



دلال أبو أمنا
في المرتبة الأولى

35



العالم حسام حايك في حوار مع صحيفة حيفا

مساھمتي في تقدّم المجتمع أفضل لي من أي جائزة

30 و 31

لقاء البسيخومتري الديجيتالي الأول في البلاد

19



لتفاصيل صفحة 24 و 25



Bambino

- since 1969 -

AL HOME DESIGN

أثاث عبد اللطيف

16 و 17

البرونو افك

<p>نيير سولت - مولت 24 غليليم</p> <p>18⁹⁰</p>	<p>شمن سوكھا 3 ليتر</p> <p>24⁹⁰</p>	<p>اريزت اورز 5 ك"ג رز الطباخ</p> <p>28⁹⁰</p>	<p>נקניקות זוגלובק ג'מבו 1.5 ק"ג</p> <p>24⁹⁰</p>	<p>קפה נח'לה 1 ק"ג</p> <p>39⁹⁰</p>
--	--	--	---	---

* חאצעון לשروط החמלה. الأسعار سارية المفعول حتى نفاذ المخزون. * الحملة سارية المفعول حتى وحدتين فقط من كل منتج. * الصور للتوضيح فقط.

* الحملة سارية في فرع شارع الخوري 9 فقط!

لقاء نشطاء لجان الأحياء نقلت نوعيته في المسار إلى انطلاقة المجلس العام للأحياء العربية



مجتمعنا وجزء لا يتجزأ منه ومن روايته. أما القسم الثاني من اللقاء فخصص لمناقشة الخطوات المقبلة، بعد أن كان أعلن عن تأسيس المجلس في اللقاء السادس في حي وادي النسناس. فشرح المستشار التنظيمي مرزوق حليبي تصورات منظمي المشروع، ورؤاهم بالنسبة للمستوى التنظيمي والرؤيا للمجلس. وأشار إلى أهمية بناء علاقة سليمة بين المجلس كإطار عام وبين لجان الأحياء ونشاطها، والتي أهمية اختيار الاستراتيجيات الناجعة لإحداث التغيير. وأكد على أهمية الشراكة بين النساء والرجال في إنجاز هذا المشروع. كما قدم المستشار التنظيمي عروة سويطات، شرحاً عن مسح الاحتياجات الذي سينفذ في الأحياء العربية ولدى المجتمع العربي، تمهيداً لوضعه تحت تصرف المجلس العام، كآلية معرفية وأداة عمل. وقال إنه ضرورة من أجل العمل المهني المدروس ومن أجل إحداث التأثير. وطلب إلى الحضور التعاون معه في إنجاز المسح. وأتفق على تشكيل لجنة تحضيرية من ممثلي جميع الأحياء - 3 من كل حي - لمتابعة الشؤون التنظيمية وقيادة المجلس حتى نهاية السنة الجارية، وتحضير مواد ونظامه الأساسي وخطة عمله، تمهيداً لإجراء مؤتمر عام يكون مناسبة لانتخاب المجلس وهيئته وبدء رحلته. وسيكون على اللجنة التحضيرية أن تقود المجلس في المرحلة الانتقالية. وفي حديث لنا مع حسين إغبارية، قال: «أنا سعيد بهذا التقدم في مسار إقامة المجلس العام للأحياء، وأعتبره تطوراً هاماً في مسار تعزيز حالة انتظام مجتمعنا وتعزيز قدراته. سنترك للنشطاء واللجان أن تحدد هوية المجلس من خلال ترجمة تطلعات الناس ومطالبها إلى خطط عمل مدروسة. أتمنى على كل المشاركين أن يواصلوا هذا المشوار، لأنه من الفرح حقاً أن نرى ممثلات وممثلين لكافة الأحياء تحت سقف واحد. وهي رسالة لمجتمعنا وللمجتمع الآخر. إننا جادون في سعيينا إلى تعزيز أجواء التعاون والحوار والانفتاح وتحسين جودة حياتنا في هذه المدينة».

لمراسل خاص - شكّل اللقاء السابع للجان الأحياء العربية المشتركة ونشاطها، يوم الثلاثاء الأخير، في حي الكبابير، نقلة نوعية أخرى نحو تأسيس المجلس العام للأحياء من خلال الحضور الواسع - من كل الأحياء - والمناقشات الحيوية حول القضايا التنظيمية والرؤية المتصلة بالمجلس وعلاقاته بلجان الأحياء وتوجهاته العامة. وحل المشاركون ضيوفاً على حي الكبابير، وعلى الجماعة الأحمديّة، التي استضافت اللقاء بحفاوة وحميمية. وقد بدأ اللقاء بشرح عن حي الكبابير وتاريخه، قدمه الأستاذ فلاح عودة، الذي سلسل مسيرة الحي ومؤسسه إلى يومنا هذا. وتلاه أمير الجماعة الإسلامية الأحمديّة، الأستاذ محمّد شريف عودة، الذي رحّب باللقاء وأكد على أن حي الكبابير وأهله هم جزء من المجتمع العربي الحيفاوي. وأعطى بعض أفكار الجماعة ومناصرتها للعمل الجماهيري، انطلاقاً من مقولة إن الرجل الخبير هو من يوصل ليله بنهاره من أجل إسعاد الآخرين. وأثنى على جمعية التطوير الاجتماعي ومشروعها، وعلى ضرورة التعاون والتعاقد والالتكال على النفس في سبيل تحقيق المساواة، وصنع مستقبل أفضل. وكان قد حضر اللقاء عضو البلدية عن الجبهة، المهندس هشام عبده، الذي قدم تحية للحضور، معبراً عن تقديره لهذا النشاط الدؤوب والمستمر، أملاً استثماره في وحدة مجتمعنا وأحياناً في الانتخابات البلدية القريبة من أجل التأثير على صانعي القرار البلدي. وكان افتتح اللقاء حسين إغبارية (مدير عام جمعية التطوير الاجتماعي) الذي كشف عن التعاون بينه وبين أصدقائه من الكبابير في تأسيس الجمعية وإطلاق أولى مشاريعها. وقمى للقاء النجاح ولمشروع المجلس الانطلاق. وتبعه رئيس الجمعية د. جوني منصور، الذي أكد على أهمية الصلة بين الكبابير والمجتمع العربي، باعتبار أهل الكبابير من صلب



بمشاركة وزير المواصلات كاتس ورئيس بلدية حيفا يونا ياهف

تفعيل حافلة الـ «مطرونية»

لمراسل «حيفا» - بحضور وزير المواصلات يسراييل كاتس، ورئيس بلدية حيفا يونا ياهف، تم أول أمس الأربعاء تفعيل حافلة الـ «مطرونية»، على محور «هستدروت» في مدينة حيفا. هذا وسيتمّ خلال الأيام القادمة تفعيل الخط على طول محور الهستدروت حتى مفرق جولاني، وذلك للوقوف على جاهزية المشروع المواصلاتي الأكبر في البلاد. وأكد ياهف بأن الـ «مطرونية» ستعمل 7 أيام في الأسبوع على مدار 24 ساعة، بما في ذلك أيام السبت والأعياد. وأردف أن إطلاق الـ «مطرونية»، يعتبر خطوة أولية، حيث سيتمّ مستقبلاً تفعيل 90 حافلة «مطرونية»، لتصبح وسيلة المواصلات الأسهل والأفضل في حيفا. وقال الوزير كاتس: «الحديث يدور عن ثورة في عالم المواصلات والتي من شأنها تشجيع السّفر بالمواصلات العامة، خصوصاً وأن الـ «مطرونية» تحظى بأفضلية المرور في الشوارع وفي تسهيل إشارات المرور، على طول مسالكها الخاصة». وأضاف أن الصعود إلى الحافلة والنزول منها سيتم بشكل حرّ، والدفع سيكون بواسطة تذكرة ذكية مغنطة».



على اثر استشهاد الأسير عرفات جرادات في السجن

مظاهرة غضب في حيفا

شاهين نصار

دفع خبر استشهاد الأسير الفلسطيني عرفات جرادات، في سجن مجيدو، العشرات من الحيفاويين والحيفاويات للخروج إلى الشارع للتعبير عن سخطهم على أساليب التحقيق المستخدمة مع الأسرى والاعتقال الإداري في السجون الاسرائيلية. وقد رفع المتظاهرون لافتات كتب عليها «كلنا عرفات جرادات»، وحملوا الأعلام الفلسطينية وتابوتاً خشبياً.. وهتف المتظاهرون الذين انطلقوا بمسيرة عفوية من ساحة «الأسير» في حيفا، مروراً بجادة الكرمل («بن غورون») وشارع النبي والمجبل («هتسيونوت»): «يا جماهير انضموا انضموا.. الأسير ضحى بدمه» و«يا جماهير انضموا إلينا.. والأسير غالي علينا» و«يا انتفاضة اشتدي اشتدي.. في كل السجن امتدي.. شعبي قابل للتحدي»، وغيرها من الهتافات. وقالت ثائرة زعبي (ناشطة في «جراك حيفا»): «هذه مظاهرة غضب.. فيبعد أن سمعنا عن استشهاد الأسير عرفات جرادات في أقبية التحقيق الإسرائيلية الفاشية بعد ثمانية أيام على اعتقاله، خرجنا بمسيرة غضب لنقول إننا كلنا عرفات جرادات».



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

● ميرا (شلهوب) فريوات (قسم الإعلانات)

● آية صفدي (تصميم إعلانات)

● وائل عوض (تصوير فوتوجرافي)

العنوان:

حيفا - شارع الجبل «هتسيونوت» 5
بريد إلكتروني:

haifa.newspaper@gmail.com

هاتف: 048522822

فاكس: 048522767

تحرير: 0506481555

إعلانات: 0546481533

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

الآن جديد!
أيضاً بـ 125 غرام!



359

سعة حرارية!

BIGNEW-YORK 125 غرام

همبورجر أضلاع - أنتريكوت على النار والجمبر
من 100% لحم بقر

i'm lovin' it



BIGTEXAS 225 غرام

همبورجر أضلاع - أنتريكوت على النار والجمبر
من 100% لحم بقر مع بصل مقلي

سلسلة **BIGAMERICA** 225 غرام أيضاً بـ 125 غرام!

6 أطعمة رائعة تنتظركم في ماكدونالدز

TEXAS | **BROADWAY** | **MIAMI** | **LAS VEGAS** | **CHICAGO** | **NEW-YORK**



ندوة في حيفا حول فوائد ومضار البريد الإلكتروني والـ«فيسبوك»



ربيع منصور

نونه منصور إلى أن النصّ الإلكتروني لا ينقل المشاعر أو النبرة (والتي تعتبر 70% من المحادثة)، ما قد يؤدي إلى سوء فهم بين المتراسلين. لذا يجب أن تكون النصّ قصرية وواضحة. وأكد أنه من المفضل التحول إلى محادثة مباشرة، إذا ما تعقدت الأمور. وقدمت المحامية ماريا جمال المدخلة الثانية والتي تمحورت حول قواعد الخصوصية في الـ«فيسبوك»، مؤكدة أن كل ما نقوم به في الحاسوب يُحفظ في مكان ما وقد يُساء استخدامه بعد سنين طويلة، لذا يجب توخي الحذر خصوصاً عند نشر معلومات وصور شخصية. وشرحت جمال التشريعات المختلفة التي تحمي المواطنين من الأبعاد السلبية للتطور التكنولوجي، بما في ذلك الثغرات القانونية القائمة. وقدمت أمثلة ونصائح ومعلومات عن ثقافة الخصوصية في استعمال الـ«فيسبوك» كمثال تطبيقي. وطرح الحضور بعض الملاحظات والأسئلة. ويذكر أن «الديوان» هو منتدى يقيم نشاطات ثقافية وفنية دورية، وسيقيم نشاطه القادم على شرف الذكرى الـ(37) لبيوم الأرض الخالد، في شهر آذار الجاري.

تحت رعاية وزيرة الثقافة الفلسطينية سهام البرغوثي مكتبة «كل شيء» الحيفاوية تفتتح معرض الكتاب العربي القطري في الناصرة



لمراسل خاص

افتتحت مكتبة «كل شيء» الحيفاوية، لصاحبها صالح عباسي، يوم الأحد الأخير، وبحضور وزيرة الثقافة الفلسطينية، سهام البرغوثي، «معرض الكتاب العربي القطري»، الذي ضمّ ألوف الكتب في شتى المواضيع، وشمل آخر إصدارات كبرى دور النشر في العالم العربي، وذلك في قاعة القديس أنطون في الناصرة. وقد شارك في حفل الافتتاح رئيس بلدية الناصرة ورئيس اللجنة القطرية لرؤساء السلطات المحلية العربية، المهندس رامي جرابسي؛ وعضو الكنيست عفو اغبارية؛ والمطران رباح أبو العسل؛ والشاعر سميح القاسم الذي وقع على آخر إصداراته؛ وكذلك الروائي الفلسطيني رعي المدهون الذي وقع على كتابه «طعم الفراق» و«السيّدة من تل أبيب» - الرواية التي فازت بجائزة البوكر العالمية. كما تميّز حفل افتتاح المعرض بحضور جمهور غفير جاء من الناصرة ومن مختلف المدن والقرى العربية للمشاركة والاحتفاء بهذا الحدث الثقافي الكبير، وقد شارك كذلك في حفل الافتتاح طاقم صحيفة «حيفا». وتولّى عرافة الحفل وأداره الشاعر رشدي الماضي، الذي قدّم للحضور الشخصيات السياسية



ووزير الثقافة الفلسطينية سهام البرغوثي. وفي حديث لنا مع صالح عباسي (صاحب مكتبة «كل شيء»)، حول المعرض الذي اعتبر من قبل الكثيرين بمثابة ظاهرة ثقافية حضارية، قال: يحوي المعرض ألوف الكتب الحديثة والقادمة من معرض القاهرة الدولي للناصرة، مباشرة من أكبر دور النشر العربية في مصر ولبنان والأردن والعالم العربي، كما يضمّ المعرض جناحاً خاصاً لإصدارات وزارة الثقافة الفلسطينية في رام الله وجناح خاص للموسوعات وكتب الأطفال.

في أعقاب النشر في صحيفة «حيفا»



ربيع منصور

التي تم نشرها في صحيفة «حيفا» في شهر آذار الماضي، وقد حظيت بتأييد واسع من قبل القراء والجمهور. في هذا الصدد، نود أن نشكر جميع القراء والجمهور الذين شاركوا في النقاشات والحوارات التي جرت في أعقاب النشر. ونأمل أن نستمر في تقديم محتوى جود ونوعية عالية للقراء.

حيفا، 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013



ربيع منصور

التي تم نشرها في صحيفة «حيفا» في شهر آذار الماضي، وقد حظيت بتأييد واسع من قبل القراء والجمهور. في هذا الصدد، نود أن نشكر جميع القراء والجمهور الذين شاركوا في النقاشات والحوارات التي جرت في أعقاب النشر. ونأمل أن نستمر في تقديم محتوى جود ونوعية عالية للقراء.

حيفا، 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 11 شباط 2013

الجمعة 1 آذار 2013

الجمعة 1 آذار 2013

الجمعة 1 آذار 2013

الجمعة 1 آذار 2013

الجمعة 1 آذار 2013

زائد، نساء عانين من سكر الحمل او مولود
فوق وزن 4 كيلو والأشخاص المدخنين
السكري من نوع 1 (سكري الشباب): هم
حوالي 5% من مرضى السكري ويظهر
هذا المرض في سن مبكرة.

للإنسولين، وهو هرمون ينتج في
بنكرياس، دور مهم في تنظيم
معدل السكر في الدم. يظهر في جميع
العمرات، بما في ذلك ما فوق 40،
وتتميز بارتفاع نسبة السكر في الدم
وعدم قدرة الجسم على التعامل مع
السكر بشكل طبيعي.

مرض السكري من النوع 1 هو مرض
مناعي ذاتي، حيث يهاجم الجهاز
المناعي البنكرياس، مما يؤدي إلى
انخفاض إنتاج الإنسولين. يتم ملاحظة
أعراض المرض في سن مبكرة، عادة
قبل سن 40.

بالإضافة إلى ذلك، فإن مرض السكري
من النوع 2 يرتفع بنسبة كبيرة بين
الأشخاص الذين يعانون من السمنة
والبطالة، حيث يهاجم الجهاز المناعي
البنكرياس، مما يؤدي إلى انخفاض
إنتاج الإنسولين.

كلايت ان تتدخل من خلال تفعيل برنامج
للبحث عن متعاليين بحالة ما قبل السكري
وإدخالهم لمراقبة طبية وعلاجية لمنع ظهور
السكري. لذا قامت كلايت بتوسيع سلة
الخدمات لمؤمنيها، وستمنح كل متعالج
تحت خطر الإصابة بالسكري 14 لقاء شخصي
مع اختصاصية تغذية، إنب المراقبة الطبية
والإرشادات الغذائية.

يعتبر السكري المعدي
ظاهرة خطيرة، حيث يهاجم الجهاز
المناعي البنكرياس، مما يؤدي إلى
انخفاض إنتاج الإنسولين. يتم ملاحظة
أعراض المرض في سن مبكرة، عادة
قبل سن 40.

بالإضافة إلى ذلك، فإن مرض السكري
من النوع 2 يرتفع بنسبة كبيرة بين
الأشخاص الذين يعانون من السمنة
والبطالة، حيث يهاجم الجهاز المناعي
البنكرياس، مما يؤدي إلى انخفاض
إنتاج الإنسولين.

كلايت تنطلق ببرنامج لإيجاد حالات
لأشخاص ما قبل السكري وإدخالهم لدائرة
المتابعة الطبية. البرنامج يستند على تغيير نمط
الحياة والبدء بعلاج وقائي.

تم تشخيص حوالي نصف مليون شخص في
البلاد كمرضى سكري، إلى جانب 10 ملايين
مرضى السكري من النوع 2. يمكن
طبي يمكن تطوير لديه
استراتيجيات جديدة.




مؤمنو كلايت يتمتعون بأفضل تغطية

أكثر من مليون مؤمن في كلايت موشلام بلاتينوم
يتمتعون ببرنامج الصحة الرائد والأفضل في البلاد

مجانيا*

نظارات طبية لأولاد
حتى جيل 18 سنويا




مجانيا

علاجات أسنان وقائية
لأولاد حتى جيل 18
وتخفيض 70% لباقي افراد العائلة




حتى 3000 ش.ج

مقابل إستشارات وفحوصات
حمل حسب اختياركم



حتى 1500 ش.ج

عمليات جراحية خاصة
في البلاد باشتراك ذاتي
منخفض بشكل خاص



كلايت 100 سنة
أكثر من 100 سنة
رواد في صحة العائلة العربية



لتفاصيل إضافية :
***2700** من كل هاتف
mushlam.clalit.co.il

لدخول موقع كلايت موشلام
امسحوا ال QR code

خاضع لنظام كلايت موشلام وبلاتينوم. *قيمة الامتياز لغاية 600 ش.ج. مقدمة كمعلومات لمؤمني كلايت موشلام وبلاتينوم.

الأقنعة ملوونة والمظاهر خداعة!

ليس الجمال بأثوابٍ تزيّننا.. إنّ الجمال جمال العلم والأدب

نحن نلهث، أحياناً كثيرة، وراء الأشياء البراقة اللامعة، معتقدين أنّها من الثّنائس، لنكتشف - لدى اقتربنا منها - أنّها مجرد قطع معدنيّة زائفة لا قيمة لها، كعدد كبير من الأشخاص المفلسين التّافهين المزيفين الذين يعتقدون - بكلّ غباوة - أنّ مستوى وقدر قيمة الإنسان وجماله تُقاس بالمجوهرات والمركبات والمنازل وعمليات التّجميل والتّفخ والشّفط وتكبير الصّدور وتصغير الأرداف وعمليات الـ«بوتوكس» والـ«موتوكس» والشّد والمدد.. ناسين أو متناسين أنّ الإنسان يُقاس بأخلاقه ومبادئه وتصرفاته وجمال روحه وحسن تعامله وصدقه مع الآخرين.. من دون أن «يتجمل» بمظاهر خارجيّة خداعة، لامعة براقّة.. وما أكثر هؤلاء!

كثيرون يلجأون للحصول على قروض بنكيّة، لا لسدّ عجز في البنك أو رمق جوع الأولاد أو دفع الأقساط المدرسيّة الباهظة أو دفع ديون متكدّسة، فهذه أمور «تافهة»!! لأنّ الأهمّ - حسب رؤيتهم الضّيقة - هو «الارتقاء إلى مستوى» فلان أو علّانة، وشراء أحدث مركبة، وأثمن جوهرة، وإجراء عدد من عمليات التّجميل.. «شوفوني يا ناس» وع.. يا لوزة!

وما يزيد الطين بلة هو آخر صرعة («ترند») من صرعات بناء الأظافر بتكلفة باهظة الثّمّن، والتي أصبحت لدى الكثيرات شغلهم الشّاغل.. نعم! والحديث لا يدور عن ثريّات الخليج أو أميريات قطر أو صديقات الشّيخة موزة، بل عن سيّدات وفتيات من مجتمعنا.. أظافر مزركشة ملوونة لامعة، قد يصل سعرها إلى مئات الشّواقل أو يزيد..! من حقّ كلّ فتاة أو سيّدة التّزيّن، كما يحلو لها، «بسّ كلّ شي زاد نقص».. وخصوصاً عندما يكون هذا التّجمل الاصطناعيّ مُبالغاً فيه، ويهدف إلى لفت الأنظار أو الإغراء، أو «الارتقاء» بمسوّى المعيشة على حساب الآخرين!

يجب ألاّ نخدعنا، بعد اليوم، هذه المظاهر الخارجيّة البراقة الخداعة؛ لأنّ اللّمعان والبريق والجمال الحقيقيّ يأتيان من الدّاخل ليسع إلى الخارج. وهذا ما نصبو إليه - إلى مجتمع مختلف لا يتخلف، يتعلق بجواهر الأمور لا بقشورها.

يجب ألاّ نخدعنا المظاهر فعلاً، لأنّ هدوء المقابر لا يؤكّد بأنّ جميع الموتى ينعمون في الجنّة!

مطانس فرح

ملعونة هي الأقنعة الملونة المزركشة والمظاهر الخداعة الكذّابة، التي تحوّلت إلى آفة اجتماعيّة خطيرة ويات جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليوميّة.. ملعونة، ملعونة، ملعونة.

نعيش زمنًا ملوّنًا يكثر فيه «المدح» و«التّمجيل» والمجاملة، زمنًا مليئًا بالأقنعة والمظاهر الخداعة الكذّابة، زمنًا يتنافس فيه الرجال والنساء و«يتناحرون» على خدعة النّاس بمظاهرهم اللامعة البراقّة، وجمالهم المصطنع، ومقتنيّاتهم «النّادرة» النّفيسة، من المركبات الفخمة، ونفائس المجوهرات والذهب، والملابس الباهظة الثّمّن لأفضل المصمّمين والشّركات، والنظارات الشمسيّة من أفضل الماركات العالميّة، وحياة البذخ والرّقاهيّة، وغيرها.. وغيرها.. وهم - في الواقع - مدينون للبنوك، محتالون «نصابون» خداعون، تخنقهم المحجوزات الماليّة، لا تحترم حوالاتهم البنكيّة (شيكاتهم).. رصيدهم فارغ كفراغهم الدّاخليّ.. فرصيدهم الفعليّ بين النّاس لا يُقاس وفق «جمال المظهر»، فورا هذا الجمال والقناع يظهر قبج الجوهر والتّصرف.. فليس كلّ ما يلمع ذهبًا.

إنّ الاهتمام بالمظاهر اكتسح مجتمعنا العربيّ بطبقاته المختلفة، وسيطر على حياتنا، فلم تعد هذه المظاهر تقتصر على طبقات معيّنة من مجتمعنا، بل طاولت غالبيّته.. حتّى أصبحنا نلبس ما لا يليق بنا ونتحدّث لغةً مختلفة عنّا ونتصرّف كما يتصرّف غيرنا، مجاراةً للوضع السائد، ومن جرّاء الغيرة والحسد والتّقليد الأعمى، بغضّ الطرف عن الإمكانيّات الماديّة المتاحة أمامنا، ما قد يدفع بنا إلى الهلاك.. فلماذا يجب أن نخدعنا المظاهر الكذّابة؟!

وقد أكّد علماء النّفوس واختصاصيوها أنّ الاهتمام بالمظاهر الخارجيّة البراقة وحبّ التّظاهر (Show off) والتّقليد الأعمى... تعود كلّها إلى مرض نفسانيّ ناتج عن عدم الثّقة بالنّفوس أو الإحساس بعقدة النقص من هم أعلى من مستوى هذا الشّخص مادّيًا أو يفوقونه جمالًا. وأشار العلماء إلى أنّ محبّي المظاهر يعيشون في قلق وتوتّر دائمين، تسيطر على حياتهم التّعاسة وتلفّهم الهموم؛ لأنّهم «يقدّسون» المظاهر، يراقبون الغير، ويهتّمون بالقشور والتّافهة فقط، وينسون الجوهر، فينشغلون عن المعنى الحقيقيّ للحياة..

اعتقال سبعة أشخاص في شجار في البلدة التحتا

لمراسل «حيفا» - نشب شجار بين مجموعتي شبّان من قرى الجليل كانوا يمضون سهراتهم في البلدة التحتا. وقد تعرّض أحد الشّبّان إلى إصابات بين طفيفة ومتوسطة، وأخلى المصاب إلى مستشفى «رمبام». وتمّ اعتقال 7 أشخاص إثر هذا الشجار الذي نشب على خلفيّة عريضة. وأفادت مصادر الشرطة أنّ شجاراً آخر وقع في أحد المطاعم في منطقة الـ«تشميك پوست»، ولكن دون وقوع إصابات، ولكن الشرطة أمرت بإغلاق المطعم إثر الشجار واستدعت صاحبه للاستجواب. وفي حادثة أخرى تمّ اعتقال رجل يبلغ 40 عامًا من قرى المنطقة بتهمة محاولة إحراق مصنع مجاور. ووفقاً لمصادر الشرطة فإنّ المتهم أقدم على محاولته بإضرام النّار في صفائح وأرضيات خشبيّة في المصنع.. وتحقّق الشرطة في أسباب ذلك.

تهنئة

إلى الف مبروك
تتقدم بحر التهانّي إلى
محمد وعلا حيدر
بمناسبة المولود الجديد

جمال

جعل الله من مواليد السعادة



مقدمة من
وائل عوض
وخطبته فحاء والعالمة

مطبعة المستقبل

بإدارة: ابو رحمون وحوّا

جميع انواع الطباعة العصرية والملصقات والأرماط

ملصقات
للسيارات
وواجهات
الحوانيت

أرماط
بجميع
الاشكال
والانواع

ملصقات
جاهزة
للمقاولين
والمطاعم

مغلطات
دفاتر حسابات
منشورات
اعلانات/ بلكاردات

كرقات اعراس
محلي ومستورد

كرقات ابتداءً من
60 اغورة

طباعة على مناشف
وبلوزات
للزيانة

تشكيلة هدايا
مع طباعة خاصة
لجميع مناسباتكم
السعيدة

مطلوب

وكلاء / وكيلات للتسويق

مفتوح كل ايام الاسبوع من الساعة 9 صباحاً حتى 7 مساءً

04-85 300 50

مطبعة المستقبل (مطبعة سهيل عتقي سابقاً) - شارع الجبل (هتسونوت) 8 - حيفا

נحتفل ביום المرأة العالمي في الجرانند كنيون فقط

تخفيضات وحملات خاصة من تاريخ 6 وحتى 8 آذار

COMMON POINT



הבורסה לתכשיטים

خاتم ذهب 14 قراط
مرصع بماس 0.07 قراط
1,190 ש.ח. بدل 2,975 ש.ח.



הבורסה לתכשיטים

خاتم ذهب 14 قراط
مرصع بياقوت أزرق / ماسة
أمتيست 0.15 قراط
3,490 ש.ח. بدل 8,725 ש.ח.



Impress

רשת חנויות לשעוני יוקרה ותכשיטים
100 ש.ח. هدیه للشراء بالذكان
* الحملة لا تشمل ساعات كاسيو وصيانة ساعات



Impress

רשת חנויות לשעוני יוקרה ותכשיטים
חلق ذهب مرصع بماس
2,990 ש.ח. فقط! بدل 7,480 ש.ח.



swatch+

50% تخفيض على كل مجوهرات سواتش
* الصورة للتوضيح فقط



MANDARIN

speciality kitchen & quality coffee
قهوة وكعكة بـ
29 ש.ח. بدل 53 ש.ח.

PADANI

JEWELLERY FOR CONNOISSEURS
30% تخفيض على ساعات
Marc Jacobs للنساء
* لا ازدواجية بالحملات



HAGAR SATAT

20% تخفيض
على جميع المجوهرات

ROYALTY

تشكيلة مجوهرات ماس
بـ 70-80% تخفيض
* الصورة للتوضيح فقط



H.stern

سوار مبنی من جلد لون بوردو
مع إمكانية تعليق قلادات عليه
حسب الذوق الشخصي.

Michal Negrin

كل الذكان بدون
ضريبة القيمة المضافة
* فقط بـ 08.03.13



ROY

7% تخفيض على جميع المنتجات
* لا ازدواجية بالحملات

GOLBARY

Summer June 2009
50 ש.ח. هدیه
للشراء من التشكيلة الجديدة
* لا يشمل تشكيلة ال- PROMO

גרנד קניון

جديدا!

מכבי

البطاقة التي تضمن
لك أوسع وأنجع
تغطية صحية!



لحياة صحية أكثر

للانضمام:
* 4535
www.maccabi4u.co.il

يسر مكابي أن تقدم تأمين مُكَمَّل جديد، محتلن
وبسعر مدهش، الذي يوفر لك آلاف الشواقل في السنة
مقابل تكاليف الرعاية الصحية في مجالات عدة:

- اسنان ● حمل وولادة ● طب تجميلي
- تطور الطفل ● لياقة بدنية ونمط حياة صحي
- بصريات ● تطعيم لخارج البلاد ● طب تكميلي
- عمليات جراحية خاصة



الامتيازات والتغطيات خاضعة لنظام خدمات
الصحة الاضافية
"مكابي شيلي" في موقع مكابي.
زوروا - www.maccabi4u.co.il
او امسحوا الكود:

مكابي
خدمات صحية

نتقدم من أجلك

SECTORS

Data Pro | proximity

طلاب ماريوحنا الإنجيلي يطوفون العالم الناطق بالإنجليزية



من خلال فعاليات ترفيهية، إضافة إلى فعاليات مُحوسبة. كما قام طلاب الإعدادية بتقديم عرض عن دول العالم المتحدث بالإنجليزية. اختتم البرنامج، بمعرض كتاب، حيث تم عرض مجموعة كبيرة من القصص، وقد استطاع الطلاب اقتناء ما يتناسب وأجيالهم، بمبالغ معقولة نسبياً. هذا، ويعتبر يوم اللغة الإنجليزية يوماً ناجحاً ومثمراً، وقد حقق أهدافه المرجوة. وقد تم هذا اليوم تحت إشراف ومتابعة معلمتي اللغة الإنجليزية: جريس سلامة والسبي غطاس، وبدعم طاقم الهيئة التدريسية وإدارة المدرسة. يُشار إلى أن المدرسة كانت قد توقفت عند محطات عدة خلال السنة الدراسية، في مواضيع ومجالات متنوعة، وهي منهجية مأسستها المدرسة، كجزء من العملية التربوية التعليمية.

لمراسل «حيفا» - ضمن مشروع أيام القمّة التي تقوم به مدرسة «مار يوحنا الإنجيلي» بطواقيها التعليمية التربوية المتعددة، تم المشاركة في يوم اللغة الإنجليزية، يوم الخميس الأخير (21/2/2013)، الذي أطلق عليه اسم: «حول العالم الناطق بالإنجليزية». وكان قد تخلل يوم اللغة الإنجليزية، مجموعة فعاليات تعليمية ترفيهية، قدمت لجميع الصفوف، من الأول حتى الثامن، بمساعدة طلاب من صفي الثامن، الذين عملوا على تربيها لطلاب الصفوف الدنيا. ومن ضمن هذه الفعاليات: فعاليات صور وأحرف، الضمائر على أنواعها، فعالية الساعة، لعبة الذاكرة واستخراج الكلمة، الشاذة، التكلم باللهجتين: البريطانية والأمريكية.



معاً من أجل العطاء

وترفيه للأطفال المرضى، جسّدوا فيها العطاء المادي والمعنوي، فقدّموا الهدايا الرمزية للأطفال المرضى، لهدف إرساء البسمة على وجوههم وإدخال السعادة إلى قلوبهم. من المهم التأكيد على أن هذا العمل التطوعي هو الأول ضمن سلسلة فعاليات يقوم بعرضها وتخطيطها مجلس الطلاب في المدرسة، ضمن مشاريع المدرسة الاجتماعية ليوم الأعمال الخيرية.

لمراسل «حيفا» - ضمن الفعاليات التي قامت بها مدرسة «عبد الرحمن الحاج» لتذويت قيمة الشّهر - العطاء؛ تمّ التحضير ليوم تطوعي ولفتة إنسانية عُنوانها «من أجل العطاء»، تهدف إلى حث الطلاب على إظهار الاهتمام بما يحيط بهم، ومدّ يد العون للغير والعمل على تحقيق احتياجاته. حيث قام مجلس الطلاب في المدرسة بالتخطيط لفعاليات تربوية، تسليمة

تعرضت للسرقة في شارع «أرلوزلروف» في الـ«هدار»

لمراسل «حيفا» - تعرضت سيّدة تبلغ من العمر نحو أربعين عاماً للسرقة في شارع «أرلوزلروف» في منطقة الـ«هدار». وكان شابان قد تعقبا السيّدة ثم هاجمها واختطفها محفظتها وفرّا جرياً من المكان. واستدعت الشرطة إلى موضع الحادث وأخذت تبحث عن السارقين، ولكنها لم تعتقل مشبوهين بعد.

حادثة شخصية لراكب دراجة نارية

لمراسل «حيفا» - فقد راكب دراجة نارية السيطرة على دراجته أثناء قيادتها في جادة «هناسي» على جبل الكرمل، واصطدم بسيارة قادمة أمامه. وكان الراكب يسير من اتجاه مركز الكرمل نحو شارع «تشيرونيموفسكي» ففقد السيطرة على دراجته واجتاز مساره وانحرف إلى الاتجاه المعاكس، وهناك أصاب سيارة قادمة أمامه. وقام طاقم الإسعاف بنقل راكب الدراجة إلى مستشفى «رمبام» حيث تعرّض إلى إصابات خطيرة في رأسه. وشرعت الشرطة بالتحقيق في الحادث.



إذا أردت أن تحدثي التغيير عنوانك... مركز مرقت للتجميل

علاج جميع مشاكل البشرة
حب الشباب - كلف - بقع - بيلينغ

الممثلة رنين بشارت إسكندر



بعد



قبل



بعد



قبل

اتصلي الآن:

0545356735
0774323401



Mervat
Gaitous
مركز مرقت غطوس للتجميل

مركز مرووت غنطوس رחוב הגפן 9



المعلومات على صفحة الفيسبوك
NAZARENE TOURS

NAZARENE
I'M A STAR

انت النجم مع نزارين تورز
نشو رايكوا تسافروا عحسابنا عاروبا؟



NAZARENE TOURS Ltd
My World

ntours.co.il | *9033

يوم مبيعات مميز!



يوم مبيعات وانت الكسبان! الاربعاء 06/03/13
في فندق الجولدن كراون - الناصرة من الساعة 15:00
لغاية الساعة 20:00

ورشات وفعاليات شيقة

محاضر وفعالية شيقة كل نصف ساعة حول اروع واجمل رحلات 2013

نسمع.. نتمتع.. ونبدأ بالتوفير!

تنزيلات تصل حتى \$150 للزوج! لكل من يحجز بهذا اليوم.

توزيع هدايا مميزة لجمهور زوار يوم المبيعات

اسطنبول براغ او برشلونة؟

احجز الان والهدية بالانتظار، 5 جوائز قيمة ضمن السحب الكبير لمن يحجز في يوم المبيعات

مشاركة دولية.. لنقل المتعة الحقيقية

طاقم مندوبين من بعض الدول بانتظاركم وضمنها: الأردن، تايلاند، قبرص وغيرها... هذا

بالإضافة لمندوبي الفنادق المختلفة من البلاد والخارج، ومواقع استجمام في البلاد.

نزارين تورز، تتشرف بحضوركم ومشاركنتكم هذا الحفل وندعوكم لتستمتعوا بقضاء وقت

ممتع ومفيد ولتتعرفوا على كل ما هو جديد في عالم السياحة.

اهلاً بكم!

\$150 تخفيض للزوج

لمن يحجز رحلة منظمة الى المغرب،
اليونان، ايطاليا، اسطنبول، المانيا وبراغ

\$100 تخفيض للزوج

لمن يحجز رزمة 5 ليال: مالطا،
سالونيكى، انطاليا، رودوس وكريت

\$196 بدل \$219

هيات طابا، 4 ايام، إفطار + عشاء
للشخص في غرفة زوجية

\$666 من \$740

إسطنبول، 5 ايام يشمل وجبة الإفطار
للشخص في غرفة زوجية

التخفيض يشمل كل من يحجز في يوم المبيعات

للفترة ما بين 21/03/2013 حتى 11/04/2013



لمزيد من المعلومات
البرنامج والاسعار والجوائز الخاصة
امسح الكود او ادخل الموقع التالي:

<http://www.ntours.co.il/sday>

www.ntours.co.il

*9033 مركز الحجوزات

f | Nazarene Tours

*9011 لفرع نزارين

فروع نزارين // الناصرة 04-6560077 // حيفا 04-8510502
شفاعمرو 04-9868811 // كرمئيل 04-9988990 // القدس 02-6274636

بلدية حيفا ترمم ليلًا.. والسكان لا ينامون!



هكذا سيبدو شارع «هرتسل» في منطقة الـ«هدار»، بعد نهاية الترميمات..
ألا يستحق ذلك عناء الانتظار..؟! (الصورة لطف من «يافيه نوف»)

الـ«مطرونييت» هو شارع «هرتسل» في حيّ الـ«هدار»، وتجري هناك في الآونة الأخيرة أعمال تحميّة طويلة ساعات النهار. ولكن يستدلّ من شكاوى السّكان أنّ الأعمال تمتدّ إلى ساعات الليل، أيضًا. وقال عدد من السّكان إنّ الأعمال تتمّ بمحاذاة المساكن مباشرةً، ويجوار الشّقق السّكنية، ممّا يؤدي إلى اهتزاز المنازل وإغلاق السّكان بحيث لم يعد الوضع يُطاق.

وكان السّكان قد اشتكوا إلى المركز البلدي للشكاوى، لكن هذا المركز حولهم إلى الشرطة، والشرطة أعادتهم إلى البلدية. وقالوا إنّ البلدية تحاول مراعاة أصحاب المحلات التجارية لئلاّ تمسّ بمصالحهم، وهي لا تبالي براحة السّكان.

وردّت البلدية، تعقيبًا على ذلك، بأنّ شارع «هرتسل»، وهو من الشوارع العريضة في حيفا، يعتبر محورًا مركزيًا في التجارة والمواصلات. وإذا طرأ أيّ تأخير على تنفيذ المشاريع المقرّرة فإنّ ذلك ناجم عن أنّه يتمّ تنفيذ عدد من المشاريع في آن واحد، كتبديل البنية التحتيّة وإعداد مسار القطار الخفيف الـ«مطرونييت».

ومن المقرّر أن ينتهي العمل من هذه المشاريع بعد نحو شهرين، وعليه فإننا نأسف لمعاناة السّكان، مع العلم أنّ البلدية عيّنت موظفين خصوصيين للاتّصال المباشر مع السّكان القلائل في شارع «هرتسل»، ومع التّجار على حدّ سواء.. وسنرى ثمار هذا المشروع في أيّار القادم.

طراسل «حيفا»

يعاني السّكان في شارع «هرتسل» في منطقة الـ«هدار»، من صخب وضجيج غير محتملين من أعمال البنية التحتيّة التي تقوم بها البلدية لتشغيل مشروع القطار الخفيف الـ«مطرونييت». ويقولون: «إنّ النوم مُحال في الليلي، فالبيت يهتزّ كله».

وتعترف البلدية بأنّ الأعمال الجارية في الليل تثقل على السّكان، ولكنها توضح أنّ عدد السّكان قليل في هذا الشارع. إذ تشهد مدينة حيفا هبة في أعمال البناء المكثّفة، من مشاريع ضخمة، تشمل ألوف الوحدات السّكنية، مواقع ترفيهيّة هائلة على امتداد الشاطئ، وألوف أماكن العمل الجديدة التي يتوقّع أن تبدأ مع توسيع ميناء حيفا.

ولكن رغم كلّ هذا، فإنّ بعضًا من الشّقق السّكنية في المدينة أصبحت كابوسًا. ويمكن إحصاء بعضًا من المشاريع التي تقوم بها البلدية مثل مشروع الـ«مطرونييت» - الحافلة الضخمة التي تضمّ 150 مقعدًا، وتسير على امتداد الشارع في مسار خاصّ بها وتتيح الوصول السريع من مكان إلى مكان. ويشمل المشروع 90 حافلة تنطلق كلّ 10 دقائق في مسار دائري. ويربط مسارها بين منطقة الـ«كرويوت» وحيفا، ومن المقرّر أن تبدأ بالعمل في آب/أغسطس القادم.

أحد المسارات المركزيّة التي ستمرّ بها

شجار وحادث

طراسل «حيفا» - تمّ استدعاء الشرطة لفضّ شجار نشب بين حراس وشابين من السّاهرين في أحد المقاصف الليلية في شارع «كيبوتس چالويوت» في البلدة التحتا.

وكان الشّابان يريدان الدّخول إلى المقصف، غير أنّ الحراس منعوهما من ذلك، فأرادا الدخول عنوة بالتهديد بالسّلاح، ولكن بعد استدعاء الشرطة فرّا من المكان على متن دراجة



ناريّة. وفي أثناء فرارهما انقلبت الدراجة في شارع «كيبوتس چالويوت»، وتمّ إلقاء القبض عليهما.

Top Model

بإدارة حمودي سالم

צבע + פסים
+ תספורת + פן
ב- 350 ₪

וקבלי מסכת שיער מקצועית!
המבצע תקף לשבוע
אחד בלבד!!



תוספת שיער בהלחמה ב- 2500 ₪
שיער טבעי 100% (לא מוגבל בכמות)

החלקה יפנית החל מ- 900 ₪
החלקת שיקום צרפתית החל מ- 750 ₪

תספורת לנשים וגברים | צבע | פסים
החלקה יפנית | תסרוקות | תוספת שיער

רחוב יפו 71 - חיפה

f Hamody Salm | 050-2635700

فقط في سوپر فارم آرمون هدار و سيتي سنتر

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

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

تحتزم وصفات الاطباء لصناديق المرضى لثوميت، مكابي ومؤحيدت

تحتزم وصفات الاطباء لجميع صناديق المرضى

وأيضا، حصري لزيائن Lifestyle

سومات 7
أقراص للجلاية
عبوة
26 قرص



19⁹⁹ ش.ج



موليت قلب أحمر
ورق تواليت
40 لفة



29⁹⁹ ش.ج

إيريال
مسحوق غسيل
1.25 كغم



14⁹⁹ ش.ج

لايف
صابون سائل
1 لتر



7⁹⁹ ش.ج

د. فينشر سرکال
شامپو/ منقم
500 ملل +
50% إضافة
مجانا



السعر لـ 750 ملل
11⁹⁹ ش.ج

كيف
شامپو/ منقم



السعر للوحدة
8⁹⁹ ش.ج

مجموعة حملات ريعية في سوپر فارم



PYREX ORIGINAL SINCE 1918
MULTI COOK
כל המטבח בכלי אחד



نشترى بـ 99 ش.ج من تشكيلة منتجات الحانوت* ونحصل على

بايركس مولتي كوك

بـ 199 ش.ج للطقم

بدلاً من 399
مجموعة أطباق بيتية للطهي وأغطية بابتكارات
جديدة، متعددة الأهداف وأمنة
طقم يشمل 5 قطع

*لا يشمل حملات عند انتهاء الحساب. 10,000 وحدة في المخزون



نشترى بـ 69 ش.ج من تشكيلة منتجات الحانوت* ونحصل على



Cif
سيف
رزمة تنظيف*
بـ 14⁹⁹ ش.ج
للرزمة

*لا يشمل حملات عند انتهاء الحساب.
تشمل الرزمة: كرم تنظيف أمونيا، سائل تنظيف عام 1 لتر، مجموعة 3 ماسح بيتية.

نشترى بـ 59 ش.ج من تشكيلة منتجات الحانوت* ونحصل على



Life
لايف
رزمة عناية*
بعطر اللوتس والعنبر
بـ 19⁹⁹ ش.ج
للرزمة

*لا يشمل حملات عند انتهاء الحساب.
تشمل الرزمة: جل استحمام 400 ملل + كرم للجسم 250 ملل

TAX FREE لغاية 13.3.2013 أو حتى نفاذ المخزون الأسبق من بينهما. تحتفظ الشركة لنفسها الحق بتحديد كمية الشراء. لا ازدواجية في الامتيازات. يحتمل وجود فرق في أسعار المنتجات قبل التخفيض بين حوانيت الشبكة ولذا المكان الذي لا يعرض فيه السعر قبل التخفيض - سيعرض السعر على المنتج/ بجانبه في كل واحدة من حوانيت الشبكة.



يشرف عليها الأستاذ إسكندر عمل، ودورة التفوق التي يشرف عليها الأستاذ سليم دهموش. وقال د. جبران إنه من المقرر تنظيم مزيد من الدورات الإثرائية لأولادنا العرب في حيفا، وخاصة بعد تنفيذ مشروع البناء في الطابق الثاني والذي أصبح على وشك إقرار خرائطه، وتحضير الميزانيات المطلوبة له. وتحدث رئيس البلدية وأفاض مستعرضاً بالشرائح أيضاً، المشاريع العمرانية التي شهدتها حيفا خلال السنوات القليلة الماضية، والتي تشهدها المدينة هذه الأيام، مثل مشروع القطار الخفيف (المطرونية)، وبناء أكثر من خمسين فندقاً، والحرم الجامعي في منطقة الميناء واستاد كرة القدم ومراكز اللهو والفنون والنوادي الثقافية، وأشار إلى أن البلدية رمت نادي الشبيبة «الأخوة» في وادي السناس، وسيطلق عليه اسم المرحوم كميل شحادة الذي أسس «بيت النعمة»، وكان عضواً في «البيت المسيحي»، كما سيحتفل قريباً بالإعلان عن «ميدان إميل حبيبي» في وادي السناس، أيضاً. وفي ختام الاجتماع كانت فرصة أمام الحضور من أجل لقاء رئيس البلدية مباشرة، وطرح بعض القضايا التي تهمهم.

(تصوير: حمودي غنام)

ومن جهته رحّب رئيس الهيئة الإدارية، المهندس إدوار مطر بالحضور، وأثنى على خطوة المطران شقور ورئيس البلدية بتفقد المؤسسة ولقاء أعضائها والاستماع إلى مطالبهم، وقال إن مؤسسة «البيت المسيحي» تضع نصب أعينها خدمة هذا المجتمع وتقديم الخدمات الممكنة لأكبر قطاع منه. وأشار إلى التعاون القائم مع كل من البلدية وجامعة حيفا في تقديم منح للطلاب الجامعيين العرب، وأنه سيتم التعاون مع مؤسسات أكاديمية أخرى كمعهد العلوم التطبيقية (التخنيون) لتوزيع هذه المنح إلى مزيد من الطلاب.

أما المطران شقور فقد أشاد بالدور الذي تقوم به مؤسسة «البيت المسيحي» وأعرب عن اعتزازه بالبيت الذي يعتبره أسرة واحدة، وطالب رئيس البلدية بالإسراع في تلبية كافة المطالب التي طرحتها المؤسسة في لقاءها معه.

واستعرض الدكتور رمون جبران (السكرتير العام للمؤسسة) الخطة الخماسية التي أعدها للبيت المسيحي، وسرد بالتفصيل عن طريق الشرائح، تلك الأهداف والرؤى والمشاريع والبرامج المستقبلية. ولفت إلى الدورات المميزة التي تُقام في «البيت المسيحي» مثل دورة الإبداع والوعي القرآني التي

الحضانة ورعايتها للأطفال، حيث تستقبل أطفالاً من سن ثلاثة أشهر وحتى ثلاث سنوات، مع تقديم وجبات الطعام لهم. ووصف ياهف مستوى هذه الحضانة بالنسبة للأطفال بأنه كمستوى مدرسة «الريثالي» للكبار، حيث تفتقر الحضانة في حيفا إلى مثل هذا المستوى.

ثم انتقل الحضور إلى فندق «الكولوني» في جادة الكرمل/«بن غوريون» للاجتماع العام لأعضاء «البيت المسيحي» وأصدقائهم، وتولّى عرافته الإعلامي نايف خوري (القائم بأعمال رئيس الهيئة الإدارية)، ورئيس اللجنة الثقافية في البيت المسيحي، وأشار في كلمته الافتتاحية إلى أن هذا الاجتماع يعتبر انطلاقة جديدة للفعاليات التي تنوي الإدارة تنفيذها، وخاصة في المجالات الثقافية والترفيهية والرياضية، كما سيتم عقد مؤتمرات محلية وعالمية، بالتعاون مع عدد من السفارات الأجنبية في البلاد.

طراسل خاص

عقد «البيت المسيحي» اجتماعاً خاصاً لأعضائه وأصدقائه للإعلان عن البرامج والفعاليات المتوقعة لهذا العام والأعوام الخمسة القادمة. وحضر هذا الاجتماع المطران إلياس شقور، ورئيس البلدية يونا ياهف، وعميد الطلبة في جامعة حيفا وجمهور من المدعوين. وكانت الهيئة الإدارية للبيت المسيحي قد عقدت اجتماع عمل مع رئيس البلدية في مقر المؤسسة، وطرح أمامه المشاريع المستقبلية، وخاصة أعمال البناء المزمع إقامته كطابق ثان في المؤسسة، وأشار الأعضاء إلى الأوضاع في المدينة من حيث المشاريع الجارية والتي تضيق على حركة السير في الطرقات. ووعد رئيس البلدية بأن تقوم البلدية بدورها في الإسراع بإصدار الرخص المطلوبة للبناء الجديد في أقرب وقت. ثم قام ياهف بجولة في الحضانة اليومية في المؤسسة، والتي تديرها لبندا وجبران عبود. وأعرب رئيس البلدية عن شدة إعجابه من مستوى هذه

التهاب كبد من نوع نادر يأتينا من الهند!



طراسل «حيفا» - تمّ تشخيص إصابة فتى في مستشفى «بني تسيون» في حيفا، على أنه مصاب بالتهاب الكبد من نوع (E) فور عودته من الهند.

وقال الأطباء إن الجرثومة المسببة لهذا المرض تؤدي إلى التهابات حادة في الكبد، فتصطبغ البشرة بالأصفر، وهو يشبه ما يسمى (الريقان)، وتنتقل الجرثومة بواسطة شرب ماء ملوث أو من إنسان مصاب.

وتمّ إدخال المريض إلى غرفة العزل الصحي في عيادة الرحلات، ويقوم على علاجه فريق من الأطباء المختصين يمثل هذه الحالات برئاسة البروفيسور يسرائيل فوتسمان الذي قال إنها أول مرة تصيب هذه الجرثومة فتى في إسرائيل، خاصة أنه لا تتوفر علاجات بالعقاقير لهذا المرض بل يجب الانتظار حتى تتحسن حالته.

وأضاف البروفيسور فوتسمان أن هذه العيادة تستقبل كثيراً من الشبان قبيل سفرهم في رحلات إلى الشرق الأقصى وأمريكا الجنوبية، فيتلقون التطعيم اللازم ضد التهابات الكبد من النوعين (A و B) المنتشرين في تلك البلاد.

بروفيسور فوتسمان (تصوير: أفراحت لختر)

أما التهاب الجرثومي للكبد الذي أصيب به هذا الفتى فهو مرض جرثومي تسببه جرثومة الـ«هيباتيتيس» (E)، كما أن هذه الجرثومة منتشرة في الهند، وتنتقل بالعدوى نتيجة شرب الماء الملوث من مياه المجاري.

وكما هو معلوم فإن كثيراً من الحالات يتم فيها الاستحمام في الأنهر الملوثة، وفي ظروف صحية متدنية وعدم الحرص على الشرب من مصادر المياه النقية، ولذا تنتشر مثل هذه الأوبئة وأمراض الكبد.



مدرسة مار يوحنا الإنجيلي الإسكيفية

ST. JOHN'S EPISCOPAL SCHOOL
23 .St. John St
P.O.Box 9574 Haifa 33046
Fax: 04-8553525

بيت ספר יוחנן הקדוש
רח' יוחנן הקדוש 23
ת.ד 9574 חיפה 33046
טל: 04-8526288

**أماكن قليلة شاغرة
لصف بستان جيل 3 سنوات**

تعلن بهذا أنه تتوفر بعض الأماكن القليلة الشاغرة لصف بستان جيل 3 سنوات (الذين ولدوا بين 18.12.2009 حتى 7.12.2010) لاكتمال الشعبة الثانية لهذا الجيل. إفتتاح هذا الصف مشروط باكتمال العدد.

لزيد من التفاصيل الرجاء التوجه لسكرتارية المدرسة
للاتصال رقم هاتف : 04-8526288 فاكس المدرسة 04-8553525

با احترام
إدارة المدرسة

מרכז הפרחים בסיטונאות

מركز الزهور بإدارة إدوار عبود

مركز الزهور يستقبل

International Women's Day 8/3



يقدم مركز الزهور، لكل امرأة أجمل باقات
الزهور والورود التي نسقت بأعلى مستوى
فني وأرقى ذوق خصيصاً لهذا اليوم المميز.

كما ويمكنكم اختيار أفضل الباقات!
أدخلوا لصفحتنا الفيسبوكية
لمشاركة تشكيلة كبيرة و متنوعة من الصور



Sabrin Aboud



لاتصال مجاني: 1-700-50-3333

فاكس: 04-8528583

تل: 04-8514425

شارع "هجانيم" 28 - حيفا



ش.ج 4,900
بدل 7,900 ش.ج
صالون 1+2+3 Delta



طاولة سفرة H



طاولة سفرة Ofer



صالون جلد Varona 9275



صالون Garden



ش.ج 3,900
بدل 7,000 ش.ج
مزنون + طاولة Alon



صالون جلد Noti 8746



ش.ج 1,900
بدل 3,600 ش.ج

كرسي تلفزيون جلد اصلي K992b

www.lattef.co.il

[facebook.com/lattef](https://www.facebook.com/lattef)

دير الأسد

البعنة-مدخل البلد

04-9887837

شفاعمر

الناعمة-عمارة صليبا

04-9867298

الناصر

جاليري أبو ماهر

04-6570077

ام الفحم

مجمع عبد اللطيف

04-6315561

NEW COLLECTION

2013

حملة حلوة

وأسعارها أحلى



5,900 ش.ج
بدل 8,500 ش.ج

صالون Parsallo 1+2+3



صالون جلد
Garda 9235



6,900 ش.ج
بدل 10,000 ش.ج

صالون جلد أصلي Torino 8786



صالون جلد Como 8957



صالون جلد
Rimini 8928



أثاث عبد اللطيف

علاج من «ساحة المعركة» أصبح سابقة طبية عالمية لإنقاذ حياة طفلة



لمراسل «حيفا» - نشرت إحدى أهم الصحف العلمية في طب الصدمات، مؤخراً، تقريراً عن علاج لإنقاذ الحياة، وهو الأول من نوعه في العالم، نُفذ في مستشفى «رمبام». وكان قد وقع حادث قبل نحو عام - أعلن عنه الآن - جعل العمل اليومي لأطباء «رمبام» انطلاقة عالمية لإنقاذ حياة أطفال تعرّضت حياتهم للخطر.

وكانت طفلة تبلغ 5 أشهر قد وصلت إلى أحد مستشفيات الشمال بعد تعرّضها لإصابة في الرأس؛ تبين في الكشف الإشعاعي للدماغ أن الطفلة مُصابة بنزيف حادّ. وتقرّر على الفور نقلها إلى قسم الصدمات في «رمبام» وهي في حالة غيبوبة. وفي أثناء نقلها تدهورت حالة الطفلة نتيجة فقدان كمية كبيرة من الدم وتفشي النزيف في دماغها. وما أن وصلت إلى «رمبام» قرّر الأطباء المحافظة على استقرار وضعها أولاً، وتبين أن إبرة الأنبوبية الدقيقة التي أوصلت بوريد يدها انحرفت جانباً، فاضطروا إلى إدخال إبرة أنبوبية أخرى إلى الوريد. وإزاء وضع الطفلة الخطير قرّر الفريق الطبي برئاسة الدكتور هاني بّحوث (مدير قسم الصدمات) والدكتور إيتاي شاميط (مدير قسم الطوارئ للأطفال)، والدكتور أناتولي راكبير (من قسم جراحة الأعصاب) نقل الطفلة إلى غرفة العمليات لإيقاف النزيف المتدفق في الدماغ وتصريف الدم المتجمّع. فأدخلت إبرة أنبوبية إلى الوريد لإدخال الدم تحضيراً للعملية الجراحية. وكانت هذه العملية بمثابة إنقاذ لحياتها، ولكن الانهيار الذي أصاب الأوعية الدموية أرحاً إدخال إبرة أنبوبية أخرى في الوريد وبالتالي أدى إلى إرجاء العملية الجراحية.

وإزاء التحوّل في وضع الطفلة وتقليص الفرص العلاجية أمام الأطباء، فقد تقرّر إدخال الإبرة الأنبوبية في العظام. وهذا النوع من العلاج يُعطى عادةً للأطفال الذين يتعرّضون لعمليات إحياء. ونظراً لسن الطفلة المبكرة فلم يسجل في التاريخ الطبي العالمي مثل هذه العملية. وخلافاً لإدخال السوائل العلاجية للجسم، فيتمّ بهذه الوسيلة إدخال كريات دم حمراء مكثفة ومضغوطة؛ وهذه الطريقة نجحت لدى البالغين الذين يُصابون في ساحة المعركة، ولم تجرّب لدى الأطفال. وهكذا تمت التجربة وأنقذت حياة الطفلة بسحب الدم المجتمع في رأسها وإدخال الدم اللازم لجسمها.

الكلية الأرثوذكسية في «نمذجة الأمم المتحدة»



تصريحات الدول بشأن قضايا عالمية. ومن أبرز تلك القضايا: حقوق الإنسان، التعاون الإقليمي بين الدول، الصراع الإسرائيلي-الفلسطيني، قضية نزع السلاح من أحزاب المقاومة والمليشيات، المحافظة على حق الملكية الفكرية، والسلاح النووي وقضايا تربية. اختار طلاب الكلية المشاركون في المشروع هذا العام، تمثيل دولتي الكويت ولبنان. طلاب الكلية الذين شاركوا في المشروع، هذا العام هم: أمير حداد، مجد فرح، منال ملشي، دينا عازر، هادي زين الدين، دينا عبدو، ملاك يونس، غسان دياب، راوي خطيب، ماريّا شيبان، دينا ريناوي، عدي منصور، سما حداد، منى مطر، شهد بشارة، وأندريه قسيس. هذا وأتت المعلمة دكور على سلوك وأداء طلاب الكلية المشاركين بالمشروع هذا العام، الذين نجحوا بعرض مضامين غنية ومدروسة بالشكل الأمثل.

لمراسل «حيفا» - للسنة الخامسة على التوالي، تشارك الكلية بمشروع «نمذجة الأمم المتحدة»، والذي جرى هذا العام أيضاً في المدرسة الأمريكية العالمية في «إيفن يهودا» لمدة ثلاثة أيام متتالية، امتدت من 17 إلى 19 شباط المنصرم. شاركت في المشروع هذا العام 37 مدرسة عربية ويهودية. يقوم الطلاب خلال المشروع بمحاكاة الأمم المتحدة ونشاطاتها، حيث تختار كل مدرسة مشاركة تمثيل دولة معينة وطرح سياستها تجاه قضايا شائكة عديدة، وطرح حلول ممكنة والتصويت عليها. سبقت المشاركة ورشات عمل وتحضير للطلاب المشاركين بادرت لها وأشرفت عليها مركز اللغة الإنجليزية في الكلية المعلمة لبنى دكور. وقد شملت الورشات التحضيرية مراجعة لغوية ومضمونية للمواد التي حضّرها الطلاب بخصوص

fresco

مطبخ إيطالي



Cibus

طازج... لذيذ... مميّز...

بيتسا + 3 إضافات
تحصل على
كوكا كولا
مجانياً



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 ليقي 15، حيفا

ساعات العمل: 11:00 - 00:00

لقاء البيسكومتري الرقمي الأول في البلاد

أسئلة محتنة ساخنة تُعرض بأحدث
الوسائل التطبيقية المحوسبة

ندوة بموضوع التنمية البشرية للمدرّب
أشرف قرطام وذلك لحث الطلاب
وإرشادهم لتسخير قدراتهم الذاتية في
سبيل النجاح بالامتحان

جوائز قيمة للفائزين بالمراتب الخمس الأولى

يوم الجمعة 15/3/2013، الساعة 9:30،
قاعة الأوديتوريوم مركز الكرمل حيفا

نحن بمعهد الكاديما نؤمن بالقدرات البشرية الهائلة لدى شبابنا
وشاباتنا، لكن نؤمن أيضاً أن الأدوات التكنولوجية والتطبيقات
الأكثر تطوراً وتقدماً في مجال معاهد البيسكومتري في البلاد
تجعل طالب معهد الكاديما أكثر تطوراً وأقرب إلى الهدف.

أكاديمية - بيسكومتري الجيل الثالث

«النادي العائلي» التابع للكشافة الأرثوذكسية في حيفا يستضيف الطبيب رائد عبيد



علاج؛ ونوه د. عبيد بأهمية التطعيم ضد الإنفلونزا وأمراض الشتاء، مؤكداً أن التطعيم وقاية هامة. وتخللت المحاضرة أسئلة عديدة طرحت من قبل الحاضرين تمحورت حول أهمية الصفات «الطبية» البيئية المتداولة وكيفية التعااطي معها؛ هذا ودارت نقاشات شيقة حول موضوع التطعيم والوقاية من الأمراض الشتوية المعدية أيضاً. وقد سادت هذا النشاط الأول أجواء أخوية ودية بين الحضور، ما أضفى جواً خاصاً على المحاضرة. وفي ختام المحاضرة قدمت إدارة النادي العائلي إلى الدكتور رائد عبيد درعاً تقديرياً، تعبيراً عن امتنانها وتيمناً بلقاءات شيقة إضافية. يذكر أن النادي العائلي مفتوح كل جمعة، بدءاً من الساعة مساءً.

طراسل «حيفا» - يادر عدد من أعضاء الكشاف الأرثوذكسي، ويدعم بعض الأهالي، إلى تأسيس ناد أطلقوا عليه اسم «النادي العائلي»، هدفه توطيد العلاقة بين الأهالي وتشجيع النشاطات الثقافية والاجتماعية، التي تعود بالمنفعة على المشاركين وتساهم في تعزيز العلاقات الأخوية والعائلية. وكانت باكورة نشاطات النادي العائلي، يوم الجمعة المنصرم، حيث استضاف النادي، في مقر الكشافة في قاعة مدرسة «حوار» الرسمية، الطبيب رائد عبيد حيث ألقى محاضرة قيّمة وشيقة حول موضوع الساعة «الإنفلونزا وأمراض الشتاء» لاقت اهتمام واستحسان الحاضرين. وشدد د. عبيد في محاضرتة على أن درهم الوقاية خير من قنطار



تغطية واجهات كنيسة يوحنا المعمدان الأرثوذكسية بالإيقونات

طراسل «حيفا» - تم مساء الاثنين الأخير، تغطية الشباسبك الكبيرة في الجهة الشرقية من كنيسة القديس يوحنا المعمدان الأرثوذكسية، بإيقونات تمت طباعتها بطريقة فنية خاصة. أشرف على العمل، كل من: جريس خشيبون (سكرتير لجنة الكنيسة)، جريس عبيد الله وفؤاد أبو خضرة، وقد اختار الأيقونات كاهنا الرعية: سرجيوس وديمترسوس. هذا وتم وضع أيقونات للسيد المسيح والسيدة العذراء والقديسة تكلا والقديسة إرينا والقديس باسيلسوس والقديس يوحنا المعمدان. يذكر أن المصور فهيم أبو خضرة قام بتصميم وطباعة الأيقونات.



في مركز «مدى الكرمل»



«التقاضي في الأحوال الشخصية للفلسطينيين في الداخل»

جديدة معاصرة في النص، إن المعيار والقياس يتم حسب الأصل. وعدد العديد من الأمثلة حول المراسيم التي أصدرتها المحكمة الشرعية العليا، وصبت في رفع مكانة المرأة في المحاكم الشرعية. ثم تحدثت المحامية علا اشتبوي (من القسم القانوني في «كيان» - تنظيم نسوي)، حول سقف التقاضي في الأحوال الشخصية للفلسطينيين في الداخل، وقالت: «الجهاز القضائي الحالي له سقف يحد من المساواة بين الجنسين بغض النظر عن التحسينات التي قد تطرأ عليه. ويجب خلق جهاز آخر أو قانون آخر يضمن المساواة التامة». وأضافت: «لا شك أن عملنا أمام المحاكم الشرعية يحسن ظروف النساء، لكن من جهة أخرى هذا يحسن صورة المحاكم أمام المتقاضين». تلا المداخلات أسئلة ونقاش من الحضور، مؤكداً على أهمية الحوار بين الأطر النسوية وأطر المجتمع المدني من جهة، والمحاكم الدينية من جهة أخرى، وفحص إمكانية التعاون غير القائم حالياً. ويذكر أنه شارك بالنقاش مندوبات عن لجنة العمل للمساواة بقضايا الأحوال الشخصية وعن جمعية نساء وأفاق التي تعنى برفع مكانة المرأة من خلال استعمال الخطاب الديني المتنور، وكذلك عن جمعية «كيان» والذين بدورهم شاركوا بكتابة مقالات العدد.

طراسل «حيفا» - عقد مركز «مدى الكرمل» (المركز العربي للدراسات الاجتماعية التطبيقية)، مؤخراً، في مركز «مدى ندوة تحت عنوان: «التقاضي في الأحوال الشخصية للفلسطينيين في الداخل: قضية جدلية». افتتحت الندوة المحررة للعدد، عرين هواري، بمدخلة حول القضاء الديني والمدني ومفهوم المساواة، وقالت: «إن هنالك عدة فرضيات خاطئة حول القضاء والمرجعيات، فليست كل مرجعية دينية أو علمانية هي الأفضل بالضرورة. ويوجد العديد من الأمثلة على انتهاكات لحقوق الإنسان تحت اسم هاتين المرجعيتين. لو عدنا لتعريفات ما هي الشريعة أو ما هي العلمانية فهي أيضاً غير متفق عليها، وتوجد نقاشات حول القراءات المختلفة للعلمانية». وأضافت: «المقاربة بين العلمانية والدين يجب أن تكون من باب القيم التي يجب الدفاع عنها، وليس من باب المرجعية فقط». وتحدثت فضيلة الدكتور القاضي أحمد ناطور (رئيس محكمة الاستئناف الشرعية العليا)، حول رفع مكانة المرأة في المحاكم الشرعية، فقال: «قانون حقوق العائلة الذي تبقي لنا من 1948 لم يشمل العديد من القضايا، وكان به العديد من النواقص. وعلى مبدأ السياسة الشرعية التي تقضي برد الضرر عن الناس والإتيان بمنفعة، وضعنا مفاهيم

إبر و دبابيس

(بالعامية.. والمشرح)

- بيانات.. بيانات.. بيانات.. بيانات أولاد وبنات.. بيانات..
- بيانات بكل الأنواع.. للطرشان والعُميان.. وهات ما عندك من بيانات.. هات..
- بيانات شجب واستنكار.. بيانات ضد الاستعمار اللّي فات.. بيانات..
- بيانات تأييد وتشجيع.. بيانات تعزيز وتسريع.. صلوات وأمنيات.. بيانات..
- بيانات صفحة صفحتين.. بيانات ضد الغلا والبنزين.. واسمع هالكلمات.. بيانات..
- شجب.. استنكار.. ضد.. تأييد.. معارضة.. تعزيز.. مطالب.. وأشد الطلبات.. بيانات..
- بيانات بيانات.. هيك بنقدر.. مش أكثر.. بيانات في الإذاعات والتلفزيونات.. بيانات..
- وبعدين، هذا اللي شاطرين فيه.. بيانات من اليوم حتى الممات.. بيانات..

(أبو الياس)

البرغل الناعم من نخلة، ممتاز للتبولة.
بلا مخاطرات وبلا فلسفات.

UnderGround

صبيحي
نخلة
بقوليات

التبولة الممتازة مثل زنبك الساعة..
الطعمات بتتحرك بالثم بتوازن وبنفس النسبة كأنك عم
تاكل إشي واحد مبني من عدة طعمات ومش عدة أشياء
بطعمات مختلفة...
برغل ناعم نخلة، منظف مرتين لا بسرك ولا بكدر..
زنبك الساعة بيقول.. اجا الوقت لصحن تبولة.





مركز «الأخوة» الجماهيري يجدد نشاطاته وفعالياته

لمراسل «حيفا» - استقبل أعضاء نادي القادة الشابة ونادي الفتيات في مركز النادي الجماهيري «الأخوة»، بإدارة سعاد شحادة، وإشراف خولة خشيبون وعلي سليمان، موعد اقتراب الأعياد وفصل الربيع، بحفل خاص، تضمّن العديد من المفاجآت والفعاليات الترويحية الهادفة، والتي تجسّد النهج التربوي والثقافي الخاص الجاري في المركز. حيث شمل الاحتفال فقرات فنية وموسيقية متنوعة. (تصوير: بلال عنبتاوي)



في إطار اتفاقيات «المدن التوائم»
بين البلدين

احتفالات صينية في حيفا

لمراسل «حيفا» - غصت قاعات «الأوديتوريوم» في مركز الكرم، مؤخراً، بمئات المشاركين من حيفا وخارجها، لمناسبة احتفال نظّمته جمعية حيفا للسياحة، في إطار اتفاقية التوأمة بين مدينة حيفا وعدد من المدن الصينية. وتخلّت الاحتفالات المميزة، عروضاً فنية صينية، وتشكيلة من الأطعمة والمأكولات الصينية الشهية، كاستعراض للثقافة الصينية الغنية والمميّزة، أمام الجمهور العريض المشارك في هذا الحفل.





حضانة سانتا ماريا



تعلن إدارة حضانة سانتا ماريا عن استمرار التسجيل للسنة 2013/2014 من جيل ثلاث شهور حتى جيل ثلاث سنوات

**ثقة، أمانة
وحضن دافئ**

حضانة سانتا ماريا تتميز:

- ثقة وأمانة وحضن دافئ من مربيات لديهم الخبرة لا تقل عن 15 عاماً من العطاء والحب والحنان.
- كميرات لمشاهدة أطفالكم مباشرة خلال تواجد الطفل في الحضانة.
- تم تجهيز الحضانة بتقنية عالية حسب متطلبات وحاجة الطفل للتطوير العقلي وجسدياً.
- تقدم وجبة افطار، وجبة غذاء غنية بالعناصر الغذائية، وجبة فواكه حسب الموسم.
- ساعات واسعة مليئة بالألعاب الترفيهية تساعد على تفريغ الطاقة لدى الطفل.




على الراغبين بالتسجيل
والإستفسار يرجى الإتصال
الأماكن محدودة!

04-8262636 / 050-4211858
مبنى القنصلية الإيطالية - شارع مئير 12 - حيفا

صبيحة
نخلة
موالح
نخلة ملوحيم

نشترى فستق اندونيسي ونختار

2 قناني EFES

2 قناني EFES

هدية! او بيلاش!



UnderGround

EFES مشروب شعير تركي بدون كحول



حملة الـ 59⁹⁹ شيكل... لحمة الـ



فخذة عبور ص



رقاب عبور للحشي



1 كيلو موز خروف
59⁹⁹ شيكل



1 كيلو لحمة عجل أحمر
59⁹⁹ شيكل



1 كيلو لحمة عجل + خروف للطحن
59⁹⁹ شيكل



1 كيلو ستيك سينتا للشوي
89⁹⁹ شيكل



1 كيلو اضلاع عبور ملوكية
89⁹⁹ 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: الاثنين - السبت 8:00 وحتى 18:00، الاحد 9:00 وحتى 16:00

*الحملة حتى نفاذ المخزون *الخطأ وارد

معبور الطازج بسعر لحمة العجل

1 كيلو بـ
59⁹⁹
شيكل



اكتاف عبور للحشي



سفير للحشي

1 كيلو بـ
59⁹⁹
شيكل



3 كيلو شنيتمسل دجاج منظم
99⁹⁹
شيكل



2.5 كيلو لحمة عجل للطحن
99⁹⁹
شيكل



2 كيلو قص خروف بالعظم
59⁹⁹
شيكل



Bambinō

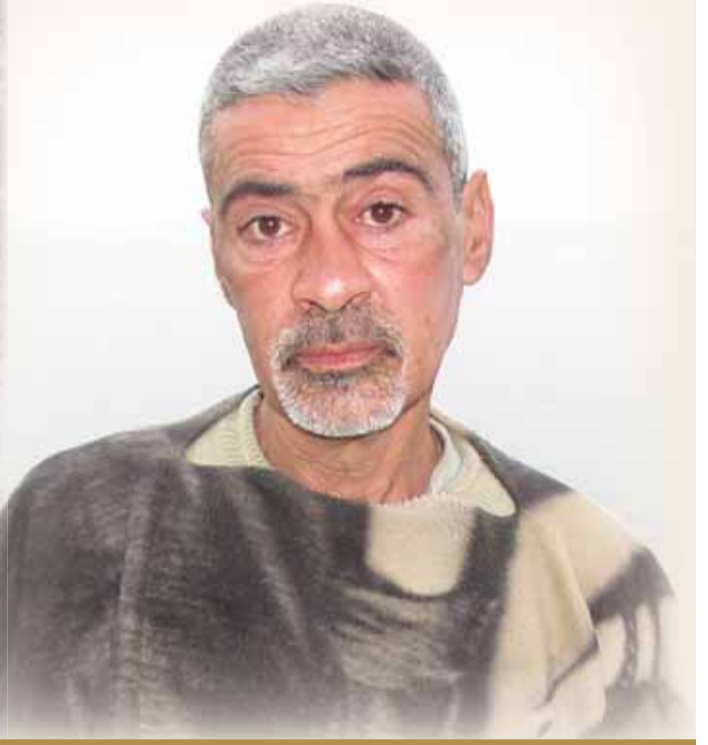
- since 1969 -



بمينو لحوم عالاصول

Bambino.H.

هل أوشك طوني زيناتي (ابن الجبل) على مغادرة المغارة؟!



رزق ساحوري

إنَّ ما أسرده ليس نسيجًا من الخيال، أو مقطوعًا من رواية، أو مشهدًا من فيلم.. إنها قصة حقيقية تدور أحداثها في أيامنا العصرية التكنولوجية المتطورة هذه، بمنطقة «ستيلا مارس» في سفح جبل الكرمل المطل على البحر.

حيث كان قد قرّر طوني زيناتي (ابن حي وادي التسناس)، والذي يعرف نفسه بـ(ابن الجبل)، قبل أكثر من 10 سنوات، أن يترك الحي الذي يسكنه ليسكن داخل مغارة في جبل الكرمل، بعيدًا عن ضجيج وضوضاء الحياة، كي يستريح نفسيًا. إلا أنه وبعد مضيّ عقد بأكمله - وبعد إمهاله فترة زمنية طويلة - طلب منه أن يغادر المنطقة ويخلي المغارة.

يعيش طوني حياة بسيطة جدًا، بعيدًا عن حياة المدينة الصاخبة؛ ما زال أعزب، يذهب إلى عمله صباحًا ويعود مساءً إلى المغارة، على هذه الحال منذ أكثر من 10 أعوام.. لا يخاف جلكة الليل، ولا يخشى الحيوانات البرية «الزائرة». يتأقلم مع أحوال الطقس المتقلبة، يحتسي الخمر رامياً من ورائه هموم الدنيا، إلى أن يغط بالنوم حتى ساعات الصباح، مستيقظاً على زقزقة العصفير وهديل الحمام.

يقول ابن الجبل طوني زيناتي (47 عاماً): أنا من سكان وادي التسناس، يعرفني الكثيرون من سكان حيفا. قرّرت العيش بعيداً عن السكان، وحيداً، مستقلاً.. أردت العيش في الطبيعة بهدوء وخشوع، في تلك المنطقة التي أحببتها منذ كنت أزرعها برفقة والدي. ويضيف: أعمل في مجال البناء والترميمات، أحمل بطاقة هوية

أنا أحبّ صيد الأسماك.. والبحر هو جار الجبل الذي أسكنه؛ فهذه هي حيفا، البحر يلامس فيها جبل الكرمل.

- هل تمنيت أن تصبح كاهناً أو ناسكاً؟

قبل أكثر من 30 عاماً احتضني دير في بيت حنينا لهدف أن أصبح كاهناً، إلا أن نهج حياتهم لم يعجبني، ففررت من المكان (!). منذ وجودي في المغارة لم أفكر بالموضوع، لكنني صباح كل يوم ومساءً، أقوم بإضاءة الشموع في كنيسة مار الياس على أرواح الموتى.

- هل فكرت يوماً بإيذاء نفسك؟

لم أفكر بذلك يوماً.. أعيش وحدي في المغارة وسط القلط التي أطعمها، والتي بدورها تطرد الحشرات والحيوانات الرّاحفة.

- هل حاول أحد إقناعك بالعودة إلى العيش عيشةً عاديةً وسط السكان؟

حاولوا إقناعي بالتوجه إلى «بيت النعمة» والمبيت هناك، إلا أنني رفضت ذلك، وقرّرت أن أبقى حراً طليقاً.

- كيف تذهب إلى عملك؟

أذهب وأعود مشياً على الأقدام.. طالما الصحة جيدة يمكنني المشي والعمل.

- كلمة أخيرة تؤدّ توجيهها..

أتوجّه إلى رئيس الدير بطلب البقاء في المغارة، فمهلة إخلاء المنطقة قاربت على النهاية.. يصعب عليّ مغادرة المكان، ولكنني في أسوأ الحالات سأغادر متّجهاً إلى إيلات حيث يعيش أخي.. ولكنني في نهاية المطاف سأهاجر إلى السويد.

كباقي السّكان؛ لكنّي - وبحسب الدوائر الحكومية - مُصنّف على أنّي «هوملس» (من دون مأوى) ومُدمن كحول. ويؤكد زيناتي بأنه لا يشمل من الكحول، يحتسيها لتساعده على التأقلم وظروف معيشته. يشتري بعضاً من طعامه صباحاً، والبعض الآخر يصله (مجاناً) من عدد من المطاعم ليسدّ رمق جوعه.

وقد قرّر، مؤخراً، رئيس دير الكرمليين في «ستيلا مارس» في حيفا، الأب ميلتون، إخراج طوني زيناتي من المنطقة التي يعيش فيها منذ أكثر من 10 سنوات، والتي تعود ملكيتها إلى الدير؛ حيث يلاصق المغارة التي يسكنها قبر أحد الرهبان الكرمليين، عدا عن وجود المغاور المقدسة. ويدّعي زيناتي أنه بسبب تركه أعمال التنظيف داخل الدير والعناية بالحدائق طلب منه إخلاء المكان!

ويقول: «أنا لا أزجج أحداً، المغارة التي أسكنها بعيدة عن الدير مئات الأمتار، وأنا شخصياً أقوم بتنظيف وحراسة هذه المنطقة المقدسة. أنا إنسان مؤمن، أخاف الله فقط؛ لا أخاف النوم بالعراب لا ليلاً ولا نهاراً، ولا تخيفني كذلك الحيوانات البرية المختلفة.. أعيش في الهواء الطلق، أستمع إلى الراديو، لا أقرأ الصحف، ولا يهمني ما يحدث محلياً وعالمياً، لكنني حريص على زيارة حي وادي التسناس كثيراً». وللحفاظ على نظافة جسمه يقوم بالاستحمام في مركز «ليثويك» أو لدى أخوته. وبالنسبة لساعات نومه، يقول: «لا يوجد لدي وقت محدد للنوم. قد أنام قبيل منتصف الليل أو بعده، أو قد أسهر حتى الصباح على ضوء الشموع؛ لكنني أصحو دوماً للعمل باكراً».

- ماذا يعني لك البحر؟

تعقيب الأب الراهب ميلتون



وتعقيباً على ما ورد، قال الأب ميلتون: لقد اتخذنا قراراً قبل أكثر من شهرين بأن يتم إخلاء المنطقة، فتوجهت إلى طوني زيناتي وأمهلته حتى نهاية شهر شباط المنصرم، ولكنه حتى هذه اللحظة لم يخل المنطقة! - ولكن ما سبب ذلك، والآن بالذات؟

إنه يسكن منذ أكثر من 10 سنوات مكاناً مقدساً، يحوي قبراً لأحد الكهنة الكرمليين (الأب بسبيرو)، وصل إلى

المنطقة عام 1931 لإحياء الرهبنة الكرملية، وهذه المنطقة أساساً تابعة لعائلة الكرمليين. يجب الحفاظ على قدسية وطهارة ونظافة المكان.

- ماذا لو رفض طوني مغادرة المنطقة؟

لا أعتقد بأن لديه مشكلة بذلك. فما نطلبه هو إخلاء المنطقة وتنظيفها، لأننا نريد إعادة الحياة إلى مجاريها، وتحويل المكان إلى مزار للزوار والحجاج المؤمنين.





الأَسْعَار مُسَخَّرَةٌ!

14⁹⁹



مطرّي غسيل "سانو مكسيما"
4 لتر

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

39⁹⁹



جل غسيل "أريال"
4.5 لتر

59⁹⁹



مسحوق غسيل «تايد»
8 كغم

39⁹⁹



مسحوق غسيل "كولون"
7 كغم

9⁹⁹



مزيل الدهون "سانو فورتى"
بلوس 750 مل

15⁹⁹



سائل جلي «فيري»
1.5 لتر

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

39⁹⁹



أقراص "فينيش"
90 وحدة

29⁹⁹



"أوكسجين" مزيل للبقع
4 لتر

14⁹⁹



"أجاس حبيبات براحيم"
1.5 لتر

12⁹⁹



"سانو ريتسباز"
3 لتر

16²



"سانو بيسجا" معطر
4 لتر

16³



00 منظف الحمامات
1 لتر

10²



معطر للجو "غليد اروسول"
مجاناً

زوج + زوج
مجاناً



زوج "أريال" تعبئة كهربائية

29⁹⁹



رزمة ثلاثية "فريش ماتيك" تعبئة

16²



مناديل يابانية متعددة
الإستعمالات/ليفة ثلاثية "تيكول"

دليل بيتك مع مركز همازون

مفتوح

7

أيام في الأسبوع

فرع يركا - م.ص. يركا

هاتف 04-906-9600

10

أقساط متساوية

عند الشراء بـ 500 TL وما

فوق ببطاقة إئتماد

نحترم

الشيكات

بشروط

A Wonderful Market

الحملة بين التواريخ 07.03.13 - 28.02.13 أو حتى نفاد المخزون (السابق من بينهما). شبكة مركز همازون تحفظ لنفسها الحق بتغيير و/أو إنهاء و/أو تحديد الحملة في أي وقت. لا يوجد بيع بالجملة. الخطأ وارد.

حملات جنوبية ع

مطحنة لحمة KENNEDY

199⁹⁹



طقم شوربة أحمر
11 قطعة 79⁹⁹



طقم تقديم أحمر
10 قطع 79⁹⁹



طقم ملاعق
وسكاكين
24 مذهب
قطعة

100



79⁹⁹

طقم ملاعق وسكاكين
24 قطعة نعمان



طقم تقديم أبيض
7 قطع نعمان 99⁹⁹



199⁹⁹

طنجرة قلي
نيروستا كهربائي
4.5 لتر



طناجر سيراميك Green نعمان
22 20 18
49⁹⁹ 49⁹⁹ 39⁹⁹



طقم 18 قطعة نعمان 49⁹⁹



طقم صينييتين فاخرتين 100



OS

ARCOSTEEL



Tefal



فرع بيركا - م.ص. بير

Market



الحملاات بين التواريخ 07.03.13 - 28.02.13 أو حتى نفاذ المخزون (السابق من بينهما). شبكة مركز همازون تحف



أدوات المنزلية

طنجرة دجاج 38 لتر
نعمان **79⁹⁹**



طقم كراميك ملون
18 قطعة **100-2**



طناجر نيروستا ملونة
26/28/30 **100-2**



Yara adv

تشكيلة أطقم أكل خاصة
18 قطعة نعمان

199⁹⁹



وعاء دجاج بايركس
4.5 لتر **79⁹⁹**

79⁹⁹



طقم قالبين
بايركس **79⁹⁹**



طقم أكل ملون جديد
18 قطعة **79⁹⁹**



طقم
19 قطعة **100**



28
69⁹⁹



26
59⁹⁹



24
59⁹⁹



كل الماركات بأسعار خاصة



7
فتوح
7
يמים בשבוע

04-906-9600

A Wonderful

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

العالم حسام حايك يكشف الأمراض بأف إلكتروني!

■ كان اهتمامي تشخيص الأمراض بشكل غير اجتياحي ■ فزت بجائزة الأبحاث الأولى بقيمة 1,73 مليون يورو ■ حققت التجارب للكشف عن السرطان نجاحاً بنسبة 93% ■ يمكنه الجهاز الكشف عن أمراض عدة: الزهايمر، الكلى، تصلب الشرايين، الپاركينسون، وغيرهم... ■ تكلفة الجهاز 3-4 دولارات فقط! ■ حصلنا حتى الآن على 28 براءة اختراع ■ مساهمتي في تقدم المجتمع أفضل لي من أي جائزة ■

جسم الإنسان، والتي يمكنها قياس وجود المرض بواسطة الهواء الصادر عن نفس المريض، وهذا كان الهدف الأولي. وخلال عامين من أربعة أعوام المخصصة للمنحة أنجزنا ما خططنا له، فهل سنقف مكتوفي الأيدي؟ طبعاً لا.. وشرعنا تطور المجسات لنفحص ما يجري في المستشفيات.. وبما أن التجارب حققت نجاحاً بنسبة 93% في المختبر؛ لكن على أرض الواقع قمنا بفحص المرضى في المستشفى في قسم الأورام في «رمبام»، وكانت النتيجة مخيبة للأمل، وربما مُحبطة؛ خاصة أننا قمنا بفحص المرضى الذين ظهر المرض عندهم بنسبة متقدمة، أو ما يسمى متفشيًا، وهذا أسهل للفحص، ولكن نتيجة الفحص كان النجاح بنسبة 55% فقط.

■ كيف يمكن فحص المريض بهذا الشكل؟

كل مرض يصيب الإنسان تظهر له أعراض أولية عن طريق النفس.. وهذا ما نفحصه، فنعرف إذا كان المريض مُصاباً بالسرطان مثلاً؛ وأخذنا تجري التجارب لفحص أمراضاً أخرى، لأنها تعمل كلها على نفس المبدأ. وكانت لدي قناعة بأننا إذا فشلنا الآن فسنجح في المرة القادمة، وأدركنا أن النفس المنبعث من الرئتين يمر بتلوث ورطوبة وغيرها قبل أن نفحصه، وهذا يؤثر على النتيجة. وأخذت النتيجة تتحسن حتى بلغنا 76%، ثم تقدمنا بالفحوص في أمريكا واليابان وغيرهما من بلدان العالم؛ ويتعاون معنا في العالم 22 معهداً علمياً للأبحاث، وهم يرسلون لنا العينات من الجهاز، فنحس هنا هذه العينات ونبلغ النتيجة للطبيب الذي طلب الفحص. وكانت نسبة الدقة في التشخيص لمرضى سرطان الرئة 88%. ويمكن الحصول على ذات النتيجة حتى لو كان الورم غير متفشيًا، بل في مرحله الأولية.



حاوره: نايف خوري صورة: وائل عوض

الپروفيسور العالم حسام حايك في سطور

ولد حسام حايك في مدينة الناصرة عام 1975، وتعلم في مدارسها الابتدائية والإعدادية، وتخرج من الثانوية في المدرسة الإكليريكية عام 1993. وكان والده قد انتقلا من عيلبون، وهو يقيم اليوم في حيفا. درس والده هندسة الميكانيكيات في معهد العلوم التطبيقية (ال«تخنيون»)، وهذا غرس فيه حب التعلم، ولكنه قرر ممارسة أي عمل قبل الدراسة الجامعية، فعمل نادلاً في أحد المطاعم في الناصرة. والتحق بال«تخنيون» وحصل على اللقب الأول في الهندسة الكيميائية، ونظراً لتفوقه فقد انتقل لدراسة الدكتوراة مباشرة. وفور حصوله على الدكتوراة التي كانت في موضوع الضوء والطاقة، تلقى عدة عروض للعمل والأبحاث في جامعة كاليفورنيا في الولايات المتحدة. ولكنه التقى بفتاة عربية من حيفا كانت تدرس هي أيضاً في ال«تخنيون»، وهي زوجته اليوم. ثم التحق بمعهد «وايزمن» للعلوم، واهتم بأبحاث موضوع «الإلكترونيكا الجزيئية». وبعد زواجه سافر إلى معهد العلوم التطبيقية في جامعة كاليفورنيا، وهناك يعمل العالم المصري أحمد الزويل الحائز على جائزة «نوبل» في العلوم. ورغم مغريات العمل في أمريكا إلا أنه قرر العودة إلى البلاد والعمل في ال«تخنيون» كعضو أكاديمي، منذ أكتوبر 2006. وانطلق للعمل في ال«تخنيون» في مجال «المجسات النانومترية»، و«النانومتر» هو مقياس 1:100,00 من قطر شعرة الرأس.

■ كيف يمكن اختراع أنف إلكتروني يشم الأمراض؟

بما أن دراستي كانت في مجال الجزيئات، والأبحاث في مجال المجسات، فقد حاولت التوفيق بينهما، إذ أن هذا التوفيق لم يكن وارداً علمياً. ورأيت أن التوفيق بينهما قد يخدم مجال الطب، وهكذا دخلنا مجالاً حديثاً في العلوم وفي الطب. وكان اهتمامي تشخيص الأمراض بشكل غير اجتياحي، أي دون الحاجة للدخول إلى جسم المريض، أو أخذ أنسجة أو عينات أو حتى فحص الدم العادي منه. وكانت هذه مجازفة في عام 2006، وخاصة أن ال«تخنيون» وافق على مشروع الأبحاث والاقتراحات التي قدمتها. ورصد ال«تخنيون» حوالي مليون دولار لبناء المختبرات، وأخذت أقيم فريق العمل من باحثين واختصاصيين.

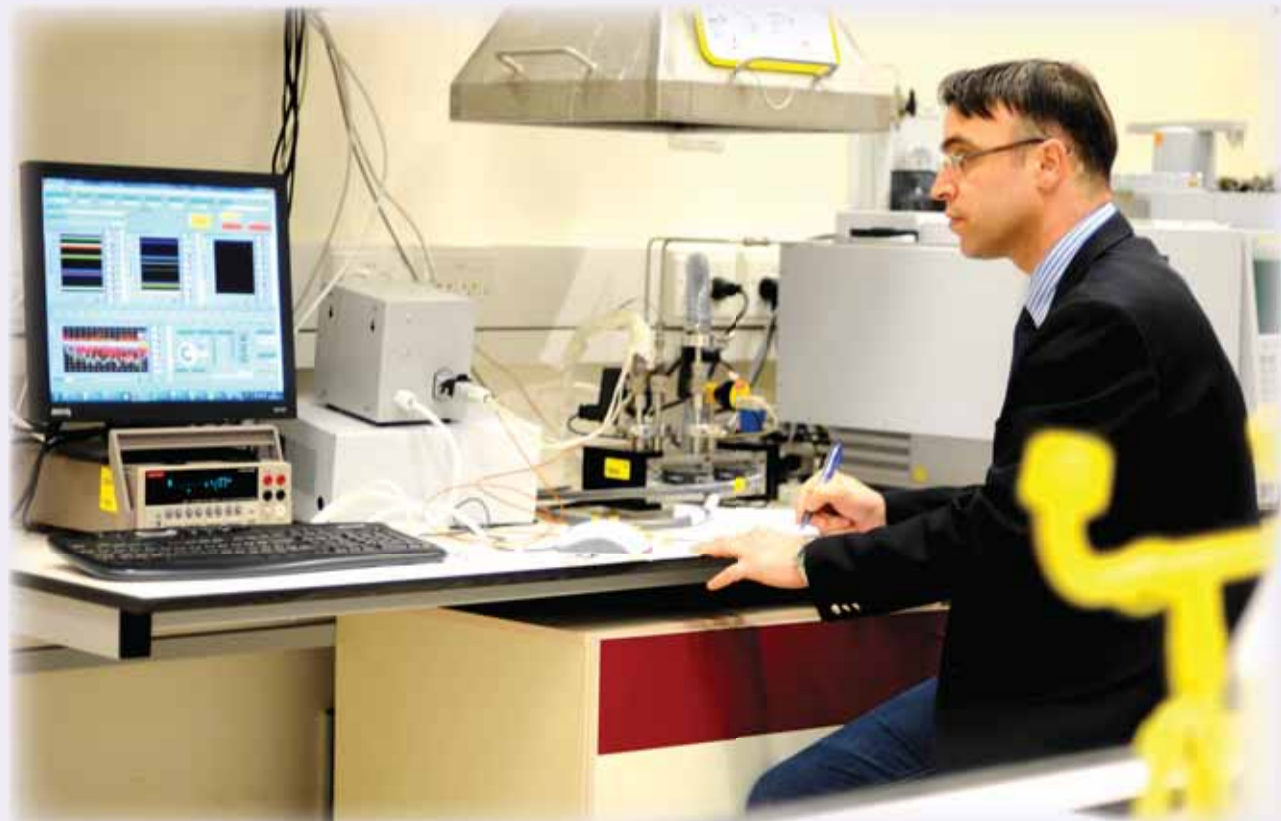
■ كيف تستطيع تمويل مركز أبحاث كهذا؟

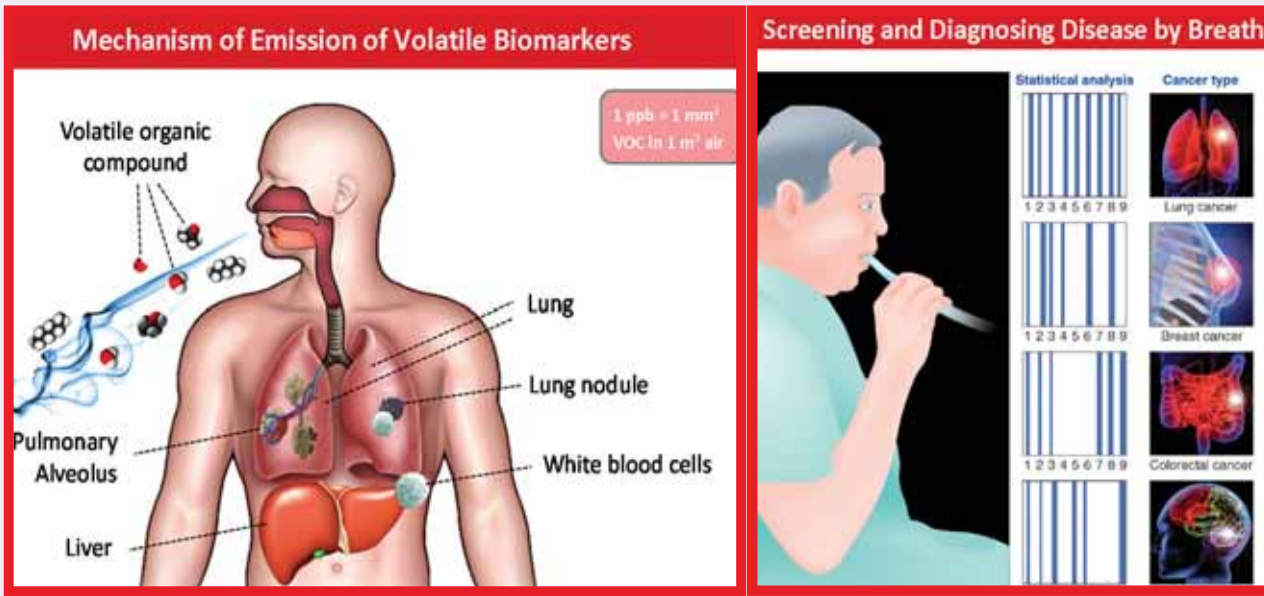
توجهنا إلى عدة صناديق تمويلية للمباشرة في الأبحاث فحصلنا على 200-400 ألف دولار، ثم أتصلنا بصندوق جائزة «ماري كيري» للمتميزين في أمريكا، ومن الصعب الحصول على هذه الجائزة، نظراً

لصعوبة شروطها.. وكان قد تقدم مئات، لا بل ألوف من الباحثين والمؤسسات للحصول عليها، ولكن عبثاً. ومعروف أن من يتقدم لنيل الجائزة كمن يطلق سهمًا عشوائيًا في الظلام، فقد يخطئ وقد يصيب، وهذا نادر. ولكن إذا حصل أي شخص عليها فهذا شرف وتقييم لأنها ستُرى لخدمة الأبحاث. وفعلاً تقدمت للجائزة قبل عشرة أيام من موعدها، وهكذا أخذت أسبق الزمن لكي أعد الأوراق والاقتراحات المطلوبة حتى قبل نصف ساعة من الموعد النهائي، فقدمت الطلب ورجعت إلى البلاد، ونسيت أمر الجائزة، وعلمت لاحقاً أن إدارة الجائزة تلقت في تلك السنة 11 ألف طلب من أنحاء العالم.. ولكن في شهر تشرين الثاني 2011 تسلمت رسالة تفيد بأنني فزت بالجائزة الكبرى، وقيمتها 1,73 مليون يورو. بالطبع للوهلة الأولى لم أصدق ما أقرأ، وتبين أنني أول من يحصل على الجائزة في البلاد كعالم، وحصل عليها معي 8 باحثين فقط. وهذا المبلغ أكثر بعشرة أضعاف أي منحة يمكن أن أحصل عليها في البلاد. واستطعت زيادة فريق الباحثين، حتى بلغ اليوم 36 باحثاً.

■ ما هي الأبحاث التي بدأت بإجرائها؟

بدأنا بإجراء الأبحاث في المجسات التي تقيس الهواء المتطاير من





■ ما هي الأمراض الأخرى التي يمكن فحصها غير السرطان؟

انتقلنا لفحص أمراض أخرى بهذا الجهاز، مثل: الزهايمر، الباركنسون، أمراض الكلى، تصلب الشرايين، وغيرها. ومن البديهي أن نهتم في المجالات الطبية، وخاصة أن الفحوص كانت بمثابة تجارب، وقمنا بالتأكد من صحتها والتحقق منها، وهكذا أصبحت معطيات علمية وتطبيقية يمكن استخدامها بحرية وسهولة. فالمرض عندما يصيب أي جسم يبدأ بإطلاق غازات أو مواد متطايرة وتنبعث إلى الدم، وهذه المواد يلفظها الدم عن طريق الجلد أو البول أو النفس. وكان الفحص عن طريق النفس أسهل، والكشف عن المرض أسرع.

■ كيف يتم الفحص، هل يحضر المريض إلى المختبر أم أن الجهاز صغير فيحمله المريض؟

كان الجهاز في بداية الأمر كبير الحجم، ولكن تم تطويره لكي يصبح في متناول اليد لأي إنسان أو عيادة طبية أو مستشفى. ويمكن للمريض أن يفحص نفسه عملياً ويشخص بذاته إذا كان مصاباً بأي مرض أم هو معافى، وما هو المرض الذي يعاني منه، دون تكلفة باهظة. وحجمه لا يتعدى جهاز الهاتف النقال الذي بين يديك، وسنعمل جيلاً جديداً منه لكي يصبح حجمه كقرص صغير أو بحجم خمسة شواقل؛ هذا لا يزال في مرحلة التطور، وحرصنا على صنع جهاز لا لكي يستعمل في الدول الغربية أو المتقدمة علمياً فقط، بل في الدول النامية وما يعرف بدول العالم الثالث. وأصبح الجهاز صغيراً ودقيقاً وسهلاً، كما أن تكلفته اقتنائه لا تزيد على بضعة دولارات، ربما 3-4 دولارات. وبعد أن يفحص المريض نفسه يمكنه أن يحمل الجهاز الذي يحفظ المعطيات إلى العيادة أو المستشفى. وما أن الجهاز يكشف عن الأمراض فنحن نقف الآن أمام مشكلة إبلاغ المريض بنتيجة الفحص، وخاصة إذا كان مريضاً فعلاً. ما تأثير هذا عليه؟ وإذا كان المرض خطيراً فهذا قد يؤدي إلى نتائج وعواقب وخيمة. لذا يجب على الطبيب إبلاغ المريض بالنتيجة.

■ ما دور الكلاب في وضع جهاز يشم المرض؟

الحقيقة كان الكلب مثلاً لنا في تسخير المجسات.. لأن الكلب يحفظ رائحة الأشياء، ويستطيع أن يكشفها إذا تدرّب على شم رائحتها، فتم تطوير المجسات لتعمل كأف الكلب. وتفيد المعلومات الطبية أنهم كانوا يستعملون بالكلاب فعلاً لتشخيص بعض الأمراض، كما تشم وتشخص المخدرات أو المتفجرات، وغيرها. ولكن لا نستطيع تشغيل الكلب لفحص كل الأمراض، وفي كل الأماكن والمستشفيات، كما أن الكلب لا يعرف تقدم المرض ومدى تفشيه في الجسم. وهكذا انتفعنا من حاسة الشم للكلب وجعلناها في أداة إلكترونية. والجهاز يشم النفس وينقله إلى الحاسوب الذي يحلله ويبعث بالنتيجة إلى الطبيب المعالج.

■ هل تم تسجيل الجهاز عالمياً وحصلت على براءة اختراع له؟

حصلنا حتى الآن على 28 براءة اختراع، ونشرت عنه مجلة علمية عام 2011 في اليابان، بعد أن تمكن العلماء هناك من تدريب كلاب تشم سرطان الأمعاء الغليظة، ولكننا سبقناهم بعامين في اختراع هذا الجهاز، لأن الجهاز يفحص هذا الورم بدقة تصل إلى 93%.

■ ما هو الهدف الذي تضعه نصب عينيك في تطوير هذا الجهاز؟

نحن نعمل في المختبر على صنع جهاز يشبه جلد الإنسان، ويكون ليئناً ومطاطياً كالجلد، فيمكن وضعه على جلد الإنسان من الخارج ليكشف الأمراض بصورة غير اجتياحية. وحصلنا على براءة اختراع لهذا الجهاز، وهو مختلف تماماً من حيث الهدف والاستعمال. وإذا جاز لنا التشبيه، فكما أن المرء يقطن جهازاً لقياس ضغط الدم في البيت فهذا سيكون بوسعه استعمال هذا الجهاز.

■ ما مدى التعاون بينكم وبين معاهد أخرى طبية أو علمية في العالم؟

نحن نعمل اليوم بالتعاون مع خمس جامعات في نطاق الاتحاد الأوروبي وثلاث شركات، وأخذت هذه الشركات تباع الجهاز في أوروبا بمبلغ 180 يورو. وعندما سيصبح على المستوى التجاري فإن تكلفته ستقل بكثير. والسعي لنشر هذا الجهاز كامن في ضرورته والاحتياج إليه. كلنا نعرف أن السرطان مرض خبيث، لماذا؟ لأنه يباغت المريض بتفشيته فيقتله، أو في مراحل الأذى الذي لا رجعة منه. فإذا كان مرض سرطان الرئة على سبيل المثال في بدايته، فإن نسبة الشفاء منه تصل إلى 75% بينما إذا كان المرض متقدماً فقد تكون نسبة

الشفاء 15% فقط. كما يمكن للجهاز الكشف عن الطفرات الجينية لدى كل إنسان وإنسان، وهذا يؤثر على استيعاب المريض للعلاج وسرعة الشفاء من المرض.

■ هل يعمل في الفريق العلمي معك باحثون عرب؟

يعمل معي في فريق الأبحاث 36 باحثاً يدرسون لألقاب عليا في المعاهد الدراسية، وعدد من الباحثين العرب يبلغ 10 طلاب باحثين عرب يُعدون للدكتوراة. وقبل أن ألتحق بالـ«تخمين» لدراسة الإلكترونيكا الجزئية لم يكن هناك أي طالب عربي، واليوم لدينا عدد من الباحثين والاختصاصيين الذين يعملون بكل جدٍ ونشاط. ومن ناحية ثانية يظهر التعاون مباشرة مع الأطباء العرب في المستشفيات في الناصرة وحيفا، في مجال أمراض الكلى على سبيل المثال، وقريباً سنتعاون مع جامعة القدس العربية في مجال الأمراض النفسانية. كما نتعاون مع عدد من الباحثين العرب من الدول العربية، من مصر والأردن والمغرب الذين يعملون في مراكز أبحاث ودراسات في الولايات المتحدة وأوروبا.

■ ما مدى تشجيعك للطلاب العرب للدراسة والأبحاث؟

إننا نتعاون مع طلاب عرب وغير عرب يدرسون في 10 مجالات دراسية مثل الطب، الهندسة الطبية، العلوم، الكيمياء، البيولوجيا، الكهرباء، علوم الحاسوب، وغيرها. ولدينا في الوسط العربي طاقات هائلة ونحتاج إلى من يصقلها، فنلاحظ أن 46% من الطلاب الثانويين في البلاد يلتحقون بالجامعات فإن النسبة في الوسط العربي هي 26% من الطلاب الثانويين العرب الذين يواصلون دراستهم العليا. ونجد أن 5 ألاف أكاديمي يعملون في الجامعات في البلاد، فإن 1% منهم فقط هم من الأكاديميين العرب، ويعملون في الجامعات. وفي الوسط العربي نلاحظ عدداً كبيراً من الطلاب يدرسون في الجامعات مواضيعهم تحت ضغط عائلي، أي بموجب ما تريد العائلة، وكيف سيعيل الخريج عائلته بعد تخرجه وانطلاقه إلى العمل. ولكن المهم هو ماذا يحب الطالب، ماذا يريد، أي موضوع سيمتيز به، فأساس النجاح هو التميز وليس انتقاء الموضوع. وأخذنا نرشد الطلاب إلى بعض الصناديق التي تشجع وتساعد على تقديم المنح الدراسية، وكذلك على إيجاد فرص عمل للخريجين.

■ لا شك بأنك مؤهل للحصول على جوائز عالمية، فهل أنت مرشح لجائزة «نوبل» مثلاً؟

لا شك بأن الإنجازات التي حققناها على المستوى العالمي نالت تقديراً دولياً، وأحرزت حتى الآن 42 جائزة عالمية مثل جائزة للتجديد والاختراعات، جائزة إسرائيل - فرنسا، جائزة إسرائيل - الولايات المتحدة، جائزة «نورمان سايدن» للمتميزين، وأدرج اسمي ضمن قائمة أفضل 35 عالماً في العالم سنة 2008، وحصلت على 15 منحة لدعم البحوث، وجائزة «بيبل چيتس». وقدّمت لي الحكومة الفرنسية رتبة فارس في الأكاديمية، وهي رتبة أسسها نابليون بونابارت عام 1808، ومنحة أخرى للعلماء المتميزين من مجلس الأبحاث البريطاني، وأدرجت هناك الأول في أوروبا في الأبحاث العلمية. فبلغ مجموع الجوائز أكثر من 5 مليون يورو. أمّا بالنسبة لجائزة «نوبل» فهي حلم كل عالم، وهناك علماء عرب الذين حصلوا على هذه الجائزة، وقد نجد في العالم عدد من العلماء الذين سبقوني، أو أنهم حققوا إنجازات على مستوى الإنسانية ويستحقون «نوبل» أيضاً. وأفضل لي أن أساهم في تقدم المجتمع، أكثر من الحصول على هذه الجائزة.



نشكرك شكراً جزيلاً، وإن شاء الله نلتقي بك قريباً، بعد حصولك على جائزة «نوبل».

طلاب الإعلام في الكلية الأرثوذكسية يزورون استوديوهات The Voice

طراسل «حيفا» - زار طلاب صفوف العواشر الذين يدرسون موضوع الإعلام في الكلية، يوم السبت المنصرم، الاستوديوهات القابعة في «ناقيه إيلان»، لمتابعة مجرى تصوير برنامج تلفزيون الواقع الغنائي «The Voice».

أشارت معلمة موضوع الإعلام التي نظمت الجولة المربّية مريا صبرا إلى أن الجولة تهدف بالأساس إلى تعريف الطلاب عن كُتب على مبنى استوديوهات التصوير للتلفزيون، وعلى الميزات الشكلية والمضمونية لجانر برامج تلفزيون الواقع الذي يلقي شعبية عالية مؤخراً، ويسيطر على لوائح البث في القنوات التجارية، إضافة إلى تمكين الطلاب من التعرف على قضايا ومحدوديات ومحدوديات البث المباشر. أعرب طلاب الكلية الذين شاركوا في الجولة عن رضاهم وسعادتهم بالبالغين لتمكينهم من التعرف على ميزات الصناعة التلفزيونية، بشكل عملي وحي.



انطلاق «كرنفال الألوان» الثالث في حيفا

طراسل «حيفا» - تنطلق للسنة الثالثة، قريباً، احتفالات «كرنفال الألوان» في شارع «مسادا» في الـ«هدار العلوي»، وذلك للسنة الثالثة على التوالي.

ويمنح هذا الكرنفال المنصة لعشرات الفنانين من مختلف الأطياف والأجيال، لاستعراض أعمالهم الفنية الملونة والمميّزة، لتمتيز الألوان واللوحات والتماثيل والصور والمنحوتات معاً، مشكلة لوحة فنية كبيرة متحركة، على امتداد الشارع الذي يسكنه السكّان العرب واليهود، من مختلف الأطياف والأجيال. ويتخلل الكرنفال العشرات من العروض الموسيقية الغنائية والفنية والبهلوانية، إضافة إلى عروض للأزياء وغيرها.



FUZE tea في الوسط العربي

يسر شركة كوكا كولا - إسرائيل دعوتكم للمشاركة في اللقاء الصحفي لإطلاق الماركة الجديدة FUZE tea في الوسط العربي
يشارك في اللقاء:
الون زامير، نائب المدير العام لشؤون التسويق
تومر ساجيس، الناطق بلسان شركة كوكا-كولا إسرائيل
غالي طابوب ساربخ، مديرة تسويق FUZE tea
وذلك يوم الثلاثاء الموافق 5.3.2013 الساعة 16:00 في مطعم اولغا في الناصرة (حي الروم)
لتأكيد المشاركة الاتصال بمصرفت تابري على هاتف رقم
0548084221 أو رقم 04-6553436-050-7824055
او من خلال البريد الإلكتروني inas@tabry.co.il | Mervat@tabry.co.il

(ع-ع)



عيادة أسنان د. نافع حاج يحيى

تُقدّم في العيادة العلاجات التالية:

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

* تبييض أسنان
(في جلسة واحدة خلال ساعة)

* علاج صحّي وقائي
(تقوم به مختصة لاندنجر)

* علاج محافظ (حشوات جمالية،
علاجات جذر)

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

* علاج جراحي (قلع، زرع)

الفحص والاستشارة مجاني



د. نافع حاج يحيى من مواليد عام 1968،
طبيب أسنان عام يُزاول 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 عام في
عيادات مختلفة في منطقة "بيتح تكفا"، كما
عمل في شبكة عيادات "شورش" في توفير
علاج حشو الأسنان (علاجات الجذر) مدة طويلة.

يعمل في السنوات الأخيرة في مجال تقويم
الأسنان.

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

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

د. نافع حاج يحيى - طبيب أسنان D.M.D.

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

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

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

مدرسة نتالي

تعلن مدرسة نتالي بمناسبة الإفتتاح
عن بدء التسجيل لتعليم السياقة و "تئوريا"

(شفهياً وكتابةً) **حتى النجاح**



دورة تئوريا شفهي - فقط بـ 1500 ₪ (حتى النجاح)
دورة "تئوريا" كتابة - فقط بـ 600 ₪ (حتى النجاح)
الدورة بمرافقة معلم/معلمة مختصين.

نعلن لطلاب السياقة المنظمين عن:

- دروس سياقة مكثفة للحصول على رخصة سياقة خلال أسابيع معدودة.
- سعر الدرس فقط بـ 85 ₪
- إمكانية الأخذ والتوصيل من المنزل وحتى المنزل.
- إمتحان داخلي (ص ص و ديم) مجاني!



لسياقة آمنة وصحيحة

شروط دفع مريحة

للحجز والإستفسار:

المكتب: 04-8507508

جلال عيلبوني: 054-3320031

شارع ي.ل بيرتس 7 - حيفا

أغنييتي الجديدة وهي من كلمات وألحان وسيم خشيبون وتوزيع شركة «كورس ميديا».

– ما هو رأيك بتجربة الـ«فيديو كليپ»؟.. وحديثي عن تجربتك الأولى لأغنية «كل سنة»..

من المهم والمفرح أن يكون في أرشيف الفنان «فيديو كليپ». تعبت من أجل أن يخرج إلي النور الـ«فيديو كليپ» الأول لي لأغنية «كل سنة» بأحسن صورة. أنا سعيدة بهذا الإنجاز. للوهلة الأولى يُخيل بأن قصة الأغنية تحكي عن فراق الحبيب والحبيبة، وأنا على هذا الأساس اخترت الأغنية وقررت أن أصورها. لكن خلال فترة التحضير للتصوير عرفت بأن قصة الأغنية تختلف تمامًا عما كنت أعتقد، حيث التقيت صديقةً بالشاعر والملحن وسيم خشيبون وأخبرني أنه كتبها ولحنها بعد تأثره وحزنه الشديد لفقدان والده. وحين علمت ذلك تأثرت جدًا، وقررت أن أغني فحوى الـ«كليپ» لأضم مقاطع تصويرية تُعبّر عن المعنى الحقيقي للأغنية.

– ما هي دراستك الجامعية؟ أدرس علم السلوك، وأتمت النجاح فيه.

– ما هي رسالتك الأخيرة، ولن توجهينها؟

أوجه رسالتي لكل إنسان يُشكّل الفن في حياته مصدر إلهام، حياة وحب. لكل إنسان يغار على الفن ويسعى لتطويره في كل السبيل. أقول لهم: ضاعفوا جهودكم، اثمروا واجتهدوا لإثراء أعمالنا الفنية الراقية. نحن بحاجة إلى موسيقى راقية تنبع من القلب وتحكي الروح. (حاورها نخلة أنطون)

فهل أنت بطبعك هادئة أم أنّ غنائك يدخلك ويدخل المستمع إلى حالة السكينة؟

أغني كي أشعر في الراحة، بالأساس. أثناء غنائي أشعر بأنّ العالم أجمل، وكل شيء من حولي يسكنه السلام والمحبة.

– ماذا تعني لك الموسيقى؟

الموسيقى تعبر عمّا لا نستطيع قوله، وفي الوقت ذاته لا نستطيع السكوت عليه (فكتور هوغو). الموسيقى تعني لي الحياة. لا يمرّ علي يوم من دون أن أستمع إلى الموسيقى أو أغني. عندما أكون حزينة أغني، وعندما أكون فرحة أغني. للموسيقى جزء كبير وأساسي في حياتي، من دونه أشعر بنقص كبير لا يعوّض.

– الغناء بالنسبة للفنان غذاء الروح، والمنصة مائدة الغذاء.. فهل تفكرين الاعتزال يوماً ما؟

مسيرتي الآن بدأت، وأمامي الكثير لأنتجه. وما دُمت قادرة على تغذية نفسي فنيًا، وما دُمت قادرة على تقديم الفن الجميل، فلن أعتزل.

– إلى أي منصة تطمحين الوصول؟

لا تهمني المنصة التي أعتليها بقدر ما يهمني أن أقدم للجمهور الفن الذي يثلني والفن الراقى الذي يستحق أن يسمعه الجمهور.

– ما هي إصداراتك؟

لدي ثلاث أغنيات خاصة: «فهمت كيف» من كلمات راضي مشيلح، وألحان غسان حرب، وتوزيع كارم مطر؛ «نوار هنا يا أمي» من كلمات طوني إندراوس، وتوزيع وألحان غسان حرب؛ «كل سنة»

نانسي حوا:

عندما أغني أشعر بأن العالم أجمل

– متى بدأت الغناء؟ ومن هو الداعم الأول؟

بدأت الغناء في سن السادسة تقريبًا، وأول من دعم مسيرتي الفنية وساندني كان أفراد عائلتي.

– كيف كان شعورك حين فزت بلقب «عزفزيون 2009»، وكيف أتت فكرة المشاركة؟

قررت المشاركة في «عزفزيون 2009» لعدة أسباب، منها: تحقيق الشهرة. فكانت منصة «عزفزيون» إحدى الوسائل التي تُتيح للجمهور معرفتي، والتعرّف على ما يمكنني تقديمه.

مهرجان «عزفزيون» كان المهرجان الأول، في تلك الفترة، الذي هدف إلى إظهار الأصوات المحلية ودعمها. فلم أتردد في خوض هذه التجربة، خصوصًا أنه من خلال مهرجان «عزفزيون» أصدرت أول أغنية لي.

فرحت بالفوز كثيرًا، ولكن ذلك زادني مسؤولية.. حيث إنك بعد الفوز عليك أن تثبت إنك جدير بهذا الفوز، وبأنك تريد أن تُعطي المزيد.

– تمنحين المستمع سكينه حين تغنين..

الفنانة نانسي حوا صوت يصدح من حيفا.. شابة تبلغ من العمر 20 عامًا.. يميزها حب الحياة، وتعشق الغناء منذ طفولتها. تتمتع حوا بظلة جميلة وصوت مخملي يستحق الاستماع له. اشتركت حوا في برنامج «عزفزيون 2009»، وحازت على اللقب.. تعني باللغتين: العربية والإنجليزية.

صوت نانسي حوا لا يستأذن المستمع بل يدخل الروح بعذوبته.. فصوتها يشعرك بالسلام والسكينة وهدة النفس والروح.

«كل سنة» – أغنية نانسي حوا التي صدرت مؤخرًا؛ من كلمات وألحان وسيم خشيبون، ومن تسجيل توزيع وتصوير وإنتاج وإخراج شركة «كورس ميديا».

وكان لي هذا الحوار مع نانسي حوا..

– من هي نانسي حوا الإنسانية والفنانة؟!

أنا من مدينة حيفا، عمري 20 عامًا، إنسانة حاملة وطموحة، أحب الحياة وأعشق الفن. أنا بالنسبة لنانسي الفنانة فأسعى جاهدة لإتقان أعمالها القادمة.



just vinovino

מסמח באיטלקי

إرساليات مجانية

שד הציונות 31 טל: 04-8553553

3

بيتسا عائلية

100 ش.ج.

فقط!

2

بيتسا عائلية + سلطة
يونانية بحجم كبير
+ خبز طابون مثوم

100 ش.ج.

فقط!

2

بيتسا عائلية
+ «بفاريا» عائلية

100 ش.ج.

فقط!

2

بيتسا عائلية

75 ش.ج.

فقط!

נסים שקלים

60 عاماً
لمعاملة حسنة،
أمانة، واحترام!

بشرى سارة
لأول مرة في البلاد...

تنزيلات هائلة على السجاد والستائر (נסים 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.
 - امكانية تنظيف، تصليح، تحسين، تقوية وترجيح الألوان لجميع أنواع السجاد مع كفالة كاملة!
- بقي أسبوع حتى نهاية الحملة!!!**

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



دلال أبو أمينة الأولى مع «عين العذراء»!

بتصوير «فيديو كليپ» خاص لهذه الأغنية. وجاء ترتيب الأغاني في سياق «فن فنائنا» على النحو التالي: (1) دلال أبو أمينة - عين العذراء. (2) ماريوس مزاري - متأسف أنا. (3) زهير فرنسيس - أبو الزوز مزعلها. (4) روين معدّي - ضياع. (5) وئام عزّام - عم يموت. (6) الذّام ومنى حوّا - قوليلو بنت صفك. (7) سليم خليل - خلصت بغصّة. (8) جايي أبو نصّار - مشتقلك. (9) نانسي حوّا - كل سنة. (10) محمّد زبيدات - طلعتي زيهم.

طراسل «حيفا» - تربعت أغنية «عين العذراء» للفنانة دلال أبو أمينة على قمة سباق الأغنيات في برنامج «فن فنائنا» الذي يعده ويقدمه شادي بلان. الأغنية من كلمات وألحان الموسيقار الراحل مارون أشقر، وتوزيع حبيب شحادة حتّاء، وقد تم تسجيلها في استديو كارم مطر. وقد أعربت أبو أمينة عن سعادتها لنجاح هذه الأغنية، قائلة: «هذه الأغنية تتغنّى بعين الماء، ذات البعد التاريخي والديني، ما جعلها شعاراً لبلدي الأم، الناصرة». وكشفت أبو أمينة أنها ستقوم قريباً



רביע נג'אר קבלן עבודות בניין

مشاريع بناء (لا.بنيיה) ▪ تقويم مباني (חיזוק מבנים) ▪ الحفاظ على المباني القديمة (שימור מבנים) ▪ بناء واقامة ملاجئ (בניית מנו"ד) ▪ تقوية وإضافات بناء (תוספות בנייה - תמוא 38)



ص.ب. 23 شفاعمرو 2020 rn147@hotmail.com
تل/فاكس: 04-9862825 / 050-9025050 / 052-2845998



وقد شرح الكادر للطلّاب عن معهد الـ«تخنيون» وشروط القبول فيه، كما عرفوا الطلاب على كتلة «أقرأ» وعملها ونشاطاتها. وتطرقت روضة إلى برنامج (نوعم - DVI) المعد للطلاب منطقة الشمال المتميزين الذين يستوفون شروط نجاح معينة، والذي يبدأ قبل دراستهم في المعهد. ومن ثمّ اصطحب المرافقون الطلاب في جولة للتعرف على المرافق والمباني والأقسام المختلفة لبعض المواضيع التي تدرّس في المعهد. أمّا في جامعة حيفا، فقد استقبل كادر «أقرأ» أكثر من 250 طالبًا ثانويًا من عدّة مدارس ثانوية عربية، منها: «عيلوط»، و«عراية»، و«البيان» - البعنة، و«عين ماهل». وقد أصغى الطلاب لشرح عن مرافق الجامعة المختلفة لهدف التعرف عليها، بمرافقة كادر «أقرأ»، كما تخللت الجولة زيارة لمتحف الجامعة.

وشمل البرنامج عدّة محاضرات قيّمة قدّمها مريم عابد وآية خطيب (من قسم التوجيه الدراسي)، حيث تخلل كل محاضرة عرض عن جامعة حيفا، والتعرف عليها وعلى أقسامها وكلياتها، وشروط القبول لكل كلية، والأقسام العاملة على خدمة الطالب، التي تقدّمها كتلة «أقرأ» للطلاب. وفي نهاية الجولة شاهد الطلاب عرضًا لفيديو تلخيصي لعمل نشاطات كتلة «أقرأ» في الجامعة، تلتها فقرة نقاش وإجابات على تساؤلات الطلاب.

«أقرأ» في حيفا ترشد مدارس عربية ثانوية

وقد رافق كادر «أقرأ» في الـ«تخنيون»، الخميس الماضي، طلاب مدرستي «عين ماهل» و«ابن زيدون» في عراية، ممثلين بالطلاب: أمير عرابي (مسؤول كتلة «أقرأ» في الـ«تخنيون»، حسن ناطور، يزيد حاج، وروضة أبو ليل.

لمراسل «حيفا» - استضافت كتلة «أقرأ» في جامعة حيفا ومعهد العلوم التطبيقية الـ«تخنيون»، مؤخرًا، طلابًا ثانويين من مدارس ثانوية عربية عدّة، للتعرف على مرافق الجامعة المختلفة والحياة الجامعية، وتوجيههم مهنيًا لمواضيع الدراسة المختلفة.



وزارة الثقافة والرياضة
قسم الثقافة العربية

مهرجان الكرمل الثالث والعشرون لعام 2013 مسابقة قطرية لإختيار نجوم 2013 بالعزف، الغناء والرقص

تنظم جمعية الكرمل للموسيقى للعام الثالث والعشرون على التوالي مسابقة بالعزف، الغناء والرقص 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 ألبير 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:

إسم المشترك/ة تاريخ الولادة العنوان
القرية/المدينة رقم الهاتف بلفون
بريد إلكتروني إسم المدرسة
الصف إسم المعهد الموسيقي إسم المعلم
عدد سنوات الدراسة الموسيقية إسم الآلة الموسيقية
غناء رقص عزف

ثلاثة ميادين في حيفا تحيي الشعوب التي أنقذت اليهود!

لمراسل «حيفا» - أعلن رئيس البلدية يونا ياهف تغيير ثلاثة ميادين في حيفا، لتصبح على اسم ثلاثة شعوب أنقذ أهلها اليهود في العهد النازي.

وتم تبديل اسم «ميدان شاح» في «ديرخ هيام» إلى «ميدان بلغاريا»، وميدان في حيّ دينيا إلى «ميدان مانيل» عاصمة الفلبين، والميدان المحاذي لمحطة القطار شاطئ الكرمل/«حوف هكرمل» سيصبح اسمه «ميدان الدانمارك».

ש.ג. עבודות מתכת

محددة سليم داود

מעקות שערים • מסגרות כללית
ריהוט מתכתי • דלתות • סורגים

עבודות בלגי

טלפקס: 04-8553937 ני"ט: 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

עננה
COMPUTERS



ceTu Cafe



מהצט אצר מתהיל!

סעמו המנצח של סיטוקפה
 היוס קייס בקפסולת!
 סיטוקפה.. הוא לא עוז קפה!

מיוון
 של מהצטית על
 כל המכונות והקפסולות
 החל מ- 1.50 ₪



מכונת הקפה R01801 החדשה עם
 200 קפסולות + בונוסים מיוחדים החנות
 רק ג- 800 ₪

= 2 ספליים אספרסו

הזמנה מיוחדת לטעימות קפה
 משעה 19:00-21:00 בערב
 לכל קוראי עיתון חיפה.
 היום בבית הגפן - הציונות 33



כנסו לאתר שלנו www.cetucafe.co.il



רחוב יפו 44, חיפה | 054-7437377 | 077-3453903

www.cetucafe.co.il | [ce tu cafe](https://www.facebook.com/cetucafe) | e-mail: cetucafe@gmail.com

أكتي لايف



البروبيوتك

إعداد نانسي نعمة

■ ما هو البروبيوتك، وما فائدته لجسم الإنسان؟

البروبيوتك متممات غذائية من البكتيريا الحية أو الخمائر، يعتقد أنها صحية للكائن المضيف؛ وحسب التعريف المعتمد حالياً من منظمة الأغذية والزراعة ومنظمة الصحة العالمية: البروبيوتك هي كائنات حية دقيقة، التي عند تناولها بكميات مناسبة، تعطي فائدة صحية للمضيف.

الكلمة اللاتينية «بروبيوتك» مكونة من مقطعين: «برو» وتعني «لأجل»، والمقطع الثاني «بيوتك» وتعني «الحياة». وتشمل البروبيوتك مجموعة من البكتيريا، من أهمها «بيفيدوبكتيريوم» + «لاكتوسيلالي» والتي تساهم بشكل فاعل في تطور مناعة الجهاز الهضمي.

يحتوي الجهاز الهضمي على أنواع من البكتيريا المفيدة التي يحتاجها الجسم لإتمام عملية الهضم، كما توفر الحماية من البكتيريا الضارة - وهذه تسمى البروبيوتك. ويمكن إضافة البروبيوتك إلى نظامك الغذائي عن طريق المكملات الغذائية أو الأطعمة، مثل: اللبن والحليب، والعصائر وبعض مشروبات الصويا. المخللات، صلصة الصويا، والتي تحوي Lactobacillus لاكتوباسيلاس.

■ ما هي الفوائد الصحية من «البروبيوتك»؟

- تسهيل هضم اللاكتوز؛ تعمل أنواع محددة من البكتيريا على تحويل اللاكتوز «سكر الحليب» إلى «حمض اللاكتيك»، لذا فهي تسهل هضم الحليب عند الرضع.
- علاج الإسهال؛ خاصة في حالات استخدام المضادات الحيوية، والتي قد تسبب مشاكل في الجهاز الهضمي، لأن المضادات الحيوية تقتل البكتيريا الضارة والنافعة.
- معالجة ومنع العدوى بالخمائر في المهبل، ومجري البول.
- معالجة متلازمة القولون العصبي.
- الوقاية من سرطان القولون والثانة، ومنع نمو المواد المسببة للسرطان.
- معالجة بعض أنواع العدوى الموهية.
- معالجة ومنع الأكزيما (أحد الأمراض الجلدية) عند الأطفال.
- منع أو تخفيف أعراض الرشح والإنفلونزا.
- المحافظة على التوازن بين البكتيريا النافعة والضارة في الجهاز الهضمي.
- تساعد على التخلص من الغازات والفضلات المتحللة.
- مفيد لمن يتعاطى المضادات الحيوية لفترات طويلة.
- يساعد على تنشيط الجهاز المناعي، وبالتالي يقلل من إمكانية الإصابة بالعدوى.



هل التعددية ضرورية في اللغة؟ (1)



پروفیسور سلیمان جبران

الأسماء مرة واحدة: خَلَوِي، خَلِيوِي، نَقَال، جَوَال، مَحْمُول، مَنقُول، مَنقَل، موبایل، پیلفون.. الاسم الأخير هو مصطلح عبري أُطلق على أول شركة محلية سوّقت هذا الجهاز في البلاد، وهو اسم منحوت من كلمتين، الأولى عبرية والثانية غربية: پيليه + فون؛ أي التلّفون العجيب. وإطلاق اسم الشركة على الجهاز ليس غريباً في العربية وغيرها. «فريجر» في الأصل اسم شركة صنعت البرادات/الثلاجات، و«هوثر» اسم شركة أنتجت المكينة الكهربائية، وهكذا..

الأسماء: نَقَال، جَوَال، محمول، منقول، منتقل - تعني جميعها جهازاً غير ثابت للتلّفون، وهي في الواقع ترجمة موبایل الإنجليزية ومعناها المتحرك أو المتنقل. إلا أن هذه التسمية ليست تسمية علمية دقيقة، فهناك تلفونات ذات قاعدة في البيت ويمكنك تناولها والاتصال من أي مكان في البيت، وخارج البيت في نطاق ضيق أيضاً (التلفونات اللا-سلكية). هي إذن متنقلة أيضاً، لكنها لا تنتمي إلى النوع الجديد الذي نحن بصدد.

بقي لدينا اسمان، خَلَوِي/خَلِيوِي، وهما في الواقع اسم واحد، وترجمة حرفية للمصطلح الإنجليزي cellular، وهو في اللغة الإنجليزية اسم النسب، أو الصفة، لكلمة cell - خلية. اشتق هذا المصطلح في الإنجليزية من الخلية، لأن البلاد كلها تقسم إلى دوائر/خلاف، يُقام في كل خلية منها هوائية/أنتينا عالية ليكون الاتصال من خلية إلى أخرى، بحيث يغطي البلاد كلها. إذن سيلولار هو اسم التلّفون العلمي بالإنجليزية؛ وإذا ما نسبنا في العربية إلى الخلية فالمنسوب خَلَوِي؛ مثل/ عليّ - عَلَوِي، نَبِيّ - نَبَوِي.

بذلك يتبين أن الاسم العلمي الدقيق هو خَلَوِي، وتلفظ عادةً دونما تشديد الياء، فنقول: هذا تلفون خَلَوِي، أخذت معي الخَلَوِي. ولا ضرورة إلى إضافة خَلِيوِي الذي أبقوا فيه على الياء، على غير قياس، منعاً للالتباس، ربّما، بالخَلَوِي بمعنى الريفّي أو الوحيد أو المنعزل. لا حاجة إلى الإبقاء على الياء المذكورة، لأن ذلك يشغل اللفظ ويعقده، ثم إن الخَلَوِي نسبة إلى الخلية معروف، فجدار الخلية، مثلاً يسمى الجدار الخَلَوِي. لنقتصر إذن في كتابتنا، وحديثنا أيضاً، على الخَلَوِي، فهي كلمة سهلة ودقيقة في الوقت ذاته، ولنتخلص من «التعددية» هنا أيضاً. (يتبع)

من مشاكل اللغة المعاصرة أننا لا نجد البديل العربي للمصطلح الغربي حيناً، ونجد حيناً آخر بدائل كثيرة للمصطلح ذاته. السبب أننا نستوعب، بادئ الأمر، المصطلح الأجنبي ونستخدمه حتى ينتشر على الألسنة، ثم نلفظ متأخرين، على الأغلب، إلى استحداث مصطلح عربي بديل. وإذ نلفظ إلى استحداث مصطلح عربي بديل تكثر الاجتهادات، وتتوارد الأسماء المتعددة للمسمى ذاته. هكذا إذن: نعاني الجوع طويلاً، فإذا حدث أن وجدنا الزاد عانينا التخمّة أيضاً!

الحاسوب - computer

دخل الحاسوب حياتنا وبيوتنا باسمه الإنجليزي computer، وفي البلاد دخل في محكية الكثيرين منّا باسمه العربي محشيف أيضاً! ويعد شيوخه وذيوخه على ألسنة الكبار والصغار، فطن القائمون على اللغة إلى ابتكار البديل العربي للكمبيوتر. عندئذ ابتكروا عدة أسماء للكمبيوتر، ففي «التعددية» بركة: الحاسوب، الآلة الحاسوبية، الحاسب، الحاسب الآلي، العقل الإلكتروني، الحاسب الإلكتروني، المحساب، وظل كثيرون، كل المصيرين تقريباً، يستخدمون المصطلح الإنجليزي! من بين هذه الأسماء لا شك أن الحاسوب أفضلها، لأن هذا اللفظ لا معنى آخر له من ناحية، ومكوّن من كلمة واحدة يسهل تداولها في اللغة، يجمعها والنسب إليها وإضافتها إلى الاسم الظاهر أو الضمير. ثم إن الحاسوب كلمة يسهل لفظها في الفصحى والمحكية، وإن كانت المحكية عادةً تختزل مقطعها الأول الطويل فتجعله قصيراً، كما في الألفاظ الأخرى من هذا الوزن: فاروق، شاكوش، حاطوم، بارود، جارور. كما أن هذا الوزن، أخيراً، يُستخدم وزن آلة أيضاً.

إذا أمكن اختزال الأسماء في اسم واحد مقبول ومعقول، حاسوب، فلا بدّ من مصطلح آخر بديل للفظ calculator، الجهاز الصغير للعمليات الحسابية البسيطة. اقترحنا في اللجنة العليا لشؤون اللغة العربية ترجمتها: حاسبة. الكمبيوتر - حاسوب وجمعها حواسيب، والكلكليتير - حاسبة والجمع حاسبات، وبذلك نخلص من «التعددية» والفوضى.

التلفون الخَلَوِي - cellular

هذا النوع من التلفون شاع أيضاً، وكان لا بدّ من ابتكار اسم لهذا المسمى الجديد، فتدفقت

(عن كتاب للكاتب يحمل عنوان «على هامش التجديد والتقييد في اللغة العربية المعاصرة»)

HADIR אופנת

أحدث وأفخم الملابس

10% على جميع
الألبسة النسائية

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

جادة بن غريون، حيفا 31 | 050-8525193

وانك لعلى خلق عظيم (2)

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



لقد حدّد الرسول محمد (ص) غاية بعثته وهدفها، فقال: «إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق»، ولهذا اعتبر سلفنا الصالح الذين بأنّه الخلق الحسن، والخلق الحسن هو الذين. فقال ابن عباس عن قوله تعالى [وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خَلْقٍ عَظِيمٍ].. إنه خطاب من الله. إنك يا محمد على دين عظيم. ووضع هذا المعنى الإمام ابن القيم، فقال: «الدين خلق كله، فمن زاد عليك في خلقه زاد عليك في دينه». وقد استنتج هذا المعنى من قول الرسول محمد (ص) عندما سُئل ما الدين؟ قال: «حسن الخلق». بل اعتبر العلماء أن أساس الدين حسن الخلق، هذا ما أكده الإمام ابن القيم. وقد اتفق علماء الأخلاق على أن الأخلاق ترجع إلى قيم ثلاثة، وهي: جمال، وخير، وحق. والدين هو الحاريس لهذه القيم، لقوله تعالى [إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلتي هِيَ أَقْوَمٌ].

(ص) «تبسّمك في وجه أخيك صدقة»، وقال «الكلمة الطيبة صدقة»، وقال «وأن تصلح بين اثنين صدقة». وتخيّل معي أخي القارئ أن هذه الكلمات يقولها الرسول في المجتمع الصحراوي الفظ، الغليظ القاسي الشديد المتخاضم، وكيف أن هذه الكلمات غيرت مجرى حياته، ليحمل هذا المجتمع الخير للعالم بأسره.

الصوم: فقد قال الله تعالى بحقه [يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ، كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ]. ويُفهم من هذه الآية أن الله افترض الصيام على جميع الديانات من أجل أن يتحصّل المؤمن منهم على التقوى، التي بين معناها الإمام علي (كرم الله وجهه) بقوله «التقوى: الخوف من الجليل والعمل بالتنزيل والرضى بالقليل والاستعداد ليوم الرحيل». ولا يمكن أن تتحقّق هذه المواصفات بإنسان إلا استقام على الحق، وعرف لكلّ ذي حقّ حقه؛ وهنا قال الرسول (ص): «من لم يدع قول الزور والعمل به فليس لله حاجة أن يدع طعامه وشرابه». وهكذا هي العبادات جميعاً، وإن اختلفت في طريقة القيام بها، إلا أنها تلتقي في الغاية المرجوة من أثرها من الرحمة والأمانة، والصدق وبرّ الوالدين، والتواضع والعفة، وحفظ الجوارح من الظلم، والخوض في أعراض الناس، والوفاء والتعاطف، والتراحم والتكافل، وطهارة القلب. وعلى هذه الأخلاق وغيرها تربي النبي محمد (ص) «أدبني ربي فأحسن تأديبي»، فصار عظيمًا في أخلاقه [وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خَلْقٍ عَظِيمٍ]، ووصفه الله [وَالْمُؤْمِنِينَ رَؤُوفٌ رَحِيمٌ]. وقال: [فِيمَا رَحِمَهُ مِنَ اللَّهِ لَنْتَ لَهُمْ، وَلَوْ كُنْتَ فَظًا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ]. وهذا هو منهج الأنبياء جميعاً كما بينه القرآن الكريم. قال تعالى عن لقمان إنه كان يوصي ابنه [أَقِمِ الصَّلَاةَ وَمَرِّ بِالْمَعْرُوفِ، وَإِنَّهُ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأَصْبِرْ عَلَىٰ مَا أَصَابَكَ]. وقال عن إبراهيم [شَاكِرًا لَأَنْعَمِهِ]. وقال عن عيسى [وَبِرًّا بِوَالِدَتِي]. ويُستنتج من كل ذلك أنه كلما قوي الإيمان تولدت الأخلاق. وقد ذكر النبي (ص) «الحياء والإيمان قرناء، فإذا رفع أحدهما رفع الآخر». (يتبع)

ومما ورد في سيرة الرسول أن الله اعتنى بتربيته على محاسن الأخلاق وصنعه على عينه، فقال الرسول «أدبني ربي فأحن أدبي». ولما سُئلت عائشة عن خلق الرسول قالت «كان خلقه القرآن»، من أجل هذه الغاية فرض الله العبادات على أهل الإيمان. فلم تكن العبادات مجرد طقوس مبهمة، ولا أعمالاً غامضة، ولا حركات لا معنى لها إلا الرياضة. لكنّها تعود الإنسان أن يحيا بالأخلاق الصحيحة، ويتمسك بها مهما تغيّرت الأحوال والظروف. وهذا ما بينه القرآن وحثّ عليه السنّة، واليك أخي القارئ بعض الغايات من العبادات، ومن دونها لا تقبل.

الصلاة: يقول تعالى [وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهِي عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ] أي حافظ على الصلاة واجعلها جزءاً من حياتك، لأنّها تمنعك من الخوض في المعاصي التي تُنكرها الشريعة السماوية، على مقتربها من الرذائل قولاً وعملاً. ونستنتج هذا المعنى من قول الرسول (ص) فيما يرويه عن ربه، إنه قال: «إنما أتقبل الصلاة ممن تواضع بها لعظمتي، ولم يستطل بها على خلقي، ولم يبت مصرّاً على معصيتي، وقطع النهار في ذكرى ورحم المسكين، وابن السبيل، والأرملة، ورحم المصاب». وأفهم من ذلك أن المصلي يجب عليه أن يتفاعل مع مجتمعه بكل خير، وأن يد يده لكلّ مكروب ومحتاج.

الزكاة: هي أن يدفع الإنسان المقتدر مبلغاً من المال للمحتاجين. قال تعالى: [خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا]. يأمر الله رسوله بأخذ الزكاة من الأغنياء لترد على الفقراء، ولا تعتبر ضريبة تفرض على العباد، إنّما غايتها زرع المحبة والعطف والحنان فيهم. وليحصل التكافل الاجتماعي بين الناس، الذي يفصله يتراحم العباد ويتحابون. لأجل ذلك اتسع مفهوم الصدقة، ولم تقتصر على الجانب المادي، بل توسع مفهوم غايتها ليشمل كل أمر يمكنه أن يدخل السرور إلى نفوس الناس. فقال الرسول

الحب (3) الأشمندريت أغابوس أبو سعدي (الرئيس الروحي لرعية الروم الكاثوليك)



وعلى مستوى الدول، نرى التّطاحن، والتّجسس، والتّسابق على التسلّح، وتجارة الدّمار، حتّى أن نسبة ضئيلة ممّا يخزنه العالم اليوم من الأسلحة النوويّة تكفي للقضاء على جميع أشكال الحياة على الأرض. أي أن الدول تنفق أموالها في صنع أدوات الهلاك، لتقتل الأبيض والأسود والأصفر، والشيخ والطفل والرضيع. فأين الحبّ؟!

لقد شكلت مطامع الأفراد والجماعات والدول، نسيباً خشناً من الكراهية والحقد، تشابكت خيوطه، وتداخلت ألوانه، حتّى صار وجه العالم قبيحاً مفككاً.

بالحبّ نعيش

والحب هو المادة اللاصقة التي تجمع هذا العالم المفكك. إنه الزيت الذي يجعل العلاقات الإنسانية ناعمة، والاحتكاكات أقلّ خشونة؛ إنه النّار التي تذيب العواطف الجامدة، والمشاعر الثلجية. إنه الغذاء الحقيقي، الذي يشبع النّفس، فتترفع عن الأنانية. إنه الدواء الحقيقي للنّفوس المريضة.

لاحظ طبيب أمريكي أن الطفلة الصغيرة التي كان يعالجها، تتقدّم نحو الشّفاء بخطوات بطيئة. فأعاد فحصها، فلم يجد مبرراً لذلك. لكنّه لاحظ أنّها طفلة حسّاسة للغاية، وأنها تتجاوب مع المعاملة الحانية. فأدرك أنّ تقدّمها البطيء قد يكون لسبب خوفها من إحدى المرّضات، أو تخوّفها من الجو المحيط بها عامّة؛ فكتب في تذكرتها الطبيّة: هذه الطفلة تحتاج إلى جرعة من الحبّ كلّ أربع ساعات!

وأنا نحتاج دائماً إلى جرعات الحبّ، والله يعلم هذه الحقيقة عنّا، إنه يعلم أنّنا بالحبّ نعيش، لذلك فهو لا يعطينا الحبّ في جرعات يومية، بل يقدّم لنا حبّاً دائماً أبديّاً. فالله هو الحبّ المطلق، ووجوده فينا هو الذي يحفظ حياتنا ووجودنا، إنّنا بالحبّ نعيش.

على حائط أحد الملاهي، كتب نزيل مجهول هذه الكلمات: «لو كان المحيط حبراً، والسّماء ورقاً، وكلّ عشبة في الحقل قلماً، وكلّ إنسان في الوجود كاتباً. فإنّ مداد المحيط سينفذ قبل أن نستطيع أن نكتب قصّة الحبّ الإلهي، ولن تتسع صفحة السّماء للقصيدة التي عنوانها «الله محبة». إنّ الله المحبّ يقود - بالحبّ - أكثر الناس شراً إلى أعمق الاختبارات الروحيّة، التي تدوب فيها الأطماع والشّهوات، وتنمو فيها روح الحبّ والأثرة والعطاء.

جوهر الحبّ الصحيح

أمّا الحبّ المسيحيّ فهو حبّ فائق الطبيعة من جهة مبدأه، والدافع إليه وغاياته، هو الله. غاية الحبّ هي معرفة الله، لا معرفة الإدراك والخضوع، بل معرفة المحبّ والحنين، معرفة الولاء والوفاء، معرفة الشّوق والهيّام.

إنّ جوهر الحبّ إنّما هو قيام علاقة خاصّة بين الإنسان وربّه، يمتّ فيها الإنسان نحوّه أو شكواه وحنينه وهيّامه، ويتلقّى الإنسان فيض ينابيع الحبّ الدّافق التي تملأ قلبه، فيحبّ الناس والدنيا جميعاً.

لقد وضع الله الحبّ في قلب الإنسان، ليقترّب به إلى الله، ولينهّل به من حبّ الله الذي لا ينضب، ولا يقف عند حواجز المطامع البشريّة الصغيرة في دنيانا الرّائثة وأحلامنا الرّائفة!

إنّ جوهر الحبّ هو الله نفسه، والحبّ الحقيقيّ هو سكناه في قلوبنا واتّحادنا معه في شركة قدسيّة. إنّ حبّه نار تطهّرنا من نجاساتنا، وتحرق زيف مطامعنا.

إنّ روح الله في قلوب التّائبين هو ينبوع الحبّ الصحيح، الذي يوقف تيارات الطمع والحسد والجشع والحقد، ويلهب روح الودّ والمحبة والعطاء والإيثار.

لكنّا نفقد طريقنا عندما نُغلق قلوبنا أمام صوت الحبّ الإلهي، فنُشبهه بذلك سائقاً يملك سيّارة رائعة، لكنّها غير مزوّدة بالوقود! إنّ قلباً ليس فيه جوهر الحبّ لهو قلب معطل يمكن أن يدفعه صاحبه بالجهد خطوات قليلة، لكنّه لا يلبث أن يقف، لأنّه قلب بارد، لذلك تتعطل قلوبنا، وتقف جامدة على ممرّات الحياة؛ لأنّها ليست مزوّدة بزيت العلاقة الحارة بالله.

إنّها قلوب ساكنة، طاقات عاطلة في مواقفها بجوار الأرضفة، ولو أنّها امتلأت بروح الله وحبّه، لصرنا ملائكة وصارت الأرض سماء.



שליחויות והפצה

חלוקה והפצת פליירים

בת'בות דואר / מדלת לדלת / בדואר ממוען

טל: 04-8701313



جديد جديد جديد

DVD

زهير فرئيس

حفلة الأوديتوريوم - حيفا

الثن
25
شاقل جديد

للحصول على ال- DVD
جمعية الكرم للموسيقى
04-8621041



الأحد - الخميس

14:30 - 20:00

فضل شاعر يريح «آيفون»
من «سميراميس»

ريح فضل شاعر من «حي الميدان» في مدينة شفاعمرو، جهاز «آيفون» من مطعم «سميراميس». وقد جرى السحب الأول، يوم أمس الخميس، حيث ابتسم الحظ للفائز الأول، وهو فضل شاعر، الذي تسلم الجهاز على الفور. نشير إلى أن حملة «أريح آيفون» مستمرة، وسيجري السحب كل خميس من كل أسبوع. وفي سياق متصل نذكر أن كل من يشتري رغيف شوارما من «سميراميس» يدخل السحب الأسبوعي.



أثاث الشمال بكفرياسيف: تصميم وذوق رفيع لمنتجات caliaitalia



جلد طبيعي وعمر طويل
وعن أسعار منتجات كاليا كاليا الإيطالية وشرائح الناس الذين يتعاونون هذه المنتجات تابع قبطي: كاليا هي إحدى الشركات العالمية الرائدة في منتجات الأثاث، فطقم الصالون جلده طبيعي خالص من الأمام والخلف ولا يحتوي على أي شيء صناعي. بالنسبة للألوان المفضلة لدى الزبون فهناك شريحتان: شريحة الشباب يفضلون الألوان الفاتحة وشريحة الكبار يفضلون ألوان الداكنة، وفي هذه المرحلة ومع اقتراب موسم الاعراس فغالبيتها زبائننا هم من الأزواج الشابة. وعن موضوع تزييف منتجات كاليا يقول قبطي: شركة كاليا لديها موقع الكتروني وشعار الشركة لا يمكن تزيفه، لذلك نحن ننصح أي زبون قبل اقامه على ابتداء منتجات كاليا أن يتحقق من شعار الشركة الموجود على الأريكة أو أي منتج آخر للشركة. وعن أسعار منتجات كاليا خدم قبطي: لا شك أن منتجات كاليا أغلى بنسبة 25-30% من باقي الشركات نظرا لجودتها وتصميماتها الخاصة لكن من يتابع منتجات كاليا يمكنه أن ينام وبأمان هادئ. فمنتجات الشركة تخدم لأكثر من 10-15 سنة في حال حافظ الإنسان عليها في بيته.

على الشارع الرئيسي بكفر ياسيف، يطل عليكم محل أثاث الشمال لصاحبه الياس قبطي. يمكن القول دون مبالغة أن المحل يشبه متحفا للعرض... فحين يلتقي الذوق الرفيع والتصميم الممتاز في أن واحد، فيضفي ذلك رونقا وجمالا على مركز البيت وهو الصالون. تتميز منتجات caliaitalia بجودتها العالية وجلود أريكتها الطبيعية الخالصة. Caliaitalia.. تتميز بمنظومة صحية خاصة الياس قبطي: تحتوي جميع الإطعم على منظومة صحية خاصة معروف عنها أنها تدعم الطهر، وتساعد في الجلوس بصورة صحيحة، والدعم الكامل للعنق والراس. عندما نتحدث عن التصميم، منظومة خاصة للراس، بالإمكان توجيهها بعدة زوايا، مساند رأس قابلة للترع وفقا لرغبة الزبون، مساند خاصة للطهر تحتوي على الريش، وسائد صحية للتعهد، بعضها يحتوي على الزنبركات، وإكسسوارات خاصة مثل المقاعد القابلة للتحويل، منظومات كهربائية، أرائك، منظومات أسرة، أطقم زاوية مع شيزلونج للساقين، ومساحات من الخشب أو الزجاج حجرة لا يتجزأ من الطقم، لوضع الكتاب أو فنجان القهوة. كذلك، بالإمكان طلب الصوفات الطويلة وفقا للمناس المرغوب، والتي بالإمكان دمجها مع المقاعد المصممة.

(ع-ع)

العملية في «شيش كباب» هاون مستمرة



** تشيكن / همبورغر **



باغيت بونجور الاصلي

** امكانية تشكيل: تشيكن / كباب / برجيات / شوارما / كبده دجاج **

* لقهال 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>جديد كنتاكي بجاجيت جديد</p> <p>28 شیکل</p>		



يحررها: شربل هلون



حتى ميسي لم يستطع إلقاء «برشلونة»

رونالدو يسجل هدفه الثاني في شبك بيتو



«ريال» يباغت «بارسا» بثلاثية.. وغداً «كلاسيكو» آخر!

لبرشلونة لردّ الاعتبار والانتقام من مدريد على الخسارة في مباراة الكأس؛ والذي سيواجه يوم الثلاثاء القادم «مانشستر يونايتد» في إياب دوري الأبطال.

ومن الجدير ذكره أنه حتى في المباريات الأخيرة في الدوري، بالرغم من تحقيق الانتصارات؛ ظهر تأخر في أداء الفريق، ونخص بالذكر خط الدفاع الضعيف وتلقي الأهداف في أغلبية المباريات هذا الموسم. لا شك أنّ غياب المدرب الرئيسي تيتو فيلاتوفا (الذي يتعالج من مرض السرطان في الولايات المتحدة) له دور مركزي في هذا المأزق الذي يعانيه الفريق، لأنّ مساعده جوردي رورا يبدو وكأنه غير مؤهل لإدارة مباريات بحجم كبير ضد فرق عريقة، مثل: ميلان وريال مدريد. أمّا بالنسبة للمباراة نفسها، والتي انتهت بفوز مدريد ساحق بالنتيجة (3-1) (من هدفين لرونالدو وهدف لفاران، مقابل هدف لجوردي ألبا).. لا شك بأنّ «ريال مدريد» كان أفضل من برشلونة، واستحق الفوز والحصول على بطاقة الارتقاء إلى المباراة النهائية.

وغداً السبت (17⁰⁰) لنا موعد آخر مع الـ«كلاسيكو».. وهذه المرة ضمن إطار الدوري (الذي حُسم بشكل شبه نهائي لصالح «بارسا») في الـ«سانتياجو برنابيو»، ولربما تكون هذه المباراة بمثابة فرصة ذهبية

بعد أن اعتاد عشاق «برشلونة» في السنوات الخمس الأخيرة، الاحتفال الدائم، بعد الفوز على «مدريد» في مباريات الـ«كلاسيكو»، وخاصة في عهد جوارديولا، فيبدو أنّ هذه الفترة الذهبية انتهت، لأنّ فريق «ريال مدريد» أثبت أنه قادراً على الانتصار في المواجهات الثارية بين الفريقين، حتى لو كانت المباراة في معقل الفريق الـ«كاتالوني» الـ«كامب نو».

سافر «ريال مدريد» إلى «برشلونة» لمواجهة على بطاقة الارتقاء إلى نهائي كأس الملك الإسباني، بعد أن تعادل معه في المباراة الأولى في مدريد بالنتيجة (1-1)، مع العلم أنه في حال الخسارة، قد ينتهي الموسم من ناحيته، بعد أن خسر البطولة لبرشلونة، ويتواجد حالياً في وضع حرج بدور الـ16، في دوري أبطال أوروبا.

ولكن فريق «برشلونة» حالياً، ليس في قمة عطائه، فبالرغم من الأرقام الخيالية في الدوري، والصدارة من دون منافس، انعكس أداءه الضعيف في مباراة الذهاب أمام «إي.سي.ميلان» والخسارة بالنتيجة (2-0) لتصبح مهمة الارتقاء إلى دور ربع النهائي صعبة للغاية..

مكابى حيفا في ربع نهائي الكأس!



الجمهور الأخضر يحتفل...

ارتقى مكابى حيفا إلى دور ربع نهائي «كأس الدولة»، بعد أن فاز، أول أمس الأربعاء، في الديربي على هبوعيل بالنتيجة (2-1). كانت المباراة مئة للغاية، ولم ترتق إلى مستوى كروي يليق بمباراة «ديربي» نموذجية، ولكن هذا لا يعني الكثير بالنسبة لفريق مكابى حيفا، الذي حقق من ناحيته الفوز، وحصل على بطاقة المشاركة في دور ربع النهائي.. ويوم الاثنين القادم، ستجري مباراة ديربي حيفاوي أخرى، ولكن ضمن إطار الدوري.

وأخيراً، عاد لاعب خط الوسط الحيفاوي، محمود عباس، إلى التشكيلة الرئيسية، ليساهم في فوز فريقه السخيني عى هبوعيل أبناء اللد من الدرجة الممتازة بالنتيجة (3-2)، ضمن مباراة جرت على استاد «شخونات هتيكفا»؛ ليرتقي بذلك الفريق السخيني إلى المرحلة القادمة في مباريات الكأس.

أمّا المفاجأة الكبرى فحققتها فريق بيتار القدس، الذي باغت متصدّر الدوري مكابى تل أبيب في استاد «بلومفيلد»، وفاز عليه بالنتيجة (2-0)، بخلاف كل التوقعات.

بالإضافة إلى مكابى حيفا، اتحاد أبناء سخنين، وبيتار القدس، ارتقت إلى دور ربع النهائي، الفرق التالية: هبوعيل تل أبيب، كريات شمونة، هبوعيل رمات غان، ريشون لتسيون، وأسي جلبوع.

(الصورتان من تصوير يانيف جونين، بلطف عن موقع www.one.co.il)



زار لاعبو مكابى حيفا المجمع التجاري «چراند كانيون» والتقوا عدداً كبيراً من المشجعين الملهوفين

وقد برز من بين لاعبي مكابى حيفا، الذي ألهم حضورهم مشاعر الأطفال: ونام عماشة، طالب طواطحة، جابر عطا، يانيف كاتان، إيال مشومار، شلومي أزولاي، إيال جولاسه، چوسطافو بوكولي، ونير دافيدوفيتش.

ويظهر في الصورتين الطفل پول فرح (أحد المشجعين الملهوفين لأبطال فريقه المفضل مكابى حيفا) برفقة ونام عماشة ويانيف كاتان.

قام لاعبو مكابى حيفا، يوم الاثنين المنصرم، بزيارة دكان «مكابى حيفا» لبيع المستلزمات والملابس الخاصة بمكابى حيفا، في المجمع التجاري «چراند كانيون». وقد غصّ المحل والمجمع بعدد كبير من الأطفال والمشجعين الذين حضروا خصيصاً مزوّدين بمستلزمات وملابس وبدلات وقبعات وشالات مكابى حيفا، للقاء أبطالهم والتقاط الصور التذكارية معهم.





مفروشات البستان يركا



كفالة وأمانة تميز وخبرة



اشترى فوق الـ 9999

واحصل على تذكرة زوجية

لاسنبول او انطاليا او مرمريس 3 ليالي و4 ايام



طقم نوم يتتعل كرسي + دوم + سرير + 2 كومودينا + خزنة
17000 فقط 9999 شافل



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



طقم اسيل 1+1+2+3
8000 فقط 3999 شافل



طقم زاوية راس متحرك جلد اصلي
9999 فقط 4999 شافل



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



طاولة + 6 كرسي ايطالي فوكسي
السرر مغري ويمنح الانصاح عنه في الاعلان



طقم 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

خربة قيافا

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



ورد في الآونة الأخيرة اسم الموقع الأثري «خربة قيافا» عدّة مرّات بسبب أعمال البناء المخططة في المنطقة، والتي تهدّد الموقع وآثاره والمواقع المجاورة. وقد تداولت المحاكم التماس المعارضين للبناء، حيث ظهرت فيه بقايا موقع أثري للاستيطان قبيل أكثر من 3500 عام.

لمحة عامّة

ظهر هذا الموقع الأثري في «وادي السنط»، المعروف في جبال القدس باسم *למק האלה*، وتحديدًا بالقرب من خربة «شويكة» إلى الجنوب من «بيت شيمش». تمّ اكتشاف الموقع لأول مرّة خلال القرن التاسع عشر، وقد ورد ذكره في سجلّات الزوّار والحجاج والمؤرّخين. ومن بين الباحثين الذين زاروا الموقع، نذكر: فكتور چيرن (عام 1868)، كيندر كوتشستر (عام 1883). أمّا خلال القرن العشرين فقد أجريت دراسة الموقع خلال المسح الأثري عام 1996. وجرت الحفريات الأثرية بين الأعوام 2007 و2011 بعمل مشترك بين الجامعة العبرية في القدس، وسلطة الآثار. تكمن أهميّة الموقع في العصور القديمة، جغرافيًا: فهو يتواجد على تلة مرتفعة إلى الغرب من الوادي التي تطل على الطريق الرئيسيّة، المارة بين الشاطئ الفلسطينيّ آنذاك والخليل والقدس. مساحة الموقع 23 دونمًا، وفيه بقايا مدينة كانت محصّنة بسور عرضه قرابة 4.5 م. مبني من الحجارة الكبيرة، ويزن بعضها ما بين 4 إلى 5 طن.

المكتشفات الأثرية

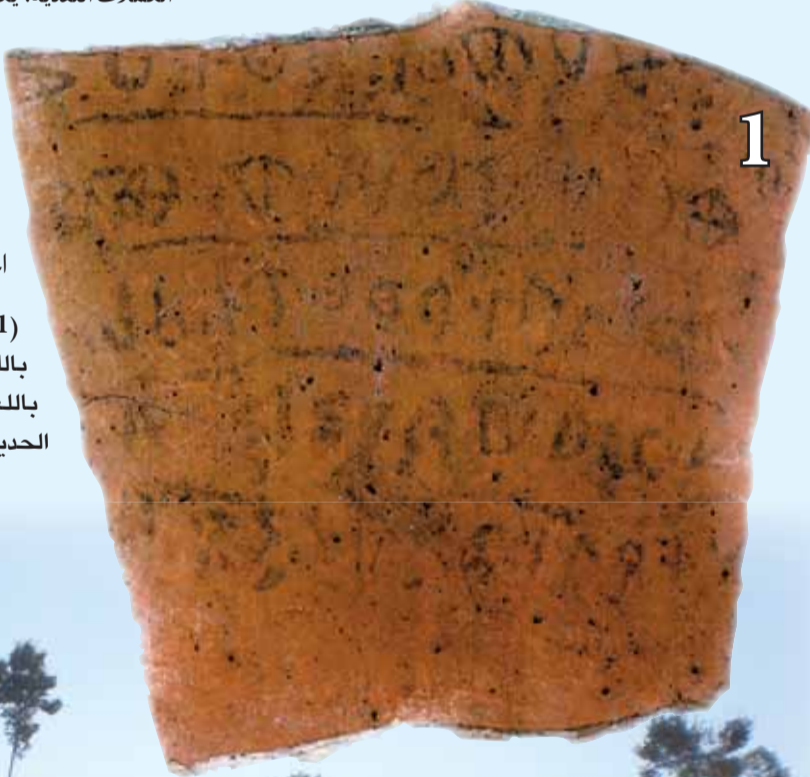
كشفت الحفريات عام 2007 عن آثار المنازل التي كانت ملازمة للسور في الجزء الغربي من المدينة. وأبرز المكتشفات في تلك

المنطقة هو مدخل المدينة الغربي. وعلى جانبيه غرفتان، حجم كلّ منهما 3.5x2.3 مترًا. وربما هذه غرف حراس المدخل. أمّا مدخل المدينة الرئيسي الواقع في الجهة الجنوبيّة الشرقيّة فقد عثر عليه خلال الحفريات عام 2009. يجدر الذكر أنّ المدخلين متشابهان ومتطابقان تمامًا من حيث الشّكل والحجم. وما يميّز المدخل الشرقي هو العُشور على حجرين كبيرين الحجم، وُضعا إلى جانبي المدخل، زنة كلّ منهما قرابة عشرة أطنان. يعتبر هذا أكبر مدخل من العصر الحديدي يُعثر عليه في أرض إسرائيل حتّى الآن.

يعود تاريخ هذا المكان إلى القرن الحادي عشر ق.م، أي العصر الحديدي. في أحد المواقع عُثر على بقايا نوي الزيتون المحروق. وأشارت نتائج فحوصات الكربون 14، التي أجريت لتلك النوي، إلى أنّ تاريخها يعود للأعوام 1050-950 ق.م. خلال أعمال الصيانة والترميم للموقع، تمّ صيانة المدخل واسترجاع جزء منه. ووفقًا للمتبع في صيانة الآثار، فقد تمّ التمييز بين الأجزاء الأصليّة للمدخل وبين الأجزاء المسترجعة، وذلك توضيحًا للزائر بين الأصلي وبين المستحدث.

كما تدلّ الحفريات على طبقة من الدّمار التي غطّت المدينة، ممّا يشير إلى خرابه خلال العصر الحديدي. تجدد الاستيطان في الموقع خلال الفترة الهلنستية. وظهرت بين المكتشفات من تلك الفترة العديد من العملات النقدية، يعود بعضها إلى فترة الإسكندر المقدوني (356-323 ق.م)، وفترة تلمي الأوّل (367-328 ق.م) الذي أسّس حكم عائلة التلميين في القدس، وكان آنذاك حاكمًا للمنطقة أيضًا. هذا عدا عن كشف بقايا من الفترة البيزنطية، الإسلاميّة والعثمانيّة، إلّا أنّ أبرز ما تبقى من الاستيطان حتّى أيّامنا، تلك التابعة للعصر الحديدي والفترة الهلنستية.

(1) صورة لقطعة من الفخار تحمل كتابة باللغة العبرية. أقدم كتابة عُثر عليها حتّى الآن باللغة العبرية. (2) صورة لأحد المداخل من العصر الحديدي.



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

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

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

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

مجموعة S.A.N.Y م.ض.

بتصريح وزارة المالية

إن كنتم في مأزق مادي... فنحن العنوان!

الخط مرجوح وفقاً للشروط الشركة

تم حجز...
رخصة السباقة؟
أملكك؟
حساب البنك؟
معائنك؟

بحاجة ل...
تنظيم الدفع بدائرة الحجز؟
تنظيم الدفع مع المدينون؟
إلغاء ملفات قديمة بدائرة الحجز؟

واجهت...
مشاكل مالية مع البنوك؟
شركات اتصال خليوية؟

بنا



« مجموعة S.A.N.Y م.ض الشركة الرائدة
والكبرى في البلاد لمعالجة وإغلاق ملفات
بدائرة الحجز بترخيص
من وزارة العدل ووزارة المالية. »

معلوت هنفيئيم، 19 أ - حيفا 0505794411 / 050-5949637



صينية الخضار بالفرن

طريقة التحضير:

نخبّت الرّف الشبكي في وسط الفرن. نسخّن الفرن إلى درجة حرارة 180 درجة مئوية. ونجهّز طبق فرن واسع. بواسطة قطعة الخضروات البديوية، نقطع البصل إلى شرائح رقيقة جداً. نقطع البطاطا، أيضاً، والباذنجان، والكوسا والبندورة إلى شرائح رقيقة. في طبق صغير نضع الروزماري، الأورجانو، الريحان، الفلفل الأحمر، الثوم، الملح والفلفل؛ ونقلب البهارات جيداً إلى أن تختلط معاً. في طبق الفرن نوزّع شرائح البصل. نشتر قليلاً من خليط البهارات والقليل من زيت الزيتون. نوزّع شرائح البطاطا، ومن ثمّ نشتر القليل من خليط البهارات والقليل من زيت الزيتون. نوزّع شرائح الباذنجان. نشتر القليل من خليط البهارات والقليل من زيت الزيتون. نوزّع شرائح الكوسا. نشري القليل من خليط البهارات والقليل من زيت الزيتون. نوزّع شرائح البندورة، ونشر بقيّة البهارات. نضع القليل من زيت الزيتون على الخضراوات، ونشر على سطح الخضراوات القليل من جبنة البارميزان المبشورة. نضع الطبق في الفرن نصف ساعة إلى أن تنضج الخضراوات. نخرج الطبق من الفرن، ونشر المزيد من جبنة البارميزان ثمّ نقدّمه.

المقادير:

2/ رأسان كبيران من البصل.
3 حبات كبيرة من البطاطا.
2/ حبتان كبيرتان من الباذنجان.
2/ حبتان كبيرتان من الكوسا الخضراء.
4 حبات كبيرة من البندورة.
القليل من زيت الزيتون
القليل من جبنة البارميزان

مقادير خليط البهارات

1 ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر الحار المبروش.
1 ملعقة صغيرة من الروزماري.
1 ملعقة صغيرة من الأورجانو.
1 ملعقة صغيرة من الريحان.
1 ملعقة صغيرة من الملح.
1/2 ملعقة صغيرة من الثوم المجفّف.
1/2 ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود.



سلطة الخضار والتوت والخل

القليل من الملح. القليل من الفلفل.

طريقة التحضير:

نخلط جميع مقادير الصلصة معاً، ثم نرشّ الفلفل والملح بحسب الحاجة. من ثمّ نخلط التوت مع الخضار المتنوعة، ونضيف الجوز/اللوز المحمصّ ونصف كمية الصلصة. بعدها نضيف كمية الصلصة المتبقية بحسب الحاجة. نغطي السلطة بنايلون ونضعها في البراد لمدة ساعة، ومن ثمّ نقدّمها باردة.

المقادير:

1 كيلوغرام من خليط الخضار (حسب الرغبة).
1 كوب من التوت المقسم إلى نصفين.
1/2 كوب من اللوز أو الجوز المطحون والمحمصّ.

مقادير الصلصة:

مقدار 1/2 كوب من زيت الزيتون.
3 ملاعق كبيرة من الخل.
1 ملعقة كبيرة من عصير توت - موز.

الحمل (21 آذار - 20 نيسان)

تبحث عن الهدوء والأمان، وتتصرف بدبلوماسية ولباق رغم شعورك بالركود وعدم الحماسة.



الثور (21 نيسان - 20 أيار)

حافظ على تصرفات أنيقة ومترنة. عالج وضع شراكة ما، زوجية أو مهنية، من دون توتر أو تهوّر.



الجوزاء (21 أيار - 21 حزيران)

انتبه لواجباتك ولا تهملها. حاول أن تشارب لكي تنجز أعمالك ولا تتفاحس. قد تواجه مهمّات صعبة.



السرطان (22 حزيران - 22 تموز)

ستنطلق متحمّساً، واثقاً من نفسك، متخطياً الصعوبات السابقة. تنتظر آفاق جيّدة من التطلعات والآمال.



الأسد (23 تموز - 22 آب)

تنكمش على نفسك وتشعر بالاستياء أو عدم الاطمئنان. تحتاج إلى كثير من الدعم والمؤازرة من المحيطين.



العذراء (23 آب - 22 أيلول)

أمامك فترة صعبة تشعر فيها بالخيبة، جراء مراوحة المكان أو سوء التفاهم أو أجواء متشنّجة من دون سبب ظاهر.



الميزان (23 أيلول - 23 تشرين الأول)

تشعر بقوة وقارس نفوذاً كبيراً، تتصرف بكبر وثقة بالنفس. تطل على آفاق مادية جديدة، وتولي مهمّة جادة.



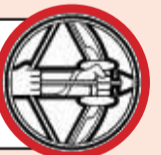
العقرب (24 تشرين الأول - 22 تشرين الثاني)

يطلب إليك الاستعجال بتنفيذ الخطط والمشاريع، فتسلط الضوء على قضية شخصية هامة يجب حلها.



القوس (23 تشرين الثاني - 20 كانون الأول)

ابق حذراً، وانتبه من إرهاق أعصابك. قد تعيش بلبلة كبيرة، وقد يكون من شبه المستحيل تطمينك أو تهدئتك.



الجدي (21 كانون الأول - 19 كانون الثاني)

تأتيك المساعدة من الأصدقاء المحيطين. ويحمل لك هذا اليوم العديد من الاجتماعات والنقاشات الجميلة والواعدة.



الدلو (20 كانون الثاني - 18 شباط)

تسعى من أجل حلّ مسألة مالية صعبة.. وقد تضطرّ إلى بيع بعض الممتلكات من أجل الحصول على مبلغ ما.



الحوت (19 شباط - 20 آذار)

تحالفك الأقدار لالتقاط فرص عمل جديدة. وقد تبتسم لك الحظوظ وتحظى بعمل يسعدك ويسعد من حولك.



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

شَاهِدَ أَحَدَ الْفَيْلَةِ أَسْرَابِ الْفَرَّاشِ، فَرَفَعَ
خُرطومَهُ، وَنَادَى: إِلَى أَيْنَ أَنْتُمْ ذَاهِبُونَ
يَا أَطْفَالَ الْفَرَّاشِ؟!

رَدَّتْ عَلَيْهِ أَسْرَابُ الْفَرَّاشِ: نَحْنُ ذَاهِبُونَ
إِلَى قَوْسِ قَرْحِ قُرْبِ النَّهْرِ الْكَبِيرِ،
سَنُغْذِي لَهُ، وَسَيُسَاعِدُنَا بِالتَّأَكِيدِ فِي
إِجَادِ حَلِّ مُشْكِلتِنَا، إِنَّهُ يُحِبُّ الصَّغَارَ.
وَصَلَ أَطْفَالَ الْفَرَّاشِ إِلَى النَّهْرِ الْكَبِيرِ،
شَاهَدُوا قَوْسَ قَرْحِ، فَكَانَ جَمِيلًا جَدًّا.
ابْتَسَمَ لَهُمْ وَرَحَّبَ بِهِمْ. ثُمَّ سَأَلَهُمْ
بِلُطْفٍ وَحُبٍّ: مَاذَا تُرِيدُونَ؟ كَيْفَ
يُمْكِنُنِي أَنْ أُسَاعِدَكُمُ؟

رَدَّ عَلَيْهِ أَطْفَالَ الْفَرَّاشِ: نُرِيدُ طَعَامًا
وَمَاءً، نُرِيدُ بُيُوتًا جَمِيلَةً وَحَدَائِقَ
صَغِيرَةً مُزْهِرَةً، نُرِيدُ أَنْ نَعِيشَ بِسَعَادَةٍ
كَبَقِيَّةِ الْأَطْفَالِ! لَقَدْ سَأَمْنَا الْجُوعَ!

رَدَّ قَوْسُ قَرْحِ بِحَنَانٍ: سَأُعْطِيكُمْ
قِطْعًا مِنْ أَلْوَانِي، سَتَحْمِلُونَهَا
مَعَكُمْ، وَسَتَتَحَوَّلُ بِأَلْوَانِكُمْ لِبِلَادِ
مُلُونَةٍ وَجَمِيلَةٍ، سَتَتَحَقَّقُ أَحْلَامُكُمْ،
وَسَتَعِيشُونَ بِسَعَادَةٍ.

شَكَرَ أَطْفَالَ الْفَرَّاشِ قَوْسَ قَرْحِ اللَّطِيفِ
عَلَى مُسَاعِدَتِهِ وَكَرَمِهِ؛ حَمَلُوا الْأَلْوَانَ
الْجَمِيلَةَ، وَعَادُوا يُغْنُونَ فَرَحِينَ!
فَجَاءَتْ، تَلَبَّدَتِ الْغُيُومُ، وَسَقَطَ الْمَطَرُ،
وَأَمْتَدَّ قَوْسُ قَرْحِ فَرِحًا مِنَ الْأَرْضِ إِلَى
السَّمَاءِ، فَعَادَ الْأَطْفَالَ إِلَى بُيُوتِهِمْ
وَفَرَحِهِمْ، وَاخْتَفَتِ أَجْنِحَةُ الْفَرَّاشِ.

وَمَعَ مُرُورِ الْأَيَّامِ، غَطَّتِ الْأَرْضَ نَبَاتَاتٌ
وَأَزْهَارٌ وَأَشْجَارٌ مُلُونَةٌ كَأَلْوَانِ قَوْسِ قَرْحِ.
لَكِنَّ الْوَلَدَ الْجَائِعَ الْأَسْمَرَ الَّذِي كَانَ
يَزْحَفُ تَحْتَ الشَّجَرَةِ بَحْثًا عَنْ طَعَامٍ
وَمَاءٍ، فَضَّلَ أَنْ يَظَلَّ فَرَّاشَةً تَبْحَثُ عَنْ
الْأَطْفَالِ الْجَائِعِينَ فِي هَذَا الْعَالَمِ كَيْ
يُعِيدَ إِلَيْهِمُ الْفَرَحَ وَالْبَسْمَةَ.



أَطْفَالَ الْفَرَّاشِ

■ تأليف: د. رافع يحيى

■ رسم: لؤي دوخي

■ سلسلة: «براعم الزيتون»

■ الناشر: «مكتبة كل شيء»

■ أدب الأطفال (سن 3-8)، حيفا 2012

مُلُونَةٍ! حَلَقَ بَعِيدًا عَنِ الشَّجَرَةِ
حَتَّى وَصَلَ إِلَى قَرْيَةٍ نَائِيَةٍ، أَطْفَالُهَا
يَصْرُخُونَ وَيَبْكُونَ، لَا يَنَامُونَ مِنْ شِدَّةِ
الْجُوعِ، فَنَادَاهُمْ...

جَمَعَهُمْ فِي طَرْفِ الْقَرْيَةِ، وَقَالَ لَهُمْ: لَا
مَفْرَأَ أَمَامَكُمْ.. كُلُوا دُودَ الْقَرْحِ لَتَتَخَلَّصُوا
مِنْ آلامِ الْجُوعِ؛ سَتَتَحَوَّلُونَ مِثْلِي
إِلَى فَرَّاشِ، سَنُغْذِي وَنَرْقُصُ، ثُمَّ نَنَامُ
وَنَرْتَاحُ، لِنَفْكَرَ بَعْدَ ذَلِكَ فِي مُشْكِلتِنَا...
تَسَلَّقَ الْأَطْفَالَ الْأَشْجَارَ الْمُتَنَائِرَةَ فِي
الْبَرَارِي؛ أَكَلُوا دُودَ الْقَرْحِ فَتَحَوَّلُوا إِلَى
فَرَّاشِ. رَقَصُوا وَغَنُوا، وَلَمَّا تَعَبُوا،
خَلَدُوا إِلَى النَّوْمِ...

فِي الصَّبَاحِ هَفَفَ أَطْفَالَ الْفَرَّاشِ
بِأَجْنِحَتِهِمْ، حَلَقُوا مَعَ الرِّيحِ وَالشَّمْسِ
فَوْقَ الصَّحْرَاءِ الصَّفْرَاءِ. مَرُّوا بِكُلِّ
الْقَرْيَةِ النَّائِيَةِ الْفَقِيرَةِ؛ فَتَحَوَّلَ كُلُّ
أَطْفَالِهَا الْجِياعِ إِلَى فَرَّاشِ، وَحَلَقُوا
مَعَهُمْ أَسْرَابًا أَسْرَابًا بَحْثًا عَنْ طَعَامٍ...

كَانَ الْوَلَدُ الْجَائِعُ الْأَسْمَرُ يَزْحَفُ
تَحْتَ الشَّجَرَةِ بَحْثًا عَنْ طَعَامٍ وَمَاءٍ.
أَتَعَبَهُ الْجُوعُ وَالْعَطَشُ. نَظَرَ إِلَى
أَعْلَى الشَّجَرَةِ، رَأَى دُودَةَ الْقَرْحِ؛ فَتَسَلَّقَ
الشَّجَرَةَ لِيَأْكُلَهَا! اقْتَرَبَ مِنَ الدُّودَةِ، مَدَّ
يَدَهُ لِيَتَلَقَّفَهَا، صَاحَتِ الدُّودَةُ: تَوَقَّفْ،
مَاذَا تَفْعَلُ؟!

أَجَابَ الطِّفْلُ: أَنَا جَائِعٌ، سَأَكُلُكَ كَيْ لَا
أَمُوتَ مِنَ الْجُوعِ!
رَدَّتْ دُودَةُ الْقَرْحِ: أَنَا غَيْرُ صَالِحَةٍ لِلْأَكْلِ،
ابْحَثْ عَنْ شَيْءٍ آخَرَ لِتَأْكُلَهُ!
صَاحَ الطِّفْلُ: سَأَمُوتُ مِنَ الْجُوعِ.. أَنَا
جَوْعَانٌ؛ مِنْذُ أَيَّامٍ لَمْ أَذُقِ الطَّعَامَ!
أَكَلَ الطِّفْلُ الدُّودَةَ؛ فَتَحَوَّلَ إِلَى فَرَّاشَةٍ



مطلوب أمينات صندوق
للعمل في محلات بونوبيريلا
مفضل صاحبة خبرة بجيل 25 عاما وما فوق

0526111112

مصلحة للإيجار
المحل يصلح لمطعم أو لمقهي
70 متراً للتسليم فوري



054-7700092



«تنوقا» توسع فئة الكوتج
وتطلق، للمرة الأولى، «كوتج تنوقا» للتدهين

كوتج تنوقا المذاق المألوف والمحبيب منذ 50 عاما بملبس خفيف وخاص للتدهين! تتابع تنوقا تسويق منتجات ذات أهمية وفائدة للمستهلك وتطلق كوتج تنوقا للتدهين 5% دسم. نحو ثلث مستهلكي الكوتج في البلاد يستخدمون الكوتج للتدهين، ومن أجل تلبية هذه الحاجة بشكل أفضل، قامت تنوقا بصناعة كوتج للتدهين وله نفس المذاق المألوف والمحبيب إضافة إلى الحبوب الصغيرة ويملمس خفيف يمنع تساقط الحبوب عن شريحة الخبز. في اختبارات التذوق تم تقبل كوتج تنوقا للتدهين بترحاب كبير سواء من حيث المذاق أو من حيث الملمس واجمع المستهلكون على أن ملمسه المميز رائع ويتيح الراحة القصوى أثناء التدهين على الخبز. السعر الموصى به للمستهلك لعبوة 250 غرام كعسر الكوتج العادي: 5.90 ش.ج. متوفر في شبكات التسويق المختارة. (ع-ع)

مصلحة للبيع

مصلحة للبيع في حيفا
عملت أكثر من 10 سنوات في
عالم التكنولوجيا والحواسيب
في مكان مركزي + زبائن فعالة

للتفاصيل

0523732932

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 متورج ردل"ן



خدمة جديدة في «سوبر فارم»: click-pharm

ابتداء من اليوم يمكن طلب ادوية تستوجب وصفة طبية عبر موقع الانترنت تعرض سوبر فارم على زبائنها خدمة جديدة وناجعة في الصيدلية باسم: click-pharm. الحديث عن خدمة لإرسال وصفات طبية من بعيد، والتي تم تطويرها من أجل تقليص المدة الزمنية التي يقضيها الزبون في انتظار دوره في الصيدلية. يقوم الصيدلي بتحضير الادوية للزبون مسبقاً، وتكون الادوية بانتظار الزبون في الفرع حيث يمكنه القدوم واستلامها في الوقت المناسب له وحسب اختياره. الحديث عن نظام مريح وسهل، كل ما يجب على الزبون فعله هو دخول موقع الانترنت الخاص بسوبر فارم على العنوان: www.super-pharm.co.il الى «كليك فارم» في التطبيق الخليوي. الخال اسم صندوق المرضى، رقم الوصفة الطبية ورقم رخصة الطبيب (القاهرة على الوصفة الطبية)، الفرع الذي يرغب باستلام الادوية منه وكذلك الاوقات التي يرغب بالوصول بها. يتم تحويل التفاصيل مباشرة الى الصيدلية في الفرع المطلوب وهناك يتم تجهيز الادوية له. عندما يصل الزبون الى الفرع يطلب منه تمرير بطاقة صندوق المرضى في زاوية «بلا دور» في مدخل الفرع والتمتع بأحقية في الحصول على الادوية في الصيدلية من الصيدلي.

خدمة في كافة الفروع
وحسب اقوال نيتسان ليفي، القائم باعمال مدير عام سوبر فارم: «سوبر فارم كشبكة رائدة تلتزم باستمرار وتطوير متعة الشراء والخدمة في الفروع. نحن على علم ان الانتظار في الصيدلية خاصة عندما تكون مرضى، غير مريح ونحن نبذل جهدنا لجعله اقص. تمت تجربة كليك فارم في السنة الماضية في عدد من الفروع وفي اعقاب نجاح هذه التجربة قررنا توسيع الخدمة لكافة فروع سوبر فارم».

كيف يعمل كليك فارم؟
• نضغط على زر «كليك فارم» في موقع الانترنت او ادخل الى «كليك فارم» في التطبيق الخليوي. • نختار صندوق المرضى وندخل رقم الوصفة الطبية ورقم رخصة الطبيب (القاهرة على الوصفة الطبية). • نشير الى الفرع الذي ستم استلام الادوية منه وكذلك الساعات التي بودك القدوم بها. • عند وصولك الى الفرع مرر/ي بطاقة صندوق المرضى في المدخل وتمتع/ي بأحقية في الحصول على الادوية في الصيدلية من قبل الصيدلي. (ع-ع)

أور يروك
العמותة لשינוי תרבות הנהיגה בישראל
www.oryarok.org.il

تقرير حوادث الطرق في الوسط العربي

تلخيص أسبوعي لحوادث الطرق القاتلة في
الوسط العربي: 14 قتيلا منذ بداية سنة 2013

انخفاض بواقع قتيلاين، بالمقارنة مع نفس الفترة من السنة المنصرمة. لقي 14 شخصا من الوسط العربي حتفهم بحوادث الطرق منذ بداية العام 2013. هذا ما يتضح من معطيات جمعية أور يروك، اعتمادا على معطيات السلطة الوطنية للأمان على الطرق. خلال الفترة الموزانية من العام 2012، قتل 16 شخصا من الوسط العربي بحوادث الطرق. (هذه المعطيات صحيحة حتى يوم الأحد 24.02.2013). منذ بداية العام الجاري، 2013، وحتى 24 شباط، قتل في البلاد عامة 47 شخصا بحوادث الطرق، وهو عدد يقل بسبعة أشخاص عن عدد القتلى خلال الفترة الموزانية من العام 2012. من بين القتلى الـ 47 بحوادث الطرق، كان 14 قتيلا من الوسط العربي. كذلك، ومنذ بداية العام 2013، وقع 41 حادث طرق قاتلا (وهي حوادث الطرق التي أسفر كل منها عن مقتل شخص واحد على الأقل). ويواقع يقل عن عدد الحوادث القاتلة التي وقعت خلال نفس الفترة من العام الماضي بثلاثة حوادث.

(ع-ع)



حضانة الملائكة
مؤسسة البيت المسيحي

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

لإستفسار:

052-6540029



نشترى الذهب بأسعار ممتازة
معاملة حسنة، الدفع نقدا
للإتصال 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

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 חדרים (אופציה לממד ויציאה 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 חדרים 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 חדרים 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 הממשלה 4 חדרים + חדר ארכיון משופצת בבניין מבוקש
2,200,000 ₪		630,000 ₪ (גמיש)
שי עגנון קומה 4 3 חדרים שמורה עם נוף לים	הציננות 80 מ"ד 3.5 חדרים קומת 3 שמורה עם מרפסת	הים - התורן 100 מ"ד 4 חדרים ק. 1 משופצת קומפלט + חניה בטאבו + מרפסת
530,000 ₪	500,000 ₪	1,100,000 ₪
		הדאד קומה 3 ואחרונה 3 חדרים משופצת ומרווחת
		500,000 ₪



Real Estate Management & Consulting
גאד סלימאן 0587000600
סוזי נקאר 0523372324

לייב

- הרב חלפון 90 מ. מ. מעמד, מוקף, אפקטית איזוף גרפה וסאה.
- קרב אלנבי 140 מ. 2 - 5 גרף + מוקף
- אלנבי ארזי 80 מ + סאה + חדיקה
- עבאס 95 מ בית ערבי 3 יפל על חליח חיפה
- יתסחאק סדי 65 3 מ
- מרכז אלכרמל 148 מ + חדיקה משרקה 90 מ + מוקף מוגרה 4,800 ש לסנה.
- עבאס, בית ערבי حجر 180 מ, שרפתאן - טאיק אול.
- יתסחאק סדה 140 מ, 5 גרף ושרפה - מרמ.
- מערש טגרי ארזי 220 מ, פי שאר מרכזי.
- ארז עמר פי מדחל עספיה 450 מ, מפלה על חליח חיפה.
- הדיפן, בית حجر 145.3 מ, 3 גרף וصالون, סמח ואמאניה עמר.

לلمור ארגולו עא + ס. ס. נקאר 0523372324 / גאד - 0587000600

ללייב/לאיגאר

ממעם ישמל מיימ
מעדה במרכז טגרי
קכיר (מרמ חדישא)
60 יתסע
שחשא ישמל
למעי/Pub

04-8553353
0523264844

מطلوب

לנגרה חדה
נגרון ذو خبرة
بالموبيليات

للتفاصيل:
04-8522805
0522354279

ויקטור נכסים
בהנהלת ויקטור חאין
חיור - השקעות ושיווק גדלן
052-2410113
victor-n-1973@hotmail.co.il

אלנבי דירת ג 3 חדרים משופצת קומפלט. כניה נפרדת. גינה גדולה משותפת	אלנבי (מייד) 3 חדרים קומה 4 מרפסת באזור שקט	שי עגנון קומה 3 4 חדרים מרפסת עם נוף לים בנין מטופח (מייד)
1,100,000 ₪	470,000 ₪	520,000 ₪
שי עגנון 3 חדרים קומה 3 עם נוף לים חניה בשפע	הדאד קומה 3 3 חדרים ומרפסת	יצחק שדה 3 חדרים אפשרות 4 חדרים אזור שקט משופצת קומפלט. קומה 4
520,000 ₪	500,000 ₪	650,000 ₪
הציננות (עליון) מייד דירה עם גינה גדולה - 3 חדרים מרפסת עם נוף לים	אלנבי 3 חדרים אפשרות מרפסת - מרפסת משופצת קומפלט	אלנבי מייד קומה 2 3 חדרים - 2 מרפסת 3 כיווני אוויר באזור שקט
1,450,000 ₪	750,000 ₪	520,000 ₪

מחפשים דירות למכירה

לאיגאר

שريك لعيادة
لايگار مع طبيب نفسي.
- إمكانية للتناوب (لجميع
مجالات الطب البديل)

للاستفسار
0505449450

דואל נכסים
בידורה אמל شهلا
استشارة, تسويق, بيع وشراء استثمارات

للبيع:

- 1) هتسيونوت (التحتي): 1.35 غر مرممة + شرفة مفتوحة 520,000 ₪
- 2) هجيفن: 80 م. 3 غ. 1 واسعة ومكيفة ومرممة بذوق 680,000 ₪
- 3) هلال: 3 غرف مرممة + مصعد وموقف, منظر للخليج 800,000 ₪
- 4) هجيفن: 3 غرف طابق 3 مرممة بالكامل بذوق 550,000 ₪
- 5) يتسحاك سدي: 3.3 غ. مرممة بالكامل + شرفة مغلقة 630,000 ₪
- 6) عباس: 2.5 غرف شرفة مغلقة طابق 1 مرممة 530,000 ₪
- 7) الالنبي: 90 م طابق 2 غير مرممة 580,000 ₪
- 8) الالنبي: 80 م طابق أرضي مرممة + حديقه 870,000 ₪
- 9) الالنبي: 85 م 3 غرف مرممة بالكامل ط. 3 مكيفة 690,000 ₪
- 10) هجيفن: 80 م 4 ط. 3 مرممة بالكامل 580,000 ₪
- 11) بيت ال (الكرمل الفرنسي): 4 غرف ط. 2 منظر خلاب للبحر 1,500,000 ₪
- 12) عباس: 87 م, بناية حجر ط. 2 إمكانية بناء غرفة واقية, مرممة 730,000 ₪
- 13) عباس (العليا): 2 + 3 شرفات 5 غ مرممة بالكامل بذوق ومنظر للبحر 1,300,000 ₪
- 14) عباس (العليا): 100 م طابق 1 4 غرف + شرفة محفوفة - منظر للبحر 730,000 ₪
- 15) مدرعوت شعريم (نحت بوعا): 120 م 5 غرف طابق 1 مرممة, مكيفة + شرفة منظر للبحر

للإيجار:

- 1) ليفونتين: 1 ليفونتين: 1 غرفتين طابق 1 1500 ₪
- 2) الالنبي: 2 بجانبا التحف 2 غ طابق 1 مرممة ومكيفة (إمكانية لآثاث) 2300 ₪
- 3) عيمك هزيتيم: 3 طابق أرضي 1.5 غرف مؤثثة 1350 ₪
- 4) الوادي: 4 غرفتين طابق 1 محفوفة 1200 ₪
- 5) هجيفن: 5 طابق 4 غرفتين + شرفة مفتوحة مؤثثة ومنظر للبحر 1800 ₪
- 6) الالنبي: 6, 2.5 غرف, مؤثثة ومرممة بالكامل 2400 ₪
- 7) يافا: 7 طابق 3 1 غرف مرممة ومكيفة 2400 ₪
- 8) كباير: 8 3 غرف طابق 1 مرممة بالكامل 2400 ₪
- 9) البلهة التحتي: 9 3 غرف طابق 3 مرممة 1700 ₪
- 10) ستيلاماريس: 10 3 غرفتين + شرفة 1800 ₪
- 11) هطورن: 11 طابق 3 4 غرف مرممة 2200 ₪
- 12) ستيلاماريس: 12 3 غ + شرفة ط. 3 مرممة جزئيا ومنظر للبحر 2200 ₪
- 13) شاي عجنون: 13 طابق 4 3.5 غرف محفوفة 2500 ₪
- 14) ستيلاماريس: 14 3 غرفتين ط. أول 1800 ₪
- 15) رداك: 15 طابق 4 1 غرف 3300 ₪
- 16) لفتوتين: 16 طابق أرضي 4 غرف ساحة خاصة ومدخل خاص دار جميلة يشمل ارنونا وآثاث 3500 ₪
- 17) بوعا: 17 4 غرف + شرفة 3000 ₪
- 18) هرتسليا: 18 4.5 غ طابق أرضي 2250 ₪

مصالح:

- 19) ي. ل. بيريتس: 30 م لانم لجميع المصالح/مخازن طابق أرضي 1400 ₪
- 20) الوادي: 20 لانم لجميع المصالح, يشمل المعدات إذا محقة 2500 ₪

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

ألعاب YooHoo الآن في «ماكدونالدز»

YooHoo and Friends ألعاب (يوهو والأصدقاء) يعرض مجموعة حيوانات من حول العالم في بيئة معيشتهم الطبيعية، منها أيضا حيوانات في خطر الانقراض. تشكل هذه المجموعة أداة شبيهة تعليمية للأولاد، بالإضافة لكونها لعبة يمكن للأولاد تربية الحيوان في الإنترنت أيضا والحصول على معلومات كثيرة حولها. في هذه الأيام يتم توزيع ألعاب YooHoo and Friends في شبكة 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)

الآن جديدا! أيضا بـ 125 غراما!

359 غراما BIG NEW-YORK
هيمبورجر لذيذ - التريخوت على الخبز المحمص
من 100% لحم بقر

i'm lovin' it

225 غراما BIG TEXAS
هيمبورجر لذيذ - التريخوت على الخبز المحمص
من 100% لحم بقر

جديد «ماكدونالدز»:

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

بعد النجاح الباهر والمستمر 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 والمحبوب هي كمية السعرات الحرارية القليلة والتي تتراوح ما بين 345 و 395 ش.ج. وللهمبورجر الواحد من الجدير بالذكر أن الهمبورجر من 100% لحم بقر اضلاع والتريخوت عالي الجودة بدون إضافات، وعغني بتشكيلة صلصات ثلاث جميع المذاقات:

- «بيج لاس فيجاس»: مع بصل أحمر وصلصة باربيكيو ميونيز 373 سعرة حرارية فقط.
- «بيج برودواي»: 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 225 غم 490 ش.ج. تشمل همبورجر اضلاع والتريخوت + تشيسيس ومشروب

•* سعر الوجبة بسلسلة «بيج أمريكا» بوزن 125 غم 440 ش.ج. تشمل همبورجر اضلاع والتريخوت + تشيسيس ومشروب.

(ع.ع)

درجة تفوق في إعادة التدوير بين المؤسسات التربوية في البلاد

ثانوية عربية من شرقي القدس، جمعت 83 ألف قنينة وحصلت بالمقابل على 25 ألف ش.ج.

جمعية إعادة التدوير «إيلا» تحتفل هذه الأيام بالسنه الثامنة لفعاليتها في المؤسسات التربوية- وقد أعد هذا المشروع بهدف مشاركة طلاب المدارس والروضات في أنحاء البلاد في موضوع إعادة تدوير لمواد.

في إطار هذا المشروع يحضر طلاب المدارس والروضات قناتي المشروب، وتحصل المدارس بالمقابل على مبلغ نقدي، بواسطته تقوم بتحقيق مشاريع متنوعة للترفيه (مثل شراء معدات، تمويل حفلة نهاية السنة وما شابه).

وقد أقيم قبل عدة أيام حفل وسام إعادة التدوير، بمشاركة وزارة حماية البيئة، وحصلت ست مدارس على «وسام إعادة التدوير» في المرتبة الأولى تفوقت ثانوية «الراشدية» من القدس، التي أعادت تكرير نحو 83 ألف قنينة وحصلت على حوالي 25 ألف ش.ج. وانفقت الثانوية هذا المبلغ بشراء معدات مدرسية وفي رعاية المدرسة، جدير بالذكر أن هذه الثانوية وصلت في السنة المنصرمة إلى المرتبة الثالثة.

في السنة الدراسية الأخيرة، 2012، جمعت المؤسسات التربوية في البلاد نحو 2.5 مليون قنينة، مما أدى إلى تزيينها بمبلغ إجمالي نحو 734 ألف ش.ج.!

بواسطة هذا المبلغ مؤلت المدارس فعاليات متنوعة ومعدات للطلاب التي لم يكن من الممكن تمويلها بدون هذا المشروع. تشترك في هذا المشروع اليوم مئات المدارس والروضات في أنحاء البلاد، من جميع الأوساط - العربي، اللدنيون وغير متدين.

منذ بداية عمل المؤسسة تمت إعادة تدوير أكثر من 21 مليون قنينة في العقد الأخير، في المؤسسات التربوية في 281 بلدا في أنحاء البلاد ومن جميع الأوساط.

نحاما رونن، رئيسة مؤسسة إعادة التدوير «إيلا»: «لأبناثنا دور كبير جدا في الثورة التي تمر بها البلاد بكل ما يتعلق بإعادة التدوير- 2.5 مليون قنينة هي الدليل على التزام الطلاب ومعلميهم ومديريهم لمستقبل أخضر أكثر».

(ع.ع)

بعد النجاح الباهر والمستمر 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 والمحبوب هي كمية السعرات الحرارية القليلة والتي تتراوح ما بين 345 و 395 ش.ج. وللهمبورجر الواحد من الجدير بالذكر أن الهمبورجر من 100% لحم بقر اضلاع والتريخوت عالي الجودة بدون إضافات، وعغني بتشكيلة صلصات ثلاث جميع المذاقات:

- «بيج لاس فيجاس»: مع بصل أحمر وصلصة باربيكيو ميونيز 373 سعرة حرارية فقط.
- «بيج برودواي»: 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 225 غم 490 ش.ج. تشمل همبورجر اضلاع والتريخوت + تشيسيس ومشروب

•* سعر الوجبة بسلسلة «بيج أمريكا» بوزن 125 غم 440 ش.ج. تشمل همبورجر اضلاع والتريخوت + تشيسيس ومشروب.

(ع.ع)



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

أعلنت شركة نزارين تورن عن مسابقة مميزة عبر تطبيق جديد داخل صفحتها على موقع التواصل الاجتماعي فيسبوك من خلاله بإمكانكم المشاركة بواسطة اشراك صوركم الخاصة في مواقع سياحية عالمية وشهيرة.

على المشتركين في المسابقة اشراك صورتهم الشخصية في أحد المواقع والمعالم السياحية العالمية (الأهرامات، برج إيفل، تمثال الحرية، وغيرها). ومن ثم سيقوم متصفح الموقع بالتصويت للصور الفائز عبر ارسال لايك Like وذلك حتى يوم (6/3/2013) الساعة الخامسة مساء. اعلان النتائج سيتم خلال معرض الرحلات المنظمة الذي سيعقد في الناصرة في فندق «جولدن كروان».

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

يذكر ان معرض الرحلات المنظمة في الناصرة والذي سيعقد للمرة الأولى سيشمل محاضرات وشرح وافر عن الرحلات المنظمة التي تقدمها نزارين تورن برفاهية متكاملة والتي تضمن لكم قضاء عطلة لا مثيل لها في أجمل المواقع العالمية منها جنوب إيطاليا واسطنبول والبيازار التركي والساحية وغيرها. نزارين تورن تصطحبكم جميع متطلباتكم واحتياجاتكم من الطيران والبيت، التنقل والوصول لمكان السياحة والمرشد المهني باللغة العربية.

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

(ع.ع)

شوا الفرق؟

تصنع الفرق Orange ultranet

تمتع من أفضل أداء لـ NOKIA LUMIA فقط على الشبكة الأحدث في البلاد

• تصفح الإنترنت الأسرع في البلاد • معاداة بجودة HD

جديد في Orange: جهاز Nokia Lumia الداعم للشبكة الأكثر تطور في البلاد Orange Ultranet

السمارتفون الجديد Nokia Lumia يسوق في هذه الأيام في Orange داعم لشبكة الجيل الرابع Orange Ultranet الأحدث في البلاد التي تمكنك من الاستمتاع من خدمة المكالمات الصوتية بجودة HD وسرعة تصفح حتى 42Mbps.

تتسم مجموعة الأجهزة الـ Nokia Lumia 820 و 920 بتصميمها الأنيق والمميز مجهز بأحدث التكنولوجيا داعم للتطبيق Windows Phone 8 شاشة لمس متطورة 4.3 بوصة بتقنية ClearBlack 800x480 وهو نمط عالي السطوع وتطويرات لرفع وضوح القراءة تحت أشعة الشمس، الكاميرا 8 ميجابكسل بجودة Full HD، البطارية داعمة للشحن اللاسلكي، وغيرها. يمكن الحصول على الجهاز بـ 990 ش.ج فقط لمدة 36 شهرا.

تمنح Orange زبائنها الاستمتاع بخدمات الشبكة الأحدث في البلاد Orange Ultranet التي تمكنك من استخدام خدمات نوعية كالمكالمات بجودة HD VOICE وهي خدمة حصرية في أورانج كالمكالمات نقيه عازلة للضجيج في الخلفية وجودة مكالمات توازي المحادثة وجها لوجه، وسرعة تصفح الأسرع في البلاد تمكنك مشاهدة المصامير الفيديو دون توقف، تنزيل وتحميل ملفات ثقيلة بسرعة فائقة كالصور، ألعاب، موسيقى وغيرها. بحث تطبيق من خلال استعمال الأجهزة الذكية، منها: iPhone 5, Samsung Galaxy S3, HTC One X, Infinity Lumia 820&920.

يذكر أن الحملة قائمة لدى كافة مراكز الخدمة والبيع التابعة لـ Orange بالإضافة إلى جميع مسوقي Orange في البلاد العربية وذلك لتسهيل على المستهلك الوصول إلى النقاط القريبة لمكان سكنهم. المزيد من المعلومات زوروا أقرب نقطة خدمة وبيع أو عبر موقع Orange الرسمي باللغة العربية: orange.co.il/ar

(ع.ع)



العلاقة بين الكالسيوم وترقق العظام

معلومات يجب معرفتها مقدما من مجلس الحليب

الكالسيوم أساسي للعديد من وظائف الجسم: تنظيغ ضربات القلب، تمرير الرسائل العصبية، تحفيز إفراز الهرمونات، تخثر الدم، بناء العظام والحفاظ على صحة الهيكل العظمي.

تناقص مخزون الكالسيوم

يفقد جسم الإنسان الكالسيوم بشكل يومي من خلال الجلد الذي يتقشر، الأظافر، الشعر، وعن طريق البراز والبول، ومن ناحية أخرى الجسم غير قادر على إنتاج الكالسيوم ويجب الحصول على الكالسيوم من الغذاء، وعندما لا يحتوي الغذاء على الكالسيوم بكمية كافية يتوجه الجسم إلى مخزن الكالسيوم في العظام لاستيفاء الكمية الناقصة.

بحاجة الكبار بين 1000 - 1200 ملغ من الكالسيوم في اليوم، ومن هم في مرحلة النمو بحاجة إلى 1300 ملغ في اليوم. فاستهلاك الكالسيوم ضروري للحصول على أقصى حد من كثافة العظام والحفاظ عليها لسنوات القادمة، بلنح الكسور تنتجة ترقق العظام.

عامل غذائي هام هو فيتامين D الذي يساعد على امتصاص الكالسيوم في الجسم، كذلك يساعد هذا الفيتامين الكالسيوم على ترك الإمعاء والدخول إلى مجرى الدم، وكذلك يساعد الكلي في الحفاظ على الكالسيوم وعدم إفرازه من خلال البول. الجسم قادر على إنتاج فيتامين D من خلال التعرض لأشعة الشمس بشكل كاف (10 - 15 دقيقة، ويكفي تعريض اليدين والوجه لأشعة الشمس لمرتين أو ثلاث مرات في الأسبوع) كذلك بالإمكان الحصول على فيتامين D من خلال الغذاء، ومن بين الأغذية التي تحتوي على الفيتامين بكميات كبيرة: زلال البيض، أسماك المياه المالحة والكبد.

تجدد مخزون الكالسيوم

تستهلك العديد من النساء أقل من نصف كمية الكالسيوم الموصى بها في اليوم. الغذاء هو أفضل مصدر للكالسيوم، خاصة الحليب ومنتجات الحليب.

أغذية أخرى تحتوي على الكالسيوم هي مثل السبانخ، أوراق الشمندر واللوز. لكنها تحتوي على الأوكزالات والتي تحول الكالسيوم إلى غير متوفر للجسم. البقوليات غنية بالفيتات والتي تقلل هي الأخرى من توافر الكالسيوم. نخالة القمح غنية أيضا بالفيتات. أيضا البروتين الزائد والملح يقللان توافر الكالسيوم للجسم.

الأشخاص الذين يجدون صعوبة في هضم الحليب العادي بسبب نقص اللاكتاز بإمكانهم تناول حليب قليل اللاكتوز، اليوغورت والحبنة الغاسية - تحتوي على كميات صغيرة فقط من اللاكتوز. وبالإمكان تناول أقراص اللاكتاز بموازاة استهلاك منتجات الحليب.

عندما نقرر تناول إضافات الكالسيوم من الملصق فحص الإنكثبات المتلحة مع الطبيب المعالج، وبالإساس فحص ملصقات القيمة الغذائية والمكونات لمعرفة كمية الكالسيوم الموحدة في الإضافات الغذائية. ومن المهم فحص تواجد فيتامين D.

أهمية النشاط الرياضي

لا يقدر الكالسيوم لوحده على منع أو علاج ترقق العظام. لكنه مركب هام في برنامج العلاج الوقائية. النشاطات الرياضية خلال فترة الطفولة والنضوج تساعد في الحصول على أكبر كثافة عظام ممكنة، والنشاطات الجسمانية الثابتة تساعد في الحفاظ على أقصى حد من الكثافة وقوة العظام خلال الحياة، ومن المفضل إجراء التمارين الرياضية التي تعمل ضد قوة الجاذبية مثل المشي، الركض، الرقص، صعود الأدراج، التنس وغيرها. تمارين أخرى موصى بها هي تمارين القوة العضلة والخاصة لتقوية العضلات، مثل العمل على الأجهزة في معاهد اللياقة البدنية والأثقال.

(ع.ع)

«كتسات» تسوق «طفطيم ورق رطب» بتركية جديدة تحوي خلاصة الزيت وأعشاب لتعشيش مسالك التنفس - الوحيدة بدون فرايين وSLS

تسوق شركة الدواء «كتسات» منتج مضاد للحساسية «طفطيم ورق رطب» من مجموعة طفطيم للأطفال، المميزة بالتركيبة الجديدة تحوي على خلاصة زيت عطرية مثل زيت الكالابيتوس والنعناع وغيرها والتي تساهم في إنعاش المجرى التنفسي، غني بعشبة الاوقيرا والفيتامين E المساهمة في تسكين الجلد المتشق حول الأنف، خالي من اللمس، يستعمل خصيصا لتنظيف الأنف، خالي من الكحول لمنح التسفع المنتج الوحيد الخالي من الفرايين و SLS.

يمكنكم الحصول على منتج طفطيم ورق رطب في كافة الصيدليات وشبكات فارم بدون وصفة طبية، يحوي المنتج على 30 ورقة رطبة، السعر: 11.90 ش.ج.

تحوي مجموعة «طفطيم» على سلسلة منتجات هادئة للصدار المصابين بالرشح والتهل، بالإضافة لتكون المجموعة على عدة منتجات علاجية مكتملة منها: «طفطيم أفجل» غني بفيتامين E والأوليفيرا الذين يساهمون بعلاج وتسكين المنطقة المتشققة والجافة حول الأنف، «طفطيم بخاخ ماء البحر» للأنف يسهل احتقان الأنف للأطفال والرضع من جيل صفر، «طفطيم أكاليبتوس» لإنعاش مجرى التنفس يحوي على خلاصة نباتية.

لمزيد من المعلومات زوروا موقعنا على الإنترنت باللغة العربية: www.tiptipot-ar.co.il أو عبر صفحتنا على الفيسبوك: www.facebook.com/ptipot.ar

(ع.ع)

تحت رعاية وزيرة الثقافة الفلسطينية

السيدة سهام البرغوثي

سيقام أسبوع الكتاب العربي

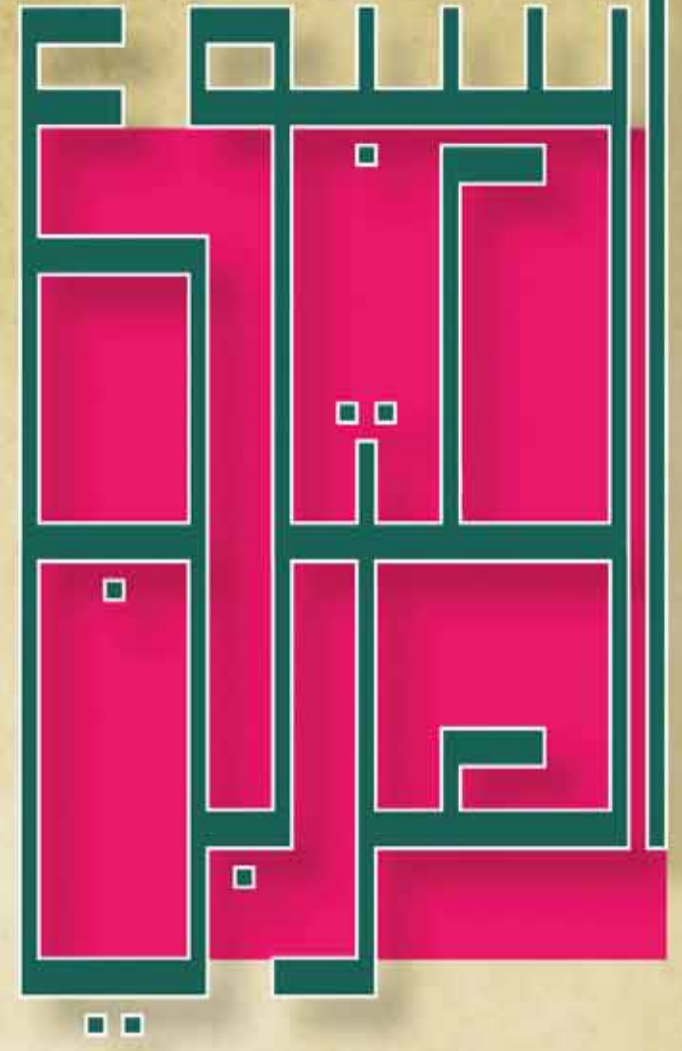
من معرض القاهرة الدولي
إلى الناصرة



مكتبة كل شيء (ص.ه.ر) م.ض

تتشرف بدعوتكم لزيارة

أسبوع الكتاب العربي



يوم الاحد الموافق 24/2/2013 في قاعة القديس أنطون - هولي 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

عبور بلدي
طازج

العبور عالي الصول!

1 كيلو بـ
59⁹⁹
شيكل

رقاب العبور



1 كيلو بـ
89⁹⁹
شيكل

اضلاع العبور



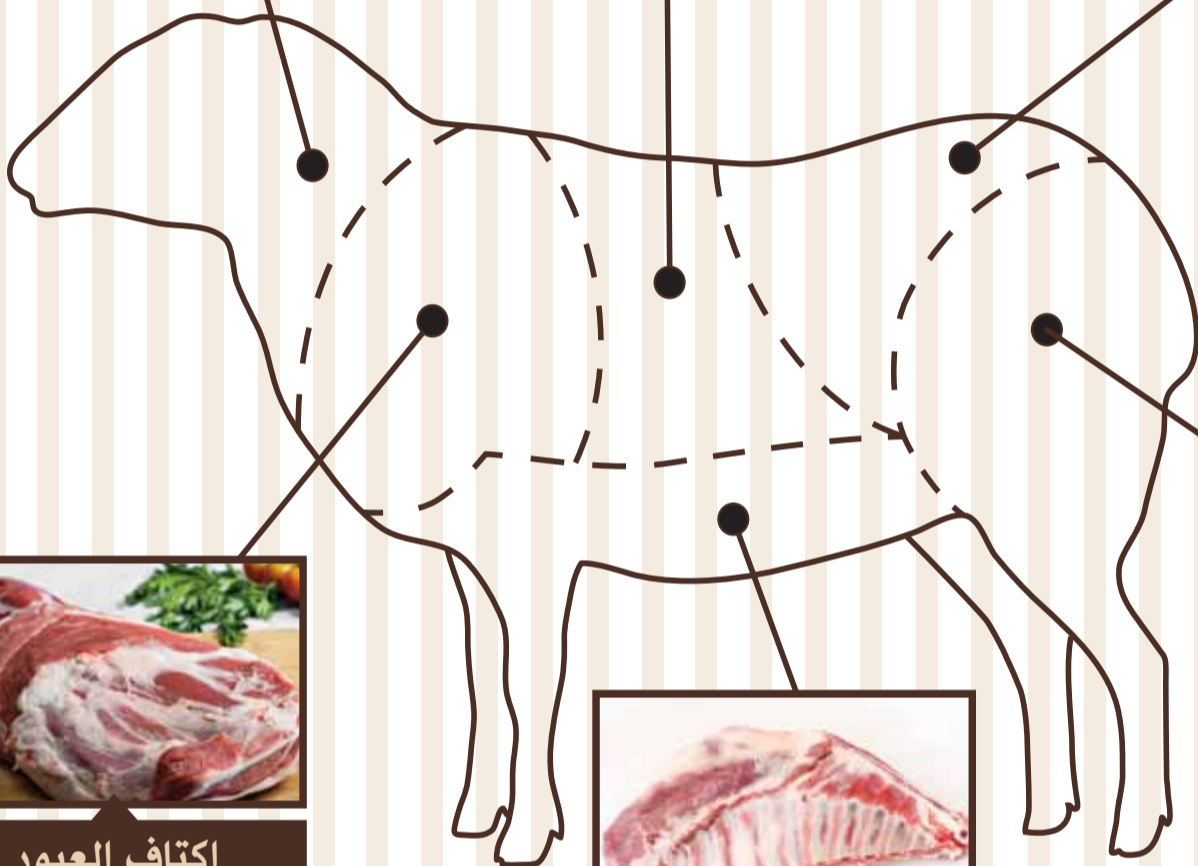
1 كيلو بـ
89⁹⁹
شيكل

اضلاع فيلية



اكتاف العبور

1 كيلو بـ
59⁹⁹
شيكل



قص العبور

2 كيلو بـ
59⁹⁹
شيكل

1 كيلو بـ
59⁹⁹
شيكل

فخذة العبور



Bambinõ

- since 1969 -