



H a i f a net

أسبوعية قُطريّة، مستقلة، شاملة ◀ العدد 169 ◀ الجمعة 22 آذار 2013 ◀ توزّع مجاناً

HAPPY Mother's Day

نبذة تاريخية عن عيد الأم

34 و 36 و 38

«وحدة»؟ هذا هو السؤال!

48

Nancy Beauty Center
מכון טיפוח ויופי - ננסי בינסי סנטר

«قرب الصيف!»

التكنولوجيا الأكثر تقدماً
لإزالة الشعر بالليزر وصلت إلينا!

1+1 على جميع المناطق

دون ألم ودون حروق.
علاجات ملائمة شخصياً بحسب نوع الشعر لكل زبون!
حتى الحصول على النتائج المطلوبة!

هرتسليا 19 - חיפה
لتنسيق موعد مسبق مجاني الاتصال لرقم
050-4056597

علاج بشرة | تصميم حواجب | إزالة شعر | إزالة شعر بالليزر | مكياج ثابت | مكياج عرائس | تصفيف شعر | تسريحات شعر | بناء أظفار | بديكور وميكور | مساجات | «سلونة» | «جاكوزي»

המשביר לצרכן

لمناسبة الأعياد، فرع «همشبير» الهدار
مفتوح يوم السبت (23/3/2013)
ابتداءً من الساعة 18³⁰ ولغاية 22⁰⁰
كل عام وأنتم بخير

Art of Meat

تقرير خاص

42 و 44

Bambino

הארנונה מקב

4 שרולים כוסות חד פעמיות 11⁹⁰ ₪

אקונומיקה נקה - סנו 4 ליטר 9⁹⁰ ₪

שמפו הוואי (כל הסוגים) 700ml 8⁹⁰ ₪

2 מטליות הפלא מיקרופייבר של סנו 14⁹⁰ ₪

נייר טואלט - מולט 24 גלילים 18⁹⁰ ₪

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

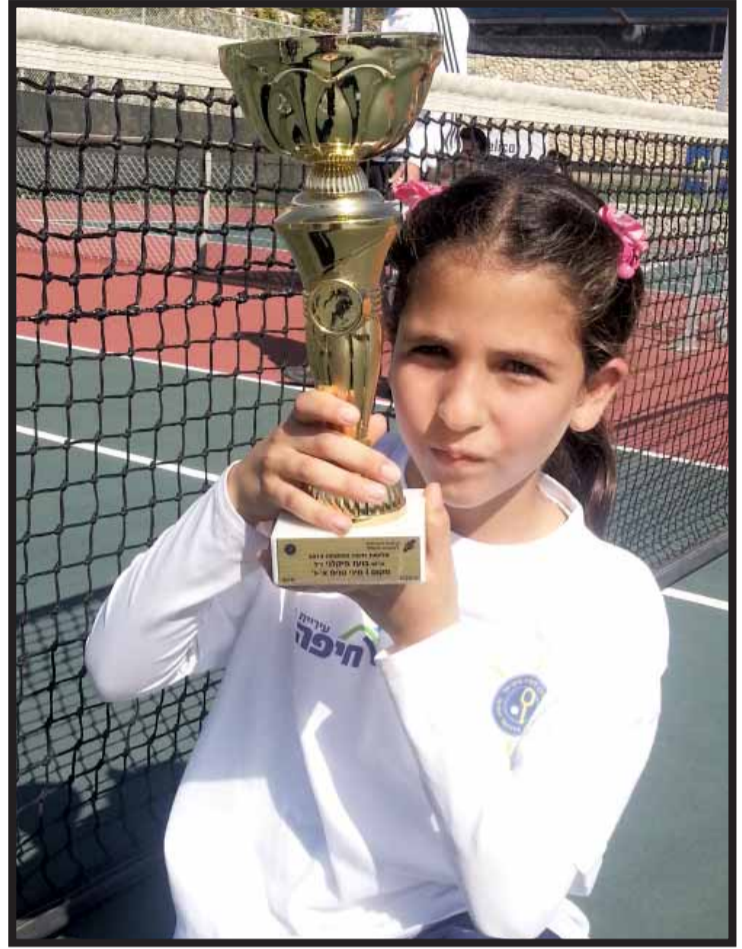
مصائبان سوريان يتعالجان في مستشفى «رمبام»!



يعانيان إصابات متوسطة إلى مستشفى «رمبام» بمروحية تابعة إلى الجيش. وقد قام الطبيبان د. هاني بحوث (مدير قسم الصدمات)، ود. شلومي يسراييليت (مدير قسم العلاج المكثف في «رمبام»)، بمعائنتهما وتقديم العلاج اللازم لهما. هذا ومنع الجيش إجراء أي حوار مع المصابين! (تصوير: مستشفى «رمبام»)
(مراسل موقع «بكر»)»

وصل إلى مستشفى «رمبام» الحكومي في حيفا، ظهر أول أمس الأربعاء، مصائبان سوريان (من المتمردين)، كانا قد أصيبا - على ما يبدو - على الحدود السورية بمقرية من هضبة الجولان، خلال الاقتتال بين القوات السورية والمتمردين. وبحسب معلومات التي حصل عليها المراسل، فقد قامت قوات من الجيش الإسرائيلي بمعائنة مصابين على الحدود كانا يعانيان إصابات طفيفة، بينما تم نقل مصابين آخرين كانا

رند نجار بطلت كرة المضرب



رزق ساحوري

تتعلم رند في مدرسة مار يوحنا الإنجيلي، وهذا تحصيلها الدراسي لا يتأثر فهي طالبة نشيطة، مواظبة، وقد حصلت على شهادة تقدير من المدرسة. يدرّب رند منذ عامين في مركز كرة المضرب في حيفا (قرب مركز الكونغرسيم) المدرب بديع كركيبي، الذي يؤمن بقدرات وموهبة رند، ويتوقع لها مستقبلاً باهراً في كرة المضرب. وتحظى رند بدعم من والديها وتشجيعهما، وقد وضعت رند حلم البطولة المحليّة والعالميّة نصب أعينها، وهي تحلم كذلك أن تصل إلى الأولمبيادة.

رند عنان نجار (8 أعوام) متعدّدة المواهب، فهي تحب المطالعة، تكتب الشعر، تعزف الكمان، وتتمتع بلياقة بدنيّة عالية رغم صغر سنّها. وقد برزت في السنّتين الأخيرتين وتألقت في كرة المضرب (الثنس الأرضي)، حيث حازت قبل أسبوع على كأس البطولة القطريّة، بعد أن تنافست مع العشرات من أبناء جيلها (من الصّف الأول حتّى الرابع)، وقد استطاعت بقدراتها الرياضيّة ولياقتها وذكاؤها أن تحصد الكأس.

الأديب والروائي الفلسطيني أنور حامد في زيارة خاطفة إلى مكاتب صحيفة «حيفا»



(من اليمين) آية صفدي، ميرا شلهوب - فريوات، مطانس فرح، أنور حامد، راني وصالح عباسي

طراسل «حيفا» - حلّ ظهر أمس الخميس، الأديب والروائي الفلسطيني، أنور حامد، برفقة مضيفه صالح عباسي (صاحب مكتبة ودار النشر «كل شيء»)، ضيفاً على صحيفة «حيفا».

وهذه هي الزيارة الثانية له إلى مدينة حيفا، أراد من خلالها تعرّف شعبها، حيث يقطن مدينة الضباب (لندن) بعيداً عن وطنه، ويعمل محرراً في الـ«بي.بي.سي».

وللأديب حامد عدّة روايات ناجحة كتبت بالجزيرة وترجمت إلى العربيّة، وآخرها رواية «يافا تعدّ قهوة الصّباح» كتبت بالعربيّة، ووصلت إلى القائمة القصيرة لجائزة بوكرو. وخلال زيارته سيعقد سلسلة من الأمسيات الأدبيّة، ستكون أولها اليوم الجمعة في قاعة كنيسة القديس يوحنا المعمدان الأرثوذكسيّة في حيفا. وقد أجرينا لقاءً خاصاً مع الأديب أنور حامد، سنوافيكم بتفاصيل الأمسيّة واللقاء الخاص في العدد القادم من صحيفة «حيفا».

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 الموقّعة لا تعبر عن رأي التحرير.
● الإعلانات على مسؤولية المعلنين.

الآن جديد!
أيضاً بـ 125 غرام!



359

سعة حرارية!

BIG NEW-YORK 125 غرام

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

i'm lovin' it



BIG TEXAS 225 غرام

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

سلسلة **BIG AMERICA** 225 غرام أيضاً بـ 125 غرام!

6 أطعمة رائعة تنتظركم في ماكدونالدز

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





الطبيب والشعر



المحامي كميل موييس

أو دارسين في مجالات علمية متمكّنين يمثل هذه الدرجة، يحفظون غيبًا أبياتًا، فإن دل ذلك فعن ثقافة واسعة كقلب الطبيب الكبير.. فكننت تلمس خلال إلقائه للشعر بأنه قارئ نهم ودارس متعمّق ملّم بما يلقيه.

وتحدّث د. نقولا عن تاريخ الشعر والأدب في الجزيرة العربية، وعن القبائل والشعراء، وعن العرب الذين هم أشعر الناس حيث كان يتّسم ببساطة الوصف قبل الإسلام.. فألقى من قصائد: الحطيئة (رائد الشعر القصصي) الذي يصف حياة الفقر، الشاعر «الاشتراكي» طرفة بن العبد، فألقى من شعره وتحدّث عن غزواته، والشاعر حسّان بن ثابت، كعب بن زهير بن أبي سلمى فألقى مقطعًا من قصيدة «بانت سعاد».. كما تحدّث عن امرؤ القيس، وعن الغزل في شعره.. كما تحدّث عن القضايا الاجتماعية والسياسية والحياتية. كما حدّثنا عن عبد الله بن الزبير، معاوية بن سفيان، الحجاج بن يوسف، كتيبة بن مسلم، الأصمعي، وأبو نؤاس، وعن تاريخ الشعر والأدب. وقد فاجأنا، مجددًا، بتمكّنه وعمق تحليله للأشعار.. وتحدّث عن شعر المرأة والطبيعة والحروب والغزوات والغزل والمديح والذم، والفقر والحياة البسيطة وغيرها من الأشعار.



وقد تضمّنت الأمسيّة فقرة فنيّة للملحن حبيب شحادة، حيث أظرب الحضور بعزفه على آلة العود لثلاث معزوفات موسيقية.. من تلحين شحادة إحداهما بعنوان «المحطة» تحكي عن وضع حي محطة الكرمل الحيفاوي. وغادر الحضور القاعة متعطّشًا للمزيد.. فالطبيب عيسى نقولا لا يعالج الجسد فقط، بل يغذي ويعالج الروح أيضًا.. طمعنا بالمزيد لكن ضيق الوقت داهمنا.



«حارتان.. وفن حروف واحد»



على جبل الكرمل. وشمل المشروع ورشة فنيّة في فن الحروفية والخط العربي والعبري، بإرشاد وإشراف الفنّان الخطاط كميل صو، وتأتي هي ضمن فعاليات مدرسيّة يومية، تتماشى مع رؤية برنامج بلدية حيفا «من الولادة إلى النضج»، الذي يهتمّ بفعاليّات الطالب على مدار اليوم.. فمن خلال اللون والحرف نشأ تقارب وتعاون وعمل مشترك بين الطّلاب.

لمراسل «حيفا» جمع فنّ الحروف طلّابًا من مدرستي «الأحمدية» و«هرتسل» في لقاء فريد ومميّز، ضمن مشروع حمل عنوان «حارتان.. وفن حروف واحد». حيث يأتي هذا المشروع بمبادرة الوحدة البلدية للنهوض بالتعليم العربي، بإدارة د. ماجد خمرة، وبالتعاون بين مدرستي «هرتسل» و«الأحمدية» المتواجدين في حارتين متجاورتين

لمراسل خاص

غصت يوم الثلاثاء الأخير قاعة كنيسة يوحنا المعمدان بعدد كبير من متذوّقي الشعر والأدب، والأصدقاء والمعارف، في أمسيّة أدبيّة شعريّة خاصّة، أحيها الدكتور عيسى نقولا. وقد تولّى عرافة الأمسيّة المحامي كميل موييس، ورحب بالحضور قائلاً: «أثمنّ غالبًا حضوركم ومشاركتم لهذه الأمسيّة الأدبيّة الشعريّة المميّزة»، مشيرًا إلى أهميّة الحفاظ على اللّغة في أيامنا هذه. وأضاف: «نستضيف في ندوتنا هذه الطبيب عيسى نقولا، متذوّق وهاوٍ للشعر والأدب العربي، والذي كان قد شارك في ندوات أدبيّة وشعريّة عديدة».

وعرّف موييس عن د. نقولا بالقول: «ولد د. عيسى نقولا في حيّ وادي جمال في شارع الأخطل (هوجن)، أنهى دراسته الابتدائيّة في مدرسة «الأخوة» في حيّ وادي السناس، ودراسته الثانويّة في الكليّة الأرثوذكسيّة العربيّة في حيفا. درس موضوع الطب في مدينة ليننغراد (سانت بطرسبورغ) في الاتحاد السوفياتي (سابقًا)، وتخرّج منها طبيبًا، وهو يمارس مهنة الطب منذ عودته إلى أرض الوطن منذ عام 1975». وأشاد بإنسانيّة وأخلاق د. نقولا مثال الطبيب الإنسان الذي يرى في الطب مهنة إنسانيّة، ويعمل بكل إخلاص وجدّ من أجل أبناء مجتمعه.

ومن ثمّ اعتلى الدكتور عيسى نقولا المنصة مرحّبًا بالجميع، وعلى الرّغم من أنّه ليس شاعرًا إلاّ أنّه من أكبر متذوّقي الشعر والأدب، يعيش الشعر ويحفظه عن ظهر قلب.. فقال: «كلّ من يستمع إلى الشعر من المفروض أن يشعر بالنشوة والسعادة».. وفعلاً شعرنا بالنشوة والسعادة عندما قام بإلقاء مقاطع شعريّة حفظها غيبًا نالت استحسان الحضور وإعجابهم. وما كان لافتًا للنظر أنّ الطبيب نقولا ليس طبيبًا فقط، بل متذوّقًا للشعر يحفظ الأشعار ويتميّن بإلقائها، فشدّ الحضور على مدار ساعتين من الزمن لنكتشف به جانبًا مميّزًا آخر.. فقلّمنا تجد أطباء



قداس وجزاز الاربعين

زوجة الفقيد، أبناؤه، بناته، عموم آل ريناوي وبطرس وجميع أقربانهم وأنسابهم في البلاد والخارج يدعونكم لمشاركتهم قداس وجزاز الأربعين راحة لنفس فقيدهم الغالي المرحوم

الياس نعيم ريناوي (أبو عصام)

وذلك يوم السبت الموافق ٢٣/٣/٢٠١٣ الساعة السادسة مساءً

في كنيسة مار الياس للروم الملكيين الكاثوليك شارع عين دور ٢٣ - حيفا

لا اراكم الله مكروها بعزير

الرجاء إعتبار هذه الدعوة بمثابة دعوة شخصية للجميع

FUZE
teaTM

"פיוז טי"

ג'לה טייפ



يوم للتوجيه الدراسي والمهني لمدرسة راهبات الناصرة



مسرح عالم الخيال، بمقاطع كوميدية. وأوضحت المستشارية التربوية في مدرسة راهبات الناصرة في حيفا سهى ضو، في حديث خاص أن هذا اليوم الدراسي يأتي لاختتام مشروع التوجيه الدراسي والمهني لطلبة الصفوف الثانية عشر في المدرسة، والذي تخلل عدة محاضرات وورشات مع الطلبة خلال العام الدراسي، نتيجة لثمرة تعاون ورؤيا لإدارة المدرسة، مرين والاستشارة التربوية المدرسية. وقد ذكرت أيضاً أن هذا المشروع قد أتاح المجال لطلبة الصفوف الثانية عشر الفرصة الجيدة والصحيحة في المساعدة في اتخاذهم القرار الصحيح في اختيار مجال التعليم العالي وفق أهوائهم ورغباتهم، وشددت على أملها أن يساعد هذا المشروع في رفع نسبة الطلاب العرب في الجامعات والكليات الأكاديمية. أما مدير عام الاتحاد الأكاديمي عودة شحيري فقد وجه تحية شكر للمستشارة التربوية على دعوتها للاتحاد الأكاديمي، والتي عملت بكل جهد من أجل إنجاح مشروع التوجيه الدراسي والمهني في المدرسة، وتقديم الفائدة لجميع الطلبة في مرحلة اتخاذ القرار المصيري لاختيار مجال التعليم المناسب بحسب ما يرغبون، وقد جندت من أجل ذلك عشرات الطلاب الجامعيين، خريجي المدرسة، كي يساعدوا الطلبة في توضيح مجال التعليم.

مدرسة راهبات الناصرة في مدينة حيفا يوم التوجيه الدراسي والمهني لطلبة الصفوف الثانية عشر في المدرسة وذلك في بيت الكرامة في المدينة. وتخلل هذا اليوم الدراسي مداخلة حول التوجيه الدراسي والمهني، قدمها مدير مركز «مساواة»، جعفر فوح، تضمنت قضايا عدة تتعلق بتحديات الطالب العربي داخل الجامعات والكليات الأكاديمية في البلاد وبسبب التعامل مع التعليم الأكاديمي والنجاح فيه، إضافة لمحاضرة قدمها مدير عام الاتحاد الأكاديمي عودة رافع شحيري والتي تمحورت حول توجيه الطلبة في اتخاذ القرار المصيري لاختيار مجال التعليم المناسب بحسب الميول، القدرات، الامكانيات المادية، فرص إيجاد العمل فور الانتهاء من التعليم وغيرها من العوامل التي قد تؤثر في بلورة فكرة مجال التعليم. علاوة على ذلك، فقد جندت المستشارية التربوية سهى ضو مجموعة من خريجي المدرسة، طلبة الجامعات والكليات الأكاديمية في البلاد وخريجياتها، في مجالات مختلفة، للمشاركة في معرض التوجيه الدراسي والمهني، حتى يستمع الطلبة لماهية المجالات المتوفرة وشروط القبول فيها وإجراء المقابلات الشخصية بين الطلاب والخريجين من أجل الاستشارة وكسب النصائح وملائمة سوق العمل أيضاً. واختتم اليوم الدراسي بفقرة فنية قدمها

السجن 10 أعوام لشاب اعتدى على راهبة من حيفا

مراسل «حيفا» - فرضت المحكمة المركزية في حيفا، السجن الفعلي لمدة 10 أعوام على شاب من الأراضي الفلسطينية المحتلة، وتم إلزامه بدفع غرامة مالية بقيمة 25 ألف شيكل، وذلك بعد أن دين بالاعتداء على راهبة تبلغ من العمر 82 عاماً، من سكان حيفا، حيث قام باقتحام منزلها بغية السرقة.

اتهام 4 مشتبهين بينهم قاصر بالاعتداء على راهبة وسرقتها

وكانت النيابة العامة في لواء حيفا قد قدمت بعد حادث الاعتداء على الراهبة في مطلع آذار من العام 2012 لائحة اتهام إلى المحكمة المركزية بالمدينة ضد 4 أشخاص، والد ونجله القاصر من حيفا، وشقيقين من الضفة الغربية، تنسب إليهم تهمة الاعتداء على راهبة تبلغ من العمر 82 عاماً وسرقتها.

وبحسب ما أوردته النيابة العام في لائحة الاتهام، ففي ساعات المساء من تاريخ (19/11/2011)، وصل الفتى القاصر برفقة كلبه إلى منزل الراهبة مثلما اتفق مع والده والشقيقين من الضفة، الذين انتظروا بالخارج مع معدات حضورها سابقاً، تزامناً مع ذلك خرجت الراهبة من منزلها لإلقاء القمامة، عندها اقتحم القاصر المنزل، وعندما عادت الراهبة إلى المنزل وحاولت إغلاق الباب، هجم عليها ثلاثة ملثمين وانضموا إلى القاصر، فقاموا بربط الراهبة بالأصفاة وأغلقوا فمها بشريط لاصق، وقاموا خلال ذلك بالاعتداء عليها بالضرب المبرح.

وجاء في لائحة الاتهام، بأن المتهمين قاموا بإجراء تفتيش في منزل الراهبة وسرقوا مبلغ 4000 شيكل وهربوا من المكان تاركين الراهبة مقيّدة، غارقة بدمائها، جراء الاعتداء والضرب، وتم اعتقالهم لاحقاً وتم مطالبة المحكمة استمرار اعتقالهم حتى الانتهاء من الإجراءات القضائية ضدهم.



A Unique Event In a Boutique Hotel

مناسبات خاصة
فندق بوتيك كولوني حيفا

The Colony Hotel
Haifa

♥♥♥ غرف ليلية الزفاف ♥♥♥

عرض خاص للمقدمين على الزواج

يستقبلكم في جميع مناسباتكم العائلية والاجتماعية
وجبات فطور | بوفيه مفتوح كل يوم حتى الساعة 11:00
أيام ترفيهية تتضمن علاجات التدليك وغرف مع جاكوزي

حيفا - جادة بن غوريون 28، الحي الألماني 35023
هاتف: 04 - 8513344 فاكس: 04 - 8513366
www.colony-hotel.co.il info@colony-hotel.co.il

نربح من مباراة المنتخب!



إسرائيل ضد البرتغال



الجمعة: 22.3.2013
الساعة: 14:40

على مين رايعين؟

3% 

5% 

92% 

النسبة
الساكنة

6.05

3.70

1.40

من سيفوز؟

(1) إسرائيل

(X) تعادل

(2) البرتغال



بأي فارق؟

2.40 (1) تعادل أو فوز لإسرائيل

3.15 (X) البرتغال تفوز بفارق هدف

1.95 (2) البرتغال تفوز بفارق هدفين وأكثر

كم هدفا؟

3.00 (1) أقل من هدفين

1.80 (X) 2-3 أهداف

2.80 (2) أكثر من 3 أهداف

كم ركنية؟

2.15 (1) أقل من 10 ركنيات

2.65 (X) 10-12 ركنية

2.45 (2) أكثر من 12 ركنية



السويد
ضد
أيرلندا



على مين رايعين؟

94%  1.40

4%  3.70

2%  5.25

من سيفوز؟

(1) السويد

(X) تعادل

(2) أيرلندا



أيرلندا الشمالية
ضد
روسيا



على مين رايعين؟

4%  6.20 (1) أيرلندا الشمالية

9%  3.65 (X) تعادل

87%  1.35 (2) روسيا

من سيفوز؟

(1) أيرلندا الشمالية

(X) تعادل

(2) روسيا



كرواتيا
ضد
الصرب



على مين رايعين؟

82%  1.60

16%  3.20

2%  4.20

من سيفوز؟

(1) كرواتيا

(X) تعادل

(2) الصرب



أوليمبياكوس ضد مكابي تل أبيب

الجمعة: 22.3.2013
الساعة: 20:55

على مين رايعين؟

35% 

65% 

1.80

9.00

1.80

من سيفوز؟

(1) أوليمبياكوس يفوز بفارق 6 نقاط فما فوق

(X) أوليمبياكوس يفوز بفارق 5 نقاط

(2) مكابي تل أبيب يخسر بـ 4 نقاط فما تحت أو يفوز أو يكون هناك تمديد



1010

Winner.co.il

جديد
بالخوفا!

متوفر بالأندرويد
Available on the
App Store

نسبة تعبئة النماذج، صحيح ليوم 21.3.13 وفقاً لأنظمة مجلس التكهونات في الرياضة. قد تطرأ تغييرات في النسب.

+18

البيع ممنوع
لن هو دون
سن الـ 18

طلاب ثلاث مدارس ثانوية عربية يتعلمون الطب بإشراف مستشفى «رمبام»



والوسائل الطبيّة المختلفة. ويقوم فريق من الأطباء والمرضى بتدريب الطلاب على الإنعاش، ومنهم الدكتور محمد نفاع (الأخصائي في الأمراض الباطنيّة)، والمرضى زياد شعبان، الذي يعمل في قسم جراحة القلب. وقد حظي البرنامج التعليمي لـ «رمبام» بإقبال واهتمام الطلاب، وهكذا أخذت المدارس تستعد لتعليم الموضوع في المراحل الابتدائيّة والإعداديّة والثانويّة، فيتعلمون مواضيع القلب، الأوعية الدموية، التبرّع وزرع الأعضاء، الإنعاش والإنقاذ، التلوّث، الجهاز التنفسي، الأعصاب، عمل المختبرات وآداب مهنة الطب.

طراسل «حيفا» - أعلنت ثلاث مدارس عربيّة في الشّمال ومدرستان عبريّتان عن انضمامهما إلى برنامج تعليم الطبّ في المدارس، أسوةً بمدرسة «الكرمة» في حيفا. وهذه المدارس هي «البلديّة (أ)» (حيفا)، «الثانويّة (ب)» (شفاعمرو)، «المعمدانيّة» (النّاصرة)، «الثانويّة رابين» (كريات يام)، «الكرمة» (حيفا)، و«الابتدائيّة عالية العبريّة» (حيفا). ويذكر أنّ طلاب مدرسة «الكرمة» باشروا بدراسة موضوع الطب عن طريق دورات يشرف عليها أطباء من مستشفى «رمبام»، وبدأوا بدراسة الإسعاف والإنعاش. وقد تدرّب الطلاب بشكل عملي باستخدام الدّمى، كنماذج لإنعاشها بالطرق



طلاب «المتنبي» يزورون الأطفال في «رمبام»

وقام طلاب المدرسة بتوزيع الورود والحلوى على الأطفال وأهاليهم متمنين للأطفال الشفاء العاجل، حيث أدخلوا الفرحة على قلوبهم، ورفع معنوياتهم. ولقد عبر الأهالي والأولاد عن امتنانهم لطلاب مدرسة «المتنبي» وإدارتها، سانلين الله أن يمدّهم بالقوة والنجاح.

طراسل «حيفا» قام طلاب مدرسة «المتنبي» الثانويّة البلديّة، مؤخراً، بزيارة مستشفى «رمبام» في مدينة حيفا، وعبادة قسم الأطفال، وذلك ضمن فعاليّات مجموعة «الموجة الخضراء» التطوعيّة التي يشرف عليها الأستاذ أمير حبيشي.



«العلماء الصغار» في مدرسة «الكرمة»

طراسل «حيفا» - افتتحت مدرسة «الكرمة» الرسميّة التّامية، أوّل أمس الأربعاء، معرضها العلمي المميّز، الذي حمل اسم «العلماء الصغار»، بحضور أولياء الأمور، طاقم التّدريس، الطلاب، وضيوف آخرين. وشمل المعرض التتويجيّ للعمل العلمي المميّز في المدرسة على عدد كبير من المجرّمات العلميّة، التي عكست وجسّدت جميع المواد التعليميّة التي تعلمها طلاب الصفوف أوّل-

سادس في المجالات المختلفة: الدائرة الكهربائيّة، فصول السنّة، إعادة التّدوير، الهرم الغذائي، أعضاء الجسم، المجموعة الشمسيّة، وغيرها. وتخلّل اليوم الإبداعي على عدد من التجارب العلميّة، قدّمها الطلاب أمام الحضور، لاقت استحسانهم وتفاعلهم. جدير بالذكر أنّ المعرض بإشراف معلّمي موضوع العلوم: سماح نجار، داليا عيادات، وناصر ناصر. (تصوير: وائل عوض)

عطلة مركزية في بلدية حيفا في عيد الفصح العبري



طراسل «حيفا» - بمناسبة حلول عيد الفصح العبري، ستكون مكاتب بلدية حيفا مغلقة من يوم الاثنين القريب (25/3/2013) ولغاية يوم الاثنين (1/4/2013) [يشمل]. إلا أنّ مركز المعلومات البلديّ 106، سيواصل عمله على مدار 24 ساعة متواصلة.

طراسل «حيفا» - بمناسبة حلول عيد الفصح العبري، ستكون مكاتب بلدية حيفا مغلقة من يوم الاثنين القريب (25/3/2013) ولغاية يوم الاثنين (1/4/2013) [يشمل]. إلا أنّ مركز المعلومات البلديّ 106، سيواصل عمله على مدار 24 ساعة متواصلة.



ملحمة سميراميس
حجاج حجاج

لعيّن
السيارة

تابعوا الاعلانات.....

Laline
حقائب استحمام - 29 ₪
[طبقة 2]



"פיפאי"
أحذية (כובח)
179-189 ₪
[طبقة 3]



"ماك كوسمטיكس"
أحمر الشفاه 99 ₪
[طبقة 1]

EPK
فستان 129 ₪
[طبقة 3]



EPK
فستان 119 ₪
[طبقة 3]



"شيلاق"
ملابس 139-39 ₪
[طبقة 2]

"هونيغمان"
ملابس 129 ₪
[طبقة 2]



"تمنون"
أحزمة 19 ₪
[طبقة 1]



Fox Home
طقم للخبز 39 ₪
مريول 49 ₪
[طبقة 2]



H&M
بناطلين مורدة 79 ₪
[طبقة 2]



كروكس
صنادل "كيلي" للبنات
180 ₪ [طبقة 2]



همشبير
فستان 40 ₪
[طبقة 2]



גרנד קניון

* المنتجات والأسعار على مسؤولية الحانوت فقط.
الصور المعروضة للتوضيح فقط.





النادي النسائي «مربع الهدار» يحتفل بعيد الأم

وائل عوض
بمبادرة جمعية التطوير الاجتماعي - حيفا، وناشطات الحي الشرقي (مربع الهدار) - «تليپوت»، وبإشراف العاملة الاجتماعية هدى أبو قياص، وبالتعاون مع مكتب الرفاه الاجتماعي، أقيم مساء أول أمس الأربعة، حفل عشاء في مطعم الصياد لصاحبه فكتور حجار، بمناسبة عيد الأم. وقد شاركت عشرات الأمهات المحتفلات في هذه الأمسية الاحتفالية، وقد تخلل الأمسية مقطع كوميدى للممثلة زين بشارت لاقت استحسان الحاضرات.



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

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

ستوديو جورج

بإدارة جورج كرام 054-4349231

- تصوير أفراح (سهرة عروس / زينة)
- تصوير جميع المناسبات (فيديو + صور)
- أعياد ميلاد
- المنالولة الأولى
- حفلات - مهرجانات
- تصوير لجوازات السفر
- تصوير ستوديو (أطفال وغيرها...)
- جميع لوازم التصوير (أفلام - CD - "كارتيسي ذكرو")

حملة خاصة للمعسران

بمناسبة إفتتاح محلنا الجديد..
إحجزوا لتصوير فيديو بمناسبة الأفراح
واحصلوا على صور سهركم الفوتوغرافية مجاناً!

تصميم ألبوم "ديجيتالي" بجميع الأحجام



ساعات الدوام: 14:00-19:30 (جميع أيام الأسبوع)
جادة همفنجيم 43، حيفا (بجانب التأمين الوطني سابقاً)

قبل



بعد 4 علاجات

اتصلي الآن:

0545356735
0774323401



مركز مرقت لمنطوس رחוב הגפן 1

منسمعكو ويتسمعونا كمان بالموسيقى



بنص الجو

مع تتادي بلان

أيام الأحد - الأربعاء

16:30 - 15:35

88.8FM

بطبريا
والمنطقة

88.8FM
99.3FM

بالقدس

92.4FM

بالناصره

92.4FM
99.3FM

بحيفا واللتمال/منطقة
رهط والنقب/ بئر السبع

99.3FM
88.8FM

بصفد والجليل

صوت
إسرائيل

منسمعكو ويتسمعونا



وائل عوض

بدعوة من سعاد شحادة (مديرة المركز الجماهيري «الأخوة»)، وعدد من الناشطات في حيّ وادي النسناس وقسم الرقاه الاجتماعي في الـ«هدار»، وناشطات الحي، أقيمت مساء الأحد الأخير، أمسية احتفالية خاصة بمناسبة عيد الأم في قاعة «الجليل» للأفراح في تل حنان، حضرها عدد كبير من المحتفلات والمحتفلين، وعلى رأسهن أعضاء المنتدى النسائي. وقد أحيا الأمسية الفنان الحيفاوي مروان مدني، فأثفح الحضور بأدائه.



تهنئة

إلى هادي وشيران عباسي
نتقدم لكما بأحر التهاني القلبية
والأمانى العطرة الوردية
بمناسبة ولادة الإبن

صالح

أخا لوديع ألف ألف مبروك...
نتمنى للمولود حياة سعيدة تحت
كف والديه وعائلته المحبة

جعله الله من مواليد السعادة
من طاقم صحيفة حيفا



شكر وتقدير

تتقدم ناشطات وأمهات النادي النسائي الحي الشرقي
مربع الهدار، بجزيل الشكر والتقدير للسيد

حسين اغبارية مدير جمعية التطوير الاجتماعي

وذلك على دعمه الكريم والسخي لأمهات وناشطات الحي
وخاصة في دورة لجان وناشطي الأحياء في حيفا وحفلة عيد الأم.

نرجو لكم المزيد من العطاء لما فيه منفعة ومصلحة لمجتمعنا.
دمتم ذكراً لمجتمعنا.

النادي النسائي وناشطات الحي الشرقي- مربع الهدار

عطلة مركزة

إبتداءً من يوم الإثنين 25/03/2013 وحتى يوم الإثنين
1/04/2013 (يشمل)، ستكون مكاتب إتحاد المياه
لحيفا "مي كرمل" مغلقة، ولن يتم استقبال الجمهور
بسبب عطلة عيد الفصح.
سنعود للعمل بتاريخ 2/04/2013.

طواقم الطوارئ والمناوبين سيستمرون بخدمة الجمهور
في المدينة كما هو الحال في باقي أيام السنة.

موظفو اتحاد المياه، مديره، رئيس ادارته وأعضاء
الادارة يتمنون لكل سكان حيفا

عيد فصح سعيد

מי כרמל בע"מ
תאגיד המים והכיבוב של חיפה

נעمل لأجلکم

مركز هاتفي للتبليغ عن الأعطال
(مياه الكرمل) لخدمتكم 24
ساعة من خلال مكالمة مجانية:
1-800-100-104
تحويلة 3

www.mei-carmel.co.il

 **BERLONI**
مطابخ برلوني



الإبداع الإيطالي بقمته
بأسعار تناسب ميزانيتك



شדרות מודיע 13, מרכז הכרמל - חיפה

הاتف: 04-8244114, فاكس: 04-8244119

www.berloni.co.il ■ info@berloni.co.il

BIG SALE

100% משתלם

מאיי מרקט מבצעים והנחות בכל המחלקות

בשר, ציידים, קפואים ומוצרי גבינה

פרגיות עוף טרי



100 ₪

חזה עוף טרי



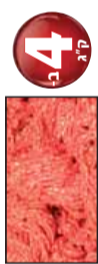
110 ₪

כרעיים עוף טרי



100 ₪

בשר בקר טחון



120 ₪

נקיקיות עוף טירת צבי



15.99 ₪

שוקיים עוף טרי



50 ₪

חזה אסאדו



100 ₪

שניצל עוף טרי פרוס



120 ₪

שוקו תנובה 2 ליטר



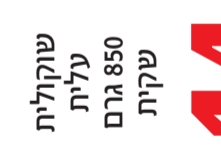
12.99 ₪

שמותה טרה חמוצה 200 מ"ל



11.99 ₪

שוקולית עלית 850 גרם שקית



14.99 ₪

סלטי צבר 400-500 גרם



25 ₪

תבנית ביצים 30 יחידות



19.99 ₪

במעדיה מגוון פסטרמות ונקניק



2. אחת. הני בלום בארץ

סטיוק עין אנטריקוט טיבון ויל



39.99 ₪

קטשופ אסם 750 גרם



9.99 ₪

טבלאות שוקולד מילקה צימוקים ואגוזים 100 גרם



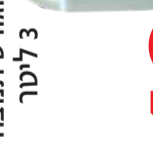
10.99 ₪

קוטג' תנובה 9% / 5% / 3%



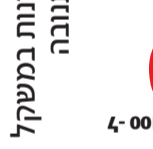
10.2 ₪

יוגורט תנובה 3 ליטר



19.99 ₪

מגוון גבינות במשקל תנובה



3.99 ₪

למימוש במכון היופי

Anna Keller

40% הנחה

בקניה מעל 300 ₪

יתן שובר



מוצרי גבינה, פאסטיק וכו' ביי

סיר טיגון איכותי עם רשת



29.99 ₪

סכו"ם מפואר "מנדרין" 24 חלקים



89.99 ₪

מחבת ווק טפלון



11.99 ₪

מחבתות אלומיניום



17.99 ₪

סיר גריל לעוף



99.99 ₪

פלדת צליה + ידיות 40*30 ס"מ



19.99 ₪

שוקו תנובה 2 ליטר



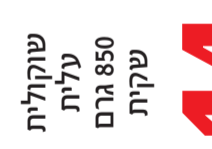
12.99 ₪

שמותה טרה חמוצה 200 מ"ל



11.99 ₪

שוקולית עלית 850 גרם שקית



14.99 ₪

סלטי צבר 400-500 גרם



25 ₪

חותך ירקות צורני 5 חלקים



9.99 ₪

מגוון סכו"ם גדול 12 יחידות



14.99 ₪

סיר ציפוי קרמי החל מ-



89.99 ₪

סט 9 סירי בישול + מחבת



449.99 ₪

תבנית ביצים 30 יחידות



19.99 ₪

במעדיה מגוון פסטרמות ונקניק



2. אחת. הני בלום בארץ

סטיוק עין אנטריקוט טיבון ויל



39.99 ₪

קטשופ אסם 750 גרם



9.99 ₪

קרמית קרש חיתוך-סכין



24.99 ₪

קרש חיתוך עץ 40*30 ס"מ



14.99 ₪

סט פורס ירקות "מנדולינה"



19.99 ₪

קרש חיתוך בריאותי



4.99 ₪

טבלאות שוקולד מילקה צימוקים ואגוזים 100 גרם



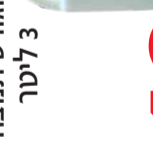
10.99 ₪

קוטג' תנובה 9% / 5% / 3%



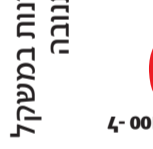
10.2 ₪

יוגורט תנובה 3 ליטר



19.99 ₪

מגוון גבינות במשקל תנובה



3.99 ₪

מגוון תבניות אלומיניום



10.2 ₪

קערה מודרנית גדולה



14.99 ₪

מגוון צלחות צבעוניות חד פעמי



2. אחת. אינז

מגוון קופסאות אחסון "קומיקס"



9.99 ₪



הג שמחה וכשר



הג שמחה וכשר

מוצרים באיכות



כל המוצרים כשלי"פ

7 פתוח ימים בשבוע כולל ימי החג 08:00 - 21:00 סניף חיפה

100% משתלם

מאז מרקט מברכת את קהל לקוחותיה ומאחלת להם

חג שמחה וכשר

בשר כבש טרי עם עצם (בלדי) **49.99**

מצות ראשון 2.5 ק"ג **19.99**

חלב טרה 2 ליטר **8.90**

קפה ג'ייקובס גולד 200 גרם **24.90**

צ'יפס פרי הגליל 2 ק"ג **15.90**

שמן שוקחה 3 ליטר **24.90**

תות שדה קופסה **10.2**

יין טבע בנימינה כל הסוגים **7**

מגוון ספרוסט אפונה עדינה/אפונה גינה/שעועית ירוקה/אפונה גוזר/ פול ירוק/אירטישוק 800 גרם **9.99**

פילה סלמון תנובה **100% טבעי** **39.99**

רביעיית סודה "שוופס" 1.5 ליטר **4** **8.90**

שניצל אצבעות שומשום תנובה 700 גרם **18.90**

המבצעים עד יום שני 25.3.13 או עד גמר המלאי* אין כפל מבצעים
*החנות שומרת לעצמה את הזכות להגביל/להפסיק את המבצעים בכל עת
התמונות להמחשה בלבד *ע.ל.ח.

סניף חיפה מגדל הנביאים
בניין השקים לשיעבר
04-8666512



פירות וירקות, מחלקה ראשונה במחירי שק

100% משתלם



כאי ביו אסקטאו

שישיית כוסות יין קלאסי בינוני **14.99**



מגוון כלי פיירקס לבישול ואפיה החל מ- **14.99**



סט כפא-סוכר+תה מקרמיקה ועץ **19.99**

סט צלחות פורצלן 18 חלקים עגול החל מ- **89.99**

קנקן פורצלן לתה קטן החל מ- **9.99**

שישיית כוסות קפה **7.99**

מגוון צלחות לבן קרמיקה לבן החל מ- **9.99**

מגוון צלחות וקערות זכוכית במדלים שונים החל מ- **0.99**

מגוון כלי הגשה לרזטים ותוספות החל מ- **2.99**

מגוון כלי הגשה פורצלן החל מ- **6.99**

סט מצעים זוגי תחרה יוקרתי **89.99**

סיר פיירקס לעוף + מכסה **19.99**

סט 7 קערות מעוצבות **19.99**

תבנית אפיה בינונית מקרמיקה צבעונית **19.99**

מאבת פנים/גוף רקומה החל מ- **19.99**

זוג כריות "סופרים" **29.99**

מפת שולחן רקומה מפוארת-ראגור **39.99**

מטליות מיקרופיבר לניקוי כללי **9.99**

פירות וירקות, מחלקה ראשונה במחירי אק



100% משתלם

שפאי

שולחן פלסטיק מתקפל (קרטרון חום)

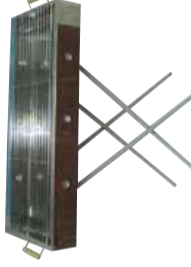
~~199.99~~
149.99 ₪



מנגל נירוסטה ענק כולל רשת וידיות עץ + סטנד מתקפל

בארני הכיזול

~~129.99~~
79.99 ₪



רשתות צליל כפולות ידית עץ

~~9.99~~
9.99 ₪



רשתות למנגל

~~6.99~~
6.99 ₪



שולחן מתקפל קטן

~~69.99~~
119.99 ₪



שקית פחם 2 ק"ג

~~9.99~~
9.99 ₪



~~15.99~~
15.99 ₪

~~59.99~~
59.99 ₪



שק פחמים ענק 17-18 ק"ג

~~9.99~~
9.99 ₪



שיפוודי עץ עבים במיוחד

~~13.99~~
13.99 ₪

שקיות אשפה 85*75



~~7.99~~
7.99 ₪

~~13.99~~
13.99 ₪

מסיר שומנים סגור מוריץ

~~9.99~~
9.99 ₪



טבליות למדיח יעקבי הפי 100 יח'

~~39.99~~
39.99 ₪



נייר טואלט טאקי 40 גלילים / לאבלי 32 גלילים

~~24.99~~
24.99 ₪



סט סכינים בלדי 6 יח'

~~5.99~~
5.99 ₪



אוחלים בגדלים שונים

~~59.99~~
59.99 ₪



סלסלת פיקניק מסגרת אלומיניום

~~34.99~~
34.99 ₪



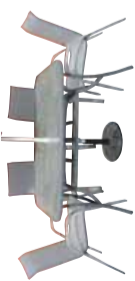
מתלה כביסה פרחוני

~~49.99~~
49.99 ₪



סט שולחן + 6 כסאות אלומיניום לגינה

~~1099.99~~
1099.99 ₪



מגוון צבעים תיק צידנית (קולר)

~~17.99~~
17.99 ₪



החל מ- ~~49.99~~
49.99 ₪



מגוון צידניות

מגבת מטבח סנו שמינייה

~~10.99~~
10.99 ₪



ריצפז פלוס זוחה חרקים סנו 2 ליטר

~~14.99~~
14.99 ₪



נייר טואלט "אורן" 48 גלילים

~~29.99~~
29.99 ₪



ג'ל פיסגה 3 ליטר

~~17.99~~
17.99 ₪



שמפו פינוק/הוואי 750 מ"ל

~~16.99~~
16.99 ₪



הפי לחלונות 1 ליטר

~~10.99~~
10.99 ₪



נוזל כלים פיירי 750 מ"ל

~~20.99~~
20.99 ₪



~~14.99~~
14.99 ₪



נוזל רצפות ג'ט / פיסגה 4 ליטר

~~10.99~~
10.99 ₪



מנקה אסלות 1 ליטר

~~7.99~~
7.99 ₪



אקונומיקה פיסגה 4 ליטר

~~25.90~~
25.90 ₪



מפת שולחן במגוון צבעים-גליל 25 מטר

~~17.99~~
17.99 ₪



זוג משחת שיניים קולגייט 100 מ"ל * 2 יח'

~~14.99~~
14.99 ₪



מרכך מקסימה 4 ליטר

~~10.99~~
10.99 ₪



מגוון מרסטי סנו

מאי מרקט

מבצעים והנחות בכל המחלקות

גאמני נקוי

100% משתלם

BIG SALE

סניף חיפה מגדל הנביאים בנין השקם לשיעבר

04-8666512

100% משתלם

7 פתוח ימים בשבוע כולל ימי החג
08:00 - 21:00
סניף חיפה

מאזני מרקט

סדרת "פאסטק" וכלי בישוי

מטאטא ביתי+מקל



9.99 ₪

מברשת אסלה



11.99 ₪

יערה-מקל



14.99 ₪



מטאטא-מקל

19.99 ₪

שטיחוני ספגטי 100% כותנה



29.99 ₪

מברשת שיניים



12 ₪

מברשת שיניים לילדים + מחזיק מפתחות



4.99 ₪

סט רחצה פורצלן



14.99 ₪

מגוון רב קולב עץ לחדרי ילדים



9.99 ₪

רב קולב אמריקאי מצופה



7.99 ₪

סט שטיחונים למקלחת/שירותים יוקרתי



~~99.99~~
79.99 ₪

מגוון כריות ריפוד 40*40 ס"מ



14.99 ₪

מטחנת תבלינים ידנית



9.99 ₪

מטחנת אגוזים



29.99 ₪

סט תבניות עגולות אל-חלד 4 יחידות



34.99 ₪

מטחנת בשר "רטרו"



49.99 ₪

מיבש חסה



24.99 ₪

מזלג חשמלי מסולסל



9.99 ₪

כף סיוגון עמוקה



4.99 ₪

סט כלי מטבח +מעמד



11.99 ₪

מלכרי מלון, יימא ומקלא



חטיף אוראו



17.90 ₪

מרק צח קנור



9.99 ₪

שוקולד "נוטלה"



19.90 ₪

דבש יד מרדכי



34.90 ₪

זוג קורנפלקס טריקס אסם



34.99 ₪

מינוז תלמה



8.99 ₪

רביעית טונה סטארקסט



17.99 ₪

פתי בר



10.90 ₪

מטחנת תבלינים ידנית



9.99 ₪

רב קולב אמריקאי מצופה



7.99 ₪

סט שטיחונים למקלחת/שירותים יוקרתי



~~99.99~~
79.99 ₪

מגוון כריות ריפוד 40*40 ס"מ



14.99 ₪

קופסיות ענבי ציון רגיל לא כולל לייט



14.99 ₪

אנוס ויליגר



9.99 ₪

עוגיות פסח



35 ₪

עוגיות מירוא שוקולד צ'יפס



14.90 ₪

מטחנת תבלינים ידנית



9.99 ₪

מטחנת אגוזים



29.99 ₪

סט תבניות עגולות אל-חלד 4 יחידות



34.99 ₪

מטחנת בשר "רטרו"



49.99 ₪

פריכות אורז מנה



11.99 ₪

שמן זית מעולה חלוצה



24.99 ₪

מארז צ'יפס 50*4 כשל"פ



9.99 ₪

אורז פרסי וילי פוד



11.99 ₪

מיבש חסה



24.99 ₪

מזלג חשמלי מסולסל



9.99 ₪

כף סיוגון עמוקה



4.99 ₪

סט כלי מטבח +מעמד



11.99 ₪

קברנה סוביניון/מרלו/שיראז/שרדונה



100 ₪

תירוש ציון



10.99 ₪

פריגות/פאנטה טעמים 1.5 ליטר (מסוג)



14.99 ₪

מיים מנרלים אקוה גובה



7.99 ₪



מבחר ענק של פירות יבשים

החל מ- **19.99** ₪

לק"ג

הג שממה וכשר MARKET מוצרים באיכות

تضامناً مع الأسرى:

«اقرأ» تنظروفعالية «هوية وقضية»



الطالبة في تواصلهم الفعال مع قضايا الأسرى.

د. رائد فتحي: «الثبات والرباط مراحل، أدناها أن يحافظ الفلسطينيون في الداخل على هويتنا الفلسطينية والإسلامية» بعد ذلك تحدث الدكتور رائد فتحي عن أهمية فهمنا لواقعنا، فقال: «إن الأمة التي تتلمس الطريق للمجد والكرامة هي الأمة التي تحسن فهم واقعها وفق رؤى لا بد أن تتلاحم، أما الأولى فهي حسن معرفة المناحات، والثانية حسن توظيف الطاقات، والثالثة حسن معرفة مراحل تحقيق الأهداف». وأضاف قائلاً بأن الثبات والرباط مراحل، أدناها أن يحافظ الفلسطينيون في الداخل على هويتنا الفلسطينية والإسلامية، وأن نحافظ على هوية الأرض، إذ أنهما هويتان لا بد من العمل على تأصيلهما وتحديثهما.

وقال إن على الطالب أن يكون صاحب فكرة وأن يضحي في سبيلها، كما تطرق إلى أهمية المقدسات كعامل بارز في تشيبتنا على أرضنا، وأهمية دورنا كشباب في معرفة أرضنا ومعالمها.

لمراسل «حيفا» - بحضور الدكتور رائد فتحي، نظمت كتلة «اقرأ» في جامعة حيفا، يوم الاثنين الأخير، فعالية تحت عنوان «هوية وقضية» لهدف التضامن مع الأسرى، شملت عدة فقرات بعرافة مسؤول كتلة «اقرأ» في جامعة حيفا، الطالب أنس محاميد.

استهلّت الفعالية بتلاوة للذكر الحكيم تلاها الطالب علي عرموش، تلتها كلمة مسؤول الدائرة الطلابية في جمعية «اقرأ» الأستاذ محمد فرحان، الذي أثنى على الطلاب قائلاً إنهم يسطرون بوعيهم حكايات شعبهم، وما زالوا في ثبات على أرضهم، متواصلين مع هموم شعبهم. وشدد على أهمية دور الشباب في نصر الدعوة ونشر أفكارها لأنهم صنّاع التفوق والتميز، والأمة بحاجة لتفاعلهم مع قضاياهم. وحذّر من الانجراف خلف الشعارات الرنانة التي يتغنى بها اليساريون الإسرائيليون. كما شكر كادر «اقرأ» في جامعة حيفا لتنظيمهم زيارات أسبوعية للمسجد الأقصى. تلاه عرض فيديوي مع الأسير المحرّر عبد الإله معلواني، تحدّث فيه عن الصعوبات والظلم الذي واجهه في السجون الإسرائيلية، والتضحيات التي فرضها عليه، وكذلك عن دور جمعية «اقرأ» وكوادرها

إعفاء والد عربي من دفع نفقات ابنته لسبب رفضها رؤية والدها



المحامي بني دون يحيى (تصوير: چادي چادون)

لمراسل «حيفا» - أعفت المحكمة لشؤون العائلة في مدينة حيفا والد عربي من دفع نفقة ابنته (10 سنوات) لسبب سوء العلاقة بينهما، خاصة وأن الابنة ترفض أي اتصال لها معه منذ أكثر من ست سنوات. يُشار إلى أن الحديث يدور عن ابنة لأم يهودية ووالد عربي مسلم، انفصل والداها عندما كانت في الثانية من عمرها. وكانت الطفلة على علاقة وثيقة مع والدها عندما انفصل أبيها عن أمها، إلا أنه ومع مرور الوقت وبسبب تصرفات الوالدة وزوجها الجديد، أصبحت الابنة ترفض كل علاقة لها مع والدها. وكتبت قاضية المحكمة لشؤون العائلة في حيفا في قرار الحكم مقتبسة أقوال الابنة بأن «الابنة تطلب حذف والدها بكل تفاصيل حياته وهويته من حياتها، ويتم تصويره بنظرها كعدو، بالإضافة إلى أنها تدعي أموراً قاسية بحقّه». وأدعت الابنة أن «والدها تركها وحيدة جائعة عندما كانت تبلغ من العمر 4 أشهر».

ويقول المحامي بني دون يحيى بأن «الابنة رفضت كل علاقة لها مع والدها، بعد أن أخافتها والدتها منه، مدعية بأنه سيخطفها إلى مناطق السلطة الفلسطينية، وأنه سيقوم بـ«تفجيرها»».

fresco

مطبخ إيطالي



Cibus

طازج... لذيذ... مميّز...

Biop

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

סיטי סנטר OUTLET



סניף מרכז



תחטיעם האסעאר! פי השיטי סנטר OUTLET

מגווע אריא ללמארכאט האלמיה באר חס האסעאר

מפתח הגמעה האסבט
מוקף מגאנא

מערז אקססואאנא כל אסבוע ו עלי מדאר האטה
מקף פי השיטי סנטר OUTLET

ISABELLA
OUTLET

FOX
OUTLET

MISSISSIPPI
OUTLET

ZIP
OUTLET

ZIP
OUTLET

ZIP
OUTLET

RENUAR
OUTLET

RENUAR
OUTLET

למק האפארט

McDonald's

TNT
OUTLET

HONIGMAN
OUTLET

HONIGMAN
OUTLET

סופר-פארם

סופר-פארם

Crazy line
OUTLET

SCOOP

TWENTYFOURSEVEN
OUTLET

TWENTYFOURSEVEN
OUTLET

אריזנו
הקטנטונת

אריזנו
הקטנטונת

NINE WEST
OUTLET

NINE WEST
OUTLET

אריזנו
הקטנטונת

adidas

adidas

OUTLET

מתפרת
הסיטי

מתפרת
הסיטי

CHIC

ששת

awgrass

ALDO
OUTLET

BigTime

הח

הח

הח

הח

HONIGMAN
OUTLET

HONIGMAN
OUTLET

קפדו

NELLY

סופר-פארם

סופר-פארם

f

אבחונו אנו פי
הפייסבוק

סופר-פארם

סופר-פארם

הסופר-פארם מפתח לחממקם

23:00-08:00

077-8880790

077-8880790

גאדא בנ גוריון 6 האלמאני, אל: 04-8530111

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 نفاد المخزون * الخطأ وارد

معبور الطازج بسعر لحمة العجل

1 كيلو بـ
59⁹⁹
شيكل



اكتاف عبور للحشي



مغير 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 -



جديد في بمينو أجبان وألبان ماعز



بمينو لحوم عالاصول

Bambino.H.

نادي «سيدات البحر» يحتفي بالمرأة



وائل عوض

احتفل، مؤخراً، نادي «نساء البحر» التابع لحيّ وادي الجمال، بإدارة المركزها مها طوافشي، بيوم المرأة العالمي وعيد الأم. حضر الاحتفال عدد من النساء أعضاء النادي، وقد جرى الحفل في مطعم «الجليل» للأفراح،

وتخلّله وجبة عشاء فاخرة. هذا ورقصت النساء المحتفلات على أنغام الموسيقى. يذكر أنه من بين المتواجبات كانت مديرة مركز «كلور» عدي چلعداد-أسولين وعدد من السيدات الفاعلات في الحيّ.



المركز الجماهيري «الكرمة» يحتفل بعيد الأم

هذا وأقيمت ورشة فنون وإبداع، حضر خلالها كل مشارك ومشاركة هدية ضمن الأشغال اليدوية لتقدمها للوالدة في عيد الأم، إذ شارك فيها أكثر من 100 طالب وطالبة برفقة والداتهم. وشمل البرنامج فقرات عديدة منها: ورشة فنون وأشغال يدوية مع المرشدة شيرين كسابري، عزف على الأورغ بإشراف داود إبراهيم، عزف وغناء، وغيرها. وفي حديث مع مديرة المركز، منال قنبورة، قالت: هناك العديد من النشاطات التربوية، الثقافية والفنية التي يقدمها المركز، والتي يشارك فيها العديد من الطلاب وأولياء أمورهم، وإن دل ذلك فعلى النهوض والوعي الكافي لدى الأهل فيما يتعلق بأهمية التحاق أولادهم في برامج لا-منهجية في ساعات ما بعد الظهر، فهذا يضمنون قضاء أوقات فراغ أولادهم بطريقة سليمة وصحيحة. وبهذه المناسبة هنأت قنبورة جميع الأمهات في عيدهن.

طراسل «حيفا» - من ضمن سلسلة الفعاليات التي يقوم بها المركز الجماهيري «الكرمة» (حيفا «ه»،) وبمناسبة عيد الأم، أقام المركز عدّة فعاليات، ومنها رحلة للنساء إلى «منتجع الحمّة» تضمّنتها وجبة غداء وهدايا وزعت على النساء المشتركات.

يا والدة الإله الفاتحة القداسة خلصينا



مدائح السيدة العذراء

بصوت المرنم فادي فؤاد نحوت

لكل من يرغب في الحصول على الديسك

فادي، 054-4799438 جمال، 04-8627695



שליחויות והפצה

חלוקה והפצת פליירים

בתיבות דואר / מדלת לדלת / בדואר ממוען

טל: 04-8701313

فصح عبري سعيد
لجميع سكان الدولة
ولجميع المحتفلين بمناسبة عيد
الفصح المجيد

נסים שקלים

בשרי سارة

لأول مرة في البلاد...

تنزيلات هائلة على السجاد والستائر نסים שקלים

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

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

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

بقي أسبوع حتى نهاية الحملة!!!

شارع "يحييل" 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

فقط في سوپر فارم آرمون هدار و سيتي سنتر

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

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

نحترم وصفات الاطباء لصناديق المرضى لثوميت، مكابي ومؤحيدت

نحترم وصفات الاطباء لجميع صناديق المرضى



LifeStyle حصري لزيائن

تامپكس بيرل
تمپونيم



السعر للوحدة
16⁹⁹ ش.ج

ليلي
ورق تواليت
لغة 32

إصدار خاص



السعر للوحدة
29⁹⁹ ش.ج

لايف
صابون سائل
للطفل
750 ملل



السعر للوحدة
7⁹⁹ ش.ج

چارنييه
تشكيلة من
الديودرانت



السعر للوحدة
8⁹⁹ ش.ج

پينا
روزمبلوم
صابون سائل
500 ملل



السعر للوحدة
4⁹⁹ ش.ج

كليم
شامپو/ منعم
400 ملل



السعر للوحدة
7⁹⁹ ش.ج

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

snips
I CASALINGHI

طقم حفظ وتخزين
للبلبل، للليمون والثوم
Made in Italy

بـ **39⁹⁹** ش.ج
لطقم ثلاثية

أداة للبلبل
أداة للثوم
أداة للليمون

* لا يشمل حملات انتهاء الحساب.

نشترى بـ 49 ش.ج من تشكيلة منتجات الحانوت* ونحصل على

Colgate

رزمة كولچيت
معجون أسنان أحمر
100 ملل + زوج
فراشي أسنان تويستر*

بـ **19⁹⁹** ش.ج للرزمة

* لا يشمل حملات انتهاء الحساب. فراشي أسنان تنظف ما بين الأسنان وعلى خط اللثة بإضافة منظف اللسان

نشترى 6 منتجات من تشكيلة منتجات الحانوت* ونحصل على

JADE

طقم جيد
أیکون چولد
کريم للجسم +
ديودرانت سپري

بـ **29⁹⁹** ش.ج
لطقم
115⁹⁹

* لا يشمل حملات انتهاء الحساب.

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

Life

لايف
صابون سائل
بعطر العنب
إصدار للربيع
700 ملل

بـ **7⁹⁹** ش.ج

* لا يشمل حملات انتهاء الحساب.

TAX FREE لغاية 27.3.2013 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.

لجان الأحياء ونشطاؤها يحتفون بالمبادرة النسائية في الحي الشرقي «مربع الهدار» ويتواصلون مع الحي وأهله



لمراسل خاص

عقد، يوم الثلاثاء الأخير، اللقاء الثامن لمشروع تدريب لجان الأحياء ونشطاها الذي تنظمه جمعية التطوير الاجتماعي - حيفا، في المركز الجماهيري (يوديث) في الحي الشرقي «مربع الهدار» احتفاءً بنشيطات الحي من نساء فاضلات أخذن على عاتقهن النهوض بالحي وتغيير صورته في الذهنية العامة، وذلك وسط أجواء احتفالية كان في مركزها إنجازات أهالي الحي.

استعرضت الناشطتان سماح حماد ورحاب بشتاوي (أم رجا)، ما تم من أعمال نهوض بالحي ومن تغييرات في بنيتها المادية ونشاطات أهلية مباركة، مع الإشارة إلى الوضع الذي كان سائداً من قبل. واستعانوا بفيلم عن الحي وشفافيات تعرض ما كان وما تم إنجازه. وتحدث مدير المركز الجماهيري - «يوديث»، وديع شحادة، الذي شرح مسيرته في الحي والانتقال بالتعاون مع الأهالي والبلدية من حالة الحي المهمل والذي يعاني مصاعب ومشاكل اجتماعية وسلوكية ومخدرات وجنوح إلى حي نظيف. وأشاد بنشاط السيدات في الحي وكونهن المحور الأساس لعملية التغيير.

كما استعرضت العاملة الجماهيرية في الحي من قسم الرقاه الاجتماعي في بلدية حيفا، هدى أبو كيباس النشاطات التي تم إنجازها بالتعاون المشمر مع سكان الحي، موضحة مركزية التعاون بين المبادرات الأهلية وبين مؤسسات البلدية لإحداث التغيير المرجو في الحي والمجتمع. وقد تحدث الشيخ رشاد أبو الهيجا (أحد سكان الحي) مُشيراً إلى أهمية العمل الأهلي ووجوب التعاون من أجل التغيير بروح المحبة والتسامح. وأشاد بما تم من تحند للأهالي وانتصارهم لحيهم وأبنائهم. وكان قد حضر اللقاء عضو البلدية عن الجبهة الديمقراطية للسلام والمساواة، المهندس هشام عبده، الذي أشاد بإنجازات الحي وبأهمية هذه اللقاءات المتحركة من حي إلى آخر، والتي ساهمت بالتعرف على قضايا الأحياء وأهلها عن كثب.

وأجمع الحضور على أهمية ما أجزته النشاطات في الحي، وكون ما قُمن به درساً في العمل الأهلي وإثباتاً على قدرة الناس في التلاحم وإحداث التغيير.

ومما قاله المهندس موسى ظاهر (أحد المشاركين في الورشة) إن البرنامج التدريبي هام جداً للنشطاء، ولعل أهم ما وفره هو هذا التواصل الإنساني الحميم بين الأحياء وبين النشطاء والنشيطات. وقال إن البرنامج فتح الأحياء على بعضها رغم الحواجز والتصورات المسبقة وأن في ذلك مكسب هام للنشطاء والمجتمع العربي في حيفا، الذي بدأ من خلال الورشات متلاحماً متواصلًا وعارفاً أهدافه وقضاياها. وانضم في اللقاء نشطاء حي البلد التحنا إلى البرنامج، بعد أن انتظموا ونظموا أنفسهم على أمل النهوض بالمواقع التي يسكنون فيها، والاستفادة من الحراك الأهلي المعبر عنه في برنامج التدريب ما يوفره من فرص نشاط ومبادرات. وتحدث باسمهم المهندس خالد

● ناشطة الحي رحاب بشتاوي: «اللقاء والحضور» أعطونا الأمل والقوة لمواصلة نشاطاتنا ● المهندس موسى ضاهر: لعل أهم إنجازات الدورة هو التواصل بين الأحياء وانفتاحها على بعضها ● حسين إغبارية: ما حققته الأخوات في الحي هو درس نتعلمه في العمل الأهلي والتغيير الاجتماعي ●



بينها. كما ذكر أن المشروع سيتواصل للسنة الثانية لإنجاز بناء مجلس الأحياء الذي كان قد أجمع وتوافق على إنشائه المشتركون ولجان الأحياء في لقاء سابق. ثم عايد النساء بمناسبة عيد الأم ويوم المرأة، وقدم باسم الجمعية وردة لكل واحدة وواحد من الحضور. يُشار إلى أن أهل الحي قد استقبلوا عشرات الحضور من رؤساء وأعضاء ونشطاء اللجان من كافة الأحياء العربية، بكرم وحفاوة بالغة معربين عن كبير ارتياحهم لهذا الدعم الهام لهم في مسيرة التغيير. ويُذكر أن جمعية التطوير الاجتماعي كانت قد أصدرت على شرف اللقاء مطبوعة ملونة تحكي قصة الحي والنشيطات فيه، دعماً منها للنساء الناشطات، وتأكيداً على التزامها بدعم مبادرات أهلية من هذا النوع.

محاميد الذي أكد رغبة الأهالي في الانضمام إلى البرنامج ومجلس الأحياء العام كما تتبلور هيئته من خلال البرنامج. وكانت كلمة الختام للأستاذ حسين إغبارية (مدير عام جمعية التطوير الاجتماعي) الذي بدأ منشراً وسعيداً باللقاء وموضوعه. وأشار بفخر إلى إنجازات أهل الحي والنشطات فيه داعياً إلى التعلم من التجربة وتعميمها. وأكد وقوف الجمعية إلى جانب النشاطات والمبادرات من نساء فاضلات وإلى الدعم العام الذي توفره الجمعية للمبادرات الأهلية من هذا النوع. كما عبّر إغبارية عن ارتياحه الكامل لما استطاع هذا البرنامج التدريبي للجان ونشطاء الأحياء من تحقيقه، حيث ساعد على تعميق الهوية الجمعية، وبناء الذات الجامعة لأحيائنا العربية، وزيادة التواصل والتعاون والمساندة فيما

just
vinovino
מנהל האוכלוסייה
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
+ «بفارية» عائلية

100

ش.ج. فقط!

2

بيتسا عائلية

75

ش.ج. فقط!

سميراميس بجمعنا عجائبنا

AlSaddiq adv.



الوجبة العائلية الأشهى والأوفر

وجبة عائلية حتى
6 أشخاص بـ **299** ش.ج

الوجبة تشمل:

كل انواع السلطات + حمص
ستيك انتركوت , ستيك فيليه عجل
ستيك سنتا , سمكة مشط , أجاج
اضافة ساخنة حسب الطلب

وجبة عائلية حتى
6 أشخاص بـ **199** ش.ج

الوجبة تشمل:

كل انواع السلطات + حمص
2 سيخ برغيوت , ستيك برغيوت ,
2 سيخ كباب , 2 سيخ قلوب ,
صدر دجاج , شنييتسل
اضافة ساخنة حسب الطلب

الحملة سارية المفعول من الابد وحتى
الخميس من الساعة الثانية عشرة ظهرا
وحتى اغلاق المطعم..

فروعنا : عجائبنا

شفاعمر - الشارع الرئيسي 049500377 | طبعون - دوار الزبيدات 049536610
كريات موتسكين - شارع غوشين 1 - 048706764 | حيفا - شارع الشاطيء 048501007

وجبة
للحفيد مجانا

تعالوا بصحبة احفادكم
واحصلوا على وجبة مجانية
عند طلبكم لوجبة زوجية

جائزة معهد «التخنيون» للساعر والباحث إياس ناصر



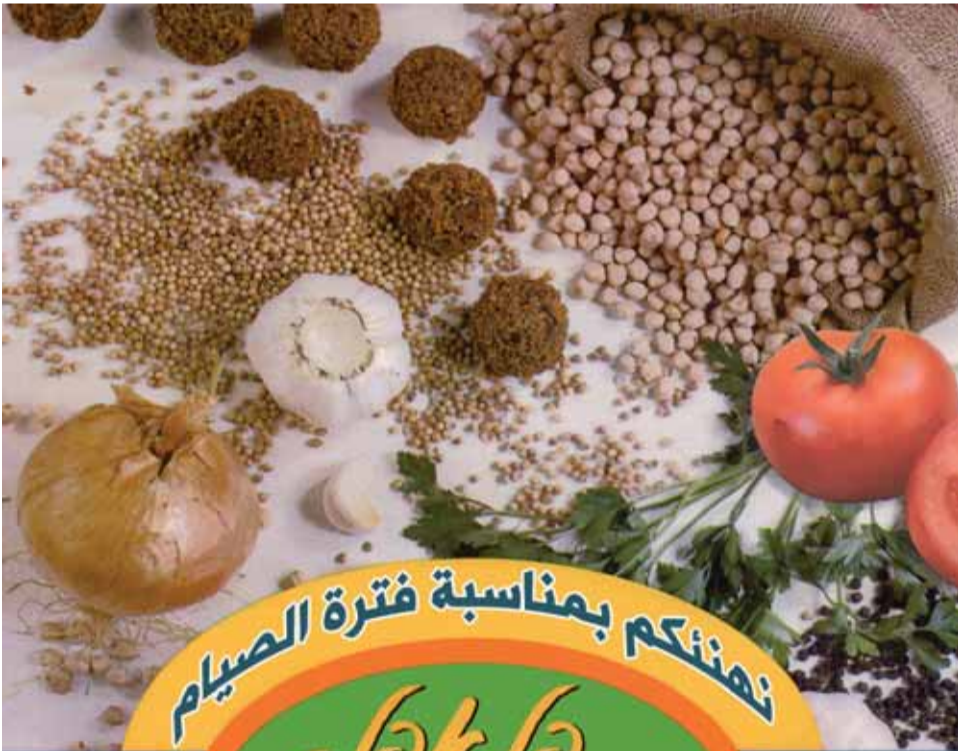
مجالات الشعر العربي القديم. وفي احتفال كبير، جرى الأسبوع الماضي، بحضور أبناء عائلة جوطويرث، تسلم الباحث إياس ناصر هذه الجائزة كأحد الباحثين المتفوقين في دراسة لقب الدكتوراة في قسم اللغة العربية في الجامعة العبرية.

يذكر أن الباحث إياس ناصر قد نال في السابق عدداً من الجوائز لتفوقه الأكاديمي من الجامعة العبرية، كان آخرها جائزة رئيس الجامعة العبرية التي تسلمها قبل نحو أسبوعين، وهو اليوم يعمل محاضراً للشعر العربي القديم في قسم اللغة العربية في الجامعة العبرية، ويقوم بكتابة بحث للقب الدكتوراة عن السردية والطابع القصصي في مطلع القصيدة العربية الجاهلية، بإشراف الأستاذ ألبيرت أرازي، ومثير بار أشر (رئيس قسم اللغة العربية في الجامعة).

طراسل «حيفا»
منح معهد العلوم التطبيقية (التخنيون) في حيفا، يوم الخميس الماضي، الباحث والشاعر إياس يوسف ناصر، جائزة تفوق في احتفال كبير وخاص، حضره نائب رئيس «التخنيون» وعميده ومحاضرون من مختلف الأقسام، وكذلك والده ناصر وعدد من أقربائه وأصدقائه.

ومن الجدير ذكره، أن هذه الجائزة يقدمها معهد العلوم التطبيقية (التخنيون) كل سنة، باسم أبناء عائلة جوطويرث الذين يتبرعون بالجائزة إلى الطلاب المتفوقين من مختلف الجامعات والمجالات والألقاب.

هذا وكانت قد رشحت كلية الآداب في الجامعة العبرية في القدس الباحث إياس ناصر لنيل هذه الجائزة في «التخنيون» لتميزه الأكاديمي وتفوقه في دراسة اللغة العربية، ودعمه لمواصلة المسيرة البحثية في



نهنئكم بمناسبة فترة الصيام

فلافل
ميشيل

1 كغم عجينة فلافل فقط بـ 18 ش.ج.

اشتر 5 أرغفة فلافل للبيت واحصل على كولا 1.5 لتر مجاناً

04-8517054

شارع الوادي 21



سنجفف البعوض

تبذل بلدية حيفا جهوداً واسعة للحد
من مضارّ البعوض في المدينة،
بمساعدتكم أنتم سكانها.
تذكروا أن المياه الراكدة
بيت تكاثر للبعوض

العلاج الموصى به لطرد البعوض:

- قوموا، مرّة في الأسبوع، بفحص دقيق، واعملوا على تجفيف أي مصدر للمياه السائبة.
- أفرغوا الماء من أطباق الأضص (أوعية الرياحين)، الدلاء، البراميل، المزهريات، والإطارات.
- قوموا بإحكام سد شبكة المجاري.
- قوموا بصرف المياه الراكدة من المزاريب المسدودة.
- غطوا وأحكموا جيداً إغلاق أي تجمع لبريكة ماء، أو أي مصدر للمياه الراكدة في الساحات.
- امتنعوا عن السقاية المفرطة في الساحات.
- استبدلوا براميل/حاويات القمامة البيتية المكسورة/المشقوق، التي تشكل مصدراً للبعوض والذباب وتكاثرها.
- دلو الماء النحاسي يجعل أنثى البعوض تبيض، إلا أن يرقاناتها لا تنمو. (بوضع دلو ماء (5 لترات) مع 250 غرام نحاس في مكان مظلل من ساحة البيت، يمكن الحد من نشاط البعوض بشكل كبير).

الهواتف للتوجهات الطارئة

وسام كزلي، مدير وحدة الإبادة – 057-7548376

أركادي غولدشطاين – 057-7548654

" الأم مدرسة إذا أعددتها أعددت شعبا طيب الأعراق "

ثانوية جيمناسيا تعد شعبا
من أجل أمهات طيبات الأعراق..
كل عام وأنتن بخير

سارعوا بالتسجيل، فالأماكن محدودة..



شددوروت هنسي 19، الكرمل، حيفا

للتفاصيل وللتسجيل: 050-5732971/077-4258752

«الصالون الأدبي» يناقش فصول كتاب «معمارية فقدان»

لمراسل «حيفا» - ناقش «الصالون الأدبي» في جمعية الثقافة العربية، أول أمس الأربعاء، كتاب «معمارية فقدان» - سؤال الثقافة الفلسطينية المعاصرة»، للباحث والنقاد د. إسماعيل ناشف، الصادر عن دار «الفارابي» في بيروت، من خلال مداخلات تخصصت كل منها لأحد المجالات الثقافية التي يتطرق لها الكتاب: الأدب، الموسيقى، السينما، العمارة، كذلك للسؤال العام حول مقولات الكتاب في تشكل الثقافة الفلسطينية المعاصرة.

افتتح الأمسية وأدارها إيداد برغوثي (مدير المشاريع في جمعية الثقافة العربية)، وقدمت توطئة عامة حول أسئلة ومحاور الكتاب الذي يعتبر «مجال السؤال الثقافي حاسماً في السياق الفلسطيني، ومن هنا أهميته، وربما أهمية هذه الندوة، وذلك لأن المجال الثقافي، كما يؤكد الكاتب، هو الرابط الأساسي للأجزاء المختلفة من الجماعة الفلسطينية التي لا تجمعها، منذ نكبة 1948، وحدة جغرافية سياسية واحدة ذات قاعدة اقتصادية اجتماعية منتجة».

المداخلة الأولى في الأمسية كانت للمعماري عبد بدران، الذي تطرق للفصل حول «الفضاء الاستعماري»، وتحدث عن ذاكرة الإنسان في الحيز بين الشخصي والجماعي وذاكرة المعرفة مُشيراً إلى التلاعب الاستعماري الإسرائيلي في الحيز بدائنة ذاكرة المعرفة وكتابة ذاكرة المكان، كما تحدث عن مراحل تطور/تشوه الشكل المعماري للبيت العربي الفلسطيني والذي قسّمه إلى صيرورة من ثلاث عشر طوراً تبدأ من القضاء على المدينة الفلسطينية في العام 1948، كما تطرق بدران إلى مسألة فقدان النموذج وإشكاليات المحاكاة.

وقدم المحاضر والباحث الأدبي د. حسين حمزة مداخلة حول فصل «الأدب الفلسطيني اليوم» تحت عنوان «في البحث عن راجي بطحيش»، وقال إن ناشف يقترح في نقده لنص بطحيش أدوات معرفية مغايرة للأدوات النقدية الأدبية، مقدماً نقداً بنويماً جمالياً تهّمه هيكلية النص والربط بين محاوره والظاهرة أكثر مما تهّمه البلاغة، مثلاً. وتحدث حمزة عن النسق الثلاثي في مقارنة النص وعن ثنائية الحضور والغياب، كذلك تطرق حمزة إلى التشظي في الكتابة الفلسطينية المعاصرة، وإلى صدى حضور الذاكرة في الوعي.



المداخلة الثالثة في الأمسية كانت للسينمائي مهدي يعقوبي، الذي تحدث عبر الـ«سكايب» من رام الله، حول فصل «هذا فيلم» في الكتاب، وخصوصاً حول تطور السينما الفلسطينية كسلاح ثوري وكأداة حضور بصري - سردي ترتكز إلى لحظة 1948 ك لحظة سرد، وتطرق إلى العلاقة بين المشهدية الفنية والصناعة السينمائية التي يتحكم بها المنتجون، وإلى مرحلة سينما أوصلو المرتبطة بالمشروع الكولونيالي الإسرائيلي والتي بنت سينما «الاستعجال» المرهونة به «هنا والآن» ولا تعود إلى 1948، كما تطرق يعقوبي إلى مقولات الكتاب حول إدخال الوسائط التقنية والفنية معاً في السينما.

في بداية مداخلة حول فصل «الموسيقى في فلسطين»، أشار الموسيقي حبيب شحادة إلى الشعريّة التي يكتب فيها إسماعيل حول الموسيقى، معتبراً أن هناك بنية موسيقية للنص وقائل في الإحساس بين النص وموضوعه. وتطرق شحادة إلى التهميش البنيوي للموسيقى في الثقافة الفلسطينية، وتساءل حول هوية الموسيقى الفلسطينية وكونها جزءاً من الموسيقى السورية تاريخياً من خلال ربط العلاقة بين الموسيقى والجغرافيا كوحدة تنوع وخصوصية، وتحدث شحادة عن بداية مسار لرسم هوية موسيقية فلسطينية متميزة في السنوات الأخيرة.

المداخلة الأخيرة في الأمسية، كانت للنقاد والكاتب د. عبد الله البياري، الذي تحدث عبر الـ«سكايب» من القاهرة، وتطرق إلى الديناميكية في عنوان الكتاب حيث يضحى فقدان في ذاته مكان وإمكان، ومشيراً إلى عدّة محاور فكرية للكتاب أهمها: محور العقل وانعكاسه من الفردانية إلى الجماعية، ومحور الـ«نيكروبوليتيكس» كنهج لفهم آليات سيطرة القوي على أحيوية البقاء للضعيف واليات إنتاج المعاني، من خلال محاولة فهم كيف ينتج الفلسطيني ذاته.

بعد المداخلات، قدم د. إسماعيل ناشف ملاحظات حول المداخلات وتحدث عن أهمية المعرفة النظرية في السياق الفلسطيني. بعدها شارك الحضور بنقاش شيق حول مضمون المداخلات والكتاب.



عيادة أسنان د. نافع حاج يحيى

تقدم في العيادة العلاجات التالية:

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

* تبييض أسنان
(في جلسة واحدة خلال ساعة)

* علاج صحي وقائي
(تقوم به مختصة لسانيت)

* علاج محافظ (حشوات جمالية،
علاجات جذر)

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

* علاج جراحي (قلع، زرع)

الفحص والاستشارة مجاني

Dr. Haj Yahya Nafi
طبيب اسنان - Dentist

Dr. Haj Yahya Nafi
طبيب اسنان - Dentist



د. نافع حاج يحيى من مواليد عام 1968، طبيب أسنان عام يُزاوِل عمله منذ عام 1996 (16 سنة من الخبرة العملية)، وهو عضو في نقابة أطباء الأسنان.

يتحدث د. نافع العربية، العبرية، الإنجليزية، والروسية، وقد عمل كطبيب أسنان 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 معرفته المهنية باستمرار، من خلال الالتحاق بدورات واستكملات 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 تليفاكس: 077-2103373

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

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



اختتم معهد أكاديمانيا تحضير طلابه لموعد 13/3 بلقاء الـ WOW والذي أقيم بتاريخ 13/3/15 في قاعة الأوديتوريوم حيفا بحضور 1,000 طالب من طلابه من 25 بلدة مختلفة. لقاء الـ WOW هو اللقاء الديجيتالي الأول من نوعه في البلاد الذي شمل مسابقات سيكسومترية محوسبة استخدمت به أجهزة التحكم عن بُعد للإجابة عن الأسئلة المعروضة، وندوة بموضوع التنمية البشرية للمدرب أشرف قرطام. كما وتم تكريم الطلاب الفائزين بالمراتب الخمس الأولى بجوائز قيمة منها: iPhone 5، سامسونج تابلت، ipod nano وغيرها...

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

أكاديمانيا - سيكسومترية الجيل الثالث

طل الربيع و في مركا



599

طقم روميو وجوليت 147 قطعة



~~2999~~
1999

طقم Zina - تصميم أوروبي بأسعار مغرية



2 - 100
59⁹⁹
لطقم

طقم كراميك ملون
18 قطعة



2 - 100
79⁹⁹
للوادة

طناجر نيروستا ملونة
26/28/30



2 - 50
29⁹⁹
سعر الوحدة

قلاية سيراميك
للطبخ الصحي كل
الأحجام



طقم تقديم أبيض 7
قطع نعمان
100



طقم ملاعق
وسكاكين مذهب
24 قطعة
100



طقم ملاعق
وسكاكين
24 قطعة نعمان
79⁹⁹



طقم قهوة
12 قطعة
49⁹⁹



فرع يركا - م.ص. ي

al Market



الحملاط بين التواريخ 28.03.13 - 21.03.13 أو حتى نفاذ المخزون (السابق من بينهما). شبكة مركزا همازون تحف



פורט الأسعار ز همارون

Yara
adv

Tefal تشكيلة طناجر وقلبايات Tefal بأسعار خاصة

طقم أكل 148 قطعة

~~2999⁹⁹~~
1999⁹⁹

تشكيلة أطقم أكل
خاصة 18 قطعة
نعمان

199⁹⁹

طقم تقديم أحمر
10 قطع

79⁹⁹

طقم شوربة أحمر
11 قطعة

79⁹⁹

طقم 18 قطعة
نعمان

49⁹⁹

طنجرة دجاج
38 سم نعمان

79⁹⁹

تشكيلة طناجر Perfecto نموذج Hard Anodized

30%
تخفيض

طقم صينييتين
فاخرتين

100



ברכה هاتف 04-906-9600

A Wonderful

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

طل الربيع في مركز



12⁹⁹ ₪

مطري غسيل "سود" / "سود"
للأرضيات 4 لتر



10² ₪

"هيبى" للشبابيك 1 لتر



16³ ₪

"سانو" 88 للحمامات
1 لتر



15⁹⁹ ₪

سائل جلي "فيري" 1.5 لتر

محدود بـ 2 وحدات - عند
الشراء بـ 100 شح



9⁹⁹ ₪

شورية بطعم الدجاج "أوسم"
1 كغم



20⁵ ₪

تشكيلة معكرونة/سباغيتي
"أوسم" 500 غم



90² ₪

حفاضات "هاجيس"



34⁹⁹ ₪

ورق تواليت "شمورات"
طيفاع 56 قطعة



30³ ₪

تشكيلة سلطات "تسابار"
400-500 غم



39⁹⁹ ₪

همبورغر "زوجلوبك" 1.5 كغم



10⁹⁹ ₪

بازيلاء وجزر / فاصولياء خضراء مقطعة /
فاصولياء صفراء مقطعة / بازيلاء / بازيلاء
ناعمة / ذرة / جزر صغير

محدود لـ 4 وحدات



9⁹⁹ ₪

شورية دجاج "أوسم"
400 غم



10² ₪

حليب كرتون "طارا" 1 لتر

محدود بـ 4 وحدات



19⁹⁹ ₪

يوجورت "تنوفا" 3 لتر



14⁹⁹ ₪

لبنة "تنوفا" بيريثوس
750 غم



15² ₪

حمص "ميكي"
1 كغم

فرع يركا - م.ص. يركا

Market

10

أقساط متساوية
عند الشراء بـ 500 ₪ وما
فوق ببطاقة اعتماد

نحترم
الشيكات
بشروط

ERN

الحملة بين التواريخ 28.03.13 - 21.03.13 أو حتى نفاد المخزون (السابق من بينهما). شبكة مركز همازون تحت



ونورث الأسعار باز همازون

2 بـ
30 ₪

تشكيلة بوظة عائلية "كريميسمو"
عبوة توفير / فانازيا / "ماغنوم"
محدود بـ 4 وحدات - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

3 بـ
13 ₪

تشكيلة مشروبات بريجات/فانتا/سبرايت 1.5 لتر
محدود بـ 9 وحدات - عند الشراء بـ 100 ش.ج

6
29⁹⁹ ₪

سداسية "كوكا كولا" 1.5 لتر
محدود بسداسية - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

Yara adv

السعر للكغم
34⁹⁹ ₪

شرائح "تسيخات هنيوس"
"دليداج"
محدود لـ 3 كغم - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

السعر للكغم
29⁹⁹ ₪

فيليه مشط "دليداج"
محدود لـ 3 كغم - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

السعر للكغم
39⁹⁹ ₪

سلمون "ستيرلينج" "دليداج"
محدود لـ 3 كغم - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

3 بـ
10 ₪

أرز فارسي "ويلي فود"
1 كغم
محدود بـ 6 وحدات - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

29⁹⁹ ₪

عسل صافي "ياد مردخاي"
1 كغم
محدود بـ 2 وحدات - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

19⁹⁹ ₪

رباعية تونا "ستاركيست"
محدود بـ 2 وحدات - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

3 بـ
13 ₪

فطر مقطّع "ويلي-فود"
400 غم
محدود بـ 2 وحدات - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

19⁹⁹ ₪

زيت كانولا "ميلومور" 3 لتر
محدود بـ 2 وحدات - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

49⁹⁹ ₪

سلة عيد "عيليت"
محدود للواحدة - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

24⁹⁹ ₪

قهوة "جيكوبس" /
"تستر تشويس" 200 غم
محدود للواحدة - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

15⁹⁹ ₪

قهوة نمس "عيليت"
200 غم
محدود للواحدة - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

18⁹⁹ ₪

شوكولاتة للدهن
"هشاحار" 1 كغم
محدود للواحدة - عند
الشراء بـ 100 ش.ج

مفتوح
7
أيام في الأسبوع

كا | هاتف 04-906-9600

A Wonderful Market

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



” ما أحلى اللبني معك يا أمي.. “
ملحبة أبو شقارة



للتوصيات، والوصفات وطرق التحضير أدخلوا لموقعنا: www.abushkara.co.il
شارع الخوري 38، وادي النسناس حيفا 04-8517652 شاهدوا المقاطع في الـ "يو-تيوب" 



وجوب إكرام الوالدين جميعاً واحترامهما والإحسان إليهما، وإلى سائر الأقارب في جميع الأوقات. وترشد إلى أن عقوق الوالدين وقطيعة الرحم من أقبح الصفات والكبائر التي توجب النار وغضب الجبار. قال الحافظ ابن حجر: قال ابن بطال: مقتضاه أن يكون للأُم ثلاثة أمثال ما للأب من البر، قال: وكان ذلك لصعوبة الحمل ثم الوضع ثم الرضاع، فهذه تنفرد بها الأم وتشقى بها، ثم تشارك الأب في التربية، وقد وقعت الإشارة إلى ذلك في قوله تعالى: {وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهَنَا عَلَى وَهْنٍ وَفَصَالَهُ فِي غَمَامِينَ}، فسوى بينهما في الوصاية، وخص الأم بالأمر الثلاثة. قال القرطبي: المراد أن الأم تستحق على الولد الحظ الأوفر من البر، وتقدم في ذلك على حق الأب عند المزاومة، وقال عياض: وذهب الجمهور إلى أن الأم تفضل في البر على الأب، وقيل: يكون برهما سواء، ونقله بعضهم عن مالك والصابغ الأول. (فتح الباري - (10/402)).

بل وحتى الأم المشتركة فإن الشرع رغب بوصفها: فعن أسماء بنت أبي بكر (رضي الله عنهما) قالت: قدمت عليّ أمي وهي مشرقة في عهد رسول الله (ص) فاستفتيت رسول الله، قلت: قدمت عليّ أمي وهي راغبة أفأصل أمي؟ قال: نعم صلي أمك. (رواه البخاري - (2477)). وعند الشيعة، وخاصة في إيران، يوم ميلاد فاطمة الزهراء، بنت النبي (ص)، يكون عيد الأم وعيد النساء. احتفل به بعد «الثورة الإسلامية» في إيران. في مثل هذا اليوم 20 جمادى الثاني، حيث يعطي الأبناء هدية لأُمَّهاتهم، فيما الأزواج يعطون هدايا لزوجاتهم. عادةً يتناولون الطعام خارجاً، ويهدون الزهور للنساء.

أهكذا البر بالأم؟

عندما يصير الأب أو الأم في حالة الكبر يسارع ابنهما «البار» بهما إلى وضعهما في دور العجزة والمسنين، وقد ذهب بعضهم إلى تلك الدور وسأل عشرة من المسنين عن أمنيتهم، فكلهم قالوا: الموت!! وما ذلك إلا بسبب ما يعيشه الواحد منهم من قهر وحزن وأسى على الحال التي وصل الواحد منهم إليها، وتخلّى عنهم فلذات أكبادهم في وقت أحوج ما يكون الواحد إليهم.

الأم في المسيحية

والمسيحية أولت الأم مكانة مرموقة حيث وردت أحاديث عديدة في الكتاب المقدس، في العهدين القديم والجديد، وفي أعمال الرسل، كلها تشير إلى الأم ودورها العائلي والاجتماعي. وتحتفل بعيد الأم جميع المسكونة لذكرى وفاء إلى الأم الحبيبة، التي تمنح رعاية وعطاء زاخرين لا ينفذان، كأن قلبها ينبوع مياه خالدة، يفيض حناناً وعطاءً وخدمة لأولادها الأعزاء على قلبها. مما لا شك فيه أن المسيحية كرمت الأم بصفة خاصة لأهميتها دورها في حياة الإنسان. وكما نعلم فإن الرب كرم الأم في عدة مواقف..

أهمية دور الأم

هياً الله حواء أن تتحمل ألم الولادة وتربية الأولاد، ويضع الله القدير حواء في مكانة عالية في نفوس أولادها وزوجها. وكون الله المرأة بصفة عمومية للولادة والحمل، ومساندة زوجها. وأوضح الرب أن للأم دوراً عظيماً على غير الولادة والرضاعة، وهو أن تغرس الأم في قلب أبنائها القيم والأخلاق والتربية على مخافة الله، وتشقى على أن يسعد أولادها عندما تجد الدموع في عيونهم، تروح عنهم وتفعل المستحيل لكي تحو هذه العقبة التي تعترضهم، وتسهر الأم حتى تتأكد من أن أبنائها ناموا وتعطيهم الحنان اللازم، وتعطيهم أولوية قصوى، حتى لو جرحوها، فتشعر أن قلبها انقطر بكاءً. كم أعطى الله للمرأة قلباً فائضاً بالوفاء لأبنائها، وهل تجد مثل هذا الحب غير حب الله؟

أشهر الأمهات

رتب الله في الكتاب المقدس أن يجعل الأم سبباً من أسباب الخلاص للشعب أو لبعضه، كما جاء في العهد القديم. أمهات اشتهرن في الكتاب المقدس: سارة زوجة إبراهيم، رقيقة زوجة إسحق، أم موسى. أما أشهر أم في العهد الجديد أو الإنجيل المقدس فهي مريم العذراء: مريم العذراء هي خير مثال للمرأة التقية والأم الناجحة، فلا يخلو كتاب عن الأم بدون ذكر مريم العذراء. فكان دور مريم العذراء بارزاً جداً في الكتاب المقدس وخدمة ابنها يسوع وخطيبتها يوسف؛ فبسبب تعيها وتضحيتها لابنها وخطيبتها نالت نعمة في عين الله والناس، وأصبحت مثلاً يضرب للمرأة التقية. فإن حياة مريم العذراء لا تخلو من التضحية والوفاء والحب، فهناك مواقف عدة تبرهن ذلك.

بسبب حبها لابنها تحمّلت مشقة السفر من اليهودية إلى مصر، بل كانت تتألم من التعب والإرهاق كأني فتاة لا يتجاوز عمرها 13 أو 14 سنة، فتحمّلت كل هذا التعب من أجل ابنها.

نرى أن مريم توجه لها نبوة بخصوص آلامها وتضحيتها أثناء لقاء سمعان الشيخ، حين قال: «إن هذا قد وضع لسقوط وقيام كثيرين في إسرائيل ولعلامة تقاوم. وأنت أيضاً سيجوز في نفسك سيف لتعلن أفكار من قلوب كثيرة». (لو 2: 34 - 35).

كما اجتاز في قلب مريم سيف من سيوف آلام ابنها أمام عينيهما، وتحمل أعماله: «وكانت أمه تحفظ جميع هذه الأمور في قلبها». (لو 2: 51). لذلك اعتبرت مريم أنها أعظم امرأة في الوجود بسبب كل صفاتها الحسنة التي تؤهلها أن تكون فوق جميع القديسين.

أما بعد قيامة المسيح، فكان للأمهات أثر راسخ في الأبناء، وأشهرهن: سالومة أم زبدي: كانت سالومة من النساء اللواتي تبعن المسيح من الجليل «هن كن قد تبعن يسوع من الجليل يخدمنه» (مت 27: 55)، وكانت أم لتلميذه الحبيب يوحنا وليعقوب بن زبدي شقيقه. وهي التي قالت للمسيح: «قل أن يجلس ابناي هذان واحد عن يمينك والآخر عن يسارك في ملكوتك» (مت 20: 21)، أي أنها كانت غيرة على دخول ابنيها الملكوت الأرضي أولاً ثم السماوي.

مريم أم يوحنا مرقس: تناول المسيح العشاء الأخير في علية مريم أم يوحنا (مرقس). ومنذ هذا العشاء أصبح هذا المكان مقدساً وأصبح عليه للرسول والتلاميذ. وكانت مريم تخدم التلاميذ والرسول. أفنيكي أم تيموثاوس الرسول: كان تيموثاوس ابن امرأة مسيحية وأب وثني كقول الكتاب المقدس: «وإذا تلميذ كان هناك اسمه تيموثاوس ابن امرأة يهودية مؤمنة ولكن أباه يوناني» (اع 16: 1).

إكرام الأم واجب من واجبات المسيحي

كان السيد المسيح له المجد يكرم أمه إكراماً شديداً، وكان يخضع لها وينفذ طلباتها، ويخدمها بكل فرح: «كان خاضعاً لهما»، (لو 2: 51). ليس فقط هذا، بل كرر المسيح وصية الله تعالى لموسى، قائلاً: «فإن الله أوصى قانلاً أكرم أباك وأمك، ومن يشتم أباً أو أمّاً فليمت موتاً» (مت 15: 4). ويؤكد الرسول بولس كلام المسيح قائلاً: «أكرم أباك وأمك التي هي أول وصية بوعد» (أف 2: 6).

فالكنيسة تنظر إلى الأم لقيامها بعدة أدوار: الأم المفتشة عن ابنها التائه في ظلام الحياة، الأم الباحثة عن ابن سقط في أشراك الخطيئة، الأم القلقة على مصير ابنها. وهي الأم المريية، التي تتطلع إلى بيت الناصرة، بالقرب من يسوع، وتراه ينمو بالحكمة والنعمة. والأم المعلمة والمسؤولة في مجتمعها، كما فعلت مريم في عرس قانا الجليل، إذ قالت لابنها بثقة: «لقد نفذ منهم خمر الفرح، فاعطهم من خمرك»، وقالت لحذام العرس: «افعلوا ما يقوله لكم». فالأمومة هي هبة من الله.

أعظم وأنقى حب هو حب الأم، وأما مريم العذراء هي أنقى وأقوى حب ليسوع والبشر جميعاً. فأنت يا مريم، يا أمّاً وقفت تحت الصليب تنظر ابنها الوحيد يموت، تقاسمه الألم، مساميره اخترقت روحها، جراحه أدمت قلبها، عطشه زادها ألماً. فمن سوى الأم تستطيع أن تنظر إلى ابنها يموت، وهي عاجزة عن الحراك؟ كم تمت لو تأخذ أله إلى جسدها، فقلبه قلب أم، إنها مريم.

كم من أم فقدت ابناً أو ابنة؟ كم من أم تعين أولادها يتألمون تحت صليب المرض؟ كم من أم تتمنى لو تحل مكان ابنها المتألم أو ابنتها التي تنازع؟ تماماً كمرم التي وقفت عند الجلجلة، مع النسوة الباقيات، مجروحات القلب والكيان، يعترض قلبهن الألم.

ورد عن كثير من نساء الكتاب المقدس أنهن عاقرات، لم ينجبن

أطفالاً، مما سبب لهن الحزن العميق بل أصبحن مدعاة للسخرية. وكان المرأة هنا هي أشبه بالأرض البور التي لا تأتي ثمرًا. مثل سارة زوجة إبراهيم وحنة أم صموئيل وكذلك إيلصابات أم يوحنا. لكن الله افتقد هؤلاء النسوة وجعلهن أمهات.

قال الحكيم في سفر الأمثال: «الإن الجاهل حزن أمه..» أما وقت الزواج فيترك الرجل أباه وأمّه ويلتصق بامرأته ويصير الإثنين جسداً واحداً. أي أن العلاقة المميزة بين الأم وابنها تستبدل بعلاقة أخرى بين الرجل وزوجته.

وفي الوقت ذاته يوصي الكتاب المقدس الإنسان بأن يكرم أباه وأمّه. وليست هذه الوصية للأطفال كي يسمعوا كلام أمهم وأبيهم، بل هي وصية للكبار لأن يعتنوا بأمهاتهم وأبائهم في كبرهم، لأن الاهتمام بالوالدين المسنين يكافأ بطول العمر.

آيات وردت في الكتاب المقدس عن الوالدين

{أكرم أبك وبفعلك ومقالك بكل أناة} (سفر يشوع بن سيراخ 9: 3).
{أكرم أبك وأمك لكي تطول أيامك على الأرض التي يعطيك الرب الهك} (سفر الخروج 20: 12).

{أكرم أبك وأمك كما أوصاك الرب الهك، لكي تطول أيامك، ولكي يكون لك خيرٌ على الأرض التي يعطيك الرب الهك} (سفر التثنية 5: 16).

{أكرم أبك وأمك، التي هي أول وصية بوعد} (رسالة بولس الرسول إلى أهل أفسس 2: 6).

{الابن لا يحمل من إثم الأب، والأب لا يحمل من إثم الابن. بر البار عليه يكون، وشر الشرير عليه يكون} (سفر حزقيال 18: 20).

{أمرأتك مثل كرمة مثمرة في جوانب بيتك. بنوك مثل غرورس الزيتون حول مائدتك} (سفر الزمير 128: 3).

{ولكن اعلم هذا أنه في الأيام الأخيرة ستأتي أزمنة صعبة، لأن الناس يكونون محبين لأنفسهم، محبين للمال، متعظمين، مستكبرين، مجدفين، غير طائعين لوالديهم، غير شاكرين، دنسين، بلا حنو، بلا رضى، ثالسين، عديمي النزاهة، شرسين، غير محبين للصلاح، خائنين، مقتحمين، متصلفين، محبين للذات دون محبة الله، لهم صورة التقوى، ولكنهم منكرون قوتها. فأعرض عن هؤلاء} (رسالة بولس الرسول الثانية إلى تيموثاوس 3: 1-5).

{المخرب أباه والطارد أمه هو ابن مخز ومخجل} (سفر الأمثال 19: 26).

{الحافظ الشريعة هو ابن فهم، وصاحب المسرفين يخل أباه} (سفر الأمثال 7: 28).

{أما قرأتم أن الذي خلق من البدء خلقهما ذكراً وأنثى؟} (إنجيل متى 19: 4).

{أكرم أبك بكل قلبك ولا تنس مخاض أمك} (سفر يشوع بن سيراخ 7: 29).

{العين المستهزئة بأبيها، والختقرة إطاعة أمها، تقورهما غربان الوادي، وتأكلها فراخ النسور} (سفر الأمثال 30: 17).

{أيها الأولاد، أطيعوا والديكم في الرب لأن هذا حق} (رسالة بولس الرسول إلى أهل أفسس 6: 1).

العدس الحب والبرغل الخشن من نخلة، ممتازين للمجدرة.
بلا مخاطرات وبلا فلسفات.

UnderGround

المجدرة الممتازة مثل سيمفونية بتهوفن..

انسجام تام بين طعمة العدس الحب والبرغل الخشن
مع موسيقى البصل الخلفية تسلط الضوء على نخبة
الطعمات وتعزفها بانسجام..
العدس الحب والبرغل الخشن من نخلة، لا بسرکوا ولا
بکذروا..

حطوا البصل ع النار وشغلوا الديسک. صحا وغنا!

صبيحي
نخلة
بقوليات



أمي.. أنا وأنتِ على انتظار..!



رشدي الماضي

شديدي لي الدنيا
لا أقتنع بما دون الربيع
ما بين السماء وبينني آذار
فرح عميق وضوء طليق

●●●●●

آذار لك!

دعي الغيرة «تتقافز» في دماء «اخوته» شهراً
فشهراً

●●●●●

ولك الربيع!
فليأكل «أشقاؤه» «أنفسهم» حسداً!!

●●●●●

يا طلة الشمس الوضيئة.. صلي، حديثاً سماوياً
يُفجر في موات «آذارنا» ربيعاً جديداً
رياحه نبع لا يتساءل «متى أعود»؟

●●●●●

أيتها الكبيرة، يا نجمي الساري!

عبيراً لرسائلي، وطريقاً لأسفاري

تلمسي وطني الحزين ووحديتي في غربة الدار!!

تجاوزي تبرج المجازات في قصيدتي

تعل «انزيحات» جائعة وأسواراً

●●●●●

قومي!! طاردي «القطط السمان» في الأزقة
الهزيلة، بالحجارة!

تصلي، يداً قديسة مقدسة؛ تنتشل «مدينة
الأطفال» من عالمنا المقوض؛ تتسكع فيه «خيولنا»
خشبية عرجاء في الجدار مرسومة، تُحدق في
الفراغ ولا تنام...

●●●●●

آذار ربيعك - وربيعة آذار

طيور عائدات من الشمال، من الجنوب بعد
الغروب

تأوي إليك يا أم الجميع «برجاً» يلم في الليل
القوافل في المنافي والدروب...

●●●●●

الربيع يا أمي حزين

يتحسس الأزهار

مبللة بالدموع...

●●●●●

هي وأنا وآلاف الأشجار
«مسافرون»

●●●●●

من لا مكان!!

لكنه نفع ظللنا نرتجيه...

●●●●●

ما كان؟! لا

عشنا يكون...

●●●●●

فالبائعون «شتاءهم»

●●●●●

يا يسقطون!!

●●●●●

لا بد للشارق من «خريف»

ولو طلع «الربيع»

●●●●●

أنا وأنت

نعيش عامنا... آذاراً

●●●●●

به كنت وأكون!!

●●●●●

نشيد الطيور العائدات

●●●●●

أجنحة

تمسح أفقاً تصبغه الدماء

●●●●●

أمي!!

شاعر المرفأ المهجور عاد

أتسمع عاد!! «نايعة»

يعلق على «الجدران» قصيدتي

«معلقة» لا يجفوها الإله!!

●●●●●

ترمي من «وقوفها» الأمس

●●●●●

عيونا دون أضواء...

وتعدو... إلى آذار لك أبصرته؛

زنايق نار سيقانها تمتد في الماء!!

●●●●●



الأم في الكتاب المقدس

الأم البيولوجية بداية الحياة والأم الأرض نهايتها. صلة الإنسان بأمه وهو بعد في بطنها تبدأ عن طريق الحبل السري، وهي صلة جوهرية في حياة الإنسان. وتبدو لنا هذه العلاقة بغاية الوضوح في قصة سليمان مع المرأتين اللتين رحن يتقاتلن على ذلك الرضيع، وهي عبرة تؤكد محبة الأم إلى ابنها، والتي أحياناً تفوق محبتها لذاتها. وإن الأم، إذ تعطي الحياة، تحتل مكانة متميزة في حياة الناس العادية، كما في تاريخ الخلاص.

فأم البشر: تلك التي تعطي الحياة، يجب أن تكون محبوبة، إلا أن الحب الواجب نحوها ينبغي أن يبلغ أحياناً إلى حد التضحية، على مثال ما صنع يسوع.

الدعوة إلى الخصب: قصد آدم بتسمية امرأته «حواء» أن يشير إلى دعوتها لأن تكون «أم الأحياء» (تكوين 3:20).

الأم في الأسرة: عندما تصبح المرأة أمّاً تتهلل. إن حواء عند ولادتها الأولى ابتهجت فرحاً، وقالت: {قد رزقت رجلاً من عند الرب} (تكوين 4:1).

الملكة الأم: يبدو أن دوراً خاصاً كان يقع على عاتق أم الملك، التي هي وحدها تتمتع، بخلاف الزوجة، بكرامة خاصة عند الأمير المالك، فكانت تدعى بـ«السيدة الكبيرة». وجدير بنا أن نشير إلى دور أم يسوع، التي أغدقت عليها لغة التقوى المسيحية اسم «سيدتنا».

والأمومة لا تقتصر على البشر فحسب، ولكن نراها أيضاً في الكائنات الأخرى. فقد نرى حيوانات مفترسة، ولكن مع أولادها هي تنتهي الخنوع وقمة الحنان. ولا ننسى الطيور وعنايتها بالفراخ حتى تطير لوحدها. الكتاب المقدس وتاريخ الكنيسة يعطينا العديد من الأمثلة لأمهات كانوا وراء أبنائهم القديسين، ومن أشهرهن: أم موسى النبي، أم صموئيل النبي، القديسة مونيكا (أم القديس أوغسطين)، القديسة دولاجي، وغيرهن.

ولقد لخص القديس بولس الرسول في (1 كو 11:7) دور الأم، بقوله: {وأما المرأة فهي مجد الرجل}. ومجد الرجل أن تهتم زوجته ببيته وأولاده. فالمرأة الفاضلة من يجدها لأن ثمنها يفوق اللآلئ. أي أنها ذات فضائل: المحبة؛ التسامح؛ الاحتمال؛ الصدق.

أقوال وحكم عن الأم

- الجنة تحت أقدام الأمهات (حديث شريف)
- نحن إلى الكأس التي شربتها بها... وأهوى لمثواها التراب وما ضم (المتنبي)
- وحسبها الحمل والإرضاع تدمنه.. أمران بالفضل نالا كل إنسان (أبو العلاء المعري)
- لا يرقى الأبناء في أمة ما.. لم تكن قد ترقى الأمهات (جميل الزهاوي)
- لن أسميك امرأة، سأسميك كل شيء يا أمي (محمود درويش)
- اخضع لأمك وأرضها.. فعقوقها إحدى الكبر (الإمام الشافعي)
- لا توجد في العالم وسادة أنعم من حضن الأم، ولا وردة أجمل من ثغرها (شكسبير)
- مستقبل المجتمع بين أيدي الأمهات (عبد الله بن المقفع)
- الأم هي كل شيء في هذه الحياة، هي التعزية في الحزن، والرجاء في اليأس، والقوة في الضعف، هي ينبوع الحنان والرأفة والشفقة والغفران (جبران خليل جبران)
- مستقبل الولد من صنع أمه (ناپليون بوناپرت)

- الأم لا تسأل: هل تريد... بل تعطي (مثل إنجليزي)
- الأم تصنع الأمة (مثل روسي)
- إن أرق الألمان وأعذب الأنعام لا يعزفها إلا قلب الأم (بيتهوفن)
- إذا صغر العالم كله فالأم تبقى كبيرة (فكتور هوجو)
- حب الأم لا يشيخ أبداً (دوربون)
- قلب الأم كعود المسك، كلما احترق فاح شذاه (مثل هندي)
- أعظم كتاب قرأته: أمي (أقراهم لنكولن)
- الأم لا تسأل: هل تريد... بل تعطي (مثل إنجليزي)
- الأم هي أقدس الأحياء (كول ريدج)
- إن أعظم ما تتفوه به الشفاه البشرية هو لفظة الأم (جبران خليل جبران)
- الأم تظلم نفسها لتنصف أولادها (شويين)
- الرجال من صنع الأمهات (بلزك)
- لو كان العالم في كفة وأمي في كفة لاخترت أمي (جان جاك روسو)
- الأم مدرسة إذا أعدتها... أعدت شعباً طيب الأعراق (حافظ إبراهيم)



نشترى فستق اندونيسي ونختار

2 قناني EFES

2 قناني EFES

هدية! او بيلاش!

سعر الرزمة
شيكل
13⁹⁰
فقط!



كتلة «الجهة» في حيفا تشارك في أعمال مؤتمر للصناعات التكنولوجية



طراسل «حيفا» - شارك يوم الاثنين الأخير، رئيس كتلة الجبهة وعضو مجلس إدارة شركة «هاي تك» البلدية («هاي - سنتر»)، المهندس هشام عبده، في أعمال مؤتمر هام في الناصرة تحت عنوان «موبايل موندلي» Mobile Monday، يهدف إلى إقامة صناعة «هاي - تيك»، وتشغيل أكاديميين عرب في مجال الصناعات التكنولوجية الدقيقة! وقد شارك في المؤتمر حوالي 80 شابًا وشابة من العرب، من خريجي الجامعات والكليات في مجال «هاي - تك» والعلوم التطبيقية. وتخلل المؤتمر خمس محاضرات قيمة من قبل شركات ناجحة في مجال «هاي - تك»، كشركة fiverr في تل أبيب، وشركة «هاي-سنتر» في حيفا، وغيرهما.

وقد ألقى عضو مجلس إدارة «هاي - سنتر»، هشام عبده، محاضرة قصيرة تمحورت حول السياسة الجديدة التي تنتهجها شركة «هاي - سنتر»، بعد دخول كتلته إلى مجلس الإدارة، وتشجيعها للخريجين العرب، بشكل خاص، لدخول الشركة من أجل بناء شركات مبادرة تكنولوجية «ستارت - أب» داخل المجتمع العربي، الذي يتطور سريعاً في مجال العلوم والتكنولوجيا.

واختتم عبده محاضراته القصيرة، قائلاً: «أنا كممثل عن الجبهة في بلدية حيفا وفي شركة «هاي - سنتر» في حيفا، مسرور جداً بلقاءكم أيتها الشابات والشباب العرب الأكاديميين، وتحفيزكم على الانخراط في العمل بمواقع هامة، ضمن شركات تكنولوجية ومن خلال مبادرات تكنولوجية شبابية، أيضاً».

وفي تعقيب لصحيفة «حيفا»، قال المهندس عبده إنه في جلسة مجلس إدارة «هاي - سنتر» القريبة، سيعرض على مجلس إدارة الشركة فكرة رعاية مشروع «موبايل موندلي» مادياً.

هذا وعرض مدير قسم التسويق في شركة «هاي - سنتر» الحيفاوية، تسفيكا شاحاف، بشكل واضح وشيق إمكانيات التمويل المختلفة للشركات الصغيرة الناشئة من شركة «هاي - سنتر»، مثل توظيف مليون ونصف المليون شاقل في حالة عبور الشركة الناشئة امتحان السبق التكنولوجي، وغيره. وقد شجّع تسفيكا الطلاب والخريجين العرب التوجه إلى صندوق المعونة البلدية في «هاي - سنتر»، لطلب دعم وفق معايير التكنولوجيا الحديثة.



جمعية الثقافة العربية
The Arab Cultural Association

تعلن عن بدء التسجيل لدورة:

تدريب مدرّبين للتفكير النقدي

مدة الدورة: 36 ساعة أكاديمية.

جمهور الهدف:

طلبة وخريجو دراسات عليا في العلوم الاجتماعية والإنسانية والتربية (أفضلية لأصحاب خبرة في إرشاد وتوجيه المجموعات).

هدف الدورة:

إعداد مدرّبين/ات في مجال التفكير النقدي وتأهيلهم لتعليم المجال للأجيال المختلفة والمستويات المختلفة. استعمال التفكير النقدي في العمل التربوي، التعليمي والجماهيري.

مضامين الدورة:

تدريب حواري حول أهم المهارات التفكيرية النقدية: آليات التعقّق في الأفكار والطروحات وتحديد إشكالياتها وصياغة مفاهيمها. وتمارين عملية حول: المحاجة، الاستدلال المنطقي، التحكيم المعرفي، صياغة المفاهيم، تقييم التعريفات، التمييز بين الذاتي والموضوعي، الفحص الأكسيولوجي (علم القيم).

تقدّم الدورة المحاضرة والمدرّبة الدولية: إيزابيل ميلون:

مديرة المؤسسة للممارسة الفلسفية في فرنسا Institut de Pratiques Philosophiques، المختصة في مجال تدريب التفكير النقدي للناشئة، ومن أبرز المدرّبين الدوليين في المجال.

* الدورة بدعم من مؤسسة «المجتمع المفتوح»

OPEN SOCIETY FOUNDATIONS

تعقد الدورة في أواسط نيسان 2013، في مقرّ جمعية الثقافة العربية-الناصرية.

يستمرّ التسجيل للدورة حتى تاريخ 15.03.2013

للتفاصيل والتسجيل:

جمعية الثقافة العربية | هاتف: 04-6082352 | بريد إلكتروني: aca1998@gmail.com

ש.ד. עבודות מתכת
מחברת סלימ דאוד
מעקות שערים ■ מסגרות כללית
ריהוט מתכתי ■ דלתות ■ סורגים
עבודות בלגי

טלפקס: 04-8553937 (י"ד): 050-7314319

א.ח.ה. הבשר המובחר

חדש!

עגל - כבש - הודו - עופות

נקי
וטרי
יום יום

3 כגם لحم عجل طازجة للطحن ₪119⁹⁰
1 فخذ خروف كامل صغير للشوي ₪59⁹⁹
يوجد لدينا فخاد/كتاف/رقاب خروف محشي

إرساليات مجاناً
عند شراء
بمبلغ 350 ₪
وما فوق

3 כגם كبدة دجاج ₪54⁹⁹

1 כגם فخاد عبور للشوي ₪59⁹⁹

6 כגם فخاد دجاج ₪99⁹⁹

1 כגם اضلاع عبور خروف ₪74⁹⁹

5 כגם جناح دجاج ₪54⁹⁹

3 כגם عجل طازج للطحن ₪119⁹⁰

חיפה - שיפוט תסינ 2 | هاتف للتليبات: 04-8263141



حسام صبح صاحب شبكة «ملاحم Bambino»: المعاملة الطيبة، المهنية والأسعار المعقولة من أسرار النجاح

رزق ساحوري (تصوير: وائل عوض)

النجاح في الحياة التجارية والمهنية لا يأتي بسهولة أو نظراً لمخالفة الحظ، بل بالمثابرة والعمل المتواصل والتطلع إلى التقدم والتطور على مدى سنين طويلة. كما أن السمعة الطيبة، المعاملة الجيدة، تشغيل عمال مهنيين يتمتعون بلباقة كلامية، جميعها أسباب أساسية لإجتذاب الزبائن وجعلهم يترددون إلى المحلات التجارية بهدف التسوق أو شراء الحاجيات البيتية.

نتحدث في تقريرنا عن شاب حيفاوي (39 عاماً)، متزوج وأب لخمسة يعمل منذ 25 عاماً في بيع اللحوم، وقد استطاع إقامة شبكة لحوم تحمل اللقب الذي حمله والده، وهو «بمبينو» فأطلق عليها شبكة ملاحم «بمبينو»، حيث يبيع لحوم البقر، العجل، الخروف، الدجاج، النقانق وغيرها.

بدأت حياته في عالم اللحوم منذ نشأته حيث كان يتردد لكي يساعد والده بعد الدوام الدراسي في ملحمة في حي وادي النسناس. وبعد أن بلغ 14 عاماً قرر ترك مقاعد الدراسة، وبدأ العمل برفقة والده المرحوم أحمد صبح، الملقب «بمبينو» إنه حسام صبح، وقام بافتتاح محلات بيع اللحوم والشاورما بعد وفاة والده. وما زالت صورة والده تزين شعار ولوغو شبكة «بمبينو» للحوم، مما يدل على محبته لوالده، الذي علمه مهنة الجزار، الجرم، التقطيع، أصناف اللحوم وجودتها، معاملة الزبائن.

بدأت بالسؤال عن والده المرحوم أحمد صبح أبو يونس، الملقب بـ«بمبينو» الذي بدأ حياته عاملاً في ملحمة في سوق «تليبيوت» في حيفا منذ كان فتى في 13 من عمره.

– ولكن لماذا لقب والدك بـ«بمبينو»؟

خلال عمل والدي في الملحمة وفي تنظيف السمك حيث كان فتى نشيطاً، ذكياً، صادقاً أن ترددت إلى السوق تاجر لحوم إسباني، يدعى جاكو. وقد أعجب بمهارة ونشاط والدي، وجدته. وأخذ يناديه «بمبينو» أي الفتى، وهكذا بدأ الأصدقاء والمعارف ينادون والدي «بمبينو» وقد التصق هذا اللقب بوالدي حتى توفي. إلا أنني قررت أن يكون شعار الملاحم التي افتحتها بعنوان «بمبينو». وأن تزين صورة والدي وسط هذا الشعار تفاعلاً بالنجاح. وتابع حسام بمبينو «بعدها توجه جاكو إلى والدي وطلب منه العمل لديه، حيث كان مقاولاً لجرم اللحوم، وهكذا بدأ والدي حياته في عالم اللحوم. لقد عاش والدي في سوق «تليبيوت»، بمحبة واحترام وأصبح من أهم عمال الجرم. ومن ثم أصبح مقاولاً في جرم اللحوم، وانضم عدد من العمال للعمل إلى جانب والدي بمن فيهم عمي صالح صبح (أبو علي)، وفي تلك الفترة عمل والدي في تجارة السيارات.

وفي عام 1969 فتح والدي ملحمة في شارع مار يوحنا في حي وادي النسناس، وما زالت حتى يومنا، يديرها أخي الكبير يونس. وكان



מבצעים מיוחדים לחג הפסח!



מכונה עם הקפסולה הכפולה
כולל מע"מ $\times 5$
₪139

קפסולה אחת = 2 כוסות אספרסו

100 קפסולות **סתנה** + 

מכונה לקפה
כולל מע"מ $\times 5$
₪199

קבל 100 קפסולות **סתנה** +  בטעם שאתה רוצה

מכונת Slim
כולל מע"מ $\times 5$
₪111

100 קפסולות **סתנה** + 

למזמיני 100 קפסולות

מכונת קפה SAECO INTUITA
כולל מע"מ $\times 12$
₪340

4500 +  **סתנה**

קפסולה תואמת מכונת Nespresso
כולל מע"מ $\times 12$
₪1.75



קפסולות לחכונת Lavazza + B-espresso
כולל מע"מ $\times 12$
₪1.75



www.parisnajt.com

מכונת Crema+
כולל מע"מ $\times 5$
₪149

1100 קבל 100 קפסולות **סתנה** +  בטעם שאתה רוצה!

לכל אוהבי NESPRESSO המכונה שחוסכת לכם הרבה כסף

קפה כזה עוד לא טעמתם
כולל מע"מ $\times 5$
₪79

129 קבל 100 קפסולות **סתנה** +  1Kg

למזמיני 3 ק"ג קפה משובח ומעלה

מכונת אספרסו
כולל מע"מ $\times 5$
₪139

900 קבל 100 קפסולות **סתנה** +  4 טעמים לבחירה!

מבצע קפסולות קאפ ואיטליקו גם בטעמים של נספרסו!
כולל מע"מ $\times 12$
₪1.6



למזמיני 100 קפסולות

מכונה אוטומטית Nivona 605
כולל מע"מ $\times 12$
₪291

4500 קבל 100 קפסולות **סתנה** +  2Kg

כל סוגי הקפסולות החל מ-
כולל מע"מ $\times 12$
₪1.5



למזמיני מנוי

רח' יפן 44/43, חיפה **077-3453903** www.cetuceafe.co.il

התמונה היא תמונה לדוגמה

מחירי המוצרים ישתנו בהתאם לשינויים במחירים



أن تعرض ملحمة عائلة الصلح في شارع اللنبي تجاه البحر للبيع، فاشترت الملحمة عام 2007 وقمت بترميمها وافتحتها محلاً للحوم وأضفتها إلى شبكة «بمبينو». وتساءل كثيرون كيف تفتح محل للحوم في نفس الشارع (اللنبي)؟ ولكن نشكر الله فإن المحليين ناجحان تمامًا، فلكل محل زبائنه، وعماله المهنيون. وفي عام 2009 رحل والدي عن الدنيا، وكان أخي يونس يعمل في ملحمة وادي النسناس، وبعد عدة أشهر توجه إلي أخي يونس بأن أتولى إدارة المحل لكي يبقى يعمل بكل نشاط وهمّة، وهذا ما حصل. وفي عام 2009 أصبحت شريكاً لصديقنا أحمد غنام في محل الشوارما في شارع اللنبي وأطلقنا عليه اسم شوارما «غنمينو».

– ولكن هل طموحاتك مستمرة؟

أحب العمل في حيفا ولا أفكر بفتح ملاحم خارج المدينة، بل أتجه إلى تقوية شبكة اللحوم فيها. والتخطيط جار لفتح مطعم في حيفا يقدم أشهر المأكولات والسلطات. وبودي هنا أن أتوجه بالشكر الجزيل لزوجتي ووالدتي الداعمين لي ولشاريعي في الحياة. وأتوجه إلي الشباب العرب بأن يتعلموا ويعملوا حتى نحافظ على مجتمعنا، وأنا أحب الناجحين في الحياة.

– لماذا تستعمل اللوغو تحت عنوان «بمبينو» مع صورة الوالد؟

والدي هو الأساس وهو الـ «بمبينو» أي اسم الشهرة، فله الفضل. صورته ووجهه بركة علينا ولا يمكن أن ننساه، وكل زبون يسأل من

والدي قد اشترى الملحمة من عائلة سلامة ودفع نصف المبلغ والباقي على دفعات. وحالف الحظ والدي إذ كان صديقاً لتاجر لحوم يدعى يونس، فدعته هذا وبدأ بنزويده باللحوم، ولهذا أطلق والدي على أخي البكر اسم يونس. ونجح والدي في هذا المجال، حتى عام 1999، طيلة 30 عامًا متواصلًا، وعمل مستقلًا، حتى توفي.

كانت الملحمة في وادي النسناس مصدر رزق العائلة، وبعد سنوات قرر والدي فتح ملحمة ثانية في وادي النسناس، لكي يعمل فيها أولاد عمي صالح (أبو علي)، ولم يحققوا نجاحًا اقتصاديًا، وتم إغلاق المحل. وفي عام 1984 فتح والدي محلًا لشوارما «بمبينو» في شارع يافا، ولأقرب نجاحًا، ولكن تم هدم المحل بسبب توسيع الشارع، وتم نقله إلى مكان آخر في شارع يافا.

– ولكن كيف بدأت إقامة شبكة ملاحم؟

في عام 2000 راودتني فكرة لتطوير مصلحتنا، وهي افتتاح محل للحوم في شارع رئيسي يقع على مرأى من الناس، وقد حالفتني الحظ بافتتاح محل لحوم في شارع اللنبي. ودعمني والدي في العام الأول، ثم أصبحت مستقلًا، ومن هنا بدأ مشروع حياتي. توفي والدي عام 2009 والذي كان بالنسبة لي معلمي في المهنة والتجارة، وفي معاملة الزبائن، فهو مدرستي وفيها نشأت. فقد تم افتتاح محل «بمبينو» للحوم في شارع اللنبي، وقد حقق نجاحًا وأصبح اسمًا هامًا في السوق وحظي بإقبال الجمهور. وصادف

في شبكة ملاحم «بمبينو»، الأسعار موحدة على أنواع اللحوم. فمثلًا لحم الخروف غالي الثمن، قمت بحملة على لحم الخروف تضاهي لحم العجل وبأسعار معقولة. أما طموحاتي في التطور، عدا عن التفكير في افتتاح مطعم، فقد أخذت أتوجه إلى الاستثمار بالعقارات، ودعم مصلحة أو مشروع ناجح. كما أدخلت الأجبان والألبان الخاصة من لبن الماعز، من مصنع «الكرم» في المثلث، كما نبيع أسماك الفيليه، النقانق البلدية من إنتاج ملاحم «بمبينو»، عدا عن لحوم الدجاج، بأسعار مخفضة ومعقولة.

(مادة إعلانية)

في الصورة يعرف أن هذا والدي، وهذا الشعاع سيبقى لولد الولد. فالشعاع موجود في كل إعلان، وكل زاوية من شبكة الملاحم. ولكني لا أنسى في الوقت الذي عمل فيه والدي، تلقي الدعم في العمل من أولاد عمي صالح صبح، الذين عملوا سنين مع والدي وأحبهم كأولاده، كما أن أخي يونس تعب وشقي في العمل.

– نقرأ أسبوعيًا عن حملات إعلانية على اللحوم كيف تحافظ على هذا التواصل المكلف؟

الحملات على أسعار اللحوم مستمرة فعلاً، فالزبون يأخذ بضاعة جيدة وبجودة عالية. وهذه الحملات تهدف إلى مساهمة الزبائن

نادي حيفا الثقافي
(حيفا)

المجلس الملي الارثوذكسي
(حيفا)



بمزيد من مشاعر المحبة يطيب لنا دعوتكم لحضور
أمسية ثقافية خاصة مع

الأديب والروائي الفلسطيني
أنور حامد

صاحب الرائعة يافا تعد قهوة الصباح - التي وصلت
إلى القائمة القصيرة لجائزة البوكر

وذلك يوم الجمعة 22.3.2013 الساعة الخامسة مساءً

في قاعة كنيسة القديس يوحنا المعمدان الارثوذكسية - شارع الفرسي 3



פריד סעיד



יעוץ ושיווק נדל"ן f פריד סעיד

054-3037999

חושבים למכור?

בזמן הקצר ביותר ובמחיר הטוב ביותר?

טלפנו עוד היום ואשמח לעזור
נייד: 054-3037999



נכסים שנמכרו על ידי



התורן 42
נמכרה תוך 3 חודשים



יצחק שדה 47
נמכרה תוך חודש



ש"י עגנון 18
נמכרה תוך שבועיים



ש"י עגנון 20
נמכרה תוך שבוע



אלנבי 111
נמכרה תוך שבוע

- ◆ תוכנית שיווק אגרסיבית לנכס
- ◆ פירסום במאגר קונים גדול, יד 2, רשתות חברתיות, עיתון מקומי...
- ◆ שת"פ עם מתווכים אחרים באיזור

054-3037999



الإصغاء لصوت الله (1)

الأرشمندريت أغابوس أبو سعدى (الرئيس الروحي لرعية الروم الكاثوليك)

بالحركة والصَّجيج. ولهذا نقول بضرورة البحث عن الهدوء والسكون والصَّمت، لكي يتسنى للإنسان الإصغاء الجيّد لصوت الله. لأنَّ حركة الحياة العصرية ونشاطها تركت أثرًا سلبيًا على الإنسان، وذلك بتركه عصبي المزاج. وكذلك الكمّ العظيم من الواجبات المستعجلة للتَّحقيق أفقدت الإنسان هدوءه وعمقه، وجعلت منه إنسانًا سطحيًّا. فإنسان هذا العصر لم يعد قادرًا على فهم ذاته، لأنَّه بعيد عنها وغريب منها. وهذا يعود إلى استغراق الإنسان في عالم مملوء ومشحون بالاهتمامات العديدة والمشغوليات اللواتي أفقدته الرؤية، وجعلته في خوف شديد ودائم، وعدم رؤية حقيقة ذاته وحياته. ومن جانب آخر نجد أنفسنا أمام ثقافة تتسم بثلاثة قيم: السُّلطة؛ المال؛ والشَّهوة، مولعة فقط بالبحث عن المتعة والمصلحة أو الفائدة الماديّة.

ونحن هنا في إطار حياة الصَّمت والصلاة نجد بأنَّ العكس هو الذي يجب أن يكون. حيث إنَّه من الضروري أن تحدث عملية تفضيل للكيان على الملكية أو الامتلاك، وشخصية الإنسان على ما يملك يجب أن نعترف بضرورة أن تظهر القيم الروحية الأخرى كالمجانبة والأشياء الأصيلية المقدَّسة. فالمؤمن المصلي الصَّامت المصغي، هو الذي يتنفس في أجواء نقيّة، ويعيش في أفق متسعة وممتدة، ولهذا يجب عليه أن يبذل مجهودًا جبارًا حتّى لا يساير التيار، بل يذهب عكسه، (التجديف ضدَّ التيار)، لكي يتسنى له الدخول في عالمه الداخلي الباطني. المؤمن لا يترك ذاته لتجربة عروسة البحر، والتي تعدّ بحياة سهلة، وهي في واقعها كاذبة وخداعة. المؤمن/المصلي الذي يصغي لكلمة الله من خلال الكتاب المقدس، يعطى أهمية كبرى لهذه الآية: {إنَّ ملكوت الله في داخلكم} (لو 17: 21).

فالإنسان الذي يبحث عن ملكوت الله، عليه أولاً أن يبحث عنه في كيانه وأعماقه. ثانيًا يجب عليه أن يخلق بيئة ملائمة ومناسبة للبحث، تتسم بالصَّفاء والسَّلام لأجل حماية أوقات الهدوء والصَّمت. لم أقل إنَّه سهلًا على الإنسان أن يغوص في أعماق ذاته وكيانه بهدوء وصمت، وهو يشعر في أعماقه ومن حوله بعالم الحركة والإهتزازات العاطفيّة. هذا التيار الجارف الذي يكتسح ويقتحم حياة الإنسان، هذا التيار المنتشر، خاصة بين عناصر الشباب، والذي يعدهم بتحقيق الحيويّة والحياة اللذيذة. هذا التيار الذي يعدّ بسهولة الحياة وهو يضع تحت أقدامهم لغم الدمار عن طريق الجنس والحوار. هذا التيار الذي يناهز بمسيرة الحواس والمشاعر الجنسيّة والتي يجب أن تكون تحت الضَّبط وليس الكبت.

إنَّه من الأهميّة أن يقوم الإنسان بعملية تهذيب للطاقة الفاعلة فيه كالعواطف والجنس... إلخ. والذي يريد أن يدخل في مناخ ملائم لحياة الصَّمت والصلاة، عليه أن يتخلَّص أو يتحرَّر من الصور والخيالات والأفكار التي تدخل النَّفس من العالم الخارجي. المؤمن/المصلي يضع ذاته وكيانه وشخصه الشامل في حضور الله، ومن هنا تحدث عملية تحرُّر من كلِّ شيء يمنع الإصغاء لصوت الله، وبهذا الشكل يستنير الذهن بنور الإيمان ويزداد ذكاءً. (أف 4: 17-18). واليوم نجد مدارس كثيرة للصلاة، وهي التي تطلب مطلبًا أساسيًا للدخول في حياة الصلاة، وهو القيام بإعداد وتهيئة النَّفس؛ هذا الاستعداد الذي تقوم به نفس المصلي هو بمثابة اللحظات المهمة التي تعبّر عن خلالها النَّفس من ورشة الدوشة والزحمة والمشغوليات إلى لحظة حاسمة وقويّة للقاء الرَّبِّ واستقباله بشكل شخص في حياته. هذه اللحظات التي يستعدّ فيها المؤمن/المصلي بمثابة لحظات للتَّنقيس البطني لهواء نقيّ، بعيدًا عن البيئة الملوثة وغير الملائمة للدخول للعمق داخل الذات أو للقاء الصديق يسوع. وفي نفس الوقت هي لحظات وعي شخص المصلي بأنَّه يمرّ من خلالها، من اختناقه من صغائر هذه الدُّنيا إلى أمور أخرى مريحة، أكثر عبادة. (يتبع)

يجب علينا أن نميّز ونعرف الفرق بين الإصغاء والسماع. فالإصغاء هو الدرجة الأعمق من السمع، لأنَّه يتطلَّب تركيزًا في جميع الحواس، ليس فقط على مستوى حاسة السَّمع، بل كل الحواس، لأنَّ الكثير من يملكون حاسة السَّمع لا يعرفون كيف يصغون، والعكس صحيح هناك الكثير من فقدوا أو افتقدوا لحاسة السَّمع، ولكنهم يعرفون جيّدًا كيف يصغون. لهذا يوجد نوعان من الصَّمت: الصَّمت الخارجي، والصَّمت الداخلي.

يذكر لنا الكتاب المقدَّس عدَّة أمثلة وشخصيات تمّتوا بالإصغاء، واستطاعوا أن يميّزوا صوت الله لهم، ومنهم مريم العذراء التي كانت تحفظ كل الأمور وتتأمَّلها في قلبها. القديس يوسف النجَّار، يوحنا المعمدان، وغيرهم في الكتاب المقدَّس سنجدهم أيضًا، عندما نبدأ في تقليب صفحاته. وهناك الجمل والعبارات التي نجدها في العهد القديم أو الجديد تحدِّثنا عن قيمة الصَّمت الضروريّة، بل يمكنني أن أطلق عليها قول «نعمة التميّيز»، التي تنبع من الصَّمت (خاصة في سفر المزامير، وسفر أشعيا).

بل أكثر من ذلك، فيسوع ذاته الذي صمت كي ينفذ بكل حرية وطاعة مشيئة الله الأب له حتّى أصعب اللحظات التي حُكم عليه بالموت، وفي أثناء صلاته سواء كانت مع تلاميذه أو عندما كان بمفرده. لذلك تصبح ممارسات وتدريبات هامة بالنسبة لنا يجب أن نتدرَّب عليها، ونحياها حتّى نستطيع أن نعرف إرادة الله لنا، ونحاول أن نعيشها بكامل حرّيتنا في مختلف مجالات حياتنا اليوميّة، وفي واقعنا المعاش.

كما يوجد العديد والعديد من الآباء القديسين الذين تمّتوا حقًا بمعرفة وتمييز صوت الله، من خلال حياتهم، وساعدوا الكثيرين كي يتعرفوا عليه، وفي القمة لهذه القائمة نجد مريم العذراء التي يقول عنها الكتاب إنَّها كانت تحفظ كل هذه الأمور وتتأمَّلها في قلبها. لأنَّ الله يتكلّم من خلال كل ما هو محيط بنا في حياتنا؛ فعليًا أن نتدرَّب في المعرفة لمعرفة كيف يمكننا أن نميّز صوته، من خلال المواقف والأحداث التي تمرّ علينا في يومنا العادي.

نذكر بعض الوسائل المساعدة على سماع صوت الله؛ حيث توجد العديد من الطرق التي تساعدنا على اكتشاف صوت الله، أذكر منها: التأمُّل في كلمات الكتاب المقدَّس التي هي دستورًا لحياتنا كمؤمنين. الصلاة، التميّيز لأنَّ الله يتحدَّث لكل واحد منّا من خلال كلمته الموحى بها في الصَّمت. لذلك لها شروط تتطلَّب منّا أن يكون لدينا صمت داخلي وصمت خارجي.

التأمُّل في الكتاب المقدَّس

من المعروف لجميعنا أنّ الكتاب المقدَّس ليس بكتاب عادي، بل هو دستور للحياة المسيحيّة لمن يريد أن يحيا متّحدًا مع الله الأب، وفي محبة الابن وقوة الروح القدس. لهذا يجب على من يريد أن يتأمَّل فيه ليعرف مشيئة الله في حياته، أن يستخدم بعضًا من هذه الخطوات المساعدة، كي يصل لنتيجة بناءً في حياته، ومن هذه الخطوات: اختيار المكان والزمان: فلا يليق أن أجعل من قراءتي وتأمُّلي في كلمة الله كأي قراءة عادية أمام التلفزيون، أو عندما أكون منشغلًا بشيء آخر؛ لأنَّها تتطلَّب التركيز القوي. مثالًا لذلك عندما يأتي عندي ضيف كيف استقبله؟! وقس على ذلك كلمة الله. نحاول بهذا أن ندع الله يتحدَّث إلينا، ونتابع خطوات التأمل بتهيئة النَّفس والجسد والروح، حتّى نحني الثمار المرجوة، وهي سماع صوت الله وتمييزه. «ندع الله يتحدَّث إلينا في الصَّمت. نحفظ الصَّمت لوقت قليل، ونسمح خلاله بأن يحدثنا الله».

الهدوء والصَّمت الداخلي والخارجي: هذا الصَّمت وهذا الهدوء ينطلقان من الحواس الخارجيّة حتّى يشمل قدس أقداس الإنسان أي القلب، فيبدأ باللسان والسمع حتّى القلب. لكي يدخل الإنسان في مناخ مناسب للصَّمت والصلاة الحقيقيّة، لا بدّ من أن يهيئ ذاته خارجيًّا وداخليًّا بالهدوء، خاصة وهو يواجه عالم يعجّ



وانك لعلى خلق عظيم (5)

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

الأخلاق الحسنة هي ما تصبو إليه نفوس الصَّالحين، وحتى يحصل المؤمن عليها لا بد من اتِّخاذ الوسائل المناسبة لذلك. ومن هذه الوسائل المعينة على التخلُّق بالأخلاق الحسنة ما يلي.

الوسيلة الأولى: التدرُّب العملي - فكما أنّ المصارع يحتاج إلى حمل الأثقال وإلى التدريب الشاقّ والمستمر، كذلك النفس، حتّى تتحلّى بالأخلاق الحسنة، تحتاج إلى المجاهدة والرياضة المتواصلة، من أجل ترويض النفس كما يتروّض الطفل الصغير. ويكون الترويض بتكليف ومشقّة وقسر النفس على ما لا تهوى، لتكسب النفس العادة السلوكيّة. قال رسول الله (ص): «ومن يستعفف يعفه الله، ومن يستغن يغنيه الله، ومن يتصبر يصبره الله». والأخلاق الحسنة إمّا أن تكون فطريّة، وإمّا أن تتعدَّل بالممارسة، وقد يبدأ شاقًا. مثال أن يتحوَّل الإنسان من البخل إلى الكرم، فالفرق بينهما شاقّ ويعيد، ويحتاج إلى المجاهدة. والخلق النفسي كالخلق الجسدي غير بعيد عنه، مثال ذلك الصبر: عند الشدائد قد نضجر ونتألّم لمصائب الدنيا، ثم يخف ذلك، وتتصاعد نسبة الصبر حتّى نصبح من الصابرين. وكذلك الفضائل الأخرى، والتدريب قد يكون ثقيلًا ثم يصبح بعدها عادة أخلاقيّة إذا تركها شعر بفراغ.

الوسيلة الثَّانية: الانغماس في البيئات الصَّالحة - فالإنسان يكتسب من البيئة التي يعيش فيها، أخلاقها وعاداتها عن طريق التقليد. وقد يُقال «إنَّ الطبع للطبع يسرق»، وقد ينقل الفرد للجماعة أخلاقه، وقد تنقل الجماعة والانخراط في الجماعة، فيستقيح ما تستقيحه ويستحسن ما تستحسنه. وروبيدًا يقبل أخلاقها دون أن يشعر، وإن كان بدرجات متفاوتة. فلو وضعنا إنسانًا في بيئة شجاعة، يكسب منهم قسطًا من الشجاعة، ويخف عنده الجبن. ولو وضعناه في بيئة كريمة، يكسب منهم قسطًا من الكرم، ويخف عنده البخل. وكلما طال به الزمن مع الجماعة اكتسب من أخلاقها، ونفر من ضدها. وهذا صحيح إذا كانت المعادلة معكوسة، فإذا انخرط الإنسان في بيئة منحرفة، انحرف وفق سلوك البيئة التي يعيش فيها. لذا كان من واجب التربية التوجيه إلى الإلزام بمصاحبة الأخيار، والبعد عن الأشرار، لأنَّ الأخلاق تنتقل بالسراية. فكلما كبر المجتمع كان تأثيره على الفرد الذي ينخرط به أكبر، وتكون قوة السراية بحجم القوة المعنوية للجماعة، لأنَّ الفرد يخشى عقوبتها، ويطمع بشواها المادي والمعنوي. وما أنّ الفرد بطبيعته يرغب في محاكات الجماعة، فينجذب إليها إمّا بالتقليد تارة، وإمّا بالمنافسة تارة أخرى، وخصوصًا لأنَّ الفرد بشكل عام، يطمع بتقدير الآخرين ومحبتهم له، ويقابل قوة الخير قوة الشر. ومن طبيعة النفس الميل للهوى والشَّهوة، خاصة لمن جعل ديدنه مخالطة الأشرار. وحتى نستطيع تصليح مسار المنحرف في خلقه، علينا عزله عن الأشرار.

الوسيلة الثالثة: القدوة الحسنة - لأنَّ القدوة الحسنة هي المثال الواقعي العملي المحسوس، الذي يستقر في الذهن، والفرد يتخذ له قدوة من أفراد مثاليين، وإن كان هؤلاء الأفراد يشكلون جماعات متميزة. والسّر في ذلك يرجع إلى أمور عدَّة: (1) القدوة تأخذ قسطًا من تقدير الناس، والثناء منهم. والمحروم منها يجد الحافز إلى تقليد القدوة الحسنة. (2) المثال الحي يثير عند العاقل الإعجاب والتقدير والمحبة، وخاصة إذا كان عنده أصل الخير والتطلع إليه دون أن يصدده شيء، أخذ يقلد حتّى يصل إلى درجة الكمال. (3) القدوة الحسنة تعطي الآخرين قناعة بأنَّ الوصول إلى الكمال ليس مستحيلًا، ولذلك اتَّخذ الرسول قدوة حسنة كأحد الوسائل للكمال. قال تعالى {لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ}. الوسيلة الرابعة: الضغط الاجتماعي من المجتمع - لأنَّ المجتمع ذو سلطة معنويّة مؤثرة، والفرد جزء منها. وله في المجتمع مصالح ماديّة ومعنويّة ونفسيّة، لا يستطيع العيش بدون مجتمع. الفرد بحاجة إلى تقدير منه، لذلك يمنع نفسه من الكثير لئلا يطلع عليه، وبذلك يكون المجتمع قد أملى على من انخرط به فضائل الخلق الحسن. ولهذا ذكر النَّبي محمَّد أقوامًا، كان يلقي الرجل الرجل، فيقول له يا هذا اتَّقِ الله ودع ما تصنع، فإنَّه لا يحل لك. ثمَّ يلقاه من الغد وهو على حاله فلا يمنعه ذلك أن يكون أكيله وشريبه وقعيده، فلما فعلوا ذلك ضرب الله قلوب بعضهم ببعض. قال تعالى {كَانُوا لَا يَتَنَاهَوْنَ عَنْ مُنْكَرِ فَعْلُوهِ لَيْسَ مَا كَانُوا يَفْعَلُونَ}. ثمَّ قال: {إِكْلًا وَاللَّهُ لَتَأْمُرَ بِالْمَعْرُوفِ وَلَتَنْهَى عَنِ الْمُنْكَرِ، وَلَتَأْخُذَ عَلَى يَدَيْ الظَّالِمِ، وَلَتَأْطُرَهُ عَلَى الْحَقِّ أَطْرًا، وَلَتَقْضِرَهُ عَلَى الْحَقِّ قِصْرًا}. أو ليعضرن الله بقلوب بعضكم على بعض ثمَّ ليلعنكم كما لعنهم. فإذا التقت مجموعة الوسائل تحقِّق الهدف من بناء الفرد المتخلِّق بالخلق الحسن. أمّا أهل الشَّدوذ والخلق السيئ، يجب على أهل الحكمة والرأي أن ينفذوا كل طاقاتهم من أجل سلخهم عن باطلهم وإلباسهم ثياب العزِّ والتقوى.

מهرجان حيفا
الدولي الـ 23
لعروض الأطفال
27-29.3
سائر أيام عيد الفصح

تذكريات جميلة للأطفال

Haifa International Children's Theatre Festival 2013

مسرح شارع في الهواء الطلق
باشارة مسرح على مدار الساعة

- أجراس الذهب | فرقة La Tal | إسبانيا
- دواليب الزمن الضائع | The Lost Wheels of Time | أمم ريد, أستراليا (عرض أول)
- ضيوف على خلاف + الرقص كما كان & Mudjumping | Theater Irrwisch | أستراليا
- أوقات هدوء | Le Mime Danie | فرنسا
- في انتظار الحافلة | Bus Stop | Five Quartet Trio | إيطاليا
- كونغ فو باندا | Kung Fu Panda | صين
- هشخونا مساقين لشاعون
- "هبلتي نرثيم"
- ما كوريه عيم شفتلي
- "لهاتسيت إيت هديميون"
- "سوپر سلقا"
- "مخونات هزمان"
- "حيثسي حيثسي"
- "شاعون هكوكيا"
- "زمان كيركاس"

عروض منافسة

- "بييش داركون بياركون" | 5-9 جيل
- "توفير هعالوموت" | 3-8 جيل
- "نوننا كوريت ماحشاقوت" | 4-9 جيل
- "كيسار هشخونا" | 5-12 جيل
- "هتشماع كولي؟" | 7-12 جيل
- "اولاي پيل" | 4-10 جيل

بنت الملك
عرض لكل العائلة



عروض زائرة

عروض للأطفال الصغار

- "تياترون بتسافون" | 2-3 جيل
- "بارباريم بيطن" | 2-3 جيل
- "شوو... شوو" | 2-5 جيل
- "تساعتسواف بريپواف" | 3-6 جيل
- "هارنلف مموشي" | 2-5 جيل

- "كادور شيلغ" | 6-12 جيل
- "شنتام" | 5-12 جيل
- "شومري هتوزاليم" | 3-7 جيل
- "فهايلد هاز هو لني" | 3-8 جيل
- "برعوش هلاما" | 6-10 جيل

- "هكيتا هعوطيفيت" | 6 جيل فما فوق
- "بات هييم هكتلنا" | 4-8 جيل
- "ميلغ تسيلم" | 5 جيل فما فوق
- "هلمسيفا مال هعمساف" | 4-10 جيل
- "هديرغ لشاما" | 5-7 جيل
- "كشهاكول هديا ياروت" | 4-10 جيل
- "بغدي هيملغ همدانشيم" | 3-8 جيل
- "بيرافه باصاف" | 3-8 جيل
- "افد بام نو" | 9 جيل
- "كيبا لندوما هكتلنا" | 3-8 جيل
- "سيپوروم هارتمس كويلي" | 3-9 جيل
- "هسيبور عال دوما فدومي" | 4-9 جيل
- "ايرتمس هعالوموت" | 3-10 جيل
- "هعالوموت" | 8-12 جيل

שפי - (אודד חוסטק & דובנטק) GREY

اطفال المهرجان يتمتعون بتذكرة دخول مجانية لمتحف العلوم (المداعتك) تشمل عرض الفضاء.

اضمنوا تذاكركم، مسبقًا!
لشراء التذاكر: 04-8600500 وفي مواقع الإنترنت: www.ht1.co.il | www.haifakids.co.il

نطاق مسرح حيفا شارع "ببزنر" 50 | مصف المسرح شارع "ببزنر" 27 (الدخول من شارع "بلغور") | يمكن ركن السيارة، أيضًا، في مصف المداعتك (متحف العلوم)، وهو على بعد مشي على الأقدام من المسرح | في الموصلات العامة: حافلة خط 16 و24 من محطة القطار "مركز هشمونا" والنزول في شارع "أرلوزوروف" إلى جانب بستان "بنيامين" نطاق صالة العروض - ال"أوديتوريوم" يمكن القدوم بالقطار الأرضي - ال"كرمليت" / بالحافلة - بالخطوط: 22, 23, 28, 37, ومن المحطات الرئيسية - بالخطوط: 3, 129, 133.



حوار الأحذية

عفيف شليوط

عندما يرفض أحدنا الرأي الآخر ولا يتقبله، عندما لا يريد أحدنا أن يسمع رأياً لا يتناغم مع رأيه، يحصل ما حصل في العديد من البرامج والحوارات التلفزيونية؛ أن يتحوّل الحوار إلى حوار أحذية، مسدّسات، إهانات، ضرب واعتداءات. فمن ممّن لا يذكر الحوار التلفزيوني «الراقي»! بين نائب أردني حالي ونائب سابق بدأ بإشهار حذاء، ثم تمّ تصعيد هذا الحوار «الحضاري»! بإشهار مسدّس! ومن يتابع البرامج التلفزيونية على الفضائيات العربية، يدرك جيّداً مدى مستوى الإنحطاط لدى بعض المسؤولين والسياسيين العرب؛ فعندما يستبدّ بهم الغضب يفقدون صوابهم، وعندما يعجزون عن مقارعة خصومهم بالحجّة والمنطق يلجأون إلى استعراض عضلاتهم وبلطجيتهم على شاشات الفضائيات بلا خجل.

ففي الآونة الأخيرة نتابع بخجل وامتعاض المستوى المتدنّي للحوارات في البرامج التلفزيونية، التي تفتقد للحوار الفكري، ولتنحوّل هذه الحوارات إلى صراعات ونزاعات بين أفراد، الأمر الذي سهّل عملية تحوّل الحوارات إلى شتائم وإهانات، وتزايد وتيرة العنف اللفظي، الأمر الذي دفع ببعض المتحاورين إلى استخدام كلمات خارجة عن اللياقة، وبعضها تحمل دلالات إساءة وعنف في المفردات والتّهديد والوعيد والشتائم والإهانات. وغالباً ما يتحوّل الحوار بين ضيفين متباينين في آرائهما، إلى صراخ وشتائم



فنعنف لفظي، ليتحوّل فيما بعد إلى عنف جسدي بواسطة الضرب والتّشابك بالأيدي، والتّهديد بالسّلاح، وعلى الهواء مباشرة. يبدو أنّ عصر الفكر والنّقاش الفكري حول قضية أو موضوع معيّن بدأ يتلاشى، ليحلّ محله الفرد، الأنا؛ فتتقلب الموازين رأساً على عقب، ولا يعود هنالك قيمة للفكر، للعقيدة، للمبادئ. يحلّ مكان المبدأ سياسة «مصلحتي مع من»، من الأقوى، من يملك التّفوذ. لهذا حلّ العنف في الحوارات التلفزيونية بدلاً من الحوارات الفكرية، لأنّه لا فكر لدى هؤلاء، هؤلاء المسؤولين والسياسيين العرب الذين أصبحوا مصدر تنذّر للكثيرين، ومصدراً للسّخرية والضحك، لأنّ هؤلاء باتت صورتهم أسوأ مما يمكن أن يتصوّر إنسان. فهؤلاء إن لم يرق لهم الأمر في حوار تلفزيوني ما، أو استاء من أقوال خصمه، فيشتتمه أو يطمسه، أو يقذفه بالماء أو بما توفر من أدوات على طاولة «المصارعة»!، آسف.. طاولة الحوار. وإذا حصل اشتباك في الأيدي أو الأرجل في لقاء تلفزيوني ما، فبما لسعادة مقدّم البرنامج الذي يحاول منع المتحاورين من الاشتباك، وفي داخله يرقص طرباً، فنسبة المشاهدة للبرنامج بعد هذا الحادث لبرنامج ستقفز قفزات مثيرة وغير متوقعة، وسيعلمو شأن هذا المقدّم وسترتفع أسهمه وسيعلمو أجره، أمّا الموقف المسؤول المطلوب من معدّ البرنامج ومقدّمه ومنتجه يسقط في هذه الحالة أمام إغراء الشهرة والانتشار، رغم أنّ عرض هذه التّماذج بعنفوانها وعدائيتها على الشّاشة يعتبر نموذجاً يمكن الاقتداء به، خاصّة وأنّ هذه التّماذج - وللأسف - لممثلي جمهور وإعلاميين ومسؤولين، ونعم المسؤولين.

ألا يدرك هؤلاء أنّهم بتصرفاتهم المخجلة هذه، لا يعتدون على الخصم الذي يجلس مقابلهم، إنّما يعتدون على الملايين من يشاهدون هذه البرامج، ويهينون أنفسهم أولاً وأخيراً. إنّ السّكوت على مثل هذه الحوادث المخجلة يعتبر تهديداً للحرّيات، وعلى رأسها حرّية التّعبير، وما حيازة شخص مسؤول لسلاح داخل مؤسسة إعلامية، إلاّ إهانة صارخة أولاً للإعلام والصّحافة قبل أن تكون إهانة لحامل السّلاح.

عالج هذا الموضوع الفاضح، خلال الأسبوع الماضي، الإعلامي اللبناني طوني خليفة في برنامجه التلفزيوني «للشّس»؛ والأسوأ مما يمكن أن يتوقّعه إنسان، أن خليفة عاد وأجرى الاتّصالات مع أشخاص قاموا بالاعتداء على خصومهم في حوارات تلفزيونية، معظمهم لم يبدوا أسفهم على ما فعلوه، الأمر الذي يشير بأنّ أمر التّعدي على الخصم أصبح نهجاً وأمرًا عادياً، وأنّ ثقافتنا هي ثقافة عدم تقبّل الرأي الآخر، ثقافة العريضة والبلطجية.

آية «وحدة»؟ هذا هو السؤال!

الوحدة الموسميّة تذهب أدراج الريح
وفقط الوحدة الكفاحيّة هي التي تنفع الناس



{فَأَمَّا الزَّبَدُ فَيَذْهَبُ جُفَاءً وَأَمَّا مَا يَنْفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُثُ فِي الْأَرْضِ} (سورة الرعد)

رجا زعترّة (*)

الموسميّة صفة جميلة في الطّبيعة، فتخيّلوا كم كانت الدّنيا ستغدو مملّّة لو كان الطقس ماطرًا طيلة السّنة، أو شديد الحرارة طيلة السّنة. أمّا في السياسة، فالموسميّة صفة غير حميدة وغير محبّذة، وكثيراً ما تتلازم مع ممارسات بعيدة عن المبدئيّة. ومن تجلّيات هذه الموسميّة، في السياسة، إطلاق بالونات «وحدة» تجريبية قبيل كل انتخابات، برلمانية أو بلدية، غالباً ما تكون أشبه بفقايع صابون وسرعان ما تتلاشى كأنّها لم تكن.

ويتمشّق البعض، بين الحين والآخر، استطلاعات للرأي «تثبت» أنّ 60 أو 70 بالمائة «يؤيّدون الوحدة». ومن المعروف في علم الإحصاء أنّ الأهم في الاستطلاعات ليس الأجوبة، بل الأسئلة. فحين يسألك أحد «هل أنت مع الوحدة؟» غالباً ما سيكون الردّ بالإيجاب. فمن ممّن «ضدّ الوحدة»؟

لكن الحقيقة هي أنّ الأمر ليس بتلك البساطة. فالسؤال الحقيقي، والمغيّب في معظم الأحيان، هو: آية وحدة نريد؟ وكيف؟ إنّ الوحدة المطلوبة هي وحدة النّضال، طيلة أيّام السّنة وليس في المواسم فحسب، وليس في الانتخابات فقط؛ إنّها الوحدة الكفاحيّة تحديداً.

إنّ وحدة نضال الجماهير العربيّة، كأقليّة قوميّة أصليّة مضطهدة، هي خطوة تقدّمية، لا تهدف إلى عزل الجماهير أو إلى تقوقعها على ذاتها، بل رصّ صفوفها لتكون أقوى، ولتلعب دوراً أكبر وأكثر عمقاً وتأثيراً على السّاحة السياسيّة، ولتكون قوّة تدفع، سويةً مع حلفائها من القوى التقدّمية في المجتمع اليهودي، نحو السّلام العادل، والمساواة التامة، والعدالة الاجتماعيّة. وحين تردّ الناس في الاستطلاعات أنّها «مع الوحدة» فهي تقصد، في حقيقة الأمر، هذا النوع من الوحدة.

هذا هو نهجنا في الحزب الشيوعي والجبهة. وهو ليس مجرد «تكتيك» عابر، بل استراتيجية جيّدة راسخة، وليس من اليوم: فمنذ الخمسينيات تحالف الشيوعيون والقوميّون في إطار «الجبهة الشعبيّة». ويادر الحزب الشيوعي إلى بناء تحالفات كثيرة ومتنوّعة وإلى بناء هيئات كفاحيّة تمثيلية (كلجان واتحادات الطلاب الثائويين والجامعيّين، وجبهة الناصرة الديمقراطيّة، واللجنة القطرية للسلطات المحليّة العربيّة ولجنة المتابعة العليا، ولجنة المبادرة العربيّة الدرزيّة التي كافحت التّجنيد الإيجباري وسلخ الطائفة المعروفيّة عن شعبيها). وجاء تأسيس الجبهة الديمقراطيّة للسّلام والمساواة، بعد يوم الأرض عام 1976، ليشكّل خطوة نوعيّة في هذا الإطار، ترمي إلى تعزيز وحدة الصّف الكفاحيّة على أساس برنامج سياسيّ مشترك.

والخييط النّاطم في كل هذه التّجارب هو إيجاد أرضيّة مشتركة، قوامها البرنامج المشترك والممارسة المشتركة، مع إبقاء مساحة للتنوّع الفكري، شريطة أن يكون هذا التنوّع ضمن الخط الوطنيّ والتقدّمي العام. وقد تحالف الحزب الشيوعي والجبهة، لاحقاً، في ساحات مختلفة، مع الحركة التقدّمية والحزب الديمقراطي العربي، ومع التّجمّع

الوطني والحركة العربيّة للتّغيير. وللأسف فمعظم هذه التّجارب لم يكتب لها النّجاح والاستمرار. ويعود هذا إلى عدّة عوامل، لكن السّبب المركزي هو أنّها كانت تحالفات انتخابيّة بالأساس، لم تصمد في امتحان الزّمن ولا في امتحان الممارسة، وسرعان ما ذهبت أدراج الرّيح.

هذا من النّاحية السياسيّة، أمّا في الجانب الانتخابي، والذي يتوجّب أخذه أيضاً بالحسبان، فإنّ التّحالفات قد لا تؤتي ثمارها بالضرورة. فد «الأسطورة الحضريّة» (Urban legend) تقول، مثلاً، إنّ «أيّ تحالف يرفع نسبة التّصويت العامّة»، وإنّ «أيّ تحالف يقلّل من قوّة أحزاب السّلطة». ولكن في الحقيقة فإنّ الصورة ليست كذلك تماماً؛ ففي الانتخابات يبذل كلّ حزب وكلّ حركة سياسيّة أقصى الجهود، ويستثمرون كلّ مواردهم، ويبحثون عن كل صوت، ويستمرّون في العمل حتّى الدقيقة الأخيرة قبل إغلاق الصّناديق لإحراز أفضل نتيجة. بينما قد يؤدي غياب التّنافس إلى انخفاض نسبة التّصويت، بسبب الاعتماد المتبادل على الحزب الآخر. أمّا بخصوص التّصويت لأحزاب السّلطة، فمعظم من يصوّت لتلك الأحزاب يفعل هذا طمعاً في وظيفة أو مصلحة ذاتيّة، أو بموجب صفقات مع «مقاولي أصوات»، وليس لقناعات سياسيّة.

هذا الجانب (الانتخابي) هام، ولكنّه ليس الجوهر؛ فالجوهر هو أنّ المقوم الأساسي للوحدة الحقيقية هو الموقف المشترك، والممارسة المشتركة، طيلة أيّام السّنة. فهل بمستطاع من هو غائب عن ساحات العمل والنّضال أن يقتصر حضوره على الانتخابات؟ وهل «الوحدة» هي مجرد شعار لاستمالة الناس واستدرار عواطفهم والتّعطيّة على ضعفك كحزب، أم نهج استراتيجي لتقوية النّضال والوصول إلى أهداف تخدم الناس؟ هل «الوحدة» سلعة تتاجر بها حين تكون مريحة، بينما قد تتاجر بسلعة أخرى، طائفية أو عائليّة أو غيرها، في أماكن أخرى؟

□ □ □ □ □

إنّ الوحدة الاستهلاكيّة، الموسميّة، الانتهازية، هي زيدٌ عابر، يذهب جُفاءً؛ وأمّا الوحدة الكفاحيّة، المبدئيّة، الواعية لقضايا الناس والطائفيّة في النّضال من أجل الناس، فهي التي تنفع الناس وتمكث في الأرض. وهذا هو نهج الحزب الشيوعي والجبهة قطرياً وفي حيفا أيضاً.

(*) سكرتير الحزب الشيوعي والجبهة في حيفا

מרכז الكرامیکا شفاعمرو

بإدارة كمال مشيهد وأولاده

من المستورد إلى المستهلك

الأسعار
لا تشمل
ضريبة

أكبر المعارض للكرامیکا - غرانييت بورسلان
والأدوات الصحية في المنطقة

דוש גשם



₪ 390

ארון 65cm



₪ 390

נهنئ جميع
المحتفلين
بمناسبة الأعياد
كل عام وأنتم بخير

מקלחון

6 mm, 80x80



₪ 390

מנובלוק



₪ 390

الشارع الرئيسي - شفاعمرو - طمرة (بناية قاعة الجليد)

04-9501950, 057-8501951



لا للوزن الزائد أو الناقص
من أهم مقومات الشيخوخة السليمة، مراقبة الوزن والحرص على إبقائه مستقرًا. لا للبدانة ولا للتحول أيضًا. فالسمنة المفرطة تسبب العديد من الأمراض القلبية الوعائية، والتهاب المفاصل، وغيرها من الأمراض المزمنة. وعلى عكس المتعارف عليه، فإن معدل الإنفاق الحراري يزداد عند الشخص المسن، ما دفع الجهاز الصحي، مؤخرًا، إلى زيادة الحصص الغذائية الموصى بها يوميًا للشخص المسن، قد تصل إلى 3600 سعرة حرارية في اليوم.. فللحفاظ على استقرار الوزن علينا محاربة سوء التغذية أولًا.

إن زيادة مذاق الوجبات من خلال استعمال التوابل والنكهات، هو اقتراح لتغذية مدعمة، تسمح بتقليل حجم الحصص التي تجب ابتلاعها، كما محاربة العزلة وقلة الإمكانيات المادية. أما حصص الطاقة، فيجب تأمينها بشكل خاص، عبر السكريات ذات المؤشر المنخفض، حتى لدى المصابين بالسكري.

للحفاظ على الكتلة العضلية..

ويقترح الخبراء أن يتم تركيز الحيز الأكبر من الحصص البروتينية ضمن وجبة واحدة، للتغلب على الاحتباس الحشوي، وبالتالي تسهيل وتنشيط عملية تخليق البروتينات. لكن هذه التدابير وحدها لا تكفي، بل يجب إرفاقها بممارسة يومية لرياضة معينة، ما يساهم في زيادة الكتلة العضلية.

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

قد يكون الوزن المستقر مؤشرًا زائفًا؛ فمع التقدم في السن، تتراجع الكتلة العضلية لصالح الكتلة الدهنية. ما يؤدي في بعض الحالات إلى بدانة غير لاحمة. ودعونا لا ننسى ضمور كتلة اللحم، يعني تراجع الكتلة والقوة العضلية، فهذا جزء من الهرم الطبيعي. إن مكافحة ضمور الكتلة العضلية، يتطلب قبل كل شيء، الحفاظ على حصص كافية وثابتة من البروتينات الحيوانية سريعة الامتصاص وذات القيمة البيولوجية الجيدة.



شيخوخة سليمة

إعداد نانسي نعمة

فاتباع نظام غذائي متوازن وسليم يحارب نقص أو سوء التغذية، أو ضمور الكتلة العضلية أو الظواهر الالتهابية، كما التوتر. إن الشيخوخة واقعة لا محالة، ولا يستطيع أحد التنصل منها؛ لكن بإمكاننا التخفيف من مضاعفاتها السلبية بالتعامل معها بحكمة ومثابرة. وحسب الخبراء، فإن الشيخوخة السليمة معناها شيخوخة خالية من الأمراض، من دون إعاقات، تسمح للمسن ممارسة نشاطه الرياضي والحركة بمستوى عال، والقيام بوظائفه المعرفية والإدراكية، مع الإلتزام بممارسة الحياة الاجتماعية.

الشيخوخة مرحلة دقيقة ومعقدة في حياتنا، ولكن إذا استطعنا عيشها بالشكل السليم والمتوازن، باتت أفضل مرحلة «ذهبية» نجني منها كل ما زرعناه من جهود وتعب مدى العمر. ولكي نؤثر إيجابيًا على مقومات الشيخوخة، علينا أولًا وآخرًا، الاعتناء بالتغذية، لأنها تلعب دورًا وقائيًا في غاية الأهمية.

من أجل شيخوخة ناجحة

يبدو أن تعديل العادات الغذائية، قد يسمح بالحد من ظهور أمراض ومشاكل الشيخوخة.

العملية في «شيش كباب» هانون مستمرة



** تشيكن / هبورغر **



باغيت بونجور الاصلية

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

* לקהל לקוחותינו *

עקב ריבוי ההזמנות מתבקשים להזמין שעה קודם

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

052-5426677

שיש קבב אסלי - הלון

שבתאי לוי 9 - חיפה

לحم حلال فقط!



המבורגר 12 ש"ח

צ'יפס 12 ש"ח

צ'יקן 12 ש"ח

קינטאקי 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

כנטאקי באגית **חדיד**

28 שיקל

HADIR **أوفنت**

أحدث وأفخم الملابس

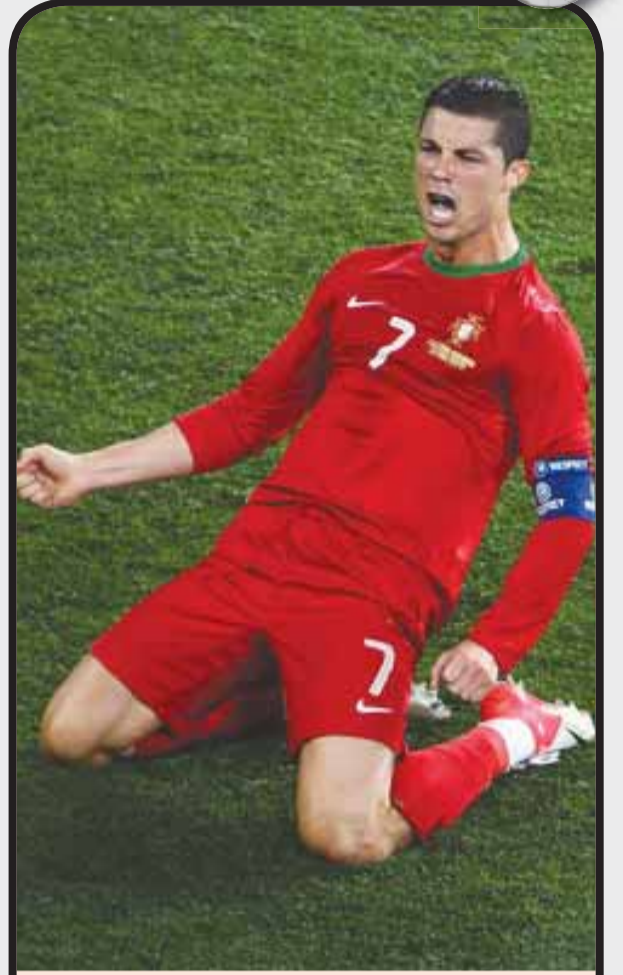


بمناسبة الأعياد..

إشتر بمبالغ **700 ₪** وما فوق
واحصل على وجبتك مطور زوجيتك
في فندق "الكولوني" هديتك!



جادة بن غريون، حيفا 31 | 050-8525193



شربل هون و برشلونته... قصة حب لا-نهائية!

هل سينجح منتخب إسرائيل في إيقاف رونالدو؟!

اليوم، وفي تمام الساعة 14⁴⁵، ستتسلط الأضواء على استاد «رمات غان» الدولي، للمواجهة المرتقبة بين منتخب إسرائيل ومنتخب البرتغال مع النجم العالمي الكبير كريستيانو رونالدو، في إطار تصفيات بطولة العالم لعام 2014، والتي ستجري في البرازيل.

منتخب «سيلساو» أوروبا هو من دون أدنى شك المرشح الأكبر للفوز على المنتخب الإسرائيلي، الذي يعتبر أحد المنتخبات الضعيفة في الساحة الأوروبية، وكم بالحري عندما يلعب في صفوفه مهاجم «ريال مدريد»، المتألق حالياً، كريستيانو رونالدو، المتواجد بفترة ممتازة، ويسجل الأهداف في كل مباراة تقريباً، منذ بداية عام 2013 وهذه ستكون مهمة صعبة للغاية لخط دفاع المنتخب الإسرائيلي، بإيقاف رونالدو. ولهذا يخطط المدرب إيلي غوطمان لتوظيف اثنين من لاعبي الدفاع لحراسة رونالدو، منذ بداية المباراة وحتى نهايتها، ومحاولة منعه من الوصول إلى فرص تسديد كراته القاتلة والقوية، باتجاه مرمى دودو أواط، الذي دخل شبابه، يوم السبت الأخير، هدف من رأسية لرونالدو، في مباراة الدوري الإسباني بين «ريال مدريد» و«مايوركا»، والتي انتهت بفوز (5-2) لمدريد.

قبل انطلاق الأسبوع الخامس للتصفيات يحتل المنتخب الإسرائيلي المرتبة الثانية برصيد 7 نقاط، ويتفوق على البرتغال من المرتبة الثالثة، بفضل فارق الأهداف. وفي المنتخب البرتغالي (الذين تأهلوا إلى نصف نهائي يورو 2012، قبل أن يُبعَدوا على يد بطل أوروبا - إسبانيا) يأملون العودة من إسرائيل مع النقاط الثلاث لتحسين وضعهم في اللاتحة، قبل فوات الأوان، ومنع المنتخب الروسي، الذي يحتل المرتبة الأولى برصيد 12 نقطة من الهروب في القمة وتوسيع الفارق.



ولكن عميقاً في داخلي، شعرت بكل ثقة أن «بارسا» سيكشّر عن أنيابه في معقله الـ«كامپ نو»، وسيطّيح بـ«ميلان»، بالرغم من التأخر في النتيجة. وعندما يتواجد في فريقك المحبوب، لاعب يدعى ليونيل ميسي، فليس هنالك مستحيلاً. حيث أشعل المدرجات بعد أقل من 5 دقائق بهدف رهيب، وقاد برشلونه إلى تقديم «كونسيرت كروي» لم يسبق له مثيل لتنتهي المباراة بفوز ساحق للبلاغرانا (4-0)، والارتقاء إلى دور ربع النهائي لمواجهة باريس سان جيرمان! أرفق صورتين من المباراة التاريخية...

هذه هي المرة الثامنة التي أسافر فيها إلى برشلونه لمشاهدة فريق الأبطال «بارسا»، في إحدى أهم مبارياته في السنوات الأخيرة، ضد ميلان الإيطالي؛ بعد أن خسر في المباراة الأولى (2-0) وكان قاب قوسين أو أدنى من توديع دوري الأبطال في مرحلة مبكرة جداً. جميع أصدقائي الكتالونيين وعشاق «بارسا»، حاولوا اقناعي ألا أقطع مسافة 4500 كم فقط، لكي أكون شاهداً على خيبة الأمل الكبيرة والمتوقعة، بسبب المأزق الكبير الذي عانى منه برشلونه في الآونة الأخيرة..

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



نقانق بالصلصة الحارة

طريقة التحضير:

باستعمال سكين حادة، نقسم حبات النقانق إلى نصفين. في مقلاة واسعة نضع مقدار ملعقة كبيرة من الزبدة، ونضع المقلاة على نار متوسطة إلى أن تذوب الزبدة. نضيف قطع النقانق ونقلبها على نار قوية إلى أن تحمر ويصبح لونها ذهبياً فاتحاً. باستعمال ملعقة ذات ثقب، نخرج النقانق من المقلاة، ونضعها في طبق جانبي. نضيف بقیة الزبدة في المقلاة، ومن ثم نضيف البصل، الثوم والفلفل، ونقلب المحتويات على نار متوسطة، إلى أن يلين البصل. نضيف البندورة، الشطة، الخل، الشطة المجروشة، الكزبرة، الملح والسكر. وندع الصلصة على النار لمدة دقيقة أو دقيقتين. نضيف قطع النقانق على الصلصة. ندع النقانق تطهر في الصلصة لمدة 5 دقائق أو إلى أن تنضج النقانق تماماً. نسكب النقانق بالصلصة الحارة في طبق للتقديم، ونشر البقدونس. نقدم الطبق الساخن مع الخبز.

المقادير:

- 1 كيلوغرام من النقانق صغيرة الحجم.
- 3 ملاعق كبيرة من الزبدة.
- 1 رأس بصل متوسط الحجم (مفروم).
- 4 فصوص من الثوم المهروس.
- 2/قرنان من الفلفل الأخضر المفروم.
- 1 حبة كبيرة من البندورة (مفرومة ناعماً).
- 5 ملاعق كبيرة من الشطة السائلة.
- 5 ملاعق كبيرة من الخل.
- 1 ملعقة صغيرة من الشطة المجروشة.
- 1 ملعقة صغيرة من الكزبرة المطحونة.
- 1 ملعقة صغيرة من الملح.
- 1 ملعقة كبيرة من السكر.
- 1 للتقديم بقدونس مفروم.



فيليه بالخضار على الطريقة الصينية

المقادير:

- 2/ملعقتان كبيرتان من معجون البندورة.
- 2/فصان من الثوم المهروس.
- 1 عود من البصل الأخضر (مقسّم إلى شرائح).
- 4 ملاعق كبيرة من زيت الذرة.
- 500 غرام من اللحم، مقطع إلى شرائح رقيقة.
- 1 رأس بصل كبير الحجم، مقطع إلى شرائح دائرية.
- 1 ملعقة كبيرة من الزنجبيل (مفروم).
- 1 حبة كبيرة من الفليفلة الخضراء (مقطعة إلى شرائح رقيقة).
- 1 حبة كبيرة من الفليفلة الحمراء (مقطعة إلى شرائح رقيقة).
- 1 حبة كبيرة من الفليفلة الصفراء (مقطعة إلى شرائح رقيقة).
- 1 حبة كبيرة من الجزر (مقطعة إلى عيدان رقيقة).
- 10 حبات صغيرة كاملة من الفقع.
- 10 حبات طويلة من الفاصوليا الخضراء.
- 1 كوب من القرنبيط المقطع.
- 2/كوبان من الكرنب (مفروم خشناً).
- 1/2 كوب من صلصة الصويا.
- 1 كوب من الماء.
- 6 ملاعق كبيرة من النشا.
- 1/2 ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود.
- 2/ملعقتان كبيرتان من السكر.

طريقة التحضير:

في مقلاة واسعة نسخن ملعقة كبيرة من زيت الذرة على نار متوسطة، نضيف اللحم على دفعات، نقلب اللحم على نار قوية إلى أن يجف. نخرج اللحم من المقلاة، ونضعه في طبق جانبي. نضيف القليل من الزيت إلى نفس المقلاة، ونضع فيها الخضار، على نار قوية، على دفعات بنفس الترتيب الوارد في المقادير، ومن ثم نخرج الخضار من المقلاة، ونضعها فوق اللحم. في طبق عميق نضع الصويا، الماء، النشا، الفلفل الأسود، السكر، معجون البندورة والثوم، ونقلب الخليط إلى أن نحصل على صلصة متجانسة. نسكب الخليط في المقلاة، وندعه يغلي مع الحفاظ على التقليب المستمر، إلى أن يسمك الخليط قليلاً. نضيف الخضراوات واللحم على الصلصة، نقلب المواد جيداً إلى أن تختلط مع بعضها البعض، ونترك الخليط يطهو على نار متوسطة لبضع دقائق. نسكب اللحم والخضار في طبق التقديم، ونشر عليه البصل الأخضر، ونقدمها مع الأرز الأبيض.

الحمل (21 آذار - 20 نيسان)

أخبار إيجابية قد تصلك من بعيد، وقد تطراً عليك أحداث لا يمكن نسيانها. أمامك تجربة لاكتشاف آفاق جديدة.



الثور (21 نيسان - 20 أيار)

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



الجوزاء (21 أيار - 21 حزيران)

يتغير المناخ إلى الأفضل، ويبشرك الفلك بأجواء عذبة. من الممكن أن تبدأ بقصة عاطفية واعدة قد تفوق أحلامك.



السرطان (22 حزيران - 22 تموز)

حاول أن تتحقق من كل الأمور قبل التوقيع على أي عقد. انتبه لمواصلاتك واتصالاتك وحاول أن تتفحص مصداقيتها.



الأسد (23 تموز - 22 آب)

تفتح أمامك صفحة عاطفية جديدة، تحمل إليك الحب والإعجاب واللقاءات الاستثنائية ومغامرة ما قد تشير اهتمامك.



العذراء (23 آب - 22 أيلول)

تنتظر مفاجأة ما تتعلق بوضع مادي على الأرجح. تستقطب بعض المراجع النافذة وتبدي شجاعة في التعاطي مع الشؤون الخاصة.



الميزان (23 أيلول - 23 تشرين الأول)

لا تقدم على أي تسويات. حاول أن تسوي أمورك، وتعلن عن بداية جديدة في حياتك، حتى لو أن الوضع العاطفي مخيباً للآمال.



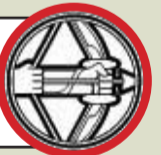
العقرب (24 تشرين الأول - 22 تشرين الثاني)

لا تردّ على الاستفزازات، وابتعد قدر المستطاع عن المواجهات والمفاوضات، وحاول أن تتفهم ظروف الآخرين.



القوس (23 تشرين الثاني - 20 كانون الأول)

الوقت مناسب لإطلاق مشروع أو فكرة أو المباشرة بمفاوضات. هناك ترتيبات أو استعدادات مناسبة سعيدة أو سفر قريب.



الجدي (21 كانون الأول - 19 كانون الثاني)

يخف وهجك العاطفي فتكتمش على ذاك. وهذا التغيير يعرضك لبعض المشاكل في حياتك العائلية والعاطفية.



الدلو (20 كانون الثاني - 18 شباط)

انتبه من شراكة متعثرة، ولا تتورط بقضايا لست متأكداً من صحتها. أياك أن تجرح أحداً بملاحظاتك.



الحوت (19 شباط - 20 آذار)

قد تشتري ما كنت ترغب به، أو تفرح بلقاء بعض الأصدقاء، أو تقدم مشروعاً خلاقاً يشير إعجاب المقربين ودعمهم.





مفروشات البستان يرکا



اشترى فوق الـ 9999

واحصل على تذكرة زوجية

لاستنبول او انطاليا او مرمريس 3 ليالي و4 ايام

كفالة وأمانة تميز وخبرة



طقم نوم كتنبه ملان مليفني
يتشمل خزانة 6 ابواب
~~20000~~ فقط 9999 شافل



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



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



طقم زاوية راس متحرك جاد اصلي
~~9999~~ فقط 4999 شافل



غرفة نوم 8 قطع تركي لون فوكسي

بدل ~~13000~~ فقط 6999 ش.ح



طاولة + 6 كراسي ايطالي فوكسي

السعر مغري ويمنع الافصاح عنه في الاعلان



طاولة + 6 كراسي ايطالي فوكسي



طقم ايطالي 2+3

بدل ~~8000~~ فقط 3999 ش.ح

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

البيع بالجملة والمفرق



يركا المنطقة الصناعية 04-9562353 057-4685339/7 www.albostn.com



العثور على أقدم دليل لزراعة البقوليات (القطانية) في بلادنا

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

تمّ تدجين الحيوانات والنباتات. وتعتبر هذه البذور أقدم دليل لزراعة الفوليات/البقوليات (القطانية) في الشرق الأوسط خلال العصر الحجري الأخير.

العصر النحاسي

شملت المكتشفات الأثرية من العصر النحاسي (الألف الخامس ق.م.) على آثار قرية بُنيت منازلها من غرف مربعة الشكل، جدرانها سميكة جداً.

وفي تلك المباني والحقول المجاورة لها، تمّ العثور خلال الحفريات على بقايا لحضارة قديمة يطلق عليها الأثريون اسم «حضارة وادي ربا» (لسبب كشفها لأول مرة في وادي ربا). ومن بين المكتشفات وُجِدَت أدوات الفخار المصنوعة بجودة عالية، أدوات الصوان للاستعمال اليومي، وأدوات مصنوعة من الحجر؛ إلى جانب بعض التحف الفنية المميزة، كالتماثيل الصغيرة، ولوح من الحجر نُقِشت عليه رسمة لعضو تناسلي نسائي؛ فتلك هي رموز التي استعملت آنذاك للتعبير عن خصوبة الأرض وتنوعها.

أهمية الموقع

وفقاً لما صرّح به مدير التنقيبات الأثرية، فللموقع أهمية عالمية، خاصة وأنّ الاكتشافات أولية وفريدة من نوعها في بلادنا والشرق الأوسط بأكمله. فهذه هي المرة الأولى التي يتمّ فيها العثور على آثار كاملة الشكل للمباني من العصر الحجري الأخير (ما قبل الفخار - الألف السابع ق.م.): فقد اعتدنا العثور على بقايا حجر هنا أو هناك (من عصور ما قبل التاريخ)؛ بينما في هذا الموقع (مفتوح «أحيهود») يمكننا مشاهدة الشكل الكامل للمباني التي تمّ التنقيب عنها.

هذه المكتشفات الأثرية الهامة من شأنها أن تساعد الباحثين على دراسة الحضارات القديمة التي عاشت ومرّت في بلادنا، كما أنّها تشير إلى حضارتها الفنية بالثقافة والفن (التماثيل، وغيرها). أمّا بذور الفول المحروقة فهي أقدم دليل لزراعة الفوليات (القطانية) في الشرق الأوسط خلال العصر الحجري الأخير.

(1) صورة للموقع الأثري. (2) إحدى التماثيل الحجرية الأثرية الصغيرة التي تمّ اكتشافها في الموقع.

تقوم سلطة الآثار، في هذه الأيام، بإجراء حفريات أثرية بالقرب من مفتوح «أحيهود»، لهدف دراسة الموقع، قبل البدء بأعمال مدّ السكّة الحديدية المتّجهة شرقاً إلى «كرميشيل». وقد شملت المكتشفات الأثرية اكتشافات هامة جداً، تعود إلى العصور الحجرية، إلى حقبات ما قبل التاريخ.

الحفريات الأثرية

تجرى الحفريات الأثرية تحت إشراف الباحثين: د. إسحاق باز، ود. يعقوف فارد، بتمويل من شركة «خطوط إسرائيل» (נתיבי ישראל) التي تعمل على بناء السكّة الحديدية المخطط لها في الموقع. امتدّت التنقيبات على مساحة 1800م²، وتمّ خلالها العثور على بقايا أثرية تعود إلى فترتين أساسيتين: فترة العصر الحجري الأخير (ما قبل الفخار)، وفترة العصر النحاسي (من الألف السابع ق.م. وحتى الألف الخامس ق.م.).

العصر الحجري الأخير

تمّ العثور، خلال التنقيبات، على بقايا الطبقة الأولى والقديمة للمستوطنة (العصر الحجري الأخير، ما قبل الفخار)، بمستوى الصخر المحلي التي حُفرت فيه الآبار والمرافق المختلفة، والتي لا زال الباحثون يجهدون استعمالها جميعاً.

كما شملت المكتشفات مجموعة كبيرة من رؤوس الحرّبات المصنوعة من الصوان وحجر «الأوبسيديان» (نوع من الحجارة الزجاجية)، وتمّ اكتشاف بلّطة صغيرة جداً مصنوعة من الحجر، وأدوات أخرى من الصوان تستخدم لاستعمالات يومية.

أكثر ما لفت انتباه الباحثين بين المكتشفات من هذه الطبقة الأثرية، وجود مادة «الأوبسيديان» بكميات كبيرة جداً. فهذه المادة غير متواجدة في بلادنا، وتصلنا من تركيا وبعض مناطق القفقاز مثل جورجيا. وتشير تلك المكتشفات إلى العلاقات التجارية التي كانت سائدة بين الدول في تلك الفترة.

من أبرز المكتشفات التي تمّ تحديد تاريخها إلى تلك الحقبة أيضاً، ألوف الحبوب من الفوليات (البقوليات) التي وُجِدَت في إحدى الحفر الصغيرة، بشكل محروق كلياً.

ولهذه الحبوب أهمية كبرى في دراسة عادات الجماعات القديمة، ومصدر غذائها. فالمجتمع الذي عاش خلال العصر الحجري الأخير، يعتبر زراعياً، حيث عاش في نطاق القرية. وخلال تلك الفترات بدأت الثورات الزراعية الأولى التي عرفها الإنسان، والتي خلالها

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

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

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

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



2

1



SHTROUDL Café

فرع جادة بن جوريون 39, فرع شارع الملوك 8

شبكة شترودل تتقدم بأحر التهاني لجميع الأمهات
كل عام وأنتن بألف خير





نحافظ في هذا الصيف على قدمين جميلتين وصحيتين

القدم، لصقات بلاستيكية وجيل لمنع البثور، تلبى أفضل احتياج لتضيق المنطقة الحساسة، وبالواقع تعمل "كجلد آخر" وتقي المكان المصاب.

يمكن الحصول عليها من شبكات الفارم في أنحاء البلاد.
لمزيد من التفاصيل: سمدار سلومون، علاقات عامة MGN
052-5623544, 073-7960700

منتخب أخصص القدم لأورثيل

منتجات التجميل والعلاج لأخصص القدم أورثيل، تساعدكم على اجتياز الصيف بدون معاناة بواسطة سلسلة المنتجات لمنع

والعناية بالبثور والفقاعات في القدم.
• غطاء الأصابع من السليكون، لمعالجة البثور، مغلف بالقماش لتبليس الإصبع ومنع الاحتكاك والضغط. الثمن: 38 ش.ج.

• زوج فواصل بين الأصابع من السليكون لمنع البثور، الجلد القاسي والضغط على العظام. الثمن: 31 ش.ج.

• وسادة سليكون للفصل بين الأصابع - وفصل إبهام القدم من السليكون لمنع البثور بسبب الضغط بين الأصابع. الثمن: 31 ش.ج.

• لاصقة سليكون بالتهوية لمنع ومعالجة الفقاعات في أخصص القدم. الثمن: 40 ش.ج.

• دهنون جيل، بالتهوية لمعالجة الفقاعات والجروح وبنع البثور - فتمنع اللاصقة الاحتكاك، وتعمل بعملية الشفاء. الثمن: 28 ش.ج. (ع.ع)

موسم الصيف على الأبواب وسنعود لنضع الأحذية الصيفية من صنادل وغيرها، ونكش عن أقدامنا. وفي هذا الوقت تظهر البثور، والاحتكاكات، التي تميل إلى الانتفاخ أكثر، في ظروف الطقس الحار الرطبة التي تمتاز بها بلادنا.

إن مواد العناية ومعالجة القدم من إنتاج أورثيل، تساعدكم على اجتياز الصيف بواسطة سلسلة المنتجات التي تمنع البثور والفقاعات الجلدية وتعالجها.

إن البثور والفقاعات الجلدية هي ظاهرة قائمة لدى 20% من السكان، وسبب ظهورها في الحالتين هو احتكاك الجلد، وتآكل متواصل من الجلد بالنعل، أو الصندل أثناء المشي أو القيام برياضة.

أحد أعراض نشوء هذه البثور هو الاحمرار والحرارة الموضعية، ثم تظهر البثور والفقاعات الجلدية، وتتجمع السوائل التي تفصل عادة بين الجلد والطبقات الأخرى للجلد لونه نون متابعه الاحتكاك، وقد تؤدي الفقاعات والبثور إلى مضاعفات خطيرة أن لم يتم علاجها فوراً وبصورة صحيحة.

إن المناطق المعرضة لظهور البثور هي أخصص القدمين والأعقاب. وتجدر الإشارة إلى أن البثور تميل للنمو أكثر في ظروف الطقس الحار والرطوبة التي تميز بلادنا. ولنفاذي ظهور البثور والفقاعات التي تليها ينبغي التقليل إلى أدنى حد في عملية الاحتكاك بالجلد.

ويظهر الاحمرار الأول للبثور، وقبيل نشوء البثور، من المهم جداً المحافظة على تعقيم القدم وتغطية المنطقة المصابة.

إن منتجات شركة أورثيل لمنع ومعالجة البثور والفقاعات التي تعتمد على السليكون، وتحتوي على أكمام للأصابع، مخدات لفصل أصابع

كوكا كولا تطلق FUZE TEA في الوسط العربي FUZE TEA هو مشروب شاي بارد يُنتج من مواد طبيعية فقط وبدون مواد حافظة



"في ايلول 2012 حين أعلنت الشركة عن بدء تسويق هذا المنتج المميز نجح في احتلال 70% من السوق خلال ثلاثة أسابيع من بدء التسويق، حيث اصطفت شوارع البلاد ولافتاتها وجسورها وبنائاتها باللون الأخضر، ونحن نعلم بأن المنتج يشهد رواجاً كبيراً في المجتمع العربي حيث وصل إلى نحو 30% من المستهلكين العرب حتى الآن ولا يزال في صعود وازدهار متواصلين، ونحن نرى في هذا المشروب قدرة كبيرة نظراً لأطعمته المميّزة." "أضافت أراء "سترافاق عملية اطلاق الماركة العالمية حملة اعلانية كبيرة تشمل لافتات اعلانات راديو، فعاليات ديجتالية وحملات ترويج كلة تحت شعار كله طيب." "ختمت أراء حديثها.

مع اعلان شركة كوكا-كولا اسرائيل عن اطلاق الماركة العالمية Fuze Tea في الوسط العربي اجرينا لقاء صحفي مع شاني اراد، مديرة التسويق اوساط في شركة كوكا-كولا لتحدثنا عن تسويق المنتج الجديد وعن علاقة الشركة مع الوسط العربي.

وحول منتج FUZE TEA قالت شاني: "هو مشروب شاي بارد يُنتج من مواد طبيعية فقط وبدون مواد حافظة، يعتمد على خلاصة الشاي الطبيعي التي تحتوي على مضادات الأكسدة الطبيعية ويسوق بكهات مختلفة مثل: الخوخ، الخوخ-دايت، الحامض ومانغو-أناناس والشاي الأخضر بطعم الحامض والإكزوتي بعبوات الـ 1.5 لتر ونصف لتر.

جهاز DORO النقال في orange يناسب كبار السن

الجهاز مُلائم للاحتياجات الخاصة لكبار السن، خفيف، متطور وسهل الاستعمال هدية مناسبة للأمهات بمناسبة عيد الأم



هدية مناسبة لهم، ومع الاحتفال بعيد الأم هذا الشهر يشكل جهاز DORO هدية قيمة وتواصل مستمر سهل الاستعمال.
Orange تعرض عليكم رزمة خدمات شاملة مناسبة لكبار السن، للحاصلين على الجهاز سيتمتعون بخدمة إرشادية شخصية في البيت بالإضافة إلى خدمة كفاءة للجهاز لمدة سنتين مجاناً، أو تبديل لجهاز آخر عند الحاجة. للمزيد من المعلومات زوروا مراكز الخدمة والبيع القريبة لمكان سحكك أو عبر الموقع: www.orange.co.il/ar (ع.ع)

تسوق orange جهاز DORO المميز لبايع استعماله من قبل كبار السن، يوفر الحلول اللامثة لزيائنا في الجيل الذهبي. يتميز الجهاز بزر "المساعدة الإنسانية" للوصول لمركز الخدمة للاتصال المباشر بمراكز الطوارئ كالإسعاف، الشرطة، المطافئ أو الاتصال مع أفراد العائلة، وتقديم الخدمة في مركز المساعدة بعدة لغات تشمل اللغة العربية، بحيث تعمل خلال 24 ساعة كل أيام الأسبوع، وأيام السبت والأعياد. زر المساعدة الإنسانية في جهاز DORO النقال يمنح الأمان للزيائنا في كل مكان وزمان.
جهاز DORO المتطور والذي صمم خصيصاً حسب احتياجات كبار السن سهل الاستعمال وزنه خفيف، يعمل بمنظومة قوائم سهلة التشغيل، يشمل أزرار مريحة وكبيرة الحجم، شاشة عريضة تتيح للمستخدم سهولة القراءة، جهاز سمعي ذات جودة عالية، استعمال آمن بزر هادف للاتصال الطوارئ لينعم زبائنا براحة نفسية وبأمان 24 ساعة على مدار السنة.
جهاز DORO يطابق احتياجات الأهل والأبناء بحيث يمكنهم من التواصل الدائم بدون قلق وهو



مهرجان عيد الأم الثالث

رحلة ووجبة غداء وحفلة

يوم الاحد 24/3/2013

مع الفنان

حسنين مصري

وفرقة الموسيقى



في مدينة جنين وقرية حداد السياحية

السفر الى مدينة جنين للتسوق

وبعد ذلك الذهاب الى قرية حداد السياحية

لتناول وجبة غداء مع حفلة غنائية

احتفالاً بعيد الأم - وتوزيع هدايا للأمهات

كل البرنامج 125 شيكل فقط

أتمنى لكن عيداً سعيداً وكل عام وانتن بالف خير وهدأة البال

ابنكم واخوكم نقولا ابو الزوز

0542247255 - 0502962189

موقعنا بالفيس بوك "احلى رحلات مع نقولا - ابو الزوز"

سهرة عيد الفصح المجيد

مع الفنان

الياس جولييانوس



الاحد

31.3.2013

قاعة LE ROYAL

Masad Restaurants for Tourism & Investment

قاعة الرويال Le Royal

125 شيكل

يتضمن سلطات وعشاء و مشروبات

للأزواج

و العائلات فقط

للحجز والاستفسار الاتصال بنقولا (ابو الزوز)

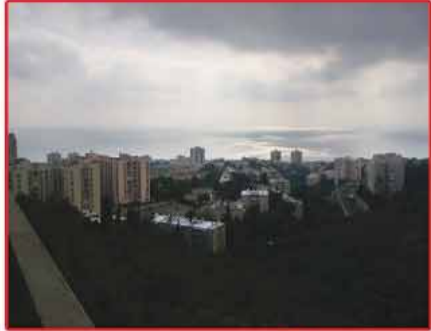
0542247255 - 0502962189

موقعنا بالفيس بوك "احلى رحلات مع نقولا - ابو الزوز"



צ.ר. לעقارات

ביע, שרא, תאגיר ויארע אנוע העקארע
בארע : רועי זאזר



אקרמל הצרנסי - בית לחם
110 מ' 4 ערף טאק 2 + נטרפע, מנזר מפתוח ללכר



סטילאמרס - מרמע חדישא
88 מ' 4 ערף טאק 2, מנזר ללכר



בילנזוף חכר - המבני החדיד
3. ג. ט. 2 + נטרפע + מוקף + מועד, מנזר מפתוח ללכר



"נלנאים בנופמבר" - 115 מ' 4 ערף מרמע מנזר ללכר

D.R. Real Estate

אהני כמיע המחפלין באחד השעאנין
כל עאם ואנמ בזיר



ללכר

כריות היעזר 88 מ' טאק 1
4 ערף מרמע חדישא, וואסע

730000 ₪



ללכר

בית לחם ט. 1. 5 ערף
105 מ' מרמע חדישא
מנזר זרטי ללכר

3500 ₪



ללכר

עבאס 90 מ' 3 ערף מרמע
מנזר ללכר + מועד

420000 ₪



ללכר

230 מ' רמאט השכשי שומרון
טאק ארזי 5 ערף + דאר 3
ערף + מוקף + מאזן

220000 ₪



ללכר

וחדע שכניע פי פנדק
"המירידיאן" ערפתאן + מוקף

800000 ₪



לליכר

הלל 4.5 ערף מרמע
אמכאניע תקסימ לדארין,
מזרז אל סאחע

950000 ₪



לליכר

מכתב פי החדע האלמאניע
ערפתין - מרמע חדישא

3500 ₪



ללכר

כמיל שלהוב 130 מ'
4 ערף + שרפתין מועמ
במסווי עאלי, מנזר מפתוח
ללכר + מזן + מועד

420000 ₪



ללכר

הכיפן 2.5 ערף
טאק ארזי מרעב

420000 ₪



ללכר

מסלחע - שרע עבאס
25 מ' מרמע ומוזרע

215000 ₪



ללכר

דכאן - שרע שחיזן

95000 ₪



לליכר

וחדע שכניע בחדע הנסי
ערפתאן טאק ארזי
(שאמל זרביע הבלדיע)

2500 ₪



לליכר

טל אביב 3 ערף
טאק 1 מרמע

2500 ₪



ללכר

השכשי 4 ערף וואסע
מרמע, מועד, מזן,
מנזר ללכר

540000 ₪



ללכר

קיסרניע 60 מ' - 2. ג.
+ סטח 55 מ' ט. 2.

540000 ₪

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

ויקטור נכסים

למכירה

| | | |
|--|--|---|
| יצחק שדה: 4 חדרים + מרפסת סגורה קומה 3 וחניה בשפע ₪ 600,000 | אלנבי (מיידית): 3 חדרים קומה 4 + מרפסת באזור שקט ₪ 470,000 | שי עגנון: קומה 4 חדרים + מרפסת עם נוף לים בניין מטופח (מיידית) ₪ 510,000 |
| שי עגנון: 3 חדרים קומה 3 עם נוף לים חניה בשפע ₪ 500,000 | חדאד קומה 3 חדרים ומרפסת ₪ 500,000 | יצחק שדה: 3 חדרים אפשרות ל-4 חדרים אזור שקט קומה 1 ₪ 630,000 |
| הציננות (עליון): (מיידית) דירה עם גינה גדולה - 3 חדרים + מרפסת עם נוף לים ₪ 1,450,000 | אלנבי: 3 חדרים אפשרות ל-4 חדרים + מרפסת משופצת קומפלט ₪ 750,000 | יצחק שדה: 4 חדרים גדולים מרפסת + מרפסת חניה בשפע ₪ 700,000 |

מחפשים דירות למכירה

NAKKARA
REAL ESTATE MANAGEMENT AND CONSULTING

לליע

- عباس, 55 מ' טابق 1 מרמטה.
- مركز الكرم 148 م + حديقة مشتركة 90م + موقف مؤجرة .
- وادي الجمال, بيت حجر 75 م, ارضي. مدخل منفرد وشرفتان.
- عباس, بيت عربي حجر 180 م , شرفتان طابق اول.
- يتسحاك سده 140 م, 5 غرف وشرفة - مرمم.
- معرض تجاري ارضي 220 م في شارع مركزي.
- ارض عمار في مدخل عسفي 450 م , مطلة على خليج حيفا.
- المطران حجار 90م مصعد + موقف + مخزن

سوزي - 0523372324 / جاد - 0587000600

دروس خصوصية وترجمة

* دروس في الصحافة، كتابة الخبر، التقرير، التحقيق، تاريخ الصحافة.

* دروس خصوصية في اللغة والأدب العربي، التاريخ، المدنيات، من الصف الثامن حتى الثاني عشر.

* ترجمة من اللغة العربية الى العبرية أو من اللغة العبرية الى العربية.

الصحفي رزق ساحوري
0505441013

بازار نیو افک

مطلوب

קופאיות

للعمل في محلات بونبونيرا
مفضل صاحبة خبرة بجيل 25 عاما وما فوق

0526111112

الياس يعقوب
تسويق عقارات

لليع

1. بوعا 2.5 غرف + شرفة 380000
2. هجيفن 3 غرف، طابق 2 مرممة
3. شوناميت 3.5 غ طابق اول مع إمكانية للتوسيع
4. حداد غرفتين + ساحة
5. تسيونوت 2.5 غ ارض كنيسة 400000
6. يتسحاك سدي 4 غرف ط 1 للتصليح 650000

للإيجار

7. روتشيلد 3 غرف 2 مرممة 2,500
8. بوعا 2.5 غ، شرفة طابق 3 2,000

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

للإيجار

دار 80 متر غرفتا نوم + صالون طابق ثاني مزدوجات بيت شعرايم مرممة حديثا للتسليم فوري + شرفة **بسعر خاص!**

0544570027

لليع

محل معروف وناجح للملابس نسائية جاهز بكل لوازمه في شفاعمرو. **للإستفسار:**

0529772316

للإيجار

دكان للإيجار بشارع الخوري (بدون عمولة) **للإستفسار (فهد عبود)**

0542106662

لليع

شارع هجيفن ط. 3 5 غرف + شرفتان 140م. ملكية على سطح البيت مع إمكانية بناء

0523780780

نشترى الذهب بأسعار ممتازة
معاملتة حسنة، الدفع نقدا
للاتصال 0547485267

054-9205190

سيارة لليع

سيارة موديل 2000 يد 3 بوضع ممتاز وبسعر مغري!!

054-9205190

للإيجار

دكان للإيجار 55م صالون حلقة سابقا في منطقة وادي النسناس وتصلح لأي مصلحة أخرى

04-8527878
0506710000

لليع

دار 100م طابق أول، منظر خلّاب مع جاكوزي و مطبخ حديث **بسعر مغري!!**
للإستفسار(فهد عبود):

0542106662

Bambino
Since 1969

مطلوب لمجلات بمينو عمال / طبّاخين
للإستفسار الرجاء الاتصال بهاتف:
04-8512244 شلوحه 4



Farid Saeed
Real Estate Consulting & Sales
054-3037999

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

הדירות בפייסבוק תמונות
Like

للإيجار

دار للإيجار 85م
شارع هشومر 36
3.5 غ طابق أرضي
مرممة - غير مؤثثة
للإيجار فوري 1800 ₪

0523360981

للبيع/للإيجار

مطعم يشمل جميع
معداته بمركز تجاري
كبير (مرمم حديثاً)

يتسع 60
شخصاً يصلح
لقهى/Pub

04-8553353
0523264844

| | | |
|---|--|---|
| 2 בנובמבר 100 מ"ד 4 חדרים נוף לים דירה גדולה ומרווחת במיקום מבוקש, מתאימה לזוגות צעירים ומשפחות | רמב"ן בהדר בבנין חדש 120 מ"ד 5 חדרים, נוף לים, דירה במצב מעולה (יד ראשונה) חניה פרטית בטאבו, במיקום שקט במיוחד | רדק בנין אבן על עמודים במושב הגרמנית בסגנון ערבי ישן 127 מ"ד ק.1 3 חד' תקרות גבוהות + מרפסות. קרוב לאזור בתי הספר שד' בן גוריון וקמפוס הנמל גישה לתחבורה. |
| 1,130,000 ₪ (גמיש) | 1,320,000 ₪ | 1,320,000 ₪ (גמיש) |
| הגפן 60 מ"ד 2.5 חדרים + מרפסת במיקום מרכזי | להשכרה - קיסריה 65 מ"ד קומה 2 + מרפסת 2 חדרים + נוף חלקי לים | יצחק שדה 80 מ"ד קומה 3 3.5 חדרים דירה שמורה במיקום שקט עם חניה בשפע |
| 420,000 ₪ (גמיש) | 2,100 ₪ | 600,000 ₪ (גמיש) |
| הגפן בנין אבן 200 מ"ד 5 חד' משופצת קומפלט מרפסת 45 מ"ד נוף חלקי לים | נופרץ חיפה 5 דונם לבניה. מתאים לפרויקטים תעשייה ומסחר. באזור התעשייה | עבאס 17 קומה 3 ואחרונה משופצת בבנין מופז 3 חדרים. נוף חלקי לים |
| 2,200,000 ₪ | 680,000 ₪ (גמיש) | 630,000 ₪ (גמיש) |
| שי עגנון קומה 4 3 חדרים שמורה עם נוף לים | הציונות 80 מ"ד 3.5 חד' קומה 3 שמורה עם מרפסת | חדאד קומה 3 ואחרונה 3 חדרים משופצת ומרווחת |
| 530,000 ₪ | 500,000 ₪ | 500,000 ₪ |

**מסלולי
للإيجار**

תשלח למטבח
או מקהי
בمساحة 70 מ²
מقابل מטבח פרג

التسليم فوري

054-7700092

רויאל נכסים
בإدارة أمل شهلا
استشارة, تسويق, بيع وشراء استثمارات

★ ملتزمون بالبيع بسرعة ونجاح.
★ الحريد من العروض في مكتبتنا
★ مطلوب: دور جديدة للبيع الفوري!
★ انضموا إلى جروب
"Nechasim Royal Nechasim"

للبيع:

- 1) هتسيونوت (التحتي): ط. 1 3.5 غ مرممة + شرفة مفتوحة 520,000 ₪
- 2) هجيفن: 80م, 3 غ ط. 1 واسعة ومكيفة ومرممة بذوق 680,000 ₪
- 3) هلل: 3 غرف مرممة + مصعد + موقف ومنظر للخليج والبحر 820,000 ₪
- 4) هجيفن: 3 غرف طابق 3 مرممة بالكامل بذوق, منظر للبحر 660,000 ₪
- 5) يتسحاك سدي: ط. 3 3 غ مرممة بالكامل + شرفة مغلقة 630,000 ₪
- 6) عباس: 3 غ ط. 3 مرممة جزئياً منظر خلاب للبحر 580,000 ₪
- 7) اللبني: 90م طابق 2 غير مرممة 580,000 ₪
- 8) اللبني: 80م طابق أرضي مرممة + حديقة 870,000 ₪
- 9) اللبني: 85م 3 غرف مرممة بالكامل ط. 3 مكيفة 690,000 ₪
- 10) هجيفن: 80م 4 غ ط. 3 مرممة بالكامل 580,000 ₪
- 11) عباس: 87م, 2 إمكانية بناء غرفة واقية, مرممة 730,000 ₪
- 12) الموصل (تحت عباس): دارين 4 غرف ط. أرضي + ساحة (مبني كوتج) مدخل خاص 730,000 ₪
- 13) عباس (العلي): ط. 2 + 3 شرفات 5 غ مرممة بالكامل بذوق ومنظر للبحر 1,300,000 ₪
- 14) عباس (العلي): 100م طابق 1 4 غرف + شرفة 730,000 ₪
- 15) مدرغوت شعاري: 120م 5 غرف طابق 1 مرممة, مكيفة + شرفة منظر للبحر 730,000 ₪
- 16) مكنوس وكسيو: شارع طبريا: بسر مغري ملائمة للسكن والاستثمار 1800 ₪

للإيجار:

من 2-1 غرف

- 1) ليفونتين: 1 غرفتين طابق 1 1500 ₪
- 2) اللبني: بجانب المتحف 2 غ طابق 1 مرممة ومكيفة (إمكانية لآثاث) 2300 ₪
- 3) عيمك هزيتيم: طابق أرضي 1.5 غرف مؤثثة 1350 ₪
- 4) الوادي: 1 غرفتين طابق 1 محفوظه 1200 ₪
- 5) هجيفن: طابق 4 غرفتين + شرفة مفتوحة مؤثثة ومنظر للبحر 1800 ₪

من 2.5-3 غرف

- 6) اللبني: 2.5 غرف, مؤثثة ومرممة بالكامل 2400 ₪
- 7) يافا: طابق 3 1 غرف مرممة ومكيفة 2400 ₪
- 8) كباير: 3 غرف طابق 1 مرممة بالكامل 2400 ₪
- 9) البليدة التحتي: 3 غرف طابق 3 مرممة 1700 ₪
- 10) ستيلاماريس: 10 غرفتين + شرفة 1800 ₪
- 11) هطورن: طابق 4 3 غرف مرممة 2200 ₪
- 12) ستيلاماريس: 3 غ + شرفة ط. 3 مرممة جزئياً ومنظر للبحر 2200 ₪
- 13) شاي عجنون: طابق 4 3.5 غرف محفوظه 2500 ₪
- 14) ستيلاماريس: 3 غرفتين ط. أول 1800 ₪
- 15) رداك: طابق 4 1 غرف 3300 ₪

مصالح

- 16) لفتونين: طابق أرضي 4 غرف ساحة خاصة ومدخل خاص دار جميلة يشمل ارنونا وآثاث 3500 ₪
- 17) بوعا: 4 غرف + شرفة 3000 ₪
- 18) هرتسليا: 4.5 غ طابق أرضي 2250 ₪
- 19) ي. ل بيريتس: 30م ملانم لجميع المصالح/مخازن طابق أرضي 1400 ₪
- 20) الوادي: ملانم لجميع المصالح, يشمل المعدات إذا محلقة 2500 ₪

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



المعرض الدولي للفضاء في متحف العلوم في حيفا

المعرض الدولي للفضاء المعروف باسم "خلف كوكب الأرض" يفتتح في "مداعيتك"، المتحف الوطني للعلوم والتكنولوجيا والفضاء في حيفا. وسيبقى المعرض مفتوحاً نحو ستة أشهر. وتم تنظيم المعرض بالتعاون بين متحف نيويورك لعلوم الفضاء والمداعيتك. وكان المعرض قد تنقل بين المتاحف العلمية في كل من نيو يورك في الولايات المتحدة وتورنتو في كندا. ويعرض للزوار مشاهد الرؤية المستقبلية للفضاء من رحلات بشرية، واستخدام المركبات الفضائية في المجرة الشمسية وما خلفها. وكذلك التحديات البشرية لغزو الفضاء، والأجهزة المتطورة والمقدمة المستخدمة في رحلات خارج نطاق الأرض. وتم تنظيم المعرض بالتعاون بين متحف نيويورك، ومداعيتك.

ويتضمن المعرض نماذج عن المركبات الفضائية، والقاعدة الدائمة التي تحط فيها هذه المركبات على القمر، ونماذج للمسكن المتقدمة التي يستطيع أربعة رواد فضاء الإقامة فيها. وكذلك مصعد قمري لنقل المواد النادرة من حفرية وانماذج على القمر وحضارها إلى الأرض. إضافة إلى مجسم عملاق للصخرة الفضائية إيتوكاوا التي نقلتها مركبة فضائية يابانية.

كما يحظى كوكب المريخ بمكانة خاصة في المعرض عن طريق نموذج للمركبة الفضائية "استطلاع" التي حطت عليه ولا تزال حتى اليوم. إلى جانب بدلة فضائية، ونماذج لمطابقة الظروف الحياتية على المريخ بما يتلاءم مع حياة الإنسان.

(٤-٤)



ألعاب الفيلم الكوميدي عن العصر الحجري The Croods

الآن في «ماكدونالدز»

The Croods فيلم مغامرات كوميدي جديد يحكي قصة عائلة في العصر الحجري تخرج لرحلة رائعة عندما تهدم المغارة التي طالما حمتها. يتجول أفراد عائلة الكروز في أماكن خلابة ويكتشفوا عالماً جديداً مليئاً بالخلوقات الرائعة - نظرتهم للحياة والعالم تتغير لأبد.

والآن فقط في ماكدونالدز ألعاب فيلم الانيميشن والثلاثي الألعاب The Croods توزع مع كل وجبة «هابي ميل»... تتضمن المجموعة 8 ألعاب مختلفة.

اجمعوا الآن ألعاب The Croods مع كل وجبة «هابي ميل».

بإمكانكم مشاهدة جميع الألعاب في موقع «الانترنت» باللغة العربية: www.mcdonalds.co.il/ar

الألعاب متواجدة في جميع فروع ماكدونالدز مع كل وجبة «هابي ميل» حتى نفاد المخزون.

(٤-٤)



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

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 الشهي والمحبوب هي كمية السعرات الحرارية القليلة والتي تتراوح ما بين 345 ش.ج. و 395 ش.ج. للهمبورجر الواحد. من الجدير بالذكر أن الهمبورجر من 100% لحم بقري اضلاع و انتريكات عالي الجودة بدون إضافات، وغني بتشكيلة صلصات ثلاث جميع المذاقات:

- «بيج لاس فيجاس»: مع بصل أحمر وصلصة باربيكو ميونيز 373 سعرة حرارية فقط.
- «بيج بروواي»: مع بصل أحمر وصلصة باربيكو 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 باربيكو 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 انتريكات + تشيس و مشروب

• سعر الوجبة بسلسلة «بيج أمريكا» بوزن 125 غم 440 ش.ج. تشمل همبورجر اضلاع انتريكات + تشيس و مشروب.

(٤-٤)

بزنك بنيلئومي

بمناسبة عيد الأم «بزنك بنيلئومي» تقدم 140 دقيقة مجاناً عند الاتصال 014 إلى خارج البلاد إلى العديد من الأرقام المختارة

014 بيزك بنيلئومي، الشركة الرائدة في سوق المكالمات الدولية في الوسط العربي، تستمر في مفاجأة زبائننا بامتيازات وحملات خاصة و متميزة. بمناسبة عيد الأم تستعد الشركة لزيادة بعشرات النسب في المكالمات الى خارج البلاد وتدعو عموم الزبائن للتمتع بـ 140 دقيقة مجانية لدى الاتصال 014 الى ارقام ارضية مختارة في خارج البلاد.

الزبائن الراغبون بمعايدة اقاربهم والتمتع بالامتياز مدعوون الى التسجيل وبدون التزام، في مركز بيزك بنيلئومي على هاتف 5014. يمكن التسجيل حتى تاريخ 31.03.13 والاستفادة من الامتياز حتى مدة شهر من يوم التسجيل.

اساف افيف، نائب مدير عام التسويق في بيزك بنيلئومي "كجزء من الجهود المتواصلة التي تحرص بها بيزك بنيلئومي على توطيد علاقاتها بالزبائن، قررت الشركة ان تقدم لزبائننا في الوسط العربي امتياز خاصاً للاتصال الى خارج البلاد. ومن بيزك بنيلئومي تتمنى لكل الامهات عيداً سعيداً وكل عام وهن بخير".

(٤-٤)



السفير الفيتنامي

يزور الغرفة التجارية بالناصره

قام سفير جمهورية فيتنام الاشتراكية "تا دوي شينه" ووفد مرافق له ظهر الغلاف بزيارة الغرفة التجارية والصناعية في مدينة الناصرة حيث كان باستقبالهم وفد الطاقم الإداري للغرفة التجارية وعلى رأسه رجل الأعمال عامر صالح بالإضافة إلى عدد من رجال الأعمال. تم في الاجتماع طرح عدة مواضيع أبرزها التبادل التجاري التي تسعى السفارة الفيتنامية لحصوله بين المواطنين الوسط العربي في إسرائيل والسوق التجاري الفيتنامي. كما وتم الحديث عن أنواع التجارة التي تتميز بها فيتنام ومنها تصدير الأرز، القهوة والشاي إضافة إلى الملابس وغيرها وقد اتفق الطرفين أن تكون زيارة قريبة لوزير الصناعة الفيتنامي ووفد مكون من 15 فرد برفقته قريباً إلى مدينة الناصرة كما وقام السفير بدعوة الغرفة التجارية لزيارة فيتنام والتعرف على أنواع التجارة فيها. بدوره عامر صالح رئيس الغرفة التجارية رحب بالسفير وتحدث عن أهمية مدينة الناصرة تجارياً وسياحياً وأثني على التعاون بين الطرف الفيتنامي والغرفة التجارية داعياً لتطوير العلاقة نحو الأفضل للطرفين.

(٤-٤)



telecom Golan

لأنك هتش مضحكة

الأصدقاء ينضمون إلى الثورة

«جولان تليكوم» في خطوة غير مسبوقه في سوق الخليوي.. صديق يحضر صديق ويحصل على نقود جولان تيليكونم تقوم بخطوة مفاجئة ومبدعة اخرى للتقدم بثورة الخليوي . بعد ان جلبت معايير سوق الاتصالات مع رزمة الكل مشمول بـ 99 ش.ج فقط (يشمل محادثات لخارج البلاد)، بللت الشركة زبائننا الاوائل بـ 4 اشهر مجاناً على كل فرد من العائلة يضم، وفاجأت بحملة غير مسبوقه بـ 49 ش.ج فقط في الشهر لمدة نصف سنة، والان تعلن الشركة عن خطوة دراماتيكية لم يسبق ان حدث مثلها في عالم الاتصالات والخليوي في البلاد " صديق يحضر صديق "

الشركة تقدم بالشكر لحوالي ربع مليون زبون انضموا للثورة الخليوية وتعبر عن تقديرها لدعمهم بالخطوة الدراماتيكية التي تقودها من اجل تخفيض الاسعار وتقوية المنافسة ، وعلى تقديرها لهم لانه بفضلهم ينضم المزيد من الزبائن للثورة كل يوم . ولذلك تقرر القيام بهذه الخطوة والتي تهدي الى شكر وتقدير الزبائن المتواجدين والداعمين في جولان تيليكونم. على كل صديق جديد ينضم الى جولان تيليكونم عن طريق توصية من زبون قائم سواء كان عن طريق الانتقال من مشغل خليوي آخر او عن طريق رقم جديد ، يحصل الزبون الموصي على:

200 ش.ج مقابل ضم زبون جديد لـ " رزمة جولان تيليكونم " الكل مشمول.

20 ش.ج مقابل ضم زبون جديد لـ " رزمة 9 ش.ج " .

يمكن ضم عدد غير محدود من الزبائن فباستطاعة الزبون الذي يضم 10 زبائن جدد ان يحصل على 2000 ش.ج. زبون انضم عن طريق هذه الخطوة وقام بتشغيل بطاقة ال sim ، بإمكانه ايضا ان يضم اصداق جدد وان يحصل على المكافاة . من اجل التمتع بالمكافاة ، على الزبون الجديد ان يقوم بإضافة رقم هاتف جولان تيليكونم التابع للصيدق الموصي عند التسجيل في موقع جولان تيليكونم www.golantelecom.co.il.

على النخضم الجديد ان يشغل شريحة ال sim لغاية 23.4.13 الساعة 23:59 . توصيات الزبائن في جولان تيليكونم www.golantelecom.co.il ستقبل لغاية 18.4.13 الساعة 20:00. في نهاية شهر كانون أول 2013 سنقوم جولان تيليكونم بفحص كل من قام بتوصية وما زال زبوناً إلى ذلك الحين . كم عدد الاصدقاء الجدد الذين قاموا بتشغيل بطاقة ال sim بلفضل توصيته وما زالوا زبائن . مجموع المبلغ سيجول في بداية 2014 بشكل مباشر الى موص يستحق المكافاة . الكل حسب شروط البرنامج المفصلة في موقع الشركة . الثورة التي احدثتها جولان تيليكونم لا توقف فقط على الاسعار الخفضه ، تكنولوجيا متطورة وخدمة بجودة عالية، لأمنا على خطوات اجتماعية ايضا ، مبدعة وغير تقليدية بحيث يلحق بها كل السوق تلو الاخرى . وهذه هي ميزة فعالية جولان تيليكونم ، فهي دائماً في المقدمة.

الشركة اختارت الكشف عن الخطوة في صفحتها على الفيسبوك: <https://www.facebook.com/golantelecomar>

(٤-٤)

نصائح للمرأة الحامل تحت رعاية سيميلاك أدفانس بلس

خلق حياة جديدة ليست بالعملية السهلة. بينما هناك نساء تتجاوز فترة الحمل بدون ان تشعر بشيء تقريباً. ومعظمهن تشعرن ببعض الاعراض الجانبية المألوفة، يمكن علاجها في البيت، ثمة من تواجهن تعقيدات تتطلب الاهتمام الطبي، تشخيص وعلاج مبكر لهذه التعقيدات ضروري جداً لحوالة الحمل بشكل سليم وولادة طفل معافى.

فيما يلي عدة اعراض جانبية تميز فترة الحمل، وعمما يمكنك فعله عند حدوثها:

تعب: يميز التعب بداية فترة الحمل ونهايتها. حاولي ممارسة الرياضة يومياً من اجل المحافظة على مستوى الطاقة. استلقي لترتاحين على الاقل مرة واحدة في اليوم.

اذا واجهت اوجاع في الظهر السفلي: ارتاحي في احيان اوقات متقاربة، حاولي المحافظة على وضعية وقوف سليمة، لا تقفي في مكان واحد لفترة طويلة، انتعلي احذية ذات كعب غير مرتفع، قومي بتمارين رياضية مناسبة لمنطقة حوض الفخذين.

اما اذا أصبت بالدوران فيجب عليك ان تتناولي الطعام بشكل منتظم واحرصي على الاكثار من شرب السوائل، امتنعي عن المكوث الطويل تحت اشعة الشمس، من المفضل ابلاغ الطبيب/ة .

قد تظهر في فترة الحمل الدوالي او اوردة الساقين: يمكن ارتداء الجوارب المرنة حيث يجب ارتداها وانت مستلقية، ارتاحي بين الحين والآخر وأرجلك مرفوعة الى اعلى، ارفعي القدمين عند الجلوس. لا تضعي رجلا على رجل.

كما وقد تظهر في فترة الحمل اوجاع قوية في القدمين: يجب ان تخفري الوضعية: ان كنت جالسة- قفي، ان كنت واقفة - اجلسي. في حالة انتفاخ اليدين والرجلين: استلقي على الجانب الايسر لمدة 30 دقيقة، 3 حتى 4 مرات في اليوم. مارسي الرياضة البدنية بين حين وآخر، أكثر من شرب السوائل، تناول 3 وجبات من البروتينات في اليوم، ابغني الطبيب/ة إن كنت تستيقظين صباحاً مع انتفاخ.

نزيف من اللثة: استخدمي بلطف فرشاة اسنان لينة. أكثر من شرب عصير البرتقال وتناول المكولات الغنية بفيتامين C.

هذه المعلومات مخصصة لتزويد المعلومات فقط ولا تعتبر توصية او بديل لاستشارة وعلاج طبي في حالة تطلب الامر.

(٤-٤)

מחלות الخرساني

נعلن لزبائننا الكرام عن
حملة تنزيلات لا مثيل لها..

فواكه وخضار
طازجة يوميا!
بزورات وفواكه
مجففة بجميع
أنواعها!

| | | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|---|---------------------------|
| 3 ק"ג קמח 10.00 | 5 ק"ג אורז 39.90 | 3 ק"ג סוכר 10.00 | 2 טונה פוסידון 10.00 |
| חפיסת 8 עוגות בטעמים שונים 6.00 | חפיסת 6 קרואסונים שוקולד 10.00 | חטיף עוגת בגנה 5.00 | עוגת SweetRoll 6.00 |
| 6 דוריסוס 10.00 | NESTEA 2 1.5 ליטר 10.00 | 3 ליטר שמן 17.90 | 1 ק"ג טופי 5.00 |
| מרכך סוד 15.00 | שקיות שוקולד לחג הפסחא 4.00 | 3 אטריות 5.00 | תה ליפטון 10.00 |
| שמפו לריצפה 10.00 | שמפו פינוק 10.00 | 4 שיפודי עץ 5.00 | 5 פחמים STAR 10.00 |
| אבכת כביסה 2.5 ק"ג 12.00 | אקונומיקה סמיכה 8.00 | 3 חבילות כוסות חד פעמיות 10.00 | |



العبور عالاصول!

1 كيلو بـ 59⁹⁹ شيكل
رقاب العبور

1 كيلو بـ 89⁹⁹ شيكل
اضلاع العبور

1 كيلو بـ 89⁹⁹ شيكل
اضلاع فيلية

1 كيلو بـ 59⁹⁹ شيكل
اكتاف العبور

1 كيلو بـ 59⁹⁹ شيكل
قص العبور

1 كيلو بـ 59⁹⁹ شيكل
فخدة العبور



Art of Meat
Bambino
- since 1969 -

بمبينو لحوم عالاصول

Bambino.H.