ووافقت فإنه ستنقم منها. وقد

حيفا

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

• آية صفدي (تصميم إعلانات)
• وائل عوض (مصور فوتوجرافي)

العنوان:

حيفا - شارع الجبل «هتسيونوت» 5
بريد إلكتروني:

haifa.newspaper@gmail.com

هاتف: 048522822

فاكس: 048522767

تحرير: 0506481555

إعلانات: 0546481533

• المقالات الموقّعة لا تعبر عن رأي التحرير.
• الإعلانات على مسؤولية المعلنين.

لجنة حي عباس تنظر ساسلات من المحاضرات التوعوية



إيهاب حبيب

طراسل «حيفا» - يشهد سكان حي عباس، في الآونة الأخيرة، تفاقماً في ظواهر معينة، الناجمة عن انعدام التخطيط في الحي أو عدم ملاءمته للاحتياجات والمتطلبات اليومية والعصرية، والناتج عنها شحّ مواقف لركن المركبات، ضيق الشوارع، اكتظاظ وكثافة سكانية عالية، انعدام المرافق التربوية والثقافية، عدم وجود مناطق خضراء وملاعب للأطفال، وغيرها.

وبالتالي، تعمل لجنة حيّ عباس في الأشهر الأخيرة بشكل جادّ من أجل التقليل من حدة هذه المشاكل، وصدّ مخططات البلدية التي من شأنها زيادة تفاقم هذه الظواهر، وذلك من خلال اتصالات مع متخذي القرارات والمسؤولين في البلدية والمؤسسات الرسمية.

إضافة إلى ذلك، تنظّم لجنة الحي سلسلة من الندوات والمحاضرات التوعوية في أمور بيئية وتخطيطية، الأولى سيقدّمها البروفيسور يوسف جبارين (محاضر في معهد العلوم التطبيقية «الد-تخنيون»)) تحت عنوان «تطوير السكن القائم، وتجديد الأحياء العربية في حيفا» والتي ستندرج إلى مشاريع الإخلاء والبناء (פיוני בניון)، ومشاريع الحارطة القطرية 38 (תמ"א 38)، وذلك يوم الخميس القادم الموافق (28/2/2013)، في تمام السادسة مساءً، في المركز الجماهيري عباس.. الدعوة مفتوحة للجميع،

وسيُخصّص وقت للإجابة عن أسئلة الحضور. وفي حديث مع رئيس لجنة حيّ عباس، المهندس إيهاب حبيب، عبّ قائلاً: «اللجنة تولي أهمية كبرى لموضوع «التجدد المدني» بما يحمله من ملاءمة ظروف الحي القديم والعريق والاحتياجات العصرية، إضافة إلى إشراك أهلنا من سكان الحي برؤيا اللجنة وبرامجها للسنة الحالية، لأن مستقبل الحي وسكانه بأيدينا معاً. أتمنى تكاتف أهالي الحي حول اللجنة من أجل إحداث التغيير والتجديد المنشود في الحي.»

السجن لرجل دين بأعمال مشينة

طراسل «حيفا» - فرضت المحكمة المركزية في حيفا، عقوبة السجن 40 شهراً، على رجل دين بسبب تهم مختلفة لقيامه بأعمال مشينة بحق قاصرات. وجاء في حيشيات القرار أن المتهم ضرب إحدى القاصرات (13 عاماً) على مؤخرتها، وأمسك بمؤخرة أخرى (15 عاماً)، ولطف غيرها ولامس أخرى في أماكن حساسة من جسمها، حيث كان يدعي بأنه مريض جنسيّاً، وأنه إذا لم يحقق مبتغاه فإنه قد يقتل ضحاياه.

ولفتت المحكمة إلى خطورة أفعال هذا الرجل، حيث كان يرتكب هذه الأعمال المنافية في أماكن عامة وفي وضوح النهار. لذا فرض القاضي أفراهام إلياكيم على المتهم السجن مدة 40 شهراً، إضافة إلى تغريمه بتعويض القاصرات.

نشاطات دورية الأمن التابعة للبلدية

طراسل «حيفا» - انتبه أصحاب دورية الأمن التابعة لبلدية حيفا لحادث طرق في حيّ «ناقبيه شأنان»، وأن السائق المسبّب بالحادث يفرّ من المكان. ولكنهم تمكنوا من تسجيل رقم مركبته واستدعوا الشرطة وطاقم الإسعاف لنقل المصابة إلى المستشفى. كما لاحظت الدورية رجلاً يترنّح على شاطئ البحر، ما أثار الشبهات. وبعد تفتيشه وجدوه يحمل بعض المخدرات فتّم تسليمه إلى الشرطة!

قرصان إنترنت من لبنان يسطو على موقع جامعة حيفا

طراسل «حيفا» - تمكن قرصان إنترنت في لبنان من السطو على موقع جامعة حيفا وتحديدًا على موقع كلية العلوم الاجتماعية فيها. وتمكن هذا القرصان من الحصول على معلومات عن المحاضرين والطلبة في الجامعة. وكشفت إدارة الجامعة هذا السطو بعد عدة ساعات من حدوثه وسارعت لتدارك الوضع وتلاقي أي أخطاء قد تنجم عن ذلك.

سلسلة الألعاب الجديدة
الآن في ماكدونالدز

YooHoo
& FRIENDS



excellent

حتى نقاد المذخورون. الصور للتوضيح فقط.

تظاهرة تضامنية للشبيبة الشيوعية مع أسرى الحرية في حيفا

معهما ضد حقوق الشعب العربي الفلسطيني وقضاياهم كافة. هذا وشارك في التظاهرة النائب محمد بركة (رئيس الجبهة الديمقراطية للسلام والمساواة)، ورجا زعتر (سكرتير منطقة حيفا للحزب الشيوعي)، وعضوا بلدية حيفا عن «الجبهة» هشام عبده وعدنا زاريتسكي، ود. عيسى نقولا وغيرهم. (تصوير: وائل عوض)



شكر على تعازٍ

تتقدم عائلة مجدلاني وجميع اقربائهم وأنسابهم في حيفا وخارجها بجزيل الشكر والإمتنان لكل من شاركهم عزائهم وواساهم لوفاة الفقيدة

منتهى مجدلاني
(أم غسان)

إن كان ذلك بحضور الجنائز أو حضور بيت العزاء ومن قام بالتبرع لجمعية قلب يسوع (راهبات المحبة)

لا أراكم الله مكروهاً بعزيب.

العائلة.

«بيت هجيفن»، و«شبتاي ليثي»، ورفعت فيها الرايات الحمراء والأعلام الفلسطينية ولافتات باللغتين، العربية والعبرية، منها: لا للاعتقالات الإدارية، الحرية لأسرى الحرية، وأبيات من قصيدة «عن إنسان» للشاعر محمود درويش «يا دامي العينين والكفين/ إن الليل زائل/ لا غرفة التوقيف باقية/ ولا زرد السلاسل». وردد المتظاهرون هتافات التضامن والتحية لنضال الأسرى، والتنديد بحكومة الاحتلال والإدارة الأمريكية، وبالرجعية العربية المتواطئة

طراسل «حيفا» - شارك العشرات من رفاق الشبيبة الشيوعية، والحزب الشيوعي والجبهة، من العرب واليهود، مساء الأحد الأخير، في تظاهرة رفع الشعارات في مدينة حيفا، تضامناً مع الأسرى الفلسطينيين في سجون الاحتلال الإسرائيلي، ومع نضالهم البطولي العادل، لا سيما الأسير سامر عيساوي الذي دخل إضرابه عن الطعام يومه الـ (209) - حتى يوم الأحد. وجرت التظاهرة عند مفترق شوارع الجبل («هتسيونوت»)، والكرمة



من أمن بي ولو مات
فسيحيا



زوج الفقيدة وابناؤها وعموم آل حاويله
وآل قزعورة (سمعان)

يدعونكم لمشاركتهم قداس الأربعين راحة لنفس
فقيدتهم الغالية

المرحومة **ايضلين حاويله**
(ام سليم)

وذلك يوم السبت الموافق ٢٠١٣/٣/٢٠، الساعة الحادية عشرة ظهراً

في كنيسة مار لويس الملك للموارنة، زقاق روبين ٥ - حيفا

الراحة الدائمة أعطيها يا رب ونورك الأزلي فليضيء لها



الحزب الشيوعي والجبهة الديمقراطية
حيفا

"الديوان"

ندعوكم لحضور الأمسية بعنوان:

البريد الإلكتروني والفيديوك

نقمة أم نعمة؟
(وجهة نظر أخلاقية وقانونية)

بمشاركة:

ربيع منصور - خبير في علم الحاسوب
ماريا جمال - محامية

وذلك يوم الجمعة 22.2.2013 الساعة السادسة مساءً
في نادي مؤتمر العمال العرب
شارع مار يوحنا 39 (وادي النسناس) حيفا

يشرفنا حضوركم

جديد! Samsung GALAXY S III mini

روعة الأداء بحجم صغير

فقط في Orange ultranet | تصفح الإنترنت الأسرع في البلاد
محادثة بجودة HD



فقط بـ
1,899 ش.ج

عند الدفع ببطاقة اعتماد حتى 12 قسط

وايضا، حتى
1,500 ش.ج
إسترجاع مقابل جهازك القديم

للتفاصيل توجهوا لـ:

نقطة بيع Orange، جامعة حيفا، بناية أشكول



SAMSUNG

■ يعطى الاسترجاع مقابل الجهاز القديم في الفاتورة الشهرية وتحدد قيمته وفق الشروط الكاملة والمفصلة في استمارة " شراء جهاز من زبون" ■ تصفح في السرعة الاعلى في البلاد وفق استطلاع "هجال هجداش"، كانون الاول 2012، مقارنة مع شبكات خليوية اخرى (بيليفون وسلكوم) بانتشار قطري ■ HD voice - في الاجهزة الداعمة وفي مناطق تغطية مختارة ■ ساري المفعول لغاية 28.2.13 او حتى نفاذ المخزون ■ ادنى حد للمخزون 500 وحدة ■ يحق لشركة بارتنر الغاء الحملة او تعديل شروطها في كل حين ■ شركة بارتنر للاتصالات م.ض 520044314

إعتقالات داخل المحكمة المركزية في حيفا

القيادات العربية تتضامن مع المتهمين الشفاعمريين
ووعود بتصعيد النشاطات



شاهين نصار - الشق الشمالي فقال: «نحن أكذنا، ولا زلنا نؤكد بشكل واضح، أننا لا نعتبر أنفسنا متهمين، نحن نتهم المؤسسة الإسرائيلية لأنها تقف وراء المجرم زادة. نحن نتهم الأذرع التي وفرت الأجواء لهذا المجرم، ومهدت الطريق للجريمة.. هم من يجب أن يُحاكم... من الواضح أن المحكمة الإسرائيلية تحاول أن تحوّل الضحية إلى المتهم».

من جهته أكد مراد حداد (عضو المكتب السياسي للتجمع الوطني الديمقراطي) أن هذا النشاط يأتي تواصلًا لسلسلة من النشاطات التي نُظمت مؤخرًا. وقال: «من المتوقع أن يصدر الحكم خلال الشهر القادم، لذا سنجد الناشطين والجماهير العربية للتظاهر قبالة المحكمة الأخيرة التي سيصدر فيها الحكم، وسنعلن الإضراب. نأمل أن تتخذ لجنة المتابعة العليا قرارًا بتحويل الإضراب إلى إضراب قطري عام. هذه القضية ليست قضية شفاعمريّة فقط.. نحن لم ولن نترك الشباب، وسنواصل الوقوف إلى جانبهم، ولن نقبل بغير البراءة. نحن نرفض أن يُدانوا ويدخلوا السجن ولو ليوم واحد، سنصعد الإجراءات والنشاطات، لأنهم مُتهمون بالدفاع عن أنفسهم وأبناء بلدهم».



وفي ردّه على سؤال حول الخلافات بين اللجنة الشعبية والبلدية في شفاعمرو، قال: «بعض الجهات تحاول تحويل القضية إلى قضية محلية؛ فهذه قضية وطنية وقطرية، وتنعدى حدود الـ48.. إنها قضية وطنية من الدرجة الأولى».

وقال رامز جرابسي (رئيس اللجنة القطرية لرؤساء السلطات المحلية العربية، ورئيس بلدية الناصرة) في حديث لصحيفة «حيفا»: «هذه وقفة تضامن وغضب، لا يعقل أن يُحاكم من منع مجرم من مواصلة ارتكاب الجريمة ومنع أن يكون عدد الضحايا أكبر مما كان. يتحدثون عن إرهابي، حتى الأوساط الرسمية تتحدث عن الإرهابي ننان زادة، ولكن من أوقف الإرهاب يُحاكم اليوم. هذا أمر لا يعقل، ويفترض أن تكون وقفة التضامن أكبر وأن يكون الدعم لمواصلة هذه المعركة أكبر. أعتقد أن المحكمة المركزية مسارها واضح، وأتوقع أن يكون هناك استئناف لاحق لمحكمة العدل العليا على قرار المحكمة». وفي رده على سؤال حول الإجراءات التي اتخذتها لجنة الرؤساء بهذا الشأن، قال جرابسي: «التعبير عن الموقف الداعم، والمشاركة في كل فعاليات التضامن مع المتهمين. وكذلك تجنيد الدعم المالي لمواصلة الإجراءات القضائية المكلفة جدًا».

شاهين نصار - الشق الشمالي فقال: «نحن أكذنا، ولا زلنا نؤكد بشكل واضح، أننا لا نعتبر أنفسنا متهمين، نحن نتهم المؤسسة الإسرائيلية لأنها تقف وراء المجرم زادة. نحن نتهم الأذرع التي وفرت الأجواء لهذا المجرم، ومهدت الطريق للجريمة.. هم من يجب أن يُحاكم... من الواضح أن المحكمة الإسرائيلية تحاول أن تحوّل الضحية إلى المتهم».

وقال رامز جرابسي (رئيس اللجنة القطرية لرؤساء السلطات المحلية العربية، ورئيس بلدية الناصرة) في حديث لصحيفة «حيفا»: «هذه وقفة تضامن وغضب، لا يعقل أن يُحاكم من منع مجرم من مواصلة ارتكاب الجريمة ومنع أن يكون عدد الضحايا أكبر مما كان. يتحدثون عن إرهابي، حتى الأوساط الرسمية تتحدث عن الإرهابي ننان زادة، ولكن من أوقف الإرهاب يُحاكم اليوم. هذا أمر لا يعقل، ويفترض أن تكون وقفة التضامن أكبر وأن يكون الدعم لمواصلة هذه المعركة أكبر. أعتقد أن المحكمة المركزية مسارها واضح، وأتوقع أن يكون هناك استئناف لاحق لمحكمة العدل العليا على قرار المحكمة». وفي رده على سؤال حول الإجراءات التي اتخذتها لجنة الرؤساء بهذا الشأن، قال جرابسي: «التعبير عن الموقف الداعم، والمشاركة في كل فعاليات التضامن مع المتهمين. وكذلك تجنيد الدعم المالي لمواصلة الإجراءات القضائية المكلفة جدًا».

أما الشيخ رائد صلاح (رئيس الحركة الإسلامية

شاهين نصار

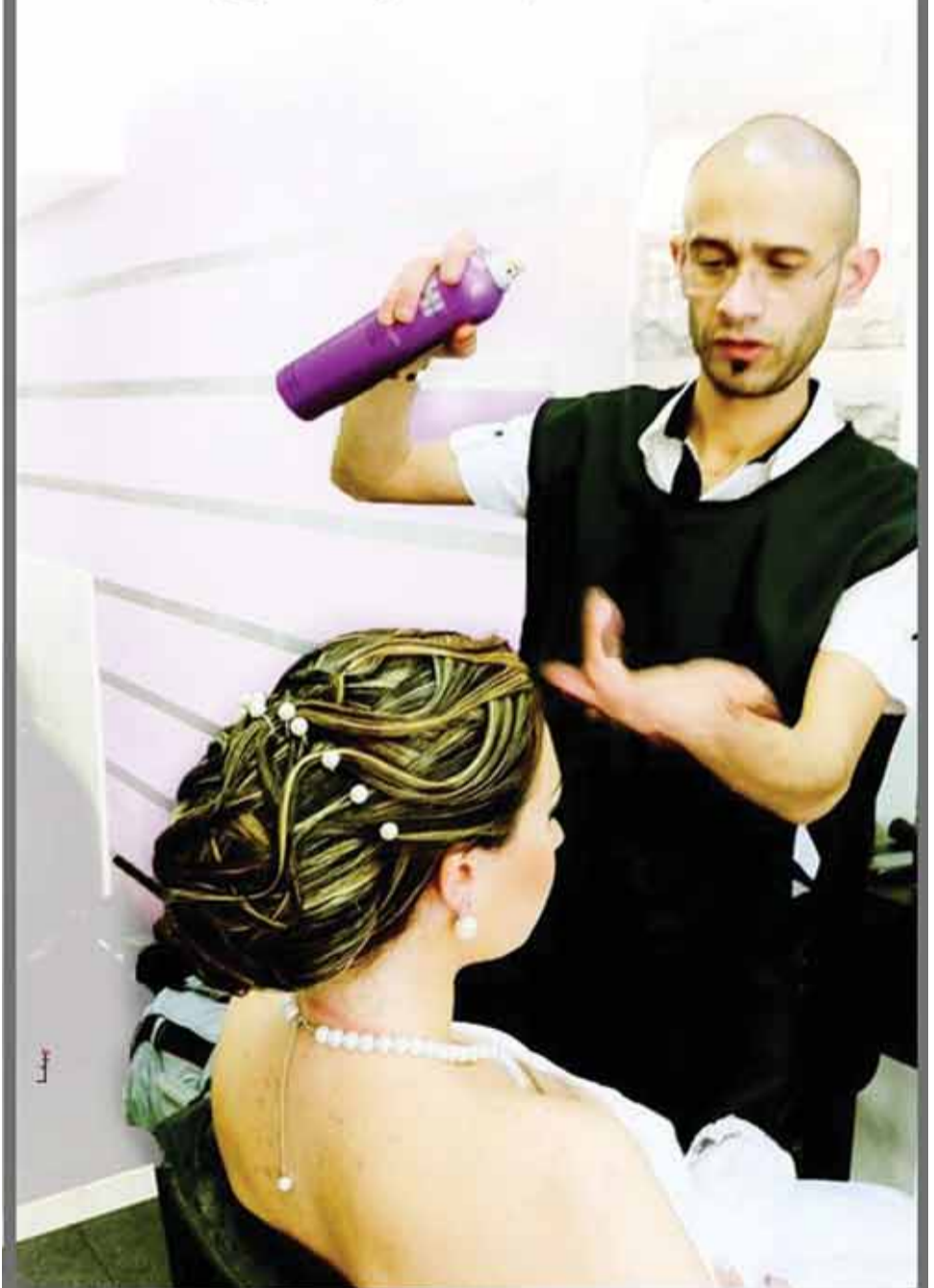


Top Model

إدارة حمودي سالم

أسعار خاصة
وهدية كمان...

بمناسبة الإفتتاح!



قص للنساء وللرجال | صبغة | فسيح
الحلقة يمنية | تسريحات | إضافة شعر

يافا 71 - حيفا

f Hamody Salem | 050-2635700

إنترنتت بيزك بعطيكو أكثر



زدنالكو السرعة مجاناً



بيزك . الأفضل في البيت

حوالي مليون زبون يتمتعون من زيادة
في سرعة التصفح في البيت - مجاناً

لأول مرة في البلاد، بيزك تزيد وبشكل تلقائي
لهليون من زبائنها سرعة التصفح في البيت
لسرعة أكبر - مجاناً

في إنترنت،
وفي إنترنت
هن بيزك!



للتفاصيل والانضمام زوروا
bezeq.co.il



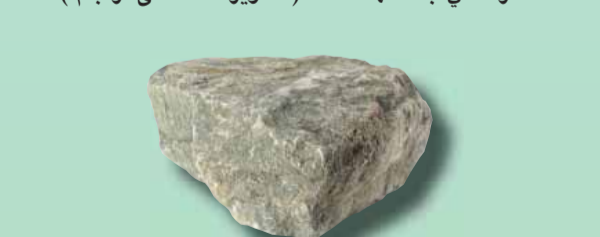
سيّدة حامل كسادت تختنق من قفاز نايلون في رغيف خبز!

لمراسل «حيفا» - أُدخلت سيّدة حامل تبلغ 29 عاماً إلى مستشفى «الكرمل» في حيّفا، بعد أن ابتلعت قطعة من قفاز نايلون كانت في الشطيرة بالجبن التي تناولتها. وأتضح من التحقيق في الحادث أنّ السيّدة ابتاعت هذه الشطيرة وأخذت تتناولها، وما أن قضمت لقمة منها وحاولت ابتلاعها حتّى شعرت بأنّها تكاد تختنق، فاستغاثت بزوجها الذي كان يقربها، ولم يستطع أن يفعل شيئاً، ونقلها على الفور إلى المستشفى، قائلاً إنّ زوجته ابتلعت قطعة نايلون كما يبدو. وقام الطبيب الجراح حبيب حلو بإسعاف السيّدة وانتزع قطعة القفاز من النايلون من فم المرأة، وأدخلها للمراقبة لبضع ساعات، ثمّ أخلّتها إلى بيتها.



صفرت وابتلعت!

لمراسل «حيفا» - حاولت طفلة من الشّمال، تبلغ من العمر 6 سنوات، اللعب بالصفارة الصّغيرة، ولكنّها لم تدري كيف استقرت في رثتها. وكانت الصّافرة وطولها نحو سنتيمتر واحد، مرتبطة بدُمّية تلاعبها الطفلة، وأرادت أن تصفر بواسطتها، لكنّها تنشّقت الهواء إلى رثتها ومعها الصّافرة. وقد تمّ نقل الطفلة إلى مستشفى «رمبام» حيث تمّ تشخيص موقع الصّافرة. وأدخل الأطباء منظاراً إلى الرثتين وسحبوا الصّافرة من دون أيّ أضرار. وقال الناطق باسم مستشفى «رمبام»: «إنّ العملية تمّت بنجاح من دون أن تلحق الصّافرة أضراراً لرثتي الطفلة». وقال الطبيب المعالج، أرييه جوردن: إنّ المستشفى يستقبل سنويّاً عشرات الأولاد الذين يبتلعون أغراضاً حادّة وغير حادّة، منها اللدائنيّة (البيلاستيكيّة) وسواها؛ ولذا يطلب من الأهل مزيداً من الاحتياط والحذر لمثل هذه الحالات. الصّافرة التي ابتلعها الطفلة (تصوير: مستشفى «رمبام»)



رجم بحجر فأصيب بإصابات خطيرة في رأسه!

لمراسل «حيفا» - وصل إلى مستشفى «رمبام»، نهاية الأسبوع، شاب (21 عاماً) يعاني إصابات خطيرة في رأسه. وبعد فحص حيثيات الحادث، تبين أنّ الشاب الذي كان يمارس هواية لعب الكرة في الملعب المتواجد على مقربة من مكان سكناه، رجم بحجر كبير أصابه مباشرة في رأسه. وقد قامت الشرطة التحقيق بالحادث.



وادي النّسناس يستضيف الـ«تخنيون»!

المخطّط عروة سويطات لصحيفة «حيفا»: «حي وادي النّسناس هو القلب النّابض للمدينة، لكنّه يعاني «جلطة» إسكانيّة»



حيّ وادي النّسناس، برز بينهم: مديرة قسم الرّفاه والخدمات الاجتماعيّة في حيّفا، خيريّة علو؛ مدير منطقة شرق حيّفا في القسم، حمّودي سعيد؛ الناشط الجماهيريّ مبدلاً كيبال؛ المهندس موسى ضاهر (عضو لجنة حيّ وادي النّسناس)؛ الناشط شاهين نصّار؛ ومديرة مركز «الأخوة» الجماهيريّ، سعاد شحادة.

وفي حديث خاص لصحيفة «حيّفا» مع مخطّط المدن عروة سويطات، والمعيد في كليّة الهندسة المعماريّة وتخطيط المدن في معهد الـ«تخنيون»، الذي رافق السيوررة التعليميّة للطلاب، أشار إلى أهميّة الدّورة بقوله «هذه الدّورة هامّة، لأنّها تمنح أدوات عمليّة مهنيّة للتّصال الجماهيريّ، من أجل حل أزمة السّكن للسّكان العرب في حيّ وادي النّسناس، وهي توفّر مقترحات وبدائل متعدّدة التي تمكّن السّكان ولجنة الحيّ والمؤسّسات المجتمعيّة في التّأثير على متّخذي القرار في البلديّة، ومؤسّسات التخطيط بشكل عمليّ وبناء، لا الاعتراض والاحتجاج فقط». وأضاف سويطات قائلاً: «تعتبر حيّفا من أهمّ المدن التي تتطوّر فيها حياة مدينيّة عربيّة. لدينا في حيّفا حيّز للفرد وللجماعة في آن واحد، لدينا ثقافة عربيّة وميراث فلسطيني، وفي الوقت ذاته مكاناً لتطوّر الفرد واستقلاليّته؛ وهذا أمر مميّز لدى عرب حيّفا، إذ تعتبر حيّفا مركزاً للعرب في الشّمال؛ بمفهوم أنّها تمنح حيّزاً وفرصاً للعمل والثّقافة والتّاريخ والمؤسّسات الثّقافيّة والمجتمعيّة والسّكن والترفيه، وتخدم أكثر من 200 ألف عربيّ في الشّمال، فحيّ وادي النّسناس هو القلب النّابض لهذا الحيّز الثّقافيّ المركزيّ».

واستطرد سويطات قائلاً: «لكن هذا القلب يعاني «جلطة»، أي اختناق سكانيّ حادّ، يسدّ شرايين الحياة المستقبليّة، إذ تمّ إضافة 30 وحدة سكنيّة فقط خلال 20 عاماً في الحيّ، فحال المباني مأساويّ وعدد منها آيل إلى السّقوط، ومساحة الوحدات السكنيّة صغيرة وغير ملائمة لتعزير العائلات، إضافة إلى أنّ الكثافة في الحيّ هي من الأكثر اكتظاظاً في حيّفا، ومخزون السّكن هو الأقلّ في حيّفا. وفي المقابل معدّل حجم الأسرة في الحيّ هو من الأكثر ارتفاعاً في حيّفا، ومعدّل دخل الأسرة في الحيّ هو الأكثر انخفاضاً في المدينة، أقلّ بثلاثة أضعاف من دخل سكان أحياء الكرمل على سبيل المثال، ناهيك عن أنّ 30% من المباني هي بإدارة الشركة الحكوميّة «عميدار» التي تبيع الأملاك لتتخلّص من «عبء» تطويرها لرجال أعمال من تل أبيب، إضافة إلى عدم توفير قروض بنكيّة من البنوك لشراء الوحدات السكنيّة في الحيّ». واختتم سويطات حديثه قائلاً: «كلّ ما ذكر سابقاً يؤدّي إلى احتدام ضائقة السّكن في حيّ وادي النّسناس وتفرغ الحيّ من الأزواج الشّابة الرّاغبة في العيش والبقاء والتطوّر في الحيّ العربيّ للمدينة، وإفقار الفقراء العرب من دون منحهم حقوقهم الأساسيّة في المدينة، كالملكيّة والمناليّة والاستدامة، لذا هناك حاجة ماسّة لابتكار مبادرات مجتمعيّة فعليّة ونماذج عمليّة، اقتصاديّة واجتماعيّة منظمّة، للتّأثير على مستقبل الحيّ والأجيال القادمة. وهذا ما وفرته لنا أبحاث وخطط مهنيّة أعدّها طلاب، وأشرف عليها محاضرون واختصاصيون في مجال الهندسة المعماريّة وتخطيط المدن».

لمراسل خاص
نظمت كليّة الهندسة المعماريّة وبناء المدن في معهد العلوم التّطبيقيّة الـ«تخنيون»، يوم الخميس الماضي، نشاطاً مميّزاً في مدرسة «الأخوة» في حيّ وادي النّسناس، تمّ فيه عرض مشاريع سكنيّة مقترحة، صمّمها أكثر من 30 طالباً جامعيّاً للهندسة المعماريّة في الـ«تخنيون»، بنطاق دورة «سكن بمتناول اليد» بإشراف المهندسة المعماريّة، د. ميخال يوكلي. ويذكر أنّه تمّ تنسيق الدّورة مع مخطّط المدن والمستشار التنظيميّ الحيفاويّ عروة سويطات، الذي وجّه الطلاب مهنيّاً وأكاديميّاً في التّعامل مع احتياجات السّكان، وبالتّعاون مع رئيس لجنة حيّ وادي النّسناس فكتور حجّار، وعضو اللّجنة المهندس موسى ضاهر، والناشط الجماهيريّ شاهين نصّار. خلال النّشاط تمّ عرض مقترحات وأفكار وأدوات متعدّدة لحل أزمة السّكن في حيّ وادي النّسناس، إذ بحث الطلاب على مدار الفصل المميّزات الاجتماعيّة والبيئيّة والحيزيّة عند السّكن في الحيّ، وانكشفوا للفرص والتّحدّيات التي يواجهها السّكان. وقد شارك في هذا اللقاء النّشاط مجموعة من الاختصاصيين والمهنيين، ذوي تأثير في مجال السّكن والتّخطيط، وعدد من سكان وناشطي

أزياء نقارة
أزياء الملابس

شو حلوة ليلتنا
بأزياء نقارة..

* للزفاف
* للسهرات
* للخطوبة
* للإشبينات والأمهات

nakkara fashion
nakkarafashion@gmail.com

حيفاش، اللّبنّي 33 | ص.ب 1277 | هاتف: 04-8524948
تلفاكس: 04-8514788 | خليوي: 054-4455838 | 054-7837079

حملة الـ 59⁹⁹ شيكل... لحمة الـ



فخذة عبور ص



1 كيلو بـ
59⁹⁹
شيكل

عبور بلدي
طارح

رقاب عبور للحشي

1 كيلو بـ
59⁹⁹
شيكل



2 كيلو موز خروف

99⁹⁹
شيكل



1 كيلو اضلاع عبور ملوكية

89⁹⁹
شيكل



1 كيلو قص خروف بالعظم

29⁹⁹
شيكل



3 كيلو شنييتسل دجاج منظم

99⁹⁹
شيكل



1 كيلو بـ
59⁹⁹
شيكل

1 كيلو لحمة عجل أحمر

59⁹⁹
شيكل



1 كيلو لحمة خروف بدون عظم

89⁹⁹
شيكل

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 نفاد المخزون * الخطأ وارد

معبور الطازج بسعر لحمة العجل

1 كيلو بـ
59⁹⁹
شيكل



اكتاف عبور للحشي



مغير للحشي

1 كيلو بـ
59⁹⁹
شيكل



1 كيلو لحمة عجل + خروف للطحن
59⁹⁹
شيكل



2.5 كيلو لحمة عجل للطحن
99⁹⁹
شيكل



1 كيلو ستيك سينتا للشوي
79⁹⁹
شيكل



Bambinō

- since 1969 -

جديد في بمينو
أجبان وألبان ماعز

بمينو لحوم عالاصول

Bambino.H.

NEW COLLECTION 2013

آخر شيكاكة!



ش.ج 5,900
بدل 8,900 ش.ج.

صالون LUX



Marhba

ش.ج 4,900
بدل 7,900 ش.ج.

صالون Delta



صالون Dallas

الآن في عبد اللطيف تشكيلة 2013 الجديدة
التصاميم الخلاقة والألوان الزاهية.. بتخلي بيوتكم آخر شيكاكة!



أثاث عبد اللطيف

www.lattef.co.il
facebook.com/lattef

دير الأسد
البعنة-مدخل البلد
04-9887837

شفاعمرو
الناعمة-عمارة صليبا
04-9867298

الناصرة
جاليري أبو ماهر
04-6570077

ام الفحم
مجمع عبد اللطيف
04-6315561



أدريان (إدي) شقحة - تصوين: رونن أكرمان



ماذا ستحصل إذا فزت في البرنامج؟

نحن 16 فتى وفتاة وصلنا إلى هذه المرحلة بعد التصفية، وسنبقى حتى الحلقة الأخيرة من البرنامج، فهناك الجمهور ولجنة التحكيم. وكنت أتمنى لو أن أحد الحكام عربي. فالشخص الذي يربح من بين الـ 16 يحصل على منحة دراسية لدراسة الموسيقى، كما أن الجميع يدرسون موسيقى على حساب البرنامج حتى نهاية الصيف. فالأبواب فتحت أمامي، ومن المحتمل أن يتوجه إليّ مخرجو أفلام، أو مسلسلات تلفزيونية للمشاركة في التمثيل والغناء. أما ردود الفعل فهي مشيرة وإيجابية في الوسط العربي. وتلقت ردود فعل عديدة إيجابية على الفيسبوك. (وهنا تتدخل ماريان ثانية): «أنا قَدِّمت العائلة نحن عائلة عربية (ولا نظهر من منطلق ديني كعائلة مسيحية، كما أرادوا تعريفنا).

ما هي آمينتك في المستقبل القريب؟ ومن هو مغنيك المفضل؟

أولاد صغرى يشجعونني، يصفقون لي، كما أن المعلمين ومديرة المدرسة الراهبة عادة شلح تشجع وتدعم، فقد بدأت أغني في جوقة المدرسة، وحصلت على الأسس الموسيقية. كما أعطتني المدرسة خطوة هامة إلى الأمام، وأنا فخور بأنني طالب في «الكرمليت».

ما هي كلمة إيدي الأخيرة؟
إيدي شقحة يخطط ولا يحلم... وهذا هو شعاري في الحياة.

أريد أن أصبح مغنيًا مشهورًا، وسأصدر أول أغنية باللغة الإنجليزية من كلام ولحن محلي في المستقبل القريب بعد الإنتهاء من مشاركتي في برنامج مدرسة الموسيقى. أحب عدد من المغنين والمغنيات: ربهانا، أديل، مايكل جاكسون، إيمي واينهاوس، ويتني هيوستون، وغيرهم.

ما هي ردود الفعل من زملائك والمعلمين في المدرسة؟



جديد جديد جديد

DVD

زهير فرزييس

حفلة الأوديتوريوم - حيفا

الثلث

25

شاقل جديد

للحصول على ال- DVD

جمعية الكرمل للموسيقى

04-8621041



الأحد - الخميس

14:30 - 20:00

ستوديو نصرات للعلطور
بشمس تميزت برفاهية
Cnydau dyso "Hadu"

0524592206 04-8233329 28 حيفا

ستوديو نصرات للعلطور
جميع العطور الفرنسية بادارة: نادية

4 - 100 + 100 - 2
اشترى 4 + 1 مجاناً

0524592206 048233329 28 حيفا

Lafatal

لافاتال ألبسة وأحذية

آن أوان التتتطيب؟؟؟

لثلاثة ايام فقط ... من الخميس وحتى السبت 2013-2-23-22-21



تشكيلة أحذية
نسائية وولادية
(سبورت واليجانت) من
أرقى الشركات العالمية

KATRIZ
LUXY
GRASS
LOREN

من
49 - 99 ش.ج



1+1 على كل الالبسة
+1 الثاني بنصف السعر
على كل الأحذية الشبابية

وفي قسم
الشباب



شفاعمرو، الشارع الرئيسي، 049503346

افراح اللنبي

2013



الحملة البيضاء



غرفة نوم كاملة
تشمل: سرير،
2 كومودينات،
تواليت، مرآة،
خزانة 6 ابواب،
مزنون، طاولة
صالون، طاولة
سفرة مع 6
كراسي وصالون
1+2+3



(الأثاث من نوع
إفوكسي- ابيض)

ش.ج 29,790



1700-55-44-66



مفروشات اللبني

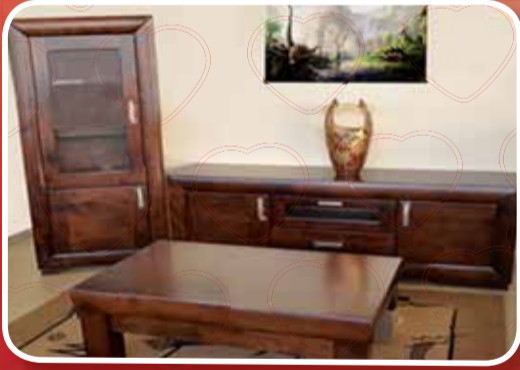


Noc .Out.adv

أثاث بيت كامل بـ

11,790

وذلك يشمل غرفة نوم كاملة تشمل:

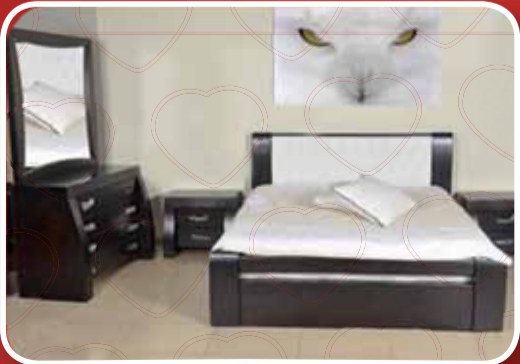


مزنون + فترينا + طاولة

سرير وفرشة. خزانة 4 ابواب.
2 كمودينات تواليت ومراة
طقم صالون 3+2+1
مع طاولة صالون.
مزنون وفترينة طاولة سفرة
مع 6 كراسي.



طاولة سفرة + 6 كراسي



غرفة نوم كاملة + خزانة 4 ابواب



فرشة



صالون 3+2+1

السعر يشمل الضريبة ولا يشمل النقل والتكيب. الصور للإيضاح. احتمال الخطأ وارد

شفاعمره
حي عين عافية طريق عيلين
077-5070334

حيفا (المخزن الرئيسي)
شارع هبونيم هحوفشبيم 11
تشيل بوست

كفرياسيف ابو سنان
الشارع الرئيسي - كفرياسيف أبوسنان 052-6588435

«يوم إعلام» لصفوف التوسع



لمراسل «حيفا» - نظمت الكلية الأثوذكسية العربية في حيفا «يوم إعلام» لصفوف التوسع في الكلية، يوم الثلاثاء الأخير، وتخلل هذا اليوم نشاطات وفقرات مختلفة.

استهل اليوم المخرج بلال يوسف بفيلمه الوثائقي «العودة إلى الذات»، حيث استرسل بعد العرض بشرح خصائص العمل في الإنتاج السينمائي وتحدياته، وأجاب على استفسارات الطلاب العديدة، بشأن أعماله السينمائية الأخيرة؛ ومن أبرزها الفيلمان الوثائقيان: «على هذه الأرض» و«ضد التيار» من إنتاج الجزيرة الوثائقية.

شارك الطلاب خلال هذا اليوم، أيضاً، بحلقة حوار تمحورت حول الإنتاجات السينمائية الطلابية في الكلية، حيث شاهد الطلاب فيلمين من جانرات سينمائية مختلفة، وشاركوا في نقاش حول تقسيم

المهام في الإنتاج السينمائي، شارك به الأستاذ كمال زايد معلم موضوع الإعلام العملي في الكلية، وخريج الكلية أكرم عودة، والطالب ريان أبو يونس.

اختتم «يوم الإعلام» بحضور قدمها الفنان الممثل سليم ضو، بعنوان: «تمثيل العرب في الإعلام الإسرائيلي»، تناولت بالأساس الآراء المختلفة بشأن تمثيل العرب في المسلسل الكوميدي «شغل عرب»، وإسقاطات التمثيلات النمطية للعرب في الإعلام على المجتمع والأفراد.

وتشير المعلمة مريا صبرا، والتي نظمت فعاليات هذا اليوم، إلى أن «يوم الإعلام» في الكلية بات عادة سنوية تهدف إلى كشف الطلاب على مواضيع من حقول الإعلام المختلفة، وإلى تعزيز المشاهدة النقدية لديهم، وتدارك التأثير الكبير المنسوب للإعلام المرئي في أيامنا.

المهام في الإنتاج السينمائي، شارك به الأستاذ كمال زايد معلم موضوع الإعلام العملي في الكلية، وخريج الكلية أكرم عودة، والطالب ريان أبو يونس.

اختتم «يوم الإعلام» بحضور قدمها الفنان الممثل سليم ضو، بعنوان: «تمثيل العرب في الإعلام الإسرائيلي»، تناولت بالأساس الآراء المختلفة بشأن تمثيل العرب في المسلسل الكوميدي «شغل عرب»، وإسقاطات التمثيلات النمطية للعرب في الإعلام على المجتمع والأفراد.

وتشير المعلمة مريا صبرا، والتي نظمت فعاليات هذا اليوم، إلى أن «يوم الإعلام» في الكلية بات عادة سنوية تهدف إلى كشف الطلاب على مواضيع من حقول الإعلام المختلفة، وإلى تعزيز المشاهدة النقدية لديهم، وتدارك التأثير الكبير المنسوب للإعلام المرئي في أيامنا.

دورة إسعاف أولي لصفوف العواشر في مدرسة «المتنبي»



حدوث إصابات في المكان الذي يتواجدون فيه، وكيفية تقديم المساعدة بالشكل السليم، وإجراء عملية تنفس اصطناعي، وعمليات إحياء للمصاب، معالجة حروق، إيقاف نزيف دم، ربط كسور، وغيرها...

وفي نهاية الدورة حصل الطلاب المشاركون الناجحون على شهادة تؤهلهم لتقديم الإسعافات الأولية.

لمراسل «حيفا» - نظمت مدرسة «المتنبي»، يومي الخميس والجمعة الماضيين، دورة إسعاف أولي لطلاب العواشر، بإشراف عدد من المسعفين والمضمدین المؤهلين.

هدفت الدورة إلى توعية الطلاب وإرشادهم في التعامل مع حالات طوارئ مختلفة، وكيفية تقديم الإسعافات الأولية، بشكل نظري وعملي وتدريب الطلاب على كيفية التصرف في حال

fresco مطبخ إيطالي



Cibus

طازج... لذيذ... مميز...

BiOp

بيتسا + 3 إضافات
فصل على
كوكا كولا
مجاناً



3 بيتسا
عائلية

100 ₪

2 بيتسا
عائلية

(إضافة عادية لكل بيتسا)

+
كوكا كولا
بحجم
كبير

85 ₪

2 بيتسا
عائلية

(إضافة عادية لكل بيتسا)

+
سلطة
بحجم
كبير

99 ₪

04-8623623

إرساليات مجاناً على طلبية لا تقل عن 35 ₪

(منطقة التوزيع محدودة، مناطق بعيدة مشروطة برسوم إرساليات)

شبتاي ليلي 15، حيفا

ساعات العمل: 11:00 - 00:00

ملاحمة سميراميس
Different taste



جاجة ب 1 ش.ج

حملات نهاية الاسبوع من الجمعة وحتى الاحد 22-23-24\2\2013
في ملحمة سميراميس لا منافس لها

اشتروا ب 299 ش.ج واحصلوا على دجاجة كاملة ب 1 ش.ج

اشتروا ب 399 ش.ج واحصلوا على 1 كغم عبور مجروم ب 49 ش.ج

كوبون لمطعم
سميراميس بقيمة
100 ش.ج

اشتروا ب 599 ش.ج
واحصلوا على



الكميات محدودة - الخطا وار - يحق لشركة سميراميس ايقاف الحملة في اي وقت



ترقبوا ... ترقبوا...

مهرجان
التسوق الاكبر
والجائزة الكبرى
سيارة يونداي

تابعوا الاعلانات.....

شفاعمرو - حي البلدة القديمة | هاتف: 04-9868700

תגיגת האבצעים

ברוכים הבאים למאות מבצעים



חזה עוף
4 ק"ג
110 ₪

חזה הודו
2 ק"ג
50 ₪

חזה עגל אסאדו
3 ק"ג
100 ₪

פרגיות עוף
3 ק"ג
100 ₪

בורקס גבינה/תפו"א/
בצק עלים
"מעדנות"
9.99 ₪
ליחידה

שמן קנולה
1 ליטר
2 י"ב
15 ₪

שניצל עוף
3 ק"ג
100 ₪

בשר בקר טחון
4 ק"ג
120 ₪

ירקות פרי הגליל
800 גרם
7.99 ₪

פילה אמנון מתובל "דלידג"
19.99 ₪
לק"ג

פילה דג מובחר נסיכת הנילוס "דלידג"
25.99 ₪
לק"ג

מלווח "מעדנות"
700 גרם
8.99 ₪

רביעיית טונה סטאר קיסט
110 גרם
17.99 ₪

מגוון מטוגנים שלושת האופים
15.99 ₪

צ'יפס תפוגן
2 ק"ג
14.99 ₪

שניצל תירס זוגלובק
2.4 ק"ג
49.99 ₪

קפה ג'ייקובס מיובש
200 גרם
29.99 ₪

קפה ג'ייקובס גולד
200 גרם
24.99 ₪

יוגורט תנובה
1.5 ליטר
2 י"ב
20 ₪

רויון תנובה
1 ליטר
2 י"ב
14 ₪

המבצעים עד יום חמישי 28.2.13 או עד גמר המלאי *אין כפל מבצעים

*החנות שומרת לעצמה את הזכות להגביל/להפסיק את המבצעים בכל עת *התמונות להמחשה בלבד *ט.ל.ח

וודקה
פינלנדיה
700 מ"ל



64.99 ₪

וודקה
תוצרת חו"ל
1 ליטר



2 יח' 54.99 ₪

יין
פולינג סטאר
750 מ"ל



14.99 ₪

בירה סטלה
אתור



3 יח' 14.99 ₪

וויסקי
ריד לייבל
1 ליטר



109.99 ₪

וודקה
ואן גוך
בטעמים
750 מ"ל



2 יח' 169.99 ₪
ליחידה

וודקה
אבסולוט
750 מ"ל



2 יח' 100 ₪

וודקה
סמירנוף
750 מ"ל



2 יח' 90 ₪

יגרמיסטר
750 מ"ל



99.99 ₪

ג'ין גורדון
1 ליטר



89.99 ₪

וויסקי
לייבל 5
750 מ"ל



64.99 ₪

וויסקי
בלנטיין
700 מ"ל



89.99 ₪

עוגיות מירווא
225 גרם



2 יח' 13.99 ₪

תה קר
נסטה
1.5 ליטר



3 יח' 11.99 ₪

ליקר
באיליס
1 ליטר



129 ₪

שרידנס
1 ליטר



159 ₪

לבנה ביתית
500 גרם



9.99 ₪

טבלת שוקולד מילקה
250 גרם



8.99 ₪

מבחר
פרלינים
מעולים
תוצרת גרמניה
180 גרם



2 יח' 19.99 ₪

מבחר
עוגיות שקד
700 גרם



9.99 ₪

معالمو مدرست «ماريوحنا الإنجيلي» في «سلام مع البيئ»



لمراسل «حيفا» - شارك معلّمو ومعلّمات مدرسة «مار يوحنا الإنجيلي» ومربّيات بساتين «مار يوحنا»، في مؤتمر عُقد خصيصاً لهم، وذلك يوم الجمعة الأخير (8/2/2013)، في متنزه نهر المقطع («كميشون»). وكان قد تخلّل المؤتمر محاضرة من قبل مندوب عن سلطة نهر المقطع، الذي تحدّث عن إعادة تنقية النهر، الذي تباشر به وزارة حماية البيئة، بالتعاون مع سلطة نهر المقطع، والتي تهدف إلى تنقية مياه النهر، وإعادة ترميم النظام الإيكولوجي للنهر ووضفّته، وإعادة الأنواع الطبيعيّة التي اختفت من مياه النهر وبيئته، وذلك في أعقاب ما عانى منه النهر ومنطقته على مدار عشرات السنين من تلوث شديد من المصانع ومن الصّرف الصحيّ حتّى تحوّل إلى أكثر الأنهر تلوثاً في البلاد. هذا، وتخلّل اللقاء، مسار سير للتعريف عن كثب على النهر ومنطقته (المتنزه)، لمشاهدة التغيّرات الحاصلة جراء الترميمات. ويعتبر المؤتمر جزءاً من

توجّهات المدرسة - نحو مدرسة خضراء، وهي ركيزة هامة من ركائز منهجية المدرسة الرائدة في «ثقافة السلام» - عنصر التربية البيئية، سعياً من المدرسة لحمل لقب «مدرسة خضراء» فعلاً.

مجمّع فعاليّات من الممكن تمريرها لطلاب المدرسة، تعالج المضامين المذكورة، ولتذويت فكرة: «سلام مع البيئة المحيطة». ومن الجدير ذكره، أنّ الدورة بحدّ ذاتها، مرآة تعكس

دورة استكمال تشارك بها المدرسة بطاقمها التربويّ التعليمي، تتمحور مضامينها حول كيفية استغلال المواد الطبيعيّة بشكل صحيح، كيفية الحفاظ على البيئة، والعيش في بيئة نظيفة؛ إضافة إلى

مدرست «مسار» في يوم التربية الخاصّة



وقد كان لافتاً للانتباه مدى إصرار مضيفي اليوم، طلاب مدرسة «المسار»، على دمج الطلاب الضيوف بالفعاليّات المختلفة، من منطلق الحرص العام على تنفيذ برنامج المدرسة الإجماليّ الذي يتبنّى، للسنة الثانية على التوالي، منظومة الدمج المجاليّ، مضموناً، برنامجاً، وعملاً. ولا بدّ في هذا السياق الإشارة للدور البارز الذي شغلته مديرة المدرسة، أميمة قدّور، على مستوى الإستضافة، الشرح والتوجيه، وتفعيل الورشات بمساعدة الطاقم. تمّ اختتام فعاليّات هذا اليوم النموذجي لشكل التّواصل الاجتماعيّ والمهنيّ بين المدارس العادية والخاصّة، ممثلاً بمدرسة «المسار» عبر نتاج فنيّ لافت، إضافة إلى أنواع مختلفة من الطعام التي أسهم الطلاب والمضيفون بإنجازها. وقد قدّمت فقرة فنية لأحد الطلاب الموهوبين، يوسف إسكافي، حيث عزف مقطوعة موسيقية مميزة على الأورغ بمرافقة بعض طلاب المدرسة.

لمراسل «حيفا» - وسط أجواء احتفالية، جرت في مدرسة «المسار» - حيفا، فعاليّات ما اصطلح على تسميته «يوم قمة للتربية الخاصّة». والجدير ذكره أنّها خطوة تمّ برمجتها على مستوى وزارة المعارف في لواء حيفا بهدف دمج الأطر الخاصّة بالأطّر العادية، ومدّ جسور مهنية وعلاقات اجتماعية ثرية بين الإطارين، وكشّف الأخيرة على البرامج الداخليّة للمدارس الخاصّة، ومدرسة «المسار» أحدّها. في هذا اليوم فردت مدرسة «المسار» قلبها، ومهنيّتها لنخبة من طلاب ثلاث مدارس، هي: «عبد الرحمن الحاج»، «الأحمدية»، و«حوار». وفي السياق نفسه أعدت مدرسة «المسار» بطواقم طلابها، مساعداتها، ومعلميها برنامجاً يناسب احتفالية المناسبة بهدف دمج الطلاب الضيوف واحتوائهم في إطار البرنامج العام لمضيفيهم. حيث تمّ إعداد أربع ورشات فنية توزعت بين «غناء الكلمة» - «الكاروكي»، وورشّة فنية، هي: «ضدّ العنف في الملاعب»، و«مخبز المسار» و«حانوت حلويات» - «كونديتوريا».

طلاب المركز الجماهيري في الحليصة يزورون متحف العلوم في الـ «كريوت»



لمراسل «حيفا» - ضمن النشاطات العديدة لقسم دورات الإثراء في المركز الجماهيري في الحليصة، قامت مؤخراً مجموعة من الطلاب بزيارة متحف العلوم في الـ «كريوت» بمرافقة إيمان جرابسي (مركزة القسم)، وضياء عبد الهادي (مرشد نادي الحاسوب التابع للمركز). وتأتي هذه الزيارة ضمن النشاطات المشتركة بين الـ «كلاّب-هاوس» (نادي «إنتل» للحاسوب) في المركز الجماهيري «ناثيه يوسف»، حيث التقى أطفال الحليصة مع أطفال «ناثيه يوسف» وقاموا بفعاليّات مشتركة أثارت فضولهم.

3 بيتسا عائلية 100 ش.ج. فقط!

2 بيتسا عائلية + 100 ش.ج. فقط!

2 بيتسا عائلية + 75 ش.ج. فقط!

2 بيتسا عائلية + 100 ش.ج. فقط!

just **vinovino**

המסכה האויפקו

إرساليات مجاناً

שד הציונות 31 טל: 04-8553553

البرغل الخشن من نخلة، ممتاز للكبة.
بلا مخاطرات وبلا فلسفات.



UnderGround



صبيحي
نخلة
بقوليات

الكبة النية مثل اللي بيتطلع من عين الباب...
لما الواحد بيحطها بثمه بيبدأ يشوف يحس بطعمات مخفية،
هذا هو البرغل الخشن المتخبي على جنب بيقوم وبيملي
التم بابتسامة كلها انفعال!
فحضروا الكبة النية واستنوا عالباب...

الأَسعار



₪ 24⁹⁹

أرز صانوايت "شقة" 5 كغم

محدود بـ 2 وحدات - عند
الشراء بـ 100 ش.ج



₪ 24⁹⁹

زيت كانولا "ميلومور" 3 لتر



₪ 20⁵

تشكيلة معكرونة/سباغيتي
"أوسم" 500 غم



₪ 22⁵

شعيرية/فتافيت مخبوزة
"أوسم" 500 غم



₪ 21⁹⁹

رباعية تونا "ويلي-فود"
160 غم



₪ 12³

فطر مقطّع "ويلي-فود"
400 غم

محدود لـ 6 وحدات



₪ 15⁵

تشكيلة مسليات شوكولاتة
"عيليت"



₪ 10³

سكر "أورجينال" 1 كغم

محدود بـ 9 وحدات - عند
الشراء بـ 100 وما فوق

فرع بيركا - م.ص. بير

ul Market



الحملاات بين التواريخ 28.02.13 - 21.02.13 أو حتى نفاذ المخزون (السابق من بينهما). شبكة مركز همازون تحف



מסחרה

₪ 14⁹⁹



אקיאס פאקום "סאנו סושי"

₪ 12⁹⁹



"סאנו ריטסבאז" 3 לטר

₪ 14⁹⁹



סאנל גלי "פירי"
1.5 לטר

מחודד ב-2 وحدات - عند
الشراء ب-100 ش.ج

₪ 16³



00 منظف الحمامات 1 لטר

Yara adv

₪ 9⁹⁹



"סאנו أنتي كالك" رمادي
750 مل

₪ 9⁹⁹



مزيل الدهون "سانو فورتی"
بلوس" 750 مل

₪ 16²



"سانو بیسجا" معطر 4 لטר

₪ 14⁹⁹



مطرّي غسيل "مكسيما" 4 لטר

محدود ب-2 وحدات - عند
الشراء ب-100 ش.ج

₪ 19⁹⁹



عوجي / شوچی / كوكو مان
750 غم - 1 كغم

محدود ب-2 وحدات - عند
الشراء ب-100 ش.ج

₪ 29⁹⁹



قهوة "جيكوبس" 200 غم

₪ 29⁹⁹



رزمة ثلاثية "فريشماטיك" تعبئة

₪ 39⁹⁹



مسحوق غسيل "كولون" 7 كغم

₪ 10³



كوتج 5%-3% "طارا"
250 غم

₪ 18²



تشكيلة مشروبات حليب
1 لتر "تنوفا"

₪ 16⁹⁹



رزمة "میلکی" شکولاتة/
شکولاتة أبيض - ثمانية

₪ 20⁵



تشكيلة قوالب شکولاتة
"عیلیت" 80 غم - 100 غم

فتوح
7
یמים בשבוע

كا هاتف 04-906-9600

A Wonderf

ظ لنفسها الحق بتغيير و/أو إنهاء و/أو تحديد الحملات في أي وقت. لا يوجد بيع بالجملة. الخطأ وارد.

انطلاقة جديدة في نشاط المعلمين العرب «المتقاعدين» في حيفا



طراسل خاص

بدعوة من جمعية التطوير الاجتماعي، عُقد في مركز الجمعية، أول أمس الأربعاء، اجتماع لمجموعة من المعلمين الحيفاويين «المتقاعدين»، وذلك لتدارس تفعيل المعلمين السابقين في خدمة مجتمعهم، وإيجاد رابط اجتماعي وإنساني، وخلق حراك مجتمعي بينهم.

افتتح الاجتماع مرحباً الأستاذ زياد شليوط (مركز دائرة التعليم والثقافة في جمعية التطوير الاجتماعي)، وأشار إلى عطاء المعلمين، مؤكداً على أن الجمعية تدعم نشاط المعلمين المتفرغين وتوفر لهم الظروف المريحة للالتقاء والعمل.

وتحدث الأستاذ نبيل سمور (من المبادرين لعقد الاجتماع)، موضحاً فكرة اللقاء وأهميته بتبادل الآراء والاتفاق على سبل عمل هذه الشريحة في خدمة مجتمعها، من خلال إطار يضمهم أو نشاطات هادفة. وشارك الحاضرون في تقديم الآراء وطرح الأفكار

ضمن إجماع تام، واتفاق فيما بينهم، على أهمية تجميع المعلمين المتقاعدين في حيفا، للتواصل فيما بينهم وبين مجتمعهم؛ كما شكروا جمعية التطوير الاجتماعي على مبادرتها ودعمها لنشاط المعلمين، وعلى مجمل أعمالها في خدمة المجتمع الحيفاوي العربي.

وساهم في النقاش كل من المرين والمرينات السابقين: مدلين عطا الله، حبيبة خوري، فتحى فوراني، لطف الله عطا الله، نائلة نقارة - أبو مئة، مفيد خوري، فهيم دكور، فيوليت زهر، وجريس ضو. كما شاركت في اللقاء، وساهمت في النقاش د. رحاب صالح (الحيفاوية الأصل، والمقيمة في الدانمارك)، والتي تزور موطنها وتحل ضيفة على الجمعية في هذه الفترة. واتفق الحضور على وضع برنامج عمل حتى الصيف القادم، يتضمن لقاءات اجتماعية وترفيهية لشريحة المعلمين القدامى، وعلى أن يعقد اجتماع موسع بعد أسبوعين، لوضع الاقتراحات موضع التنفيذ.

المعماريون العرب يستعدون لبناء جسور مستقل



طراسل «حيفا» - اجتماع، نهاية الأسبوع المنصرم، عدد من المعماريين وطلاب الهندسة المعمارية، للباحث في أهمية بناء جسم عربي مستقل، يحتضن مهندسين معماريين من الداخل، ويتبنى قضاياهم.

وتأتي هذه الخطوة، التي يبادر إليها المهندس المعماري عبد بدران وطاقم مكتبه، لتطرح إقامة جسم عربي تكون مهمته احتواء المعماريين العرب، ووضع رؤية وتقديم اقتراحات لتنظيم عملهم داخل البلاد.

وستكون المهمة الأولى التي سيعمل على تنفيذها هذا الجسم المستقل، إقامة مؤتمر سنوي للمهندسين المعماريين، الأول من نوعه وأهدافه، بحيث يُطرح المؤتمر تصور وقضايا عينية ومهنية. لم يُحدد حتى الآن تاريخاً للمؤتمر، غير أن جميع المشاركين أجمعوا على إقامته في تشرين الأول القادم.

وشارك في الجلسة كل من المهندسات والمهندسين: عناية بنا جريس، فرح سرحان، أمير سروجي، ليلى سرحان، معتصم هبيبي، عصام سابا، ميمون أبو عطا، حنين قندلفت - حزان، إسرائ حجازي، ريهام قدسي، زين عودة، والطالبان عبيدة أبو عصبه ولما شحادة.

وفي الجلسة الأولى التي أقيمت في مكتب المهندس عبد بدران في مدينة حيفا، تم نقاش هذه المبادرة وأهميتها، وضرورة بناء هذا الجسم في هذه المرحلة بالذات. وقد تحدث المبادر بدران عن تجربته الشخصية، سواء في دراسته الأكاديمية أو في الممارسة العملية، وكيف تعززت قناعاته بضرورة إيجاد جسم عربي محلي، ولا سيما من مجتمعنا العربي، غني بالقدرات المعمارية المهنية التي لا تقل عن المجتمع اليهودي.

ويؤمن بدران بأن المعماريين العرب لديهم ما يكفي من القدرة والمهنية لخلق حيزهم العمراني والمعماري ومنافسة الحيز المسيطر، متحررين من قيوده، إذا ما أخذنا بعين الاعتبار خصوصياتنا وثقافتنا وتاريخنا المعماري العريق. وفي حديثه أشار بدران إلى «أن المعماري الإسرائيلي المعتدل أصلاً موجوداً على الهامش، ويزيد الأمر بالنسبة للعربي الذي يصبح على هامش الهامش، ومن هنا تنبع أهمية الجسم المطلوب».

أما مهندسة المدن عناية بنا جريس فأبدت اهتماماً بفكرة بناء جسم بديل، خاصة في ظل الوضع القائم الذي يبدو فيه العربي مهمشاً، حيث لا صوت للعربي في المجال الهندسي، مؤكدة من خلال تجربتها الشخصية - كونها تعمل في مركز التخطيط البديل - فهي مُطلعة على النظرة النمطية وغير المدروسة للمؤسسات الإسرائيلية تجاه تخطيط المدن في البلدان العربية، سواء كان ذلك في البناء أو في الخرائط الهيكلية، ومن هنا تأتي أهمية إيجاد عنوان ليكون أساساً لعمل المعماريين العرب والمخططين.

وترى المهندسة عناية أن الفكرة يجب أن تؤخذ

بدراسة متأنية ومحسوبة تماماً، وتبنى على أساس قدرات وطاقات من أبناء مجتمعنا، لكنها لا تكون كبيرة، بحيث تصبح مهلهلة غير مُحَددة الملامح، ولا تكون صغيرة بحيث تضيق وتنحصر بمجموعة صغيرة.

ومن المواضيع التي تم تداولها في اللقاء: مساعدة المعماريين العرب في الحصول على الترخيص، إنشاء ومأسسة سوق العمل المعماري العربي في البلاد، خصوصاً تواصل المعماريين فيما بينهم، العمل على رفع صوت وهموم المعماري العربي إلى مؤسسة المعماريين في إسرائيل، التأثير نحو إشراك المعماري العربي بنشاطات التدريس في المؤسسات الأكاديمية، وكليات العمارة، التأثير نحو إشراك المعماري العربي بمؤسسات إتخاذ القرار، إقامة «بيت المعماري العربي» وإصدار نشرة فصلية، بناء جسور ثقافية مع مؤسسات فلسطينية ذات صلة، السعي لإقامة المؤتمرات، المعارض، والدورات لتطوير الكفاءة والاحتراف وللارتقاء بالوعي لأهمية المعماري في تطوير العمارة والعمران، خصوصاً لدى مؤسسات الحكم المحلي السعي لاعتراف دولي بالمرورث المعماري الفلسطيني، السعي للمساهمة في الخطاب عن العمارة الفلسطينية المعاصرة ووضع أسس دراستها.

وفي النهاية اتفق المشاركون على ضرورة البدء بتشكيل لجان من المعماريين، للبدء بإقتراح برنامج مدروس للجسم المنشود وللمؤتمر، في تشرين أول/أكتوبر القادم.

اختتم اللقاء بعرض أربعة مشاريع تخريج لكل من المشاركين: ليلى سرحان (وادي الصليب - حيفا)، معتصم هبيبي (متحف ويازار - عكا)، عصام سابا (الحيز العام في فلسطين اليوم)، وأمير سروجي (الحيز العام - أم الفحم).

طلاب «مار يوحنا الإنجيلي» يتذوقون «عسل السلام»



طراسل «حيفا» - مبادرة طيبة قام بها أعضاء لجنة أولياء أمور طلاب مدرسة مار يوحنا الإنجيلي في حيفا، وبالتعاون مع مجلس الطلاب، تمخضت عن إحضار مرطبات من العسل الطبيعي، ليتم بيعها لطلاب المدرسة وذويهم بسعر معقول. وتهدف هذه المبادرة إلى تنفيذ مشروع داعم للمسيرة التربوية التعليمية في المدرسة، التي تتمثل بحوسبة الغرف التدريسية، من إدخال حاسوب لكل غرفة ومسلاط وشاشة.

الطلبة، وإدارة المدرسة قد أطلقوا على العسل اسم «عسل السلام»، تيمناً بمنهجية السلام التي تتبناها مدرسة مار يوحنا الإنجيلي.

ويجدر الإشارة إلى أن مرطبات العسل تم التبرع بها من قبل إحدى مزارع العسل المصادق عليها. وكانت لجنة الأهالي، بالتعاون مع مجلس

כל סוגי הבשר הטרי
בجميع أنواع اللحوم الطازجة



حملة تنزيلات لا مثيل لها!



- 1 كغم شاورما عجل ₪ 59.90
- 1 كغم عجل للشبي ₪ 59.90
- 1 كغم روستو ₪ 59.90
- 1 كغم عجل للطبخ/للحشي ₪ 58
- 1 كغم خروف بلدي طازج ₪ 69.90
- 1 كغم سينتا ₪ 85
- 1 كغم انتريكوت ₪ 99
- 1 كغم فيليه ₪ 104.90

شعارنا..
الأمانة، النظافة
والإخلاص!

* تقبل بطاقات الإ اعتماد، ودفعات مريحة.

بإدارة حمودي شاويش - شارع مار يوحنا 41 (الوادي)، حيفا 04-8511926 / 054-6922463

لقاء تدريبي لمرضى السكري العرب في حيفا



أن يقرّر تقبّل هذه الحلول، وتغيير نمط حياته لمنع تفاقم المرض وتدهوره». وقدّم الدكتور محمد نجمي (قسم تطوير الصحة في «كلايت»، ومنظم هذا اللقاء) محاضرة شيقة وهامة حول نمط الحياة الصحيّ وتغييره للأفضل. وشرح د. محمد صباح (مستشار بموضوع السكري في المركز الطبيّ «لين»)، للحضور حول علم وظائف المرض وطرق علاجه. أما أخصائية التغذية الطيبة هديل هببي، فقط شرحت عن أهمية التغذية السليمة والصحيحة لتوازن مرضى السكري، وقدمت لهم نصائح لتغذية ملائمة. وقد أرشدت راوية خوري (المدرّبة البدنية في «كلايت») المشاركين لمسارات سير أقاتها «كلايت»، وأهمية النشاط الجسماني بشكل عام، ومرضى السكري بشكل خاص. كما أعطت أمثلة حيّة لتمرين مفضلة وملائمة. كما قدّمت د. ليثا أهروني (مديرة عيادة طب الشبخوخة في «كلايت») محاضرتها بموضوع الخرف والزهايمر. يُشار إلى أنّ هذا اللقاء يعتبر الأوّل من نوعه في حيفا وللمواطنين العرب، ممن يعانون من السكري بشكل خاص. وبعد نجاح هذا اللقاء سيتمّ تخطيط لقاءات وبرامج مماثلة في بلدات عربية أخرى.

والجليل الغربيّ) خلال اللقاء التّدريبيّ الذي أجرته «كلايت» في «بيت الكرم»، بمشاركة 100 مريض يعانون من السكري، تتمّ معالجتهم في عيادات «كلايت» في حيفا. هذا وشدّد الطبيب سعيد خلال حديثه، أنّ على مريض السكري المتعالج توقع مسؤوليّة كبرى، وقال: «نحن من جهتنا يمكننا أن ننصح بأدوية معينة، أنماط حياة معينة ومتابعة للمرض، لكنّ المتعالج نفسه يمكنه

لمراسل «حيفا» - «يعتبر السكري مرض القرن الـ21 في العالم، المشكلة سيئة ولكن الوضع أسوأ في مجتمعنا العربي نتيجة نمط الحياة المختلط بين ثقافة الشرق وتأثير العالم الغربي، ما يجعل هذا التقارب «قاتلاً» لقلّة النشاط الجسماني وكثرة تناول الدّهنيات والسكريات، إضافةً إلى الأكل غير المنتظم» - هذا ما قاله الدكتور زاهي سعيد (المدير الطبيّ لصندوق المرضى «كلايت» في لواء حيفا

حسين إغبارية

الإهل والمدرسة

معلومات أساسية لعلاقات سليمة



حيفا ٢٠١٢

«الأهل والمدرسة»

إصدار هامّ وفريد لجمعية التطوير الاجتماعيّ.. يوضح باللغة العربية كل ما يتصل بعلاقة المدرسة والأهالي لمراسل «حيفا» - أنجزت جمعية التطوير الاجتماعيّ إصدارها الجديد بعنوان «الأهل والمدرسة» الذي تضمّن معلومات أساسية تتصل بعلاقة المدارس بالمجتمع وأولياء الأمور. وقد وضع الكتاب وأعدّه للطباعة الأستاذ حسين إغبارية بغيرية توفير قاعدة معلومات قانونية وغيرها، تساعد على بناء علاقة تكاملية بين المدرسة والأهالي، وذلك في ضوء غياب مواد باللغة العربية في هذا المضمار الهامّ.

يقع الكتاب في 200 صفحة وقسم إلى 18 فصلاً، أجاب كلّ منها على أسئلة واستفسارات تتصل بالحياة المدرسية وبقياسها حقوقية في العلاقة بين المدرسة أو وزارة المعارف وبين الطالب والأهل. ومما جاء في مقدمة الكتاب أنّ المؤلف لمس خلال سنوات عمله الطويلة مع المدارس وهيئاتها ومع لجان أولياء الأمور أنّ كثيرة جداً هي القضايا المعلقة غير الواضحة بين المدرسة والمجتمع وأنّ هذه الأسئلة طالعه مراراً وتكراراً فأخذ على عاتقه أن يحاول الإجابة عليها في كتاب شامل يستند إلى مستندات ووثائق وزارة المعارف وإلى نصوص القانون وما توفّر من مواد وأدبيات ذات علاقة. وفي حديث معه قال: «حاولت قدر الإمكان أن أوضح أموراً يومية غير واضحة وأن أبين جملة الحقوق للطالب ونظرة القانون والأنظمة الرسمية إليها. إنّ أبناءنا يستحقّون منّا هذا الجهد وهذا البحث، وهو إسهام منّا في بناء علاقات أكثر وضوحاً وتكاملاً بين المدرسة وبين المجتمع». وأضاف: «المواد ليست جديدة وأنا لم أخترع شيئاً جديداً بل ما فعلته هو توفير مواد كثيرة باللغة العربية وجعلها في متناول يد الجميع».

المواد متنوعة جداً وتتعلق بكل نواحي الحياة المدرسية والخدمات غير التعليمية التي على المدرسة أن توفرها، مثل الخدمات الصحية والنفسية. وهناك فصل عن التعليم الخاصّ واستحقاقاته وعن لجان أولياء الأمور ودورها وعن الرسوم المدرسية والحماية وحقوق الطالب في كل مجال ومجال، وكلها مواد عملية تهتمّ كل طالب ومدرسة وأهل. أهدى الأستاذ إغبارية كتابه لكل الشركاء في العملية التربوية فكتب: «إلى كلّ الذين يحملون الرسالة بزموش عيونهم ويحرسون الشموع لئلا تنطفئ، إلى أولياء الأمور والأهل الأعزاء، إلى زملائي المرّين والمربّيات الأفاضل، وغيرهم إلى كلّ فلذات أكبادنا، طلاب وطالبات مجتمعنا الأحباء».



عيادة أسنان د. نافع حاج يحيى

تقدّم في العيادة العلاجات التالية:

- * علاج تقويم الأسنان (بمكعبات شفافة، وأجهزة غير مرئية)
- * تبييض أسنان (في جلسة واحدة خلال ساعة)
- * علاج صحيّ وقائيّ (تقوم به مختصة لاندنر)
- * علاج محافظ (حشوات جمالية، علاجات جذر)
- * علاج ترميميّ (جسور خزف (حرسينا) و"زيركون"، طقوم جزئية وكاملة)
- * علاج جراحيّ (قلع، زرع)

الفحص والاستشارة مجاني



Dr. Haj Yahya Nafi
Dentist - طبيب اسنان



د. نافع حاج يحيى من مواليد عام 1968، طبيب أسنان عامّ يُزاوِل عمله منذ عام 1996 (16 سنة من الخبرة العملية)، وهو عضو في نقابة أطباء الأسنان. يتحدث د. نافع العربية، العبرية، الإنجليزية، والروسية. وقد عمل كطبيب أسنان عامّ في عيادات مختلفة في منطقة "بيتح تكفا"، كما عمل في شبكة عيادات "شورش" في توفير علاج حشو الأسنان (علاجات الجذر) مدّة طويلة.

يعمل في السنوات الأخيرة في مجال تقويم الأسنان.

يحرص الدكتور نافع، أيضاً، على تطوير معرفته المهنية باستمرار، من خلال الالتحاق بدورات واستكمالات عديدة، ليضمن للمعالجين العلاج الأفضل والأكثر تطوراً.

تعمل العيادة على توفير العلاج المهني، المنصف والمتأني، وبأجواء هادئة ودافئة.

د. نافع حاج يحيى - طبيب أسنان D.M.D.

لتحديد موعد: محمول: 050-7264599 تليفاكس: 077-2103373

حيفا، شارع "إجاد هعام" 13 (خلف "همشير لتسرخان") الطبقة الأرضية

e_mail: dr-n@smile.net.il | www.dr-nafi.co.il



زهير فرنسيس على قناة «ميلودي»

فبرنامجنا هو بثّ الـ«كليب» عبر أغلب الفضائيات العربية العالمية. يُذكر أنّ شركة «نيوساوند إنترأكتيف»، ومديرتها داود امسيس، ساهموا في بثّ الـ«كليب» الذي كان من إنتاج شركة «لمسا ميديا» ووطن القاسم. يذكر أنّ الفنّان زهير فرنسيس يحيي حفلات هذه الأيام للجاليات العربية في أمريكا وكندا، ومن ثمّ سيتوجّه إلى دولة تشيلي (جنوب أمريكا) لإحياء حفلات هناك، للمرة الثانية.

لمراسل «حيفا» - فاجأ ربيع جمال والطاقم العامل مع الفنّان زهير فرنسيس، بمناسبة عيد ميلاد فرنسيس، بهديّة لن ينساها أبداً؛ وهي بثّ الـ«كليب» الجديد للفنّان عبر قناة «ميلودي» الفضائية. فقد تمّ بثّ الـ«كليب» عبر الفضائية، ابتداءً من يوم الأربعاء الماضي ولغاية 21 يوماً. وفي حديث مع ربيع جمال، قال: «إنّ ميلودي ليست المحطة الأخيرة؛



مخاوف - أبو حامد تحاضر أمام مئات الطالبات في جامعة حيفا

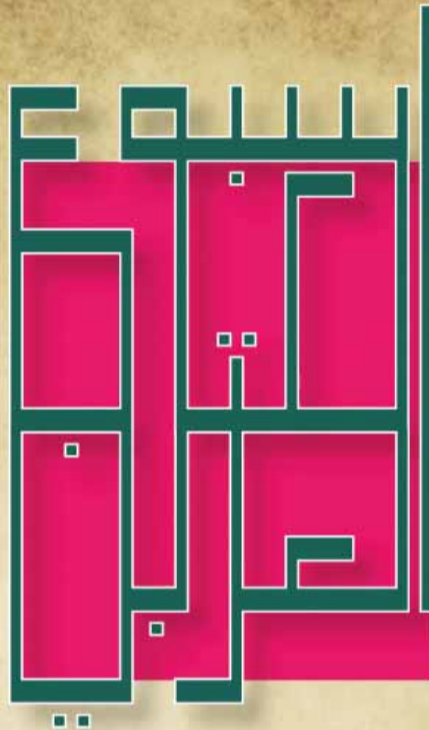
لمراسل «حيفا» - بدعوة من مركز «التجاهات» للاستشارة المهنية للطلاب الجامعيين، قدمت المستشارية التنظيمية دنيا مخلوف - أبو حامد، محاضرةً مهمّةً وشيقةً للمئات من الطالبات والمقبلات على التعليم الجامعي في جامعة حيفا، حول موضوع إدارة الوقت وتنظيمه خلال فترة التعليم الجامعي، اتخاذ القرارات للمدى القريب والبعيد، وتوجيه الفتيات لتسويق ذاتي ناجح لجذب فرص العمل. وفي حديث مع المستشارية التنظيمية، دنيا مخلوف - أبو حامد، أشارت إلى أهميّة موضوع «التشبيك»، أو Networking الذي يقف في مركز الانخراط في عالم الأكاديميا، حيث إنّ التشبيك وبناء شبكة اجتماعية قويّة تضمن نجاح الطالب الجامعي، وتجذب إليه فرص النجاح والعمل.

أما بالنسبة لإدارة الوقت واتخاذ القرارات، تمّ التشديد على تلقي الاستشارة المهنية من المختصين والمراكز في الجامعات وخارجها، بصدد اختيار مهنة المستقبل، إلى جانب استشارة الأهل وأصحاب الخبرة في المجالات العديدة. كما تمّ التّركيز على استغلال الوقت بشكل صحيح، وكتابة الأهداف الأسبوعية والفصلية خلال السنة الدراسية الجامعية، وتحقيقها بحسب موعد مخطط ومحدّد. يذكر أنّ هذه المحاضرة تأتي من ضمن سلسلة محاضرات تقدّمها المستشارية التنظيمية للمجتمع العربي ولشّتى شرائحه، بدءاً من طابّ الثانويات، الطلاب الجامعيين، أصحاب الشركات التجارية والمصالح، السّلطات المحلية ومجموعات النساء.

تحت رعاية وزيرة الثقافة الفلسطينية
السيدة سهام البرغوثي
سيقام أسبوع الكتاب العربي
من معرض القاهرة الدولي
إلى الناصرة



مكتبة كل شيء (ص.ه.ر) م.ض
تتشرف بدعوتكم لزيارة
أسبوع الكتاب العربي



يوم الاحد الموافق 24/2/2013 في قاعة القديس أنطون - هولتي لاند
مقابل فندق الجليل - الشارع الرئيسي . يستمر حتى يوم الاحد 3/3/2013
مفتوح يومياً من العاشرة صباحاً حتى التاسعة مساءً
يحتوي المعرض على آلاف الكتب الحديثة من أكبر دور النشر العربية
في مصر ولبنان والأردن والعالم العربي

- جناح خاص لإصدارات وزارة الثقافة الفلسطينية رام الله
- جناح خاص للموسوعات وكتب الأطفال
- عناية خاصة لكل زائر
- تنزيلات خاصة
- أقساط مريحة



أهلا وسهلا بكم في المعرض

054-7700091 04-8643359

إبر و دبابيس

(بالمشبح.. وبالعامية)

- لا تقولوا ليه خلقنا في بلاد كلها حروب.. أصلاً كل العالم حروب بحروب..
- لا تقولوا إنّو الأوروبي عايش أحسن منّا.. أصلاً الأوروبي بحب يعيش مثلنا..
- لا تقولوا ليش بالنا مشغول ليل نهار.. على الأقل بالنا مشغول مش زي باقي العالم فاضين البال..
- لا تقولوا ما لنا مستقبل هون.. أصلاً ما في حدا بالعالم يعرف شو مستقبله..
- لا تقولوا مش قادرين نشتغل في هاي لبلاد.. كل البلاد في العالم بتعاني من البطالة..
- لا تقولوا مش قادرين نربي أولادنا هون.. أصلاً يا جماعة الترباي برا مش أهون..
- لا تقولوا العامل أو الموظف معاشه أحسن هناك.. لكن المعاش هناك ما بكفي لآخر الشهر..
- لا تقولوا الطبيعة برا أحسن.. لأنو طبيعة بلادنا هي أصل الجمال والقداسة.. هيك لازم تكون..
- لا تقولوا إحنا مش عايشين.. أصلاً عيشتنا بتمناها كل واحد..
- لا تقولوا إحنا مغمضين.. افتحوا عيونكوا وشوفوا..
- لا تقولوا إحنا مش سامعين.. افتحوا دنيكوا واسمعوا..
- لا تقولوا أي شي عالفاضي.. افتحوا عقولكوا وفكروا..

(أبو الياس)

كمال يدعو الرئيس الأمريكي براك أوباما إلى زيارة الكلية



طراسل "حيفا" - دعا المحامي زكي كمال (رئيس الكلية الأكاديمية العربية للتربية في حيفا)، الرئيس الأمريكي براك أوباما إلى زيارة الكلية في حيفا، خلال زيارته المرتقبة للبلاد، وإلقاء كلمة داخل حرمها الأكاديمي. وجاء في رسالة وجهها المحامي كمال إلى الرئيس أوباما، أرسلت نسخ عنها إلى رئيس الوزراء بنيامين نتنياهو، ووزير الخارجية الأمريكي جون كيري، وسفير الولايات المتحدة في إسرائيل دان شپيرو: «باسمي، وبالنيابة عن مجلس أمنائها ومديريها ومحاضريها وطلابها، أتمن عالياً زيارتك المرتقبة إلى دولتنا، ونؤكد كم أننا - نحن المواطنون العرب في دولة إسرائيل - نعلق على إعادة انتخابك لمنصب الرئيس آمالاً كبيرة لإحداث تحول جذري في منطقة الشرق الأوسط، التي تعاني الويلات والكوارث منذ عقود؛ ولذلك فإن زيارتك تمشّر بمستقبل أفضل، أكثر إشراقاً». وجاء في الرسالة، أيضاً: «ننظر بإيجاب لزيارتك ولرغبتك بالتحديث مباشرة إلى الشعب في إسرائيل عبر كلمة تلقيها في أحد المعاهد الأكاديمية، ولذلك وانطلاقاً من إيماننا بأهمية ذلك وأهميته أن يستمع طلابنا إليك، نعلن أننا نضع تحت تصرفك حرمنا الأكاديمي في مدينة حيفا لإلقاء كلمتك التاريخية. بالنسبة لنا فإنك أفضل مثال على التعددية التربوية والحضارية لهذا نعتقد أن حرمنا الأكاديمي هو أفضل مكان لإلقاء كلمتك التاريخية؛ فالكلمة الأكاديمية هي انعكاس للتعددية الحضارية والثقافية والفكرية خاصة وأنها تحتضن بين جنباتها ألوف الطلاب والمحاضرين من الوسطين العربي - اليهودي في البلاد، كما استضافت قادة كبار من دول العالم المختلفة، ما يجعلنا نؤمن أن ألوف الطلاب والنشطين والقادة الاجتماعيين والسياسيين العرب واليهود سيصلون الكلية لسماع خطابك التاريخي».

هذا وتضمنت الرسالة نبذة مختصرة عن الكلية العربية للتربية في حيفا تاريخها وأجازاتها وهي الكلية الأعرق والأقدم في الوسط العربي في إسرائيل فقد خرجت عشرات ألوف المعلمين والمدرسين الذين يشكلون أكثر من 60% من مجمل طاقمها التدريسي محاضرين من كافة القطاعات والطوائف في إسرائيل، بمن فيهم المسيحيين، اليهود، الدرزي، والمسلمين. واختتم المحامي زكي كمال رسالته قائلاً: «نتمنى أن تلقى هذه الدعوة قبول سيادتكم».

دورة بسبخومتري مجانية لطلبة حيفا

ويأتي هذا القرار استمراراً للعمل البلدي الساعي إلى إبقاء الأوساط الشابة في المدينة. ويذكر أن عدد الأكاديميين القادمين من خارج حيفا قد ارتفع بشكل غير مسبوق، إذ وصل إلى 78%، حيث إن عدد الطلاب الجامعيين من مدينة حيفا هو 9,450، من المجموع الكلي للطلبة في المدينة، والذي يصل إلى 49,607.

طراسل "حيفا" - بادرت سلطة الشباب في بلدية حيفا، بالتعاون مع شركة ZOOZ، إلى تنظيم مشروع يعتبر الأول من نوعه في البلاد، يقدم من خلاله مركز الشباب البلدي 25 لقاءً تعليمياً في موضوع الـ«بسبخومتري» مجاناً لشباب وشابات مدينة حيفا، مقابل أن يقدم الشباب 60 ساعة تطوعية، خدمة للعمل الجماهيري.

جديد في orange:

جهاز سامسونج داعم الشبكة الأحدث في البلاد orange ultranet مسوق orange في جامعة حيفا، وليد شاروف: خدمة المكالمات بجودة HD voice توازي جودة المحادثة وجهاً لوجه حيث إن المكالمات صافية نقيّة وعازلة الضجيج في الخلفية

وتحميل ملفات ثقيلة بسرعة فائقة، منها: صور، فيديو، ألعاب، موسيقى وغيرها، شحن سريع للتطبيقات، ومحادثة نقيّة صافية بجودة HD voice.

مسوق orange في جامعة حيفا وليد شاروف أشار إلى أن تطوير الشبكة هو أمر شديد الأهمية بحيث تم في السنة الأخيرة تطوير وتحديث الشبكة وتجهيزها للجيل الرابع بأحدث التقنيات المتقدمة، بما في ذلك مضاعفة عرض نطاق الإرسال لدعم السرعة الجديدة التي تمنحها الشركة.

وأضاف أن خدمة المكالمات بجودة HD voice توازي جودة المحادثة وجهاً لوجه بحيث أن المكالمات صافية نقيّة وعازلة الضجيج في الخلفية، بما معناه أن يمكنك محادثك صديقك عبر السماتفون وأنت جالس في ملعب كرة القدم لمشاهدة لعبة ما وتحديث معه بشكل طبيعي وواضح مما يمكنك من استكمال بدون سماع الضجيج في الخلفية.

وأردف أن الحملة الجديدة في اورانج الآن هي بأسعار منصفة تتيح للجميع الطلاب الجامعيين الاستمتاع بأجهزة سماتفون متطورة وحديثة.

يذكر أن الحملة قائمة لدى كافة مراكز الخدمة والبيع التابعة لـ Orange بالإضافة إلى جميع مسوقي Orange في البلدات العربية وذلك لتسهيل على المستهلك الوصول إلى النقاط القريبة لمكان سكنهم.

للمزيد من المعلومات زوروا أقرب نقطة خدمة وبيع أو عبر موقع Orange الرسمي باللغة العربية: orange.co.il/ar (04-06)



مع انطلاق الشبكة الأحدث في البلاد orange ultranet في البلاد، واستعداداً لخدمات الجيل الرابع 4G الداعمة لأجهزة السماتفون، تطرح orange جهاز جديد: mini Samsung GALAXY ROMAN III *S=3، والذي يتميز بصغر حجمه مع سرعة التصفح الأسرع في البلاد وداعم خدمة مكالمات HD voice.

تهتم orange بعرض الرزمة الجديدة لجميع زبائنها والتي توفر أحدث التكنولوجيا بأسعار موفرة ومنصفة تتيح للجميع الاستمتاع منها ومن خدمات الشبكة الجديدة. يتميز جهاز سامسونج جلاكسي ROMAN III *S=3 mini S بمواصفات عصرية وتصميم أنيق وخفيف الوزن، منها: شاشة لمس مقاس 4 بوصة، ثنائي النواة بسرعة GHz1، نظام تشغيل اندرويد 4.1، ذاكرة الجهاز 8GB، كاميرا اوتوفوكس 5Mpixl مع فلاش، كاميرا فيديو أمامية، يمكن الحصول عليه بلون الأزرق والأبيض.

الرزمة الموفرة المطروحة على الجهاز mini Samsung GALAXY S = 3 * ROMAN III هي: 1899 ش.ج عند الدفع ببطاقة الاعتماد حتى 12 قسط، وأيضاً حتى 1500 ش.ج عند استرجاع الجهاز القديم.

يشار أن شبكة Orange Ultranet توفر سرعة تصفح الانترنت الأسرع في البلاد MB42، مؤكداً كما وجاء في نتائج فحص معهد "هجال الحداش" وأيضاً من خلال تطبيق speed test - تمنحك مشاهدة المضامين الفيديو دون توقف، تنزيل



שליחויות והפצה

חלוקה והפצת פליירים

בתיבות דואר / מדלת לדלת / בדואר ממוען

טל: 04-8701313

ש.ג. עבודות מתכת

מחברת שלים דוד

מעקות שערים • מסגרות כללית
ריהוט מתכתי • דלתות • סורגים

עבודות בלגי

טלפקס: 04-8553937 (יני): 050-7314319

מבצע לסדרה החדשה של HP

מבית ג.א.י מחשבים בע"מ



HP SLEEKBOOK

מעבד : INTEL CORE i3

מסך : 15.6"

זכרון : 4GB

דיסק : 750GB

משקל : 2.1Kg



www.guycomp.com
sales@guycomp.com

ג.א.י מחשבים בע"מ
סניף חיפה : 04-8522447
סניף נצרת : 077-2074411

ג.א.י
COMPUTERS

 Preferred
Partner
2013

البشرة لونا ليست عورة



رشدي الماضي

«أشهد أنني عشت»، صلاة تلاها ثم وضعها عنواناً لسيرته الذاتية، شاعرنا الخالد يابلو نيرودا، الذي اتخذ من موقفه في الأدب والحياة، «بيتاً» يجد نفسه فيه غير منافق ولا مُفتر ولا مُنقاد، متكئاً على إيمانه الراسخ إلى حدّ التعصب، لما يراه حقاً وواجباً... أعتقد أنكم قارئاتي قارئاتي تتماهون مع ما أذهب إليه، أنه من الصعب على الواحد منا أن يردّد في أيامنا هذه كلمات يابلو عن قناعة داخلية!! ألم يملأ «قاييل» الجديد والعصري جغرافياً زماننا «بالأجساد» السادرة الساكنة إلى حدّ أصبح فيه عاجزاً عن «اصطياد» أسراب «الغربان» التي تعلمه كيف يغطيها؛ فحتّى

لو نجح ولم تُحَيِّب أمله «فخاخه» فمن أين له بذاك «الربيع الكبير» ليخفي هذه «الأجساد» بأزاهيره!! لكن نيرودا، صديقاتي أصدقائي، كان واثقاً حين ردّد ثم سجّل مقولته، أنه هناك في كل خندق من خنادق الكلمة الملتزمة الطيبة يوجد المبدع الحقيقي الذي لن يقبل «شيطانه» لشعلة نضاله أن تخيم لكونه دائم التفاعل مع الزمن وسير أعماق أغواره بقوة لمح جوانية، قوة لا ترى الواقع لوحة أبوكالبتية تضج بالكوبيس!! ولأنّ مخزون الشعوب غني بقوافل المبدعين من كل جنس ولون، أدعوكم أن تكونوا معي في ضيافة كاتبنا فرانس فانون الذي لفحته الشمس فأكسبت جلدة سُمره فاكهة لذيذة شهية!! فالمعروف عنه أنه ولد في نفس العام الذي أطل فيه مناظنا باتريس لومومبا، كما ورحل عنا وهو في ريعان الشباب (36 عاماً) في نفس عام غياب لومومبا أيضاً. ولوعيه «بأساة» لونه وإيمانه بأنّ الزوجية بدعة البيض وصياغتهم كتب كتابه الشهير «بشرة سوداء وأقنعة بيضاء» بعد أن ويخته امرأة بيضاء لمجرد أنه ارتطم بها في الزحام وبلا قصد!! وذلك بقولها: «أيها الزنجي القذر»!! فتذكر فانون سؤال سارتر الإشكالي: «ما الذي يفعله الأسود بلونه؟» وما سجّله، ربّما ساخراً، برنارد شو: «المطلوب من الزنجي مسح حذاء الأبيض على أرصفة المدن وليس قيادة الناس نحو آفاق التحرير والاعتناق»!!! استرجع هذا، فتأكد من صدق سيزير حين كتب: «أنا إنسان ظامئ دور أدور كالمجنون حول مستنقعات مسمومة»!! لذلك صمّم أن يكون فعلاً: كما وصفه وأرادهُ سارتر الذي قدّم لكتابه (معدّب الأرض)، حين قال: «فانون مثقف إفريقي يكتب بالفرنسية، يوقظ لدى المضطهدين إحساساً فائقاً بالندية» وبأنّهم ليسوا كما يتصوّرهم الأبيض في أسطوره الباردة»!!! فما كان منه، ألا أن أشهر لونه في وجه العالم ليظلل يخاطب العميون، لأنّه رفض أن يتعامل مع لونه باعتباره «عورة» عليه إخفاؤها أو استئصالها!! أنا، وإياكم عزيزاتي أعزائي، لا نرى هذا غريباً!! «فالرجل» الأبيض بدوره المزدوج هو هو الذي خلق ظاهرة «فانون»، هكذا هو التاريخ في جدليته وصيرورته ومكره أيضاً، فكان الظواهر الكبرى والفاعلة تحمل بذور موتها في جذورها!!! صباح الخير لكل «فانون» من مبدعاتنا ومبدعينا الذين يوافقون مع إدوارد سعيد بأنّ الشرق بدعة الغرب - فثاروا لورثهم المقدسة، لمقاومة واقعهم المؤدج والمُدجج بأقنعة التضليل من أجل استئصال هذا الورم الخبيث الذي إن بقي سيأكل اليباس والأخضر.

قريباً على الشبكة: «منصات» موقع ثقافي ينطلق عن «مشروع الثقافة الفلسطينية»

مساحة واسعة وغير محدودة للإبداع، ومتابعة الحياة الثقافية الفلسطينية والعربية والعالمية، ومنبراً للجدل الثقافي والحوار حول أسئلة الثقافة الخاصة والعامة، وهو محيط للنصوص الإبداعية الجميلة وهو مصدر معرفة وتوثيق وسيعكس شغفاً للنبش في ذاكرتنا الثقافية التي كانت ضحية الجريمة والإهمال.

سيكرّم الموقع شخصيات ثقافية فلسطينية من مبدعين ومفكرين بالإشارة المسهبة إلى نتاجهم الفكري والأدبي، وإلى عطايتهم ومساهماتهم في تثبيت أعمدة الثقافة الفلسطينية وبنائها الشامخ. وينطلق الموقع من إيمان القيمين على المشروع أنّ الثقافة الوطنية الحية هي تلك التي لا تنضب ولا يتوقف حراكها، هي التي تحرك ذاتها بذاتها، وهي التي تشير الأسئلة السهلة والصعبة على حد سواء، وهي التي تعزز التواصل الدائم بين المبدع والمتلقي وبين المثقف والشعب. ستخصّص في الموقع مساحة للمؤسسات الثقافية الأهلية الفاعلة في حقل الثقافة والإبداع، وستكون لها روابط للوصول إلى مواقعها وكذلك دليلاً لكل موقع ثقافي فلسطيني.



طراسل «حيفا» - ينطلق قريباً على الشبكة موقع ثقافي جديد بمبادرة مشروع الثقافة الفلسطينية - حقوق وقضايا في مركز «مساواة»، يحمل عنوان «منصات ثقافية»، وسيشكل منبراً للثقافة الفلسطينية في الداخل ومتابعة الحياة الثقافية، بأخبارها وأحداثها وبقياسها وهمومها وبالأعمال الفنية التشكيلية والسّمعية، وكل ما يتعلق بالإبداع الثقافي. الموقع سيعرّف بالشخصيات الثقافية الفلسطينية والعربية والعالمية وكذلك بالمؤسسات الأهلية الفاعلة في حقل الثقافة والإبداع، وسيشكل




بيت النعمة

جمعية الكرمل للموسيقى

وزارة الثقافة والرياضة
قسم الثقافة العربية

مهرجان الكرمل الثالث والعشرون لعام 2013

مسابقة قطرية لإختيار نجوم 2013 بالعزف، الغناء والرّقص

تنظم جمعية الكرمل للموسيقى للعام الثالث والعشرون على التوالي مسابقة بالعزف، الغناء والرّقص حتى جيل 18.

شروط الإشتراك:
أن يتقدم المشترك/ة بأغاني عربية أو مقطوعات عربية.
أن لا يتجاوز عمر المشترك/ة عن 18 عام عند التسجيل.
تسليم الطلب حتى موعد أقصاه 2013-3-15
أن يقوم بدفع رسوم الإشتراك.
يتم تسليم الطلب في مكتب الجمعية للأستاذ البير بلان والتوقيع على تعهد المشاركة شارع يافني 16 - حيفا.

ساعات الإستقبال:

الأحد 09:30 - 19:00
الإثنين - الثلاثاء - الأربعاء - الخميس 15:00 - 19:00

رسوم الإشتراك 50 شاقل

للحصول على معلومات أخرى يمكن الإتصال: 04-8621041
أو عبر موقع الجمعية على الإنترنت www.alcarmelmusic.com

أو عبر موقع ال - facebook جمعية الكرمل للموسيقى

معلومات عن المشترك/ة:

اسم المشترك/ة تاريخ الولادة العنوان

القرية/المدينة رقم الهاتف بلفون

بريد إلكتروني اسم المدرسة

الصف اسم المعهد الموسيقي اسم المعلم

عدد سنوات الدراسة الموسيقية اسم الآلة الموسيقية

غناء رقص عزف

HADIR אופנת

أحدث وأضخم الملابس

10% على جميع
الألبسة النسائية

مجموعة ملابس للأطفال (مقاس 0+)
4 "تايتسات" بـ 100 (مقاس 2-8)
4 بلوزات (لملابر) بـ 100 (مقاس 2-8)

جادة بن غريون، حيفا 31 | 050-8525193



وانك لعلى خلق عظيم (1)

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

هذا العنوان أخذته من القرآن الكريم ليكون عنواناً لسلسلة من الحلقات التي سأحدث فيها عن الأخلاق وأهميتها في حياة الناس. وسأعتمد في تقديمي لهذه المادة في الأساس على النصوص التي استقيتها من القرآن والسنة وأقوال العلماء، لعلنا نخرج بفائدة عملية.

وحتى تتمكن من حوض هذا الموضوع نحتاج إلى بعض التعريفات بهذا الخصوص. فمن التعريفات الخاصة بالأخلاق، قال أحد المفكرين: الأخلاق هي مجموعة العناصر الشخصية التي تميز الفرد من الناس، كالفكر والعاطفة والغريزة. وقال آخر: الأخلاق تساوي تنظيم الغرائز. وقال آخر: ميل نفسي يتحكم في الغرائز. وقال آخر: تنسيق الميول الطبيعية والعواطف وترتيبها.

ولغة العرب تقول إن الخلق هو السجية والطبع. ولهذا قال الإمام الغزالي في كتاب الإحياء: «الخلق عبارة عن هيئة النفس، راسخة عنها، تصدر الأفعال بيسر وسهولة من غير حاجة إلى نزو وفكر». وهذا يعني أن الأعمال التي يقوم بها الإنسان إنما هي التي تعبّر عن نفسه. فإن كان صاحب نفس طيبة، عبّر عنها بسلوك ماثل، وإن كان صاحب نفس خبيثة، عبّر عنها بسلوك ماثل.

ويؤكد هذا المعنى ابن الأثير بقوله: «حقيقة الخلق صورة الإنسان الباطنة». وعلى هذا الأساس يتمّ الجزاء والعقاب، فهما متعلقان بأوصاف الصور الباطنة أكثر مما يتعلقان بأوصاف الصور الظاهرة. وهناك فرق بين الخلق والتخلق. فالخلق هي الجبلة التي جبّل عليها الإنسان، وأما التخلق فهو تكلف يتنافى مع الجبلة التي جبّل عليها الإنسان، فيحاول أن يظهر خلاف ما يبطن. وكثيراً ما تكون الأخلاق مكتسبة من البيئة التي يعيش فيها الإنسان، وما يتلقاه من تربية وتهذيب، أو أن يروّض الإنسان نفسه عليها.

وقد قال الله تعالى: «قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا». وقال الرسول محمد (ص): «العلم بالتعلم، والحلم بالتحلم. ومن يرد الله به خيراً يفقه بالدين». والخلق الحسن يرجع بالخير على الإنسان نفسه، وعلى أسرته وعلى المجتمع بأسره. وهو أساس السعادة التي يفتقدها كثير من الناس، وما يفتقدها الناس إلا لآثار الخلق السيئ الذي تميّز به بعضهم. ولهذا قال أحد الحكماء «الأدب إن تظمّعت به نفع» أي إن رغبت به نفع، وإن تعظرت به سخط، وإن تردّيت (لبست) به نفع.. «اكتسب أدباً، تكتسب نسباً»..!

رأى أحد الأمراء غلاماً جميل المنظر، طلق اللسان، حسن الفعال؛ فسأله الخليفة: «أين من أنت؟» قال الغلام: «أين الأدب». قال الخليفة له: «نعم النسب. صدق والله، كقول القائل: من قعد به نسبه، نهض به أدبه؛ وكم عزيز أدله جهله، وكم دليل أعزّه عقله».

قال الإمام الشافعي:

أصبحت مطروحاً في معشر جهلوا حق الأديب فباعوا السراس بالذنب والناس يجمعهم شمل وبينهم في العقل فرق وفي الآداب والحسب كمثل ما الذهب الإبريز يشركه في لونه الصفر والتفضيل للذهب وصاحب الخلق الحسن، وهو الذي نطمع به في مجتمعنا، هو الذي يعرف الفضل لأصحاب الفضل [ولا تنسوا الفضل بينكم]. فهو يعرف فضل الله عليه، فيفر إليه، وهو يعرف فضل والديه عليه فيبرهما، لعلمه أن الجنة عند أقدامهما. ويعرف الفضل لأقاربه ورحمه، فيصل رحمه بكل خير، ويعرف فضل معلمه عليه، فيذل بين يديه طلباً لما عنده، ويجلّه ويعرف فضل جاره وحقه عليه، فيواسيه ويعمل على راحته، وما يحبه لنفسه يحبه لغيره. ثم يعرف أنه دليل بنفسه عزيز باخوانه فيتواضع للناس جميعاً [ومن تواضع لله أعزّه الله]. وهذا الخلق أثقل ما يوضع في ميزان المرء يوم القيامة، لأنه أحب الناس إلى الله، فيصحب مجلسه قريباً من مجالس الأنبياء. قال رسول الله «أكثر ما يدخل الناس الجنة تقوى الله وحسن الخلق». وقال: «أنا زعيم ببيت في أعلى الجنة لمن حسن خلقه».

والأدب الذي نتحدث عنه بشقيه؛ الشق الأول الأدب مع الله، والشق الثاني الأدب مع الناس. ولا يوجد انفصام بينهما لأنهما متلازمان، وسيحاسب الله عليهما القيم: «مدار حسن الخلق مع الحق، والخلق على حرفين». وأخلاقنا نأخذها من شرع السماء، وهي قائمة على أصول أربعة: الصبر والعفة والشجاعة والعدل؛ والتي جاء حديث رسول الله (ص) في تبيينها، بقوله: «إنما بُعثت لأتمم مكارم الأخلاق». ومعناه أن الأنبياء جمعاً عليهم السلام، دعوا أقوامهم إلى الأخلاق الحسنة، وجاء الرسول ليتّمّمها. ولهذا كان من دعاء الرسول: «اللهم أهديني لأحسن الأخلاق، فإنه لا يهدي لأحسنها إلا أنت، واصرف عني سيئها، فإنه لا يصرف عني سيئها إلا أنت».

وهذا ما تأصل في حياة الصحابة (رضوان الله عليهم)، وقد نطق الإمام علي (كرم الله وجهه)، فقال: «الأخلاق كيميائية الأزواق»..

(يتبع)



الأرشمندريت أغابوس أبو سعدي
(الرئيس الروحي لرعية الروم الكاثوليك)

الحب (2)

المخ أم القلب؟!

ارتبط الحب بالقلب لدى العامة منذ القدم، لكن من أين ينبع؛ ما مركزه؟ هل هو المخ أم هو القلب؟ ويرجح كثيرون أنه القلب، لما يشعر به المحب عندما يتقابل مع الحبيب من سرعة دقات قلبه، والإحساس بأن قلبه يخفق في صدره بشدة. ومن هنا ظن الناس أن الحب والعاطفة ينبعان من القلب.

والحقيقة كما يقول أساتذة الطب المتخصصين في القلب إنه لا توجد علاقة بين الحب والقلب، وإنما منبع الحب هو العقل البشري، وأن العاطفة تعتمد أساساً على المخ ومراكزه العصبية؛ فالحب والعاطفة انفعالات وأحاسيس وجدانية، لها مراكز في المخ تسمى مراكز العاطفة؛ فالإنسان عندما يحب فهو يحب بعقله، ولا تتحرك عواطفه إلا بدافع من عقله، الذي يسيطر على انفعالاته وأحاسيسه.

هل تعرف أنواع الحب؟!

يقسم الدارسون الحب إلى خمسة أنواع رئيسية:

1 - الحب الإلهي - Agape Love

وهو حب الله للإنسان، حب تفضّل به الله على مخلوقه، فأحبه أولاً، ثم حب الإنسان لله، ومن خلاله يمتد حب الإنسان إلى أخيه الإنسان. الله هو الينبوع الحقيقي للحب للإنسان، ومن خلال هذا الحب الإلهي العظيم يتعلم الإنسان أن يحب غيره، يفرح مع الفرحين، ويحزن مع الحزانين، يُعطي دون انتظار مقابل. ولعل من أصدق الصور لهذا الحب الخالص التقوي بين الإنسان وأخيه الإنسان هو حب الأم لولدها، تلك الرأفة التي أحببت الله، فكرست حياتها من أجل خدمة الله بين أخوانها وأخواتها من أي دين في الأحياء الفقيرة في الهند. لقد وهبت حياتها لخدمة المحتاجين دون أن تنتظر عائداً. وجدت سعادتها في تقديم الحب للمحرومين، وبذلك استحققت جائزة «نوبل» للسلام.

هذا الحب المضحي الصادق، يقابله على التقيض الحب المستغل أو الحب الماكيافيللي، نسبة إلى مذهب ماكيافيللي، المعروف بالمرء وسوء النية واستخدام طرق لا أخلاقية لتحقيق الأهداف، وله شعاره المعروف «الغاية تبرر الوسيلة»!

2 - حب النفس Self Love

وهو أول صورة يعرفه الإنسان من صور الحب. إذا تصوّرنا إنساناً لم يستطع في طفولته أن يشبع نفسياً حتى تتكوّن ذاته تكويناً سليماً، أو إذا تصوّرنا شخصاً يحقد على نفسه، فإن مثل هذا الإنسان لا يستطيع أن يحب الآخرين، والذي لا يستطيع أن يحب نفسه، لا يمكنه أن يحب الآخرين.

3 - حب الصداقة Friendship

إن كل إنسان يود أن يجد من يحبه بلا أنانية، يحبه في كل الظروف من دون أن يطلب نفعاً لشخصه سواء مادياً أو اجتماعياً أو عاطفياً أو معنوياً، سواء علائقية أو خفية. والصداقة الحقيقية هي عطاء وليست أخذاً، هي التي تنبع من سلام داخلي في أعماق النفس؛ فإنه لا شيء في الأرض يعادل حب الإنسان للإنسان، والمحبة تقتضي ألا ينظر الشخص لغيره بعين الاحتقار أو بشعور الإشفاق، وإنما يكون مقدراً لصفاته الحسنة متغاضياً عن عيوبه.

4 - الحب الجنسي Erotic Love

وهو إما حب شهواني يقود صاحبه إلى متاهات ومزالق خطيرة، وتتميز هذه العلاقة بالأخذ أكثر من العطاء، إذ تتأكد في هذا النوع من الحب الرغبة في إشباع الغرائز، أو - بالإضافة للحب الشهواني - الحب الغدري أو الأفلاطوني وهو الحب البريء الذي يخلو من الشهوة، وقد يكون هذا النوع حافزاً للإنسان، يدفعه إلى النجاح. وقد يتبحر هذا الحب مع الوقت أو يقود إلى علاقة دائمة عن طريق الزواج.

5 - الحب الزوجي Marriage Love

وهو عاطفة راسخة ناضجة، تربط المشاركين في الحياة

سواء بعد الزواج أو في فترة الخطبة أو قبلها، ويشعر كل طرف إزاء الآخر بأنه المكمل لنفسه. وقد تتغير طبيعة الحب بين الزوجين بعد فترة من الزواج، لكن الحب بينهما لا يفقد عمقه حتى وإن خبا تأججه. ويصاحب حياة الزوجين حب من الألفة الراقية والتفاهم السامي مع مرّ السنين.

هل نستغني عن الحب؟

أجمع علماء الاجتماع والنفس والدين على أن الإنسان لا يستطيع أن يعيش من دون حب، فإذا استطعت أن تملأ قلبك بالحب فستشعر أنك مخلوق في السماء من فرط سعادتك، وأن الدنيا كلها تبتسم لك، ستتغير نظرتك إلى الحياة وتصبح إنساناً مختلفاً، وبالحب يزيد إنتاجك ويتضاعف ذلك. إن أروع ما في الحياة هو الحب، ليس أن تكون محبوباً بل أن تحب. ليس أن تأخذ بل أن تعطي، ليس أن تُخدم بل أن تُخدم... حب الله... حب أخيك الإنسان، حب الطبيعة بكل ما فيها.

الحب دواء لهذا العالم المفكك!

اهتزت الآلة الكبيرة إهتزازاً عنيفاً وأحدثت ضجيجاً هائلاً، كادت تتصدع له حوائط المصنع الكبير! فقفز أحد المهندسين، وأوقف التيار الكهربائي، قبل أن تحدث كارثة تحطم المصنع كله! واجتمع المهندسون حول الآلة، على حين عقدت الدهشة السنة الإدرائين، الذين لم يكن لهم دراية بأسرار القوى الآلية. وأجاب أحد المهندسين مفسراً ما حدث، فقال: هذه الآلة يقوم بتشغيلها محركان. وهذان المحركان يدوران في اتجاه واحد، ويدفعان جسم الآلة إلى الأمام. لكن الذي حدث الآن جاء نتيجة خلل ميكانيكي، جعل أحد المحركين يعمل في اتجاه مخالف لاتجاه المحرك الآخر! وهذا الخلل كفيل بتحطيم الآلة تماماً! وهذا الضجيج الذي سمعناه لم يكن سوى مقدمة ونذيراً بوقوع الكارثة؛ فكان لا بد من إيقاف الآلة وتوحيد القوى العاملة فيها. هذه القصة تمثل ما يحدث الآن في عالمنا، الذي يشبه آلة كبيرة تخالفت في داخلها اتجاهات القوى المحركة، فعلا ضجيجها، وزمجرت تروسها، حتى كادت تتحطم.

إن السطور العريضة على صفحة حياة البشر، توضح أن العالم أصبح كقطعة خبز، تتنازعها عشرات الأيدي، ليس جوعاً، لكن طمعاً. فالعالم مشحون بالأطماع، والمنازعات الفردية، والأهواء الجامحة، والرغبات المتضاربة. ولقد سيطرت على دنيانا روح الانسانية، والنفع الذاتي، والحافز الشخصي، فهان على الناس ذبح القيم العظيمة، التي كان الحب على رأسها؛ فقتل الناس الحب تحت أقدم الأنانية، وسيطرت على البشر العصابات وقطاع الطرق. إن من يقرأ أخبار الجريمة في كل بلاد الدنيا، يكاد يعتقد أن العالم مجرد غابة، انطلقت وحوشها الجائعة، في حرب محمومة. وهذه الحرب الطاحنة لن تهدأ قبل أن تخلف وراءها حطام الإنسان الهالك. فكل صباح جديد، يحمل لنا مزيداً من أخبار القهر والظلم والتجبر. وكل مساء يأتي بمزيد من أخبار الفساد والمجون، التي تقوم على الرق والاستغلال ومهانة المستضعفين لصالح المستغلين؛ فعلى مستوى الأفراد، نرى السرقة، والاعتصاب، والظلم، والبطش، والتحايل، فأين الحب؟!

وعلى مستوى الجماعات، نرى التنافس غير الشريف، والتأمر الخفي، والتطاحن الظاهر. ونرى التعصب والتسلط، والرغبة في التسيّد وفرض السلطة على الآخرين. فأين الحب؟!

(يتبع)



مفروشات البستان يركا



كفالة وأمانة تميز وخبرة



اشترى فوق الـ 9999

واحصل على تذكرة زوجية

لاسنبول او انطاليا او مرمريس 3 ليالي و4 ايام



كقم نوم يتتمل كرسي + دوم + سرير + 2 كومودينا + خزنة
فقط 9999 شافل ~~17000~~



كقم كلاينر 3+2+1
ايطالي جلد اصلي
فقط 5999 شافل ~~13000~~



كقم اسيل 1+1+2+3
فقط 3999 شافل ~~8000~~



كقم زاوية راس متحرك جلد اصلي
فقط 4999 شافل ~~9999~~



غرفة نوم 8 قطع تركي لون فوكسي
بدل ~~13000~~ فقط 6999 ش.ح



طاولة + 6 كرسي ايطالي فوكسي
السعر مغري ويهجع الانصاح عنه في الاعلان



طاولة + 6 كرسي ايطالي فوكسي



كقم ايطالي 2+3
بدل ~~8000~~ فقط 3999 ش.ح

البيع بالجملة والمفرق

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



www.albostn.com

057-4685339/7

04-9562353 يركا المنطقة الصناعية

رفلكسولوجيا Reflexology



إعداد نانسي نعمة

الريفلكسولوجيا (علم العلاج بالقدم واليد)، هو علم قديم ظهر منذ آلاف السنين، حيث يعود تاريخه إلى مصر الفرعونية القديمة، كما يتضح من نقوش الجدران. وهو علاج يعتمد على الاسترخاء والتدليك لنقاط انعكاسية تسمى بـ (Reflex points) وتتواجد في راحتي القدم واليد، ومن خلال الضغط على هذه النقاط تحدث تأثيرها لتصل إلى المناطق الأخرى داخل الجسم، والتي تتصل بهذه النقاط الانعكاسية؛ لأن هذا العلم يقوم على الاعتقاد التالي أن كل جزء من القدم أو اليد يتبع، جزءاً من الجسم. وبواسطة الضغط على النقاط الانعكاسية فيهما تصل التنبيهات إلى أجزاء الجسم الأخرى التابعة لهما فيساعد ذلك على استرخاء الجسم وتنشيط الدورة الدموية، وتحسين مسارات الطاقة وبشكل إجمالي تحقيق التوازن والاتزان للجسم.

فعلم الرفلكسولوجيا (المحفزات/الانعكاسات) هو علم التدليك، حيث يعود على الجسم بالمنافع ذاتها التي تعود عليه، عمليات التدليك والمساج.

وهو ممارسة لتحفيز نقاط في القدمين أو اليدين أو الأذنين، اعتقاداً بأن هذا التحفيز يعود بالمنفعة على أجزاء الجسم الأخرى أو أنه يحسن من الصحة العامة.

وأكثر التطبيقات شيوعاً لعلم الرفلكسولوجيا هو تنبيه وتنشيط النقاط الانعكاسية في القدم، حيث يقوم الاختصاصي في هذا العلم (Reflexologist)، بالضغط على نقاط معينة في قدم الشخص، لأن القدم مجردة إلى نقاط انعكاسية تتصل بكافة أجزاء الجسم الأخرى.

الرفلكسولوجيا هو علم طبيعي يدرس العلاقة بين المناطق الانعكاسية في القدم واليد والأذن، وباقي أجزاء الجسم، حيث يتم الضغط على هذه النقاط بالأصابع أو الإبهام، ما يؤدي إلى الارتقاء بالصحة والحفاظ عليها.

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

ولا يمكن القول بأن الرفلكسولوجيا أحد فروع الطب التقليدي، والذي يساعد على تقديم العلاج بمفرده، وإنما هو مكمل للطب التقليدي وليس بديلاً عنه. كما أنه نمط حياتي ينبغي أن يتبع كجزء من نمط الحياة الصحي، وذلك بممارسة التمارين الرياضية وإرخاء العضلات.

كذلك يجعل الجسد أكثر تكيفاً مع ضغوط الحياة اليومية العصبية، التي يواجهها كل واحد منا مهما كان مصدرها عملياً، عاطفياً، جسدياً، أو بيئياً.. وباستخدام هذا العلم يكون الجسم أكثر قدرة على دفع الأمراض أو الإصابة بها عند التعرض للضغوط.

ولا يقف العلم عند هذا الحد كخط دفاعي ضد إصابة الإنسان بالأمراض من جراء الضغوط، وإنما يساعد على علاج بعض الأمراض الكائنة، مثل:

- آلام الظهر • الإمساك • ارتفاع ضغط الدم • القولون العصبي • الصداع النصفي • الأرق • التوتر • اضطرابات الدورة الدموية • عدم التوازن الهرموني.



القولون الصاعد

القولون النازل



البحث عن وطن

عفيف شليوط

طرق الباب وخرج. غاب وسط الزحام دون أن ينظر إلى الورا. تمّنى لو يمحو تلك الفترة من ذاكرته، لو ينسى.. آه لو يستطيع أن ينسى. هل يمكن أن يكون كل ما كان زيفاً ورياء؟! هل يمكن أن يسلك الإنسان جلده؟!!

دخل إلى مكان لم يدخله من قبل، والتقى بأشخاص لم يلتق بهم من قبل، شعر بالغرابة ولم يشعر بالراحة عندما دخل هذا المكان هارياً من ذاته، من فكره، من كل ما كان. وجوه غريبة، ضحكات هستيرية بلا معنى. فرقة موسيقية تعزف موسيقى صاخبة وشاب يقفز ويقوم بحركات لا معنى لها، ويحرك فمه فيخرج أصواتاً غريبة علم فيما بعد أنها كانت من المفروض أن تكون غناء.

خرج من هذا المكان دون أن يطرق الباب. خرج دون أن يغضب. خرج دون أن يرتاح.

عاد إلى غرفته باحثاً عن كتبه وأوراقه.. جمعها خارج الغرفة، أخرج عود ثقاب، أشعله ثم رماه بهدوء بارد على كومة الكتب والأوراق المليئة بالأوهام، ارتفع لهيب النار وارتفع، وارتفع، وتمايل ورقص على أنغام إحترق الكلمات. همدت النار وتناثرت بقايا الأوراق المحترقة، ولكن لم تهمد النار الملتهبة في داخله. نظر إلى كومة الأوراق، النفايات المحترقة، حدّق طويلاً، ثم غادر المكان دون أن يرتاح.

صعد إلى أعلى الجبل المطل على قرينته، نظر وتأمل ثم بكى وبكى إلى أن أجهش بالبكاء، أراد أن يغسل بدموعه كل شيء، لكنه لم يشعر بالراحة.

■ ■ ■ ■ ■

إنطلقت المظاهرة من قلب القرية إلى مكان غير معروف ولسبب غير معروف، لكنه شعر بحنين إلى الماضي، ودون أن يشعر وجد نفسه يسير بين الناس، كانوا يصرخون، يهتفون... أراد أن يصرخ مثلهم كما كان يصرخ في الماضي.. لكن الصرخة تشنجت داخل أوتاره الصوتية، تجمّدت، شلت. رأى أجساماً غريبة تتراكم حاملة رايات غريبة لم يشاهدها من قبل... أجساماً أخرى رفعت رايات أخرى.. تكاثرت الرايات، تحركت الألوان وتداخلت، كل لون أراد أن يصيغ المظاهرة بلونه، وفي أوج معركة الألوان قرر أن يخرج منهم، وعندما خرج هذه المرة شعر بالضيق.

■ ■ ■ ■ ■

دعته إليها فقال ربما أجد الراحة لديها، ارتقى عليها طالباً النجاة، طالباً الراحة، حضنته فشعرت بحرارة جسمه وبالعرق يتصبّب منه. سألته عن السبب فاقترح عليها الرحيل، سألته بفرح «والوطن؟! نظر إليها بشفقة ولم يتمالك نفسه من السخرية قائلاً: «عن أيّ وطن تتحدثين. الوطن لم يعد للجميع، الوطن لم يعد لنا». تركها مذهولة وخرج باحثاً عن وطن.

نسيم שקלים

60 عاماً

لمعاملة حسنة،
أمانة، وإحترام!

بشرى سارة

لأول مرة في البلاد...

تنزيلات هائلة على السجاد والستائر نسيم שקלים

• تبديل كل أنواع السجاد القديم بسجاد جديد من الأفضل في البلاد والعالم.

• تشكيلة كبيرة من جميع أنواع الستائر الجاهزة (إمكانية لخياطة ستائر والتركيب بحسب الطلب.

• إمكانية تنظيف، تصليح، تحسين، تقوية وترجيح الألوان لجميع أنواع السجاد مع كفاءة كاملة!

شارع "يحييل" 2 (زاوية هرتسل 57) - إمكانية لموقف مجاني!
تل: 04-8671962/04-8671961 فاكس: 04-8671966
ساعات الدوام: الأحد، الإثنين، الأربعاء، الخميس 8:00-19:00
الثلاثاء والجمعة 8:00-14:00 n-sheqalim.co.il

احتجاج في التعليم!

في موجة الاحتجاجات التي اجتاحت أمريكا عام 1968. وبأول طالبة متميزة في الثانوية في شرق لوس أنجلوس، وتبدأ بتذويت التمييز العنصري الذي تجتازه مع زملائها المكسيكيين في المدارس في المناطق الأكثر تصنيفاً مع البيض في المدينة. وتنظم باولا بتشجيع أحد معلميها حركة احتجاجية بمشاركة الآلاف، حيث يخرج الطلاب إلى الشوارع في منتصف يوم تعليمي احتجاجاً على الظروف في المؤسسات التعليمية التي يتوجب عليهم الوصول إليها، وعلى التمييز اللفظ في التعليم الذي يتلقونه. ويظهر كثير من المشاركين الأصليين في الاحتجاج والمسيرات في الفيلم، وكانوا شركاء في إنتاجه.

«رياح التغيير» سلسلة مشتركة بين الكلية الاجتماعية - الاقتصادية و«سينماتيك حيفا»، والتي يتم تنظيمها للسنة السابعة على التوالي! وفي هذا الإطار يتم عرض أفلام ومحاضرات تعرض البُعد الواسع لعدد من الأزمات، النضالات والثورات التي انطلقت في شوارع المدن في العالم والبلاد. وإلى جانب الأفلام التي توثق الأحداث، فإن البرنامج يشمل مناقشات ومحاضرات بمشاركة المنتجين، الخبراء والنشطاء الاجتماعيين، الذين يوفران الرابط المحلي.

طراسل «حيفا» - من المتوقع أن يلقي الدكتور نير ميخائيل (عميد التفتيش التربوي في كلية «سمينار هكيبوتسيم») محاضرة عن «الشعب يريد العدالة التربوية» - احتجاج وتأثير الطلاب والمعلمين على سياسة التعليم في إسرائيل. وسيلقي الدكتور نير محاضراته هذه في نطاق اللقاء الثاني من سلسلة «رياح التغيير»، التي بادرت إليها الكلية الاجتماعية - الاقتصادية و«سينماتيك حيفا».

وسيتطرق الدكتور نير إلى قدرة المعلمين على التأثير على جهاز التعليم وتغييره، وسيقدم النماذج من حركة المعلمين الجديدة، التي انطلقت في شهر كانون الأول/ديسمبر الماضي، والتي تهدف إلى أن تكون منبراً للمعلمين لكي يطلقوا أصواتهم في القضايا المتعلقة بالجهاز التعليمي، وكذلك العمل على مشاركة المعلمين في المعلومات والخبرة. وإزاء ذلك، سيتحدث عن عدم تأثير المجالس الطلابية في المدارس الثانوية على جهاز التعليم.

ثم سيعرض الفيلم «احتجاج» (أمريكا - 2006) والذي تنطرق إليه المحاضرة. ويطرح الفيلم أسئلة مركزية تتعلق بالحقوق والتعليم. ويعتمد الفيلم على قصة واقعية، ويصف قضية احتجاجية أخرى



إصدار تربوي جديد... لأول مرة
كتاب الأهل والمدرسة
معلومات أساسية لعلاقات سليمة

صدر جديداً وللأول مرة عن جمعية التطوير الاجتماعي - حيفا
كتاب: «الأهل والمدرسة» معلومات أساسية لعلاقات سليمة.

يقع الكتاب في مئتين وثلاث صفحات ويتضمن ثمانية عشر فصلاً، تتناول مواضيع ذات صلة بالحياة المدرسية ويقضايا حقوقية في العلاقة بين أطراف العملية التعليمية. من المواضيع التي وردت في الكتاب:

الحق في التعليم • حقوق الطالب • الأهل حقوق وواجبات • لجان أولياء الأمور الأهمية والدور المطلوب • قضايا تربوية جارية • التعليم الخاص • التنكيل بالأولاد - الظاهرة وطرق العلاج • الخدمات الصحية في المدرسة • رعاية الموهوبين. الخ...

الكتاب هام وضروري ومفيد في كل بيت للأهل، المعلمين والطالب. يمكنكم الحصول على نسختكم مباشرة من جمعية التطوير الاجتماعي على عنوانها مقابل 30 شقل ترصد دعماً للمشاريع التربوية التي ترعاها الجمعية.

جمعية التطوير الاجتماعي - حيفا
جمعية أهلية للتمكين المجتمعي

شارع مار يوحنا 21 تلفاكس: 8514648 / 8522369
ص.ب. 4454 رمز بريدي 31043
sdchaifa@013.net
www.sdc-haifa.org

العملية في «شيش كباب» هالون مستمرة



** تشيكن / هبورغر **



باغيت بونجور الاصيل

** امكانية تشكيل: تشيكن/كباب/برجيوت/شوارما/كبهه دجاج **

* לקהל לקוחותינו *

עקב ריבוי ההזמנות מתבקשים להזמין שעה קודם

משלוחים מ- 12:00 - 21:00
עלות משלוח 15 ש"ח (באזור מוגבל)

052-5426677

שיש קבב אסלי - הלון

שבחאי לוי 9 - חיפה

לحم حلال فقط!

		
המבורגר 12 ש"ח	צ'יפס 12 ש"ח	צ'יקן 12 ש"ח
קינתאקי הלון KFC		
+ מגש צ'יפס + מגש סלטים לבחירה + חומוס ופיתות		 65 ש"ח
1 ק"ג קבב מעגל וכבש או 1 ק"ג שניצל מטוגן או על האש + מגש צ'יפס + מגש סלטים לבחירה + חומוס ופיתות		
		65 ש"ח
1 ק"ג פרגיות (12 שיפודים) + מגש סלטים לבחירה + חומוס ופיתות		
		74 ש"ח
<p>כנטאקי באגית جديد</p> <p>28 שיקל</p>		



بارسا يقع في فخ ميلانو.. ودوري الأبطال في خطر!



مونتاري وبواتينج يحتفلان على حساب برشلونة

من كان يصدّق أنّ «أي. سي. ميلانو»، محتل المرتبة الرابعة في الدوري الإيطاليّ قد ينجح في إقصاء برشلونة «الكبير»، ومنتصدّر الدوري الإسبانيّ، من دون منافس في دور الـ16؟! في الحقيقة، بعد الفوز (2-0) في المباراة الأولى على أرض استاد «سان سيرو» في ميلانو، فإمكانية أن يودّع برشلونة حلم إعادة كأس أوروبا، بات قاب قوسين أو أدنى، ووارد في الحسبان. نجح المدرب ماسيميليانو اليچري في مهمة تشويش أسلوب لعب برشلونة مع الأسلوب الدفاعي/الإيطاليّ المعروف ومنع من الفريق الكتالونيّ الوصول حتّى إلى فرصة واحدة لتسجيل الأهداف، واعتمد على الهجمات المرتدة السريعة. ومع دعم الجمهور الميلاينيّ الرائع، نجح كل من بواتينج - بعد خطأ فادح من حكم المباراة الذي تجاهل لمسة يد من قبل مونتاري - ومونتاري، في تسجيل هدفين ثمينين، لربّما بذلك منحوا الفريق الميلاينيّ - بعكس كل التوقعات! - البطاقة الشمينة إلى دور ربع النهائيّ، على حساب الفريق الكتالونيّ.



يحتاجونك في مباراة الإياب يا ميسي

يجب التّنبه، إلى أنّ برشلونة ما زال قادراً على قلب النتيجة بعد أسبوعين ونصف الأسبوع، في (12/3) في عقر داره «كامپ نو»، لكن هذه المهمّة قد تكون صعبة للغاية أمام خط الدفاع الإيطاليّ

بأقدام اللاعبين من ألمانيا في مباراة الإياب في استاد «إرينا أوف شالكه». أمّا نتائج مباريات الإياب في دور الـ16 لدوري أبطال أوروبا على التّحو التالي:

يوفنتوس - سيلتيك (3-0)
باريس سان جرمان - فالينسيا (2-1)
مانشستر يونايتد - ريال مدريد (1-1)
ملاجا - پورتو (0-1)
بايرن ميونيخ - أرسينال (3-1)
برشلونة - ميلانو (0-2)
شالكه - جلاطاساري (1-1)
بوروسيا دورتموند - شاختار دونيتسك (2-2)
(* النتيجة عبارة عن نتيجة المباراة الأولى.

الصامد والاستقلال على كلّ كرة، ولكي تكون هناك فرصة لإحداث الانقلاب، يجب على برشلونة أن يقدّم أداءً أفضل بكثير ممّا قدّمه أمام ميلانو؛ ونخصّ بالذكر ليونيل ميسي، الذي قدّم أسوأ أداء ضمن مبارياته مع برشلونة في السّنات الأخيرة، وكان ضعيفاً جداً، كباقي رفاقه... لننتظر ونرى ماذا سيحدث؟! عاد بطل أوروبا «بايرن ميونيخ» من العاصمة البريطانيّة (لندن)، مع فوز كبير، بالنتيجة (3-1) على «أرسينال» الإنجليزيّ، ليقترّب بخطوات كبيرة نحو دور ربع النهائيّ. وقد حقّق «پورتو» البرتغاليّ، فوزاً بيتيّاً بالنتيجة (1-0) على «مالاگا»، لينتقل الحسم إلى استاد «لا روزالادا» في إسبانيا. هذا ونجح الفريق الألمانيّ «شالكه» من تحقيق نتيجة مرضية (1-1) في مباراته الخارجيّة أمام «جلاطاساري» التركيّ.. والآن الأمور ستعلّق

مكاببي حيفا في انتظار بيتار القدس وهيو عيل حيفا في عكا!



عمّاشة والأصدقاء يحتفلون في سخنين (تصوير: عميت متسبيه (بلطف عن موقع www.one.co.il)

غد السّبت، ستكون له زيارة ثانية، خلال أسبوع إلى مدينة حيفا.. ففي المرّة الأخيرة سحق هيو عيل حيفا بيتار القدس بالنتيجة القاسية (3-0)، ومهمّة الاندماج في الـ«پلاي أوف» العلويّ، باتت صعبة للغاية. أمّا هيو عيل حيفا، الذي تحسّن بشكل ملحوظ في الأسابيع الأخيرة، سيخوض مباراة خارجيّة هامّة جداً وصعبة أمام هيو عيل عكا (السّبت 18⁰⁰)، محتل المرتبة الأخيرة بقيادة المدرب الجديد، يوفال نعيم، والذي حقّق مع الفريق 5 نقاط في المباريات الثلاث الأخيرة. أمّا باقي مباريات الأسبوع الـ24، فستجري على التّحو التالي:

مكاببي تل أبيب - رمات هشارون
هيو عيل بئر السّبع - هيو عيل تل أبيب
غيروني أشدود - هيو عيل رمات غان
كربات شمونة - بني يهودا
مكاببي נתانيا - سخنين (الأحد)

يتابع مكاببي حيفا مطاردة المنتصدّر مكاببي تل-أبيب على أمل أن يقلّص فارق النقاط الثمانية.. وسيستضيف مكاببي حيفا، يوم الأحد القريب، في استاد «كربات إليعيزر»، الفريق المتدهور، في الأسابيع الأخيرة، بيتار القدس.

فبعد أن نجح الفريق الحيفاويّ الأخضر في تحقيق التّقاط الثلاث في المباراة الخارجيّة أمام سخنين، في الأسبوع الفائت، والفوز (1-0) من هدف لوثام عمّاشة؛ تمّنى أنصار مكاببي حيفا أن يفشل مكاببي تل-أبيب من تحقيق الفوز على بني يهودا، لكن تلاهيد «أوسكار چارسيا» نجحوا من قلب النتيجة في الوقت بدل الضّائع، بعد أن تأخروا (2-1) حتّى الدقيقة الـ90، مع هدف فوز ثمين ورائع في اللّحظة الأخيرة، سجّله موشيه لوجاسي! من النّاحية الأخرى، يقدّم بيتار القدس مباريات متدنّية المستوى في الأسابيع الأخيرة.. ويعد

רביע נג'אר

קבלן עבודות בניין



בניין גמור

תוך כדי עבודה

הבניין לפני

מشاريع بناء (ع.بنيיה) • تقويم مباني (חיזוק מבנים) • الحفاظ على المباني القديمة (שימור מבנים)
 بناء واقامة ملاجئ (בניית ממו"ד) • تقوية واطافات بناء (תוספות בנייה - תמא 38)



תוך כדי עבודה

בניין גמור

תוך כדי עבודה

ממ"ד גמור

ص.ب. 23 شفاعمرو 20200 rn147@hotmail.com
 تل/فاكس: 04-9862825 / 050-9025050 / 052-2845998



قوارب الكوسا

طريقة التحضير:

ننظف الكوسا من الخارج بشكل جيد، ومن ثم نقوم بتفريغها من الداخل وغسلها جيداً، وبعدها نقوم بتقسيمها إلى نصفين متساويين، على شكل «قوارب». نقلي الكوسا في الزيت النباتي أو زبدة «لورباك». نرص «قوارب» الكوسا في صينية «بايركس»، ونجهزها لوضعها داخل الفرن. نجهز حشوة الكوسا من خلال مزج: الدجاج، البصل، الفطر، الفليفلة، البندورة، البهارات، والملح. ومن ثم نقوم بحشو الكوسا بالحشوة التي أعدناها.

طريقة تحضير الصلصة:

ندق الثوم جيداً، ونخلطه مع زيت الزيتون. نضيف معجون البندورة مع قليل من الماء الفاتر في الخلاط، ونزجها جيداً مع الثوم وزيت الزيتون. نضيف المزيج إلى طبق الكوسا. من ثم نضع الجبنة البيضاء المبشورة على الوجه، ونزينها بالبقدونس المفروم. نغطي الصينية بورق ألومنيوم، ندخلها في فرن متوسط الحرارة، لمدة 30 دقيقة. بعدها نقدم الطبق ساخناً، إلى جانب طبق من اللبن.

المقادير:

- 1 كيلوغرام من صدور الدجاج (مفرومة ناعماً).
- 1 كيلوغرام من الكوسا (متوسطة الحجم).
- 2/ملعقتان كبيرتان من زبدة «لورباك» (للقلي)؛ أو 1 كوب من الزيت النباتي (للقلي).
- 7 حببات من الفطر الطيبعي (مقطعة إلى قطع صغيرة الحجم).
- 4 حببات من البندورة الطازجة (مقطعة إلى قطع صغيرة الحجم).
- 2/حببتان من الفليفلة الخضراء (مقطعة إلى قطع صغيرة الحجم).
- 1 رأس بصل متوسط الحجم (مقطع إلى قطع صغيرة الحجم).
- 3 فصوص من الثوم.
- 2/ملعقتان صغيرتان من البهار المشكل.
- 1 ملعقة كبيرة من معجون البندورة.
- 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون.
- القليل من الملح (حسب الرغبة).
- 150 غراماً من الجبنة البيضاء (مبشورة).
- 1 كوب من البقدونس المفروم (للترزين).
- القليل من الماء الفاتر.



سلاطة البطاطا والباذنجان المشوي

المقادير:

- 2/حببتان كبيرتان من الباذنجان.
- 2/حببتان كبيرتان من البطاطا.
- 1 حبة كبيرة من الفليفلة الخضراء.
- 1 رأس بصل أحمر متوسط الحجم.
- 1/2 كوب من صلصة الطحينية.
- 6 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون.
- 2/ملعقتان كبيرتان من الثوم المهروس.
- 2/ملعقتان كبيرتان من البقدونس المفروم.
- 1 ملعقة كبيرة من الخل الأحمر.
- 1 ملعقة كبيرة من عصير الليمون.
- 1 ملعقة صغيرة من الكمون المطحون.
- ملح وفلفل (حسب الرغبة).

طريقة التحضير:

تُسلق البطاطا في الماء إلى أن تنضج، ثم تُقشر وتقطع إلى حلقات.

الحمل (21 آذار - 20 نيسان)

تطرح بعض المشاكل على صعيد التعاون والشراكة، وقد تشير بعض النقمات أو ردات الفعل. حاذر من بعض العادات السيئة.



الثور (21 نيسان - 20 أيار)

تبدو أكثر قدرة على التحكم بالأمور. قد تتبنى وجهة نظر جديدة، أو تتحرر من بعض القيود والموانع.



الجوزاء (21 أيار - 21 حزيران)

لا تراهن على الرومانسية؛ فقد تنهك بشؤون أخرى وتلاحق بعض الأعمال والعمليات المالية كالشراء والبيع.



السرطان (22 حزيران - 22 تموز)

يمكنك أن تستقبل الأصدقاء والمؤيدين، وأن تخوض مغامرة تلوح في الأفق. تتخطى الحواجز والصعوبات وتنظر إلى نفسك بإعجاب.



الأسد (23 تموز - 22 آب)

حاول ألا تهدم كل ما سعت في أجله في السابق. قد تفاجأ بقرارات جديدة تؤثر على مستقبلك، يحمل لك اليوم محطة هامة.



العذراء (23 آب - 22 أيلول)

يسوح لك أحدهم بمعلومات، وقد يدفعك أحد إلى لقاء الحبيب لتكشف خفايا نفسك. تهتم بقضية اجتماعية هامة.



الميزان (23 أيلول - 23 تشرين الأول)

تجنب الأخطاء والصراعات والإرباكات. لا تقدم على استثمارات، ولا تتبارح مع أحد. حاذر كيلاً تصاب بخيبة أمل.



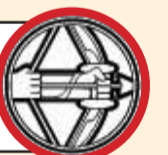
العقرب (24 تشرين الأول - 22 تشرين الثاني)

تخرج بحقائق وتعلنها، وتخلق الفرص المناسبة، فتصنع الحدث بنفسك في هذه الفترة من دون ندم. لكن إياك وتحدي الأقدار.



القوس (23 تشرين الثاني - 20 كانون الأول)

تهتم بشؤون عامة تولد بعض الخيبات. قد تتعرف إلى أشخاص جديدة أو تعرف اتصالات مهمة تحاول أن توظفها من أجل مصالحك.



الجدي (21 كانون الأول - 19 كانون الثاني)

قد تتطرق إلى مسألة زواج أو ارتباط أو طلاق؛ وربما تفكر بعقد صداقة جديدة، أو تتعرف إلى أجواء غريبة عنك وخاصة.



الدلو (20 كانون الثاني - 18 شباط)

مطلوب منك الحذر والابتعاد عن المشاكل العاطفية أو الزوجية. قد تبرز قضية قديمة من جديد، أو يقتضح أمر ما.



الحوت (19 شباط - 20 آذار)

يحالفك الحظ لإحداث تصحيح للمسيرة أو للتغلب على بعض المشاكل وإيجاد الحلول ووضع البعض عند حدهم وإثبات قدراتك.



المطعم الديار



بعيد الأم
حجزنا بمطعم الديار



مطعم الديار

للاوقات السعيدة

إحجز حسب الترتيب الملائم لك ولضيوفك
حسب السعر الملائم لك
حسب תפריט המلائم لك
للتسيق: 050792670 / 0507926708 (كارول)

زوايا عائلية منفردة
طاولات 10 - 20 وحتى 150 شخص

مطعم الديار جادة بن غوريون 55 - حيفا. 048528939

أكثر من مليون مؤمن في كلاليت يتمتعون ببرنامج الصحة الأفضل في البلاد

وتستمر كلاليت ريادتها صحة العائلة العربية في البلاد، وتعرض على مؤمنيهيها من الوسط العربي الانضمام لموشلام بلاتينيوم للتمتع بسلسلة من الخدمات المميزة وبرنامج الصحة الأفضل في البلاد بسعر مخفض او مجانيًا.

فمنذ انتمتع مؤمنو كلاليت ممن يمتلكون بطاقة موشلام بلاتينيوم بعلاجات اسنان وقائية مجانية لأولادهم حتى جيل 18 عام، او نظارات طبية مجانًا لأولاد حتى جيل 18 سنويًا، كما ويمكنهم التمتع من تخفيض على عمليات جراحية خاصة في البلاد حتى 1500 شيكل، وحتى 3000 شيكل مقابل استشارات وفحوصات تقوم بها المرأة الحامل بحسب اختيارها، خصوصًا وان المرأة الحامل تقوم خلال هذه الفترة بالأخص بالفحوصات من قبل الممرضات، والتي قسم منها يكفل مبلغًا باهضًا.

ومن هنا فإن هذه الميزة التي يمنحها كلاليت موشلام بلاتينيوم من شأنها التوفير عليهم ومساعدتهم للإجراء جميع الفحوصات اللازمة.

محمد فريخ: مدير تسويق الوسط العربي بكلاليت: "من منطلق اهتمام كلاليت بصحة العائلة العربية وبالأخص الأطفال والنساء منهم، وللمعرفة كلاليت بعبد المصاريف التي تتكبدها العائلة العربية عادة من علاجات أو أدوية، فإنها عكفت على توفير برنامج علاجات وخدمات بأسعار مخفضة أو مجانية لمؤمني موشلام بلاتينيوم، ومن منطلق إيمانها بان الصحة والسلامة حق على الجميع. من هنا ندعو الجميع الانضمام لموشلام بلاتينيوم للتمتع من برنامج الصحة الأفضل في البلاد".

لتفاصيل إضافية حول الانضمام لموشلام بلاتينيوم اتصلوا على: 2700 * من كل هاتف او عبر الدخول للموقع: mushlam.clalit.co.il (ع-ع)

مجموعة التغذية الصحية Wellness من Life تتوسع: Life تطلق مجموعة الشاي الأخضر و خلطات الفاكهة والأعشاب الطبيعية

توسع ماركة لايف من سويف فارم نشاطها في مجال الغذاء الصحي وتطلق في هذه الأيام مجموعة الشاي الأخضر و خلطات الفاكهة والأعشاب الطبيعية تحت اسم مجموعة التغذية الصحية wellness. وتتوفر تحت هذه المجموعة 5 منتجات: شاي أخضر غني بمضادات التأكسد بمذاق: عشبة الليمون واللوز أو الياسمين وأيضًا خلطات الفاكهة والأعشاب الخالية من الكافيين ب3 مذاقات: البابونج والنعناع أو الزبيب البري الاسود مع ازهار الكركديه والأزهار البرية أو خلطة الكركديه مع الكرز والنعناع.

سيتم بيع الخلطات في رزم تحتوي على 25 كيس شاي داخل علبة او رزمة توفيرية تشمل 50 كيس شاي من الشاي الأخضر بالإضافة عشبة الليمون واللوز. يتم إنتاج الخلطات والشاي من قبل اتحاد تايبو البريطاني، والمتخصص في إنتاج الشاي و خلطات الأعشاب منذ عام 1920.

الاسعار: شاي اخضر/خلطة الفاكهة 25 كيس شاي: 17.99 ش.ج
شاي اخضر وعشبة الليمون 50 كيس شاي: السعر الموصى به للمستهلك: 27.99 ش.ج

وحسب اقوال حاني لوطون توريثيل، مديرة قسم لايف اطلقنا قبل 3 سنوات المنتج الاول في مجموعة wellness مجموعة الغذاء (ع-ع)

مصطفى قبلاوي يُسلم جمعية نساء ضد العنف شيك بمبلغ 10000 شيكل مقدم من شركة بيليفون مصطفى فاز بمسابقة MUSIX VIP التي اطلقتها شركة بيليفون قبل اشهر

الجدير بذكره ان مصطفى قبلاوي اشترك بالمسابقة وحصل على لقب نجم الجماهير وفاز برحلة زوجية الى برشلونة بالإضافة الى مبلغ 10 آلاف شيكل سيتم التبرع بها الى جمعية من اختياره.

وعن سبب اختياره لجمعية نساء ضد العنف قال مصطفى قبلاوي: "اخترت جمعية نساء ضد العنف لانها المبلغ من خلال بيليفون، هو لاني اؤمن إيمانًا كبيرًا بأهمية دعم هذه القضية لأنها جزء لا يتجزأ من التغيير في المجتمع العربي وبطبيعة عملي كصحفي أتطرق إلى طرح هذه القضايا".

"جمعية نساء ضد العنف تعمل منذ سنين بطرق ومبادرات مختلفة من أجل زيادة الوعي بكل ما يتعلق بحقوق النساء وهذا موضوع علينا جميعًا ان ندعمه، لذا قررت المشاركة في MUSIX VIP والفوز من أجل دعم عمل الجمعية".

أضاف قبلاوي وختم قبلاوي حديثه قائلًا "اريد أن أشكر كل من صوت لي و دعمني في المسابقة، من الأصدقاء وأبناء العائلة وكل من آمنوا بي، كما وأشكر جميع القائمين على البرنامج للجهود التي قاموا بها منذ اليوم الاول حتى الأخير للمساهمة".

وفي حديث مع أساف عوفري نائب مدير التسويق في بيليفون قال "نحن فخرين لحصول مسابقة ميوزيكس التي تنظم للسنة الثالثة على هذه الشعبية الكبيرة ولتجاوب الجمهور الواسع مع المسابقة من خلال الشبكات الاجتماعية. كان الهدف الأساسي لبيليفون هو دعم المجتمع العربي من خلال الموسيقى ومنح الجائزة لجمعية تستحقها ووقع الاختيار على نساء ضد العنف".

تسلمت الشيك السيدة نائلة عواد-راشد، مديرة المشاريع في جمعية نساء ضد العنف والتي شكرت مصطفى على تبرعه وقالت "نحن في الجمعية نقدر الخطة التي قام بها مصطفى فهذه النقود ستساهم في دعم مشاريعنا".

حقيقة اختياره لجمعية نساء ضد العنف لاعتباره ناشط فعال في برامجنا التي تهدف إلى المحافظة على حقوق النساء والمساعدة في الوصول لمجتمع عادل، متكافئ الفرص وخال من العنف لجميع مواطنيه".

أضافت عواد (ع-ع)

كيف يمكن استعمال الأدوية بصورة سليمة؟ نصائح مقدمة من أكامولي

- من المهم معرفة وزن طفلك
- ان الجرعة الدوائية للاولاد المخصصة للأطفال تستند على الاغلب على وزن الطفل.
- يجب الحرص على الجرعة الموصى بها حسب تعليمات الطبيب أو حسب نشرة المستهلك.
- يجب استعمال وسائل القياس المرفقة بالمستحضر لتجنب عدم الدقة باستعمال وسائل أخرى.
- يجب عدم اعطاء الدواء للرضيع وهو في حالة استلقاء لأن ذلك قد يؤدي الى الاختناق.
- من المهم تسجيل زمن اعطاء الدواء والكمية المعطاة، لأجل المراقبة.
- يجب قراءة نشرة المستهلك بإمعان قبل استعمال الدواء.
- يجب حفظ الدواء في مكان بارد وجاف، وليس في غرفة الحمام.
- بعد اعطاء الدواء يجب الحرص على اغلاق الغطاء، إن غطاء الشرب هو غطاء ونمط خاص لا يمكن فتحه من قبل الأطفال.
- يجب عدم تمكين الطفل بأي سن كان أن يتناول الدواء بنفسه.

بريجات تتجدد مع سلسلة عصائر منعشة بحلة خاصة

تستمر شركة بريجات بالتجديد وتعلن عن مفاجاتها الجديدة والمثيرة من خلال إطلاقها لسلسلة عصائر جديدة في حلة خاصة بطعم منعش ومنعش، حيث تتضمن سلسلة من الحمضيات التي تم عصرها بشكل طبيعي، بطعم الرمان والموز.

مع تطور التنمية الصحية محليا وعالميا، أصبح المستهلك يبحث أكثر فأكثر عن مشروبات صحية مصدرها الطبيعية.

لذلك اختارت بريجات عصير الحمضيات المفضل للجميع كمركب أساسي لهذه السلسلة وأضاف عليه اطعمة الفاكهة التي تتضمن الرمان المعروف بخصائصه المضادة للأكسدة والمعروف بقدرة على الشفاء الأكثر فعالية ونكهة الموز الذي يحتوي على فيتامينات ومعادن مفيدة لتحسين المزاج.

تباع سلسلة الحمضيات من بريجات في قناني تتسع 750 ملتر وتلبي احتياجات المستهلكين الذين يبحثون عن التنوع والتجديد في طعم العصائر، هذا ويمكنكم شراءها في شبكات التسويق الكبيرة.

(ع-ع)

لاوفير HADIR

مناسبات هيفا

«هدير» بوتيك للألبسة

واثل عوض

افتتح في جادة الكرميل (بن غوريون) 31، يوم السبت الماضي، بوتيك «هدير» للألبسة الأحدث والأضخم، لصاحبه رشيا بشية.

وقد حضر الافتتاح عدد كبير من المعارف والأصدقاء والأقارب.. وتجردون في مكان الألبسة جميع الألبسة النسائية والولادية والرجالية، التي تناسب جميع الأذواق، من أفخم الماركات وأجودها.

وبهذه المناسبة يعلن البوتيك عن تنزيلات خاصة تصل إلى 10% على كافة الألبسة النسائية، إضافة إلى أسعار مميزة على محتويات البوتيك.

צ.ר. للعقارات

بيع، شراء، تأجير وإدارة جميع أنواع العقارات
بادارة : روجيه ضاهر



VIP



للإيجار لمدة طويلة



الكرمل الفرنسي

بنتهاوس 160م 5.5 غرف + نلرفات + مخزن
+ موقف, منظر مفتوح للبحر 7500 نلل



كريات البيغيزر

88م طابق 1 مرمة حديثا وواسعة 4 غرف
730000 نلل

D.R. Real Estate

للبيع
دكان - شارع عباس
25م مرمة
199000 ₪

للبيع
230م رماث هتשבי
شومرون طابق أرضي
5 غرف + دار 3 غرف
+ موقف + مخازن
220000 ₪

للبيع
مصلحة في شارع
الخوري 40 متر
320000 ₪

للبيع
بن יהודה للإستثمار طابق
ثاني 2.5 غرف مرتبة مؤجرة
1500 ₪ / شهر
359000 ₪

للبيع
دكان - شارع صهيون
95000 ₪



نتارע هلال

4 غرف + 115 متر مرتبة, موقف + مصعد
+ مخزن ومنظر مفتوح للبحر 945000 نلل

للبيع
هلال 4.5 غرف مرمة
امكانية تقسيم لدارين,
مخرج إلى ساحة
950000 ₪

للبيع
هגיפן 2.5 غرف
طابق أرضي مرتبة
450000 ₪

للبيع
قيسارية 60م - 2.2غ
+ سطح 55م ط.2
540000 ₪

للبيع
جميل شلهوب 130م
4 غرف + شرفتين مصمة
بمستوى عالي, منظر مفتوح
للبحر + مخزن + مصعد

للبيع
هتשבי 4 غرف واسعة
مرمة, مصعد, مخزن,
منظر للبحر

Winner

فوز مواطنين من حيفا والطيرة بجائزة مقدارها 15 مليون شيكل لكل منهما في «وينر 16»

ابتسم الحظ في الدور الأخير من وينر 16، لاثني من المشاركين في تعبئة استمارات وينر، أحدهما من حيفا والأخر من الطيرة، إذ فاز كل منهما بجائزة مقدارها 15 مليون شيكل، بعد أن تكفنا جميع النتائج الصحيحة للمباريات الـ 16. وكان المشارك من الطيرة قد أرسل استمارة مكونة من 6 أعمدة، فحالفه الحظ بتكهن جميع النتائج الصحيحة في العمود الأول، فيما تكهن المشارك من حيفا النتائج الصحيحة في العمود العاشر والأخير، علماً أنهما لو أضافا لاستماتتهما "اللعبة بلوس" لحظيا أيضا بتقاسم 10 ملايين إضافية. وقد أعرب صاحبا محطاتي التوتو اللذين أرسلت منهما الاستمارة عن فرحتهما العارمة بهذا الفوز، خاصة وأن هذه هي المرة الأولى التي تفوز فيها محطاتهما بجائزة للملايين في وينر 16. وأكد محمد، صاحب محطة الطيرة، وروني، صاحب المحطة في حيفا، أنهما لا يعرفان هوية الفائزين، لكنهما يشعران و"كانهما هما اللذان فازا في التوتو". (ع.ع)



سيميلاك أدفانس بلس غني بالحديد

أحد العناصر الضرورية لتطور الطفل، هو الحديد. وبالمقابل، إحدى النواقص الشائعة لدى الأطفال هو نقص الحديد. تدل الأبحاث العلمية على أن الأطفال الذين لا يحصلون على كمية كافية من الحديد قد يصابون بفقر الدم، والذي يؤدي إلى تأخر في التطور وهو أمر له عواقب أيضاً على مراحل متأخرة أكثر في العمر. يعتبر فقر الدم في البلاد شائعاً جداً بين الأطفال والأطفال الرضع في أعمار 6-24 أشهر. مجموعة سيميلاك Advance Plus غنية بالحديد من أجل دعم تطور الدماغ. يتم إنتاج سيميلاك بواسطة شركة أدوية عالمية، والتي يتم تطوير منتجاتها اعتماداً على أبحاث واختبارات علمية - مئات الاختبارات، مئات العلماء وأكثر من 50 عاماً من البحث. كل هذه تضمن تواجد المركبات الضرورية لتطور الطفل ومن بينها الحديد في سيميلاك Advance Plus بالكمية الموصى بها وبالتركيب التي تتيح امتصاصها المثالي في جسم الطفل. لدى الأطفال حديثي الولادة يمنح سيميلاك Advance Plus مرحلة 1 إضافة حديد يتم امتصاصها جيداً حتى جيل 4 أشهر. أيضاً بعد هذا الجيل، سيميلاك Advance Plus يزود بشبكة أمان لمنع حدوث فقر الدم حيث أن الحديد الموجود به يتم امتصاصه بشكل ناجح ويضمن أن يحصل الطفل بالفعل على الحديد الذي يحتاجه. من جيل نصف سنة وما بعد، استكمال الطعام الصلب بسيميلاك Advance Plus مرحلة 2 أو سيميلاك Advance Plus مرحلة 3 يمكن أن يساعد على سد الفجوات الغذائية في وجبات طفلكم وإكمال النقص بالحديد لدى الأطفال الذين لا يتناولون طعاماً متنوعاً بشكل كافٍ. (ع.ع)



على ضوء النجاح الكبير «جولان تليكوم» تمدد حملتها على رزمة unlimited (الكل مشمول) 49 شيكل لغاية 24.3.2013

جولان تليكوم تستمر بتبديل جمهور مستهلكي الخليوي في البلاد وذلك على ضوء نجاح الحملة الأوفر وبشكل خاص للمنتسبين الجدد، حيث قررت الشركة أن تمدد الحملة لغاية 24.3.2013. الحملة تنطبق لرزمة unlimited (الكل مشمول) بسعر 49 ش.ج فقط في الـ 6 أشهر الأولى. وبعدها يكون سعر الرزمة 99 ش.ج فقط كالرزمة الثابتة المتبعة في جولان تليكوم. 24/3 (مشمول) هو اليوم الأخير لتشغيل شريحة الـ sim. جولان تليكوم تعرض رزمة unlimited (بدون تحديد) الأوفر في البلاد، والتي تشمل محادثات بدون تحديد، sms بدون تحديد، mms بدون تحديد واتترنت بدون تحديد (في حال استخدام أكثر من 3GB لا تتم إضافة على السعر وإنما تقل سرعة التصفح). بالإضافة إلى محادثات لـ 53 دولة لخطوط هواتف ثابتة بدون تحديد، (في الولايات المتحدة وكندا هواتف خليوية أيضاً).

جولان تليكوم أحدثت ثورة غيرت عالم الاتصالات في البلاد وفتحت عالماً جديداً أمام المستهلك، وأن بفضل تمديد الحملة الخاصة بإمكان كل المستهلكين الانضمام إلى الثورة التاريخية والانضمام لمئات الآلاف الراضين. جولان تليكوم تدعو كل من يرغب أن يقلص فاتورة الهاتف النقال أن ينضم إلى الثورة عن طريق موقع الانترنت www.golantelecom.co.il والحصول على رزمة unlimited (بدون تحديد) الواضحة البسيطة والأوفر. (ع.ع)



لاعبو مكابي حيفا

سيقوم لاعبو مكابي حيفا، يوم الاثنين القادم (25/2/2013)، بزيارة دكان «مكابي حيفا» في المجمع التجاري «جراند كانيون».

كل من يصل إلى الدكان (المحل) الموجود في المجمع، وهو يلبس بدلة مكابي حيفا الرياضية أو بحوزته أي عرض يعود إلى الفريق، ككرة قدم أو حذاء أو شال وما شابه يمكنه أن يتصور مع اللاعبين..

سيتمتع لاعبو مكابي حيفا في دكان «مكابي حيفا» يوم الاثنين بين الساعات 15:00-17:00 (ع.ع)

مصلحة للإيجار

المحل يصلح لمطعم أو لمقهي 70 متراً للتسليم فوري



054-7700092

الياس يعقوب تسويق عقارات

لبيع

1. ألبني 90م 3.5 غرف طابق 3
2. هجيفن 3 غرف، طابق 2 مرممة
3. شوناميت 3.5 غ طابق أول مع إمكانية بناء
4. حداد 60م 2 غرف + ساحة 50م

للإيجار

7. روتشيلد 3 غرف طابق 2 مرممة 2,500 ₪
8. بوعا 2.5 غرف طابق 3 + شرفة 2,000 ₪

مجموعة كبيرة من البيوت للإيجار في منطقة الحي الألماني وكريات العيرز

إدارة الياس يعقوب: 0545830200

للصور ومزيد من العروض إبحثوا في الفيسبوك

ألياس يعقوب متزوج 3 أطفال



حضانة الملائكة مؤسسة البيت المسيحي

مطلوب حاضنة مؤهلة (גננת) لجيل الطفولة المبكرة من 0-6 سنوات

لإستفسار:

052-6540029



مطلوب أمينات صندوق

للعمل في محلات بونوبويرا مفضل صاحبة خبرة بجيل 25 عاماً وما فوق

0526111112

مطلوب

مطلوب لمصنع لحوم

- سكرتيرة
- سائق شاحنات
- 15 طن وما فوق
- عمال للمصنع

للاستفسار (شيكوي):

04-8660041



نشترى الذهب بأسعار ممتازة معاملة حسنة، الدفع نقداً للاتصال 0547485267





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  Like

מור (כבירים) 100 מ"ד קרקע 4 חדרים בניין מטופח עם יציאה לגינה 85 מ"ד (טאבו) נוף חזיתי לים	שי עגנון 72 מ"ד קומה א 3 חדרים בניין מטופח ופוטנציאל להוספת חדר שינה נוסף וממד	רב חלפון 100 מ"ד ק. 3 חדר' (אופציה לממד יציאה לגינה) + מעלית + חניה וחניה בטאבו משופצת כחדשה עם נוף לים. מיקום מבוקש ושקט במיוחד
1,360,000 ₪ (גמיש)	690,000 ₪	1,280,000 ₪ (גמיש)
לוחמי הגטאות 90 מ"ד 3 חדרים קומה א + מרפסת + חצר משותפת	אלנבי 3 חדר' ק.א על עמודים משופצת חדשה במיקום מבוקש חייבת להימכר	שי עגנון קומה 3 3 חדרים בניין מטופח + מרפסת שמורה ומוארת עם 3 כיווני אוויר
680,000 ₪ (גמיש)	630,000 ₪ מחיר לא סופי	600,000 ₪ (גמיש)
הגפן בניין אבן 200 מ"ד 5 חדר' משופצת קומפלט - מרפסת 45 מ"ד נוף חלקי לים	מפרץ חיפה 5 דונם לבניה. מתאים לפרויקטים תעשייה ומסחר. באיזור התעשייה	להשכרה מתאים לעורכי דין ורואי חשבון 120 מ"ד בחלונות הסיטי בקרית המושלה 4 חדרים + חדר ארכיון משופצת בבניין מבוקש
2,200,000 ₪		8,500 ₪
שי עגנון קומה 4 3 חדרים שמורה עם נוף לים	הצינורות 80 מ"ד 3.5 חדר' קומת 3 שמורה עם מרפסת	הים - התורן 100 מ"ד 4 חדר' ק.1 + חניה בטאבו + מרפסת
530,000 ₪	500,000 ₪	1,100,000 ₪
		SOLD
		חדאד קומה 3 ואחרונה 3 חדרים משופצת ומרווחת
		500,000 ₪

תיווך ויעוץ נדל"ן
Real Estate Management & Consulting
גאד סלימאן 0587000600
סוזי נקאר 0523372324

לبيع

- وادي الجمال، 95 م 3 غرف نوم، صالون وموقف - مرمرية - منظر.
- هجيش، حجر، ط. 3، 145 م، 3 غرف وصالون، سراج وامكانية عمال.
- عباس، 55 م طابق 1 مرمرية.
- النبي، طابق 3، غرفتان - مرمرية.
- الراب حلفون 90 م، مصعد، موقف، إمكانية إنشاء غرفة وساحة.
- مركز الكرم 148 م + حديقة مشتركة 90 م + موقف مؤجرة.
- وادي الجمال، بيت حجر ط. 1، 75 م، مدخل منفرد وشرفتان.
- عباس، بيت عربي حجر 180 م، شرفتان - طابق أول.
- يتسناك سده 140 م، 5 غرف وشرفة - مرمر.
- معرض تجاري ارضي 220 م في شارع مركزي.
- ارض عمال في مدخل عسقلان 450 م، مطلة على خليج حيفا.

للإيجار

- هيل، طابق ارضي 50 م، 1600 ش. تسليم فوري.
- النبي، 4 غرف، مرمر، مصعد، موقف ومخزن.

للمصور ارجئوا عنا + س. نكاره و. س. سليمان للتوسط والترويج لندل"ن - GS

سوزي - 0523372324 / جاد - 0587000600

ויקטור נכסים
בהנהלת ויקטור חאין
תיווך - השקעות ושיווק נדל"ן
052-2410113
victor-n-1973@hotmail.co.il • ויקטור נכסים

למכירה

אלנבי: דירת גן 3 חדרים משופצת קומפלט. כניסה נפרדת. גינה גדולה משותפת	אלנבי (מיידית): 3 חדרים קומה 4 מרפסת באזור שקט	שי עגנון: קומה 3 4 חדרים מרפסת עם נוף לים בנין מטופח (מיידית)
1,100,000 ₪	470,000 ₪	520,000 ₪
שי עגנון: 3 חדרים קומה 3 עם נוף לים חניה בשפע	חדאד קומה 3 3 חדרים ומרפסת	יצחק שדה: 3 חדר' אפשרות ל- 4 חדרים אזור שקט משופצת קומפלט. קומה 4
520,000 ₪	500,000 ₪	650,000 ₪
לוחמי הגטאות: 3 חדרים קומה 2 מרפסת	אלנבי: 3 חדרים אפשרות ל- 4 חדרים • מרפסת משופצת קומפלט	יצחק שדה: מיידית קומה 1 3 חדר' • מרפסת אפשרות ל- 4 חדר'
650,000 ₪	750,000 ₪	640,000 ₪

מחפשים דירות למכירה

מطلوب

לנجره حداد
نجارون ذو خبرة
بالمبيلات

للتفاصيل:
04-8522805
0522354279

للإيجار

شريك لعيادة
للإيجار مع طبيب نفسي.
- إمكانية للتناوب (الجميع
مجالات الطب البديل)

للاستفسار
0505449450

דואל נכסים
בإدارة أمل شهلا
استشارة، تسويق، بيع وشراء استثمارات

للبيع:

- 1) النبي: 85 م. ط. 1 3.5 غ
محفظة إمكانية بناء
غرفة واقفية
650,000 ₪
- 2) هجيش: 80 م، 3 غ. ط. 1 واسعة
ومكيفة ومرمرية بدوق
1,050,000 ₪
- 3) هلل: 3 غرف مرمرية + مصعد
وموقف، منظر للخليج
800,000 ₪
- 4) هجيش: 3 غرف طابق 3
مرمرية بالكامل بدوق
550,000 ₪
- 5) حداد: ط. 1 3 غ. مكيفة، مرمرية
بالكامل بدوق، منظر خلاب
للبحر 720,000 ₪
- 6) وادي جمال: 3 غرف محفظة، ط. 2
650,000 ₪
- 7) النبي: 90 م طابق ارضي + 35 م
ساحة مع إمكانية بناء،
مرمرية بموقع مركزي
جدا
- 8) النبي: 70 م، طابق ارضي 3 غ
مرمرية بالكامل بدوق
مكيفة + ساحة
690,000 ₪
- 9) النبي: 85 م 3 غرف مرمرية
بالكامل ط. 3 مكيفة
690,000 ₪
- 10) بيت جليم: 210 م - طابق ارضي
قريبة من البحر، مرمرية

للإيجار:

- 1) ليفوتين: 1 ليفوتين
غرفتين طابق 1
1500 ₪
- 2) النبي: بجانب التحف
2 غ طابق 1 مرمرية
ومكيفة (إمكانية لأثاث)
2300 ₪
- 3) عيمك هزتيتم: طابق ارضي 1.5 غرف
مؤثثة 1350 ₪
- 4) الوادي: 1 غرفتين طابق 1
محفظة 1200 ₪
- 5) هجيش: 5 حبيش
طابق 4 غرفتين + شرفة
مفتوحة مؤثثة ومنظر للبحر
1800 ₪
- 6) النبي: 6 النبي: 2.5 غرف، مؤثثة
ومرمرية بالكامل 2400 ₪
- 7) يافا: 3 غرف طابق 1
مرمرية ومكيفة
2400 ₪
- 8) كباير: 3 غرف طابق 1
مرمرية بالكامل
2400 ₪
- 9) البلدة التحتي: 3 غرف طابق 3
مرمرية 1700 ₪
- 10) ستيلاماريس: 10 غرفتين + شرفة
1800 ₪
- 11) هطون: 4 غرف مرمرية
2200 ₪
- 12) ستيلاماريس: 3 غ + شرفة ط. 3 مرمرية
جزئيا ومنظر للبحر
2200 ₪
- 13) شاي عجنون: 4 غرف 3.5
محفظة 2500 ₪
- 14) ستيلاماريس: 3 غرفتين ط. أول
1800 ₪
- 15) رداك: 4 غرف
3300 ₪
- 16) نفوتين: 4 غرف ساحة خاصة
ومدخل خاص دار جميلة يشمل
أرثونا وأثاث
3500 ₪
- 17) بوعا: 4 غرف + شرفة 3000 ₪
- 18) هرتسليا: 4.5 غ طابق ارضي 2250 ₪

مصالح:

- 19) ي. ل. بيرتس: 30 ملانم لجميع المصالح/مخازن
طابق ارضي 1400 ₪
- 20) الوادي: ملانم لجميع المصالح، يشمل
المعدات إذا محلقة 2500 ₪

أمل: 050-2401339 ص. ب. 47 حيفا 33094
royal-nechasim@hotmail.co.il

إنترنت بيزك يعطيكو أكثر



زيادة سرعة التصفح تلقائياً لحوالي مليون زبون مجاناً

«بيزك» تزيد من سرعة التصفح لحوالي مليون زبون مجاناً

في نهاية التحديث، حوالي 85% من الزبائن سوف يتصفحون بسرعة تصل الي 15 ميغا وأكثر آفي غباي، مدير عام بيزك، الخطوة الحالية من بيزك تواصل تميزها عن باقي شركات الاتصال وتندرج تحت سلسلة طويلة من العمليات السابقة التي تولي أهمية كبرى للزبائن. تعلن بيزك اليوم عن خطوة مبتكرة وأولى من نوعها في البلاد لتتيح للزبائن الشركة تلقي المزيد من الإنترنت ومجاناً. الحديث هنا عن خطوة استراتيجية بالنسبة لبيزك، وضعتها ستقوم بزيادة سرعة التصفح في شبكة بيزك لحوالي مليون زبون وهذا بدون إضافة اي مبلغ مالي بتاتا. من خلال هذه الخطوة سيبدأ متوسط سرعة التصفح للزبائن بيزك حوالي 50% وستصل الي 15 ميغا. ان كانت حتى اليوم سرعة التصفح للشعبية في بيزك 10 ميغا (63% من مجمل الزبائن)، فان هذه الخطوة ستغير التوازن، حيث انه في نهاية التحديث سيتصفح حوالي 85% من الزبائن بسرعة 15 ميغا وأكثر، قيمة الامتياز الممنوح من بيزك يتلخص بعشرات ملايين الشواقل سنوياً. سيتم زيادة سرعة التصفح تدريجياً وأوتوماتيكياً، بدون ان يضطر الزبون الي التوجه الي بيزك. مقابل الزيادة الأتوماتيكي لبيزك، على الزبون زيادة السرعة لدى المزود خدمة الإنترنت (ISP) الخاص به.

كما ذكرنا، سيزيد بيزك سرعة التصفح لحوالي مليون زبون، وفقاً لسرعة التصفح الحالية لديهم. للإيضاح، زبائن يتصفحون بسرعات تصفح حتى 4 ميغا سيتم تسريع التصفح أوتوماتيكياً لسرعة تصفح 5 ميغا، بينما زبائن في مسارات 105 ميغا سيتم تحديثهم أوتوماتيكياً لسرعة تصفح 15 ميغا. سيتم تنفيذ عملية التحديث تدريجياً وستستمر لعدة أسابيع، بدون إضافة اي مبلغ من الزبون. عملياً يمكن ان نرى انه في الخمس سنوات الأخيرة ازادت سرعة التصفح للشعبية في بيزك بعشرة أضعاف.

آفي غباي، مدير عام بيزك: «بعد ان انهيينا نشر الشبكة المتطورة ونواصل قدماً في عملية الـ Fiber NGN، اتخذنا قراراً استراتيجياً بفتح قدرات الـ NGN مباشرة الي الزبائن. الحديث عن خطوة والتي طبيعياً كانت ستستمر لعدة سنوات، إلا اننا قررنا تنفيذها بشكل فوري، وبالتالي الاتجاه للزبائن بالتمتع بنتائج الشبكة المتطورة. لا شك لدي ان هذه الخطوة من بيزك تميزها عن بقية شركات الاتصال وتندرج تحت سلسلة طويلة من الخطوات السابقة التي تولي أهمية كبرى للزبائن».

ران غوروان، القائم بأعمال مدير عام بيزك: «نعلن اليوم عن بشري استهلاكية مجانية، من خلال هذه الخطوة تأخذ بيزك على عاتقها تحديث الخدمة للزبون، بواسطة خطوة لم يتم تنفيذها في البلاد قبل اليوم ومن خلال انها تقوم بتميز بيزك عن البقية. انا أو من أنه من خلال هذه الخطوة سنخلق معياراً جديداً لزيادة سرعة التصفح أيضاً لدى مزودات الإنترنت».



«نزارين تورز» تأتيكم بمسابقة الصور السياحية عبر الـ«فيسبوك»!

أعلنت شركة نزارين تورز عن مشاركة مثيرة عبر تطبيق جديد داخل صفحاتها على موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك من خلاله بإمكانكم المشاركة بواسطة اشراك صوركم الخاصة في مواقع سياحية عالمية وشهيرة.

على المشتركين في المسابقة اشراك صورهم الشخصية في احد المواقع والمعالم السياحية العالمية (الأهرامات، برج ايفل، تمثال الحرية، وغيرها). ومن ثم سوف منصفو الموقع بالتصويت لصور الفائزة عبر ارسال Like ليد (6/3/2013) الساعة الخامسة مساء. اعلان النتائج سيتم خلال معرض الرحلات المنظمة الذي سيعقد في الناصرة في فندق «جولدن كروان».

شركة نزارين تورز ستقدم للفائز بالرتبة الأولى جائزة قيمة عبارة عن رحلة لمدة 4 ليالي تشمل الإقامة والسفر إلى احدى المدن التالية: برشلونه، براغ، برلين، وبنانتظار المراتب الثانية والثالثة رحلات نهاية أسبوع إلى طابا. خاضع لشروط الحملة والمسابقة.

يذكر ان معرض الرحلات المنظمة في الناصرة والذي سيعقد للمرة الأولى سيشمل محاضرات وشرح وافق عن الرحلات المنظمة التي تقدمها نزارين تورز برفاهة متكاملة والتي تضمن لكم قضاء عطلة لا مثيل لها في أجمل المواقع العالمية منها جنوب إيطاليا واسطنبول والبازار التركي والصين وغيرها. نزارين تورز تصطحبكم لتتعرفوا على سحر الثقافات العالمية والمعالم والمواقع السياحية وتزود برحلاتها المنظمة جميع متطلباتكم واحتياجاتكم من الطيران والبيت، والتنقل والدخول للأماكن السياحية والمرشد المهني باللغة العربية.

نزارين تورز تسعد بخدمتكم. لتفاصيل إضافية حول المسابقة زوروا صفحة نزارين تورز على الفيسبوك. <http://www.nazarene-tours.com/> Home

(ع.ع)

الآن جديد! أيضا بـ 125 غراماً!



359
BIG NEW-YORK
هيمبورجر اصلاغ - انتريكوت على اللحم والجمر
من 100% اللحم بقر مع بصل مقلي

i'm lovin' it



225
BIG TEXAS
هيمبورجر اصلاغ - انتريكوت على اللحم والجمر
من 100% اللحم بقر مع بصل مقلي



جديد «ماكدونالدز»:

345-395 سعرة حرارية فقط في سلسلة «بيج أمريكا» الجديدة - بوزن 125 غراماً!

بعد النجاح الباهر والمستمّر لسلسلة بيج أمريكا بوزن 225 غم والمتوفرة بستة أطعمة مختلفة، قررت شبكة مطاعم ماكدونالدز بتوسيع السلسلة وطرحها بوزن 125 غم.

المميز لهذه السلسلة الجديدة بالإضافة للطعم الشهى والمحبوّب هي كمية السعرات الحرارية القليلة والتي تتراوح ما بين 345 ش.ج. و395 سعرة حرارية فقط.

من الجدير بالذكر أنّ الهيمبورجر من 100% لحم بقر اصلاغ وانتريكوت عالي الجودة بدون إضافات، وغنيّ بتشكيلة صلصات ثلاث جميع المذاقات:

- «بيج لاس فيجاس»: مع بصل أحمر وصلصة باربيكيو ميونيز 373 سعرة حرارية فقط.

- «بيج بروداوي»: مع بصل أحمر وصلصة باربيكيو ميونيز بيكانتي 375 سعرة حرارية فقط.

- «بيج تكساس»: مع بصل أحمر وصلصة تكساس 381 سعرة حرارية فقط.

- «بيج نيويورك»: مع بصل أحمر وصلصة نيويورك 359 سعرة حرارية فقط.

- «بيج شيكاغو»: مع بصل أحمر وصلصة باربيكيو 345 سعرة حرارية فقط.

- «بيج ميامي»: مع بصل أحمر وصلصة ميونيز 395 سعرة حرارية فقط.

- سعر الوجبة بسلسلة «بيج أمريكا» بوزن 125 غم 49⁰⁰ ش.ج. تشمل هيمبورجر اصلاغ انتريكوت + تشيبس ومشروب

- سعر الوجبة بسلسلة «بيج أمريكا» بوزن 125 غم 44⁰⁰ ش.ج. تشمل هيمبورجر اصلاغ انتريكوت + تشيبس ومشروب.

(ع.ع)

ألعاب YooHoo الآن في «ماكدونالدز»

YooHoo and Friends ألعاب (يوهو والأصدقاء) يعرض مجموعة حيوانات من حول العالم في بيئة معيشتهم الطبيعية، منها أيضاً حيوانات في خطر الانقراض. تشكل هذه المجموعة أداة شبه تعليمية للأولاد، فبالإضافة لكونها لعبة يمكن للأولاد تربية الحيوان في الإنترنت أيضاً والحصول على معلومات كثيرة حولها. في هذه الأيام يتم توزيع ألعاب YooHoo and Friends مطاعم ماكدونالدز مع كل وجبة «هابي ميل». تتضمن المجموعة 10 ألعاب مختلفة.

اجمعوا الآن الألعاب YooHoo and Friends مع كل وجبة «هابي ميل». بإمكانكم مشاهدة جميع الألعاب في موقع الإنترنت باللغة العربية www.mcdonalds.co.il/ar الألعاب متواجدة في جميع فروع ماكدونالدز مع كل وجبة «هابي ميل» حتى نفاذ المخزون.

(ع.ع)



مؤتمر الصيادلة «نوفارتيس كونسسيوم»

ابتكار «الفيلم» الخاص، ffs=film forming solution، هذا الابتكار هو ابتكار علمي حديث يعتمد على المحلول بدلاً من الجل، ويخلق طبقة شفافة ولينة فوق الجلد، لا تلتصق ولا تسبب الاتساع، وتبقى على البشرة لمدة 72 ساعة. تقوم المادة الفعالة (تريبنافين) بالتغلغل داخل الجلد بسرعة كبيرة، وتصل إلى التركيز الكفيل بقتل البكتيريا في طبقة الجلد العليا خلال 30 دقيقة. تواصل مادة «التريبنافين» التغلغل داخل الجلد بشكل متواصل على مدى 13 يوماً، مما يؤدي للقضاء الكلي على الفطريات، بينما تحتاج المستحضرات الأخرى في هذه الفئة من الأدوية إلى مدة تتراوح بين 4-3 أسابيع من العلاج، مما يجعل الكثير من المستخدمين يهملون الاستمرار بالعلاج، فتعود الفطريات إلى ما كانت عليه.

السعر: 75 ش.ج - متوفر في صناديق المرضى، شبكات الصيدليات، والصيدليات الخاصة. فنتليس - من بيت فينستيل جل. هو كريم علاج (هيريبيس الشفتين) الأكثر فعالية، حتى بعد ظهور البثور. كما أنه فعال منذ المراحل الأولى من بدء تطور الهيريس (تهيج الشفتين) واللسععات (فيها)، يقوم بإيقاف تكاثر الفيروس ويساعد في الشفاء حتى بعد ظهور البثور، يخفف الألم، ويقلص بشكل جدي الالتهاب للشفاء. فينليس هو المستحضر الوحيد الذي يحتوي على المادة الفعالة Penciclovir التي ثبت علمياً أنها فعالة بسرعة ونجاعة ضد هيريبيس الشفتين. المادة الفعالة «بينسيكلوفير» تعتبر فعالة في المراحل الأولى، وكذلك في المراحل المتأخرة من ظهور هيريبيس الشفتين، على النساء، تقوم مادة البينسيكلوفير بتقصير مدة «هجمة» الهيريس على الشفتين، وتقلل الأعراض المرافقة لها، كما أنها تعتبر فعالة في تعجيل الشفاء وتخفيف الألم خلال يوم واحد تقريباً.

السعر للمستهلك: 39.99 ش.ج. متوفر في صناديق المرضى، شبكات الصيدليات، والصيدليات الخاصة. شركة نوفارتيس تطلق في هذه الأيام موقعها الجديد على شبكة الإنترنت تحت عنوان www.nch.co.il والذي يشمل معلومات حول جميع منتجاتها.

(ع.ع)

נג'אר מוצרי חשמל נכר للأدوات الكهربائية



תנזילות לא
מחיל להא!



ואحصل
على نشافة
999 ₪
فقط!

إشتر غسالة 7kg
Electrolux 7kg / Siemens 7kg



إشتر Panasonic / Normande 42" LCD
Panasonic / Normande 42"/47" LCD
Panasonic 50" LCD
Normande 55" LCD

واحصل
على LCD 32"
999 ₪
فقط!



شواى اىك
Normande
799 ₪

تلفون ليخيد
Uniden
149 ₪



تلفون كقول
Uniden
249 ₪



إشتر جلاى
Electrolux / Siemens
/ Blomberg

واحصل
على نشافة
999 ₪
فقط!

إشتر براد 500 لتر وما فوق

واحصل
على Mixer
799 ₪
فقط!



الدفع بأقساط مريحة - تقبل الشيكات | التوصيل حتى البيت • اللبى 19 - حيفا • هاتف: 04-8669950

1 كيلوب
59⁹⁹
شيكل

فقط في بامبينو

عبور بلدي
طازج

العبور البلدي والعجل
بنفس السعر!



Bambinō

- since 1969 -