

# أخبار اليوم

AKHBARELYOUM  
www.akhbarelyoum.dz

كهدف سطرته وزارة المؤسسات الصغيرة

## 100 ألف منصب تشغل مُنتظر خلال سنتين

04

قائد الضريق تسلّمها من يد الرئيس

## الكأس تُشعل أفراح الشلف..

16



بمناسبة انتخاب الجزائر بمجلس الأمن

## غوتيريش يهنئ تبون ويحيي جهوده

• وزير خارجية الإمارات يهنئ عطا ف على "الانتخاب الجزائري"

03

قال إن الاستقرار بالجزائر  
مفخرة للجميع.. قوجيل:



"بيان أول نوفمبر  
ما يزال صالحاً.."

03

لتلبية الطلب الوطني..  
وتقليص الواردات

إجراءات لرفع إنتاج الجزائر  
من الحبوب والبقول

04

المستوطنون يتوحّشون  
في الضفة



الجزائر تدين اعتداءات  
الصهاينة ضد الفلسطينيين

03

07

وزارة الصحة تحذّر  
من مخاطر الكيس المائي

تسخير 52 ألف تاجر لضمان  
المدادومة في العيد

03

11

## بن شيخ يزور المجر



قام المدير العام للأمن الوطني، السيد فريد بن شيخ، بزيارة عمل إلى المجر، يومي 22 و23 جوان الجاري، بدعوة من نظيره المجرى، حسب ما أفاد به يوم الخميس بيان للمديرية العامة للأمن الوطني.

وتندرج هذه الزيارة في إطار "تعزيز التعاون الشرطي بين البلدين"، وكانت مناسبة لطيلع السيد بن شيخ والوفد المرافق له على "تنظيم وسير بعض المصالح العملياتية للشرطة الجبرية المتواجدة بالعاصمة بودابست"، ويكون قد تمّ خلال هذه الزيارة التوقيع على "مذكرة تفاهم بين الشرطة الجزائرية ونظيرتها المجرية حول تبادل الخبرات في مجالات الأمن العمومي، شرطة الحدود، علم الأدلة الجنائية، مكافحة الجريمة المنظمة العابرة للأوطان والجريمة السيبرانية".

## تكريم كاشفي للرئيس

كرمت اللجنة الكشفية العربية، يوم الخميس بالعاصمة، رئيس الجمهورية، بدرع الكشافة نظير الدعم الذي يقدمه لهذه الحركة. جاء التكريم برسم افتتاح المؤتمر 13 للكشافة الإسلامية الجزائرية، المنعقد تحت الرعاية السامية لرئيس الجمهورية، حيث تسلم الدرع التكريمي نيابة عنه كل من وزيرة التضامن الوطني والأسرة وقضايا المرأة، كوثر كريكو، وزيرة الثقافة، صورية مولوجي، وزيرة البيئة والطاقة المتجددة، فوزية دحلح، ووزيرة الرقمنة والإحصائيات، مريم بن مولود. وفي كلمته بالمناسبة، أثنى رئيس اللجنة الكشفية العربية، عبد الله الطريجي، على جهود رئيس الجمهورية في مختلف المجالات على الساحتين الإقليمية والدولية، مؤكداً أنه سيشخصية عربية يعمل بكل إخلاص لزرع الاستقرار ومحاولة تقريب وجهات النظر على غرار جهوده في العمل على إنهاء الأزمة الأوكرانية، والمساهمة في عودة سوريا لجامعة الدول العربية.

وثنى القائد الكشفي العربي اعتبار "رئيس الجمهورية للكشافة شريكاً، وهو ما يعطي لها نقسا أكبر للنشاط".



## حمزاوي قائدا للكشافة



تم ليلة الخميس إلى الجمعة بالجزائر العاصمة تجديد الثقة في القائد العام للكشافة الإسلامية الجزائرية، عبد الرحمان حمزاوي، لهدهة جديدة، من طرف المجلس الوطني للمنظمة.

وقمت مراسم الترقية لهدهة جديدة من 4 سنوات خلال أشغال المؤتمر 13، حيث أكد السيد حمزاوي بالمناسبة أن رهان المرحلة المقبلة يتمثل في بلوغ مليون كاشفي إلى جانب تعزيز تواجد القادة الكشفيين في مختلف الهيئات الدولية.

وأضاف السيد حمزاوي أنهم سيعملون خلال العهدة المقبلة على ستعزيز تأطير الشباب والمساهمة في تكوين الأجيال بعدما أمدت الكشافة الوطن بخبرة القادة عبر مختلف المراحل، مؤكداً التزامهم بـ"دعم كل القضايا التي تخدم الوطن".

وذكر السيد حمزاوي بالتحديات الكشافية التي تركت أثرا على المستوى الوطني، بداية من أبرز وجوه الثورة التحريرية، ميرزا في نفس السياق مساهمات منخرطيهما في التدخل أثناء الكوارث على غرار جائحة الكوفيد-19 والحرارة والتضحية التي جسدهتها القادة دنيا بوحلاسة.

وقم بمناسبة المؤتمر منح الجزائر والسيد حمزاوي جائزة التميز الكشفي، من طرف اللجنة العربية الكشفية. كما أثنى ممثلو مختلف المنظمات الكشفية العالية والعربية الحاضرين على جهود الكشافة الجزائرية في مختلف المجالات والمحطات، بصفتها حصنا للشباب.

## تعديل قواعد الطيران المدني



درست الحكومة خلال اجتماعها الأسبوعي، يوم الأربعاء، برئاسة الوزير الأول، السيد أيمن بن عبد الرحمان، مشروعا تمهيديا لقانون يتمم القانون المحدد للقواعد العامة المتعلقة بالطيران المدني، حسب ما أفاد به بيان لمصالح الوزير الأول. وجاء في البيان: "درست الحكومة مشروعا تمهيديا لقانون يتمم القانون رقم 98-06 المؤرخ في 27 جوان 1998، الذي يحدد القواعد العامة المتعلقة بالطيران المدني، قدمه وزير النقل".

وأوضح المصدر ذاته أن هذا التعديل يتمثل في "وضع نظام لتبادل البيانات الخاصة بالركاب، يندرج في إطار مطابقة المنظومة القانونية الوطنية مع توصيات منظمة الطيران المدني الدولي في هذا المجال".

## جلسة برلمانية علنية



يعقد المجلس الشعبي الوطني يوم السبت القادم جلسة علنية تخصص للتصويت على مشاريع نصوص قانونية، حسب ما أورده يوم الخميس بيان للمجلس.

وأوضح البيان أن الجلسة التي سيعقدتها المجلس مخصصة للتصويت على "الحكم محل الخلاف من نص القانون العضوي المتعلق بالإعلام، مشروع قانون يعدل القانون رقم 03-06 المتضمن تنظيم مهنة المحضر القضائي، مشروع قانون يتعلق بحماية أراضي الدولة والحفاظ علىها ومشروع قانون يتعلق بالفاتيات والشروات الغابية".

## قالوا

■ "رئيس الجمهورية يقود بلادنا بحكمة وتبصر وطموح عقلائي لبناء الجزائر الجديدة، من خلال مشروع نهضوي واعد وسياسة خارجية تتميز بالرصانة، وتدعو دوما تفضيل الحلول السلمية للآزمات وتغليب منطلق الأمن المشترك والحفاظ على حياة الإنسان، مع السعي لجعل النظام الدولي أكثر توازنا وعدلا وتمثيلا"

القريب أول السعيد شنبري  
رئيس أركان الجيش الوطني

■ "هنأت وزير الخارجية الجزائري أحمد عطاف على انتخاب الجزائر في مجلس الأمن، وأكدت عمق وقوة العلاقات بين الجزائر وأمريكا، كما جددت الدعم السياسي للمسار الأممي الخاص بالصحرَاء الغربية"

نائبة وزير الخارجية الأمريكية ويندي شيرمان

■ "عندما تنتهي مصلحة الغرب فأنهم يبتعدون عن المشاكل التي خلقوها بأنفسهم، تماما كما فعلوا في أفغانستان والعراق والآن في أوكرانيا، تاركين تلك المناطق مدمرة وخطيرة..."

وزير الخارجية الروسي

■ "هناك أدلة دامغة على تورط جهاز الاستخبارات الأمريكية في اغتيال عمي جون كينيدي عام 1963"

المرشح الرئاسي الأمريكي  
"روبرت كينيدي جونيور"

■ "ثرة الكلام ملهارة للفكر والقلب، وتهل لالروح. إنها غريبة للنفس عن النفس. والغريب عن نفسه غريب عن كل شيء وكل إنسان. ونحن لن نعرف أنفسنا ما دمنا نهرب منها ونقيم بيننا وبينها حاجزا من الشرثرة التي تتنخم الأذن وتترك القلب والفكر في جوع ممرض وعطش قتال..."

ميخائيل نعيمة

■ "ما قيمة الناس إلا في مبادئهم لا المال يبقى ولا الألقاب والرتب..."

عبد الرحمن العشماوي

## زوروا



شرطة غرداية تواصل تدخلاتها التحسيسية للوقاية من المخدرات والمؤثرات العقلية، مع التذكير بتعزيز ثقافة التبليغ عبر استغلال الأرقام الخضراء، وتطبيقه ألو شرطة..

## 64 سوق جملة في الجزائر



درست الحكومة خلال اجتماعها الأسبوعي، يوم الأربعاء، برئاسة الوزير الأول، السيد أيمن بن عبد الرحمان، عرضا مشتركا حول إعادة تنظيم أسواق الجملة وإدماج الأسواق الموازية في القطاع الرسمي، حسب ما أفاد به بيان لمصالح الوزير الأول.

وأوضح البيان أن "الوزراء المكلفون بكل من الداخلية والتجارة والفلاحة قدموا عرضا مشتركا حول إعادة تنظيم أسواق الجملة وإدماج الأسواق الموازية في القطاع الرسمي".

وسمح العرض، يضيف ذات المصدر، بتقديم معلومات دقيقة حول الشبكة الهامة لأسواق الجملة التي تتوفر عليها الجزائر والتي بلغ عددها 64 سوقا، ستضاف إليها عن قريب ستة (6) أسواق جديدة قيد الاستكمال.

كما مكن العرض من "تحديد النقائص ووضع خارطة طريق ترمي إلى تداركها وإعادة تأهيل هذه المساحات التجارية وضمان استغلالها الأمثل، حيث تعتبر عاملا أساسيا في ضبط السوق"، حسب البيان.

## الطباعة:

شركة الطباعة للجزائر

المنطقة الصناعية العالية، باب الزوار / الجزائر  
ص.ب: 410.5 جويلية / الدار البيضاء

التوزيع: أخبار اليوم

## الإشهار

الوكالة الوطنية للنشر والإشهار 1،

شارع باستور

الهاتف:

021-73-30-43/ 021-73-71-28

## المدير مسؤول النشر: بن خليفة شيخ

عنوان الإدارة والتحرير:

حي العناصر 04، القبة / الجزائر العاصمة

الهاتف/ الفاكس: 023 70 54 31

## أخبار اليوم

يومية إخبارية وطنية مستقلة

تصدر عن شركة أخبار اليوم للنشر والإعلام والتوزيع (ش.م.م)

www.akhbareyoum.dz

البريد الإلكتروني: akhbareyoum1@gmail.com

## قال إن الاستقرار بالجزائر مفخرة للجميع.. فوجيل؛

## "بيان أول نوفمبر ما يزال صالحاً.."

أكد رئيس مجلس الأمة السيد صالح فوجيل، يوم الخميس بالجزائر العاصمة، أن الاستقرار الذي تنعم به الجزائر حالياً هو "مفخرة" للجميع، مبرزا أن بيان أول نوفمبر 1954 "ما يزال صالحاً إلى يومنا هذا"؛ كما ادلى الرجل الثاني في الدولة ببدلوه في قضية الجدل المثار في فرنسا بشأن النشيد الجزائري، مشدداً على أن "الاستعمار يبقى استعماراً".

تعاون مع الجميع" وهي من مؤسسي حركة عدم الانحياز منذ مؤتمر باندونغ 1955، وبلاندا. كما أضاف. "باقية على هذا النهج ومن هذا المبدأ فإن الجزائر قادرة على القيام بالوساطة بين روسيا وأوكرانيا".

## المصادقة على قانونين بمجلس الأمة

صادق أعضاء مجلس الأمة صباح يوم الخميس، بالأغلبية على نص القانون المعدل والمتمم للقانون رقم 83-12، والمتعلق بالتقاعد ونص القانون المعدل للقانون رقم 63-278 الذي يحدد قائمة الأعياد الرسمية. وجررت الجلسة العامة للتصويت على هذين النصين القانونين التي ترأسها رئيس المجلس، السيد صالح فوجيل، بحضور وزير العمل والتشغيل والضمان الاجتماعي فيصل بن طالب ووزيرة العلاقات مع البرلمان، بسمة عزوار.

وعقب التصويت بالإجماع، أكد السيد بن طالب أن هذين القانونين تم "إعدادهما تنفيذاً للتعليمات السامية لرئيس الجمهورية، السيد عبد المجيد تبون الرامية إلى ضمان الحياة الكريمة لجميع المواطنين وتحقيق تطلعاتهم للمعيش في جو من الراحة والطمأنينة". كما وأكد أن القانون المعدل والمتمم لأحكام المادتين 16 و47 من القانون رقم 83-12 المتعلق بالتقاعد، يهدف إلى "تحقيق خطوة

حافظ عليه السيد رئيس الجمهورية". وأضاف قائلاً: "لاحظنا ردود أفعال من الاستعمار القديم أو الاستعمار المتجدد أو الثورة التحريرية المباركة كافتحت ضد الاستعمار الفرنسي وقررت بين الاستعمار الفرنسي والشعب الفرنسي لكن الكثير لم يفهم هذا"، وأكد أن "أثار بقايا الاستعمار لا تزال موجودة إلى الآن ووصلت إلى النشيد الوطني (قسماً)". واستطرد قائلاً في هذا السياق: "الاستعمار يبقى استعماراً وتاريخنا هو التاريخ الذي لا يمكن لأي أحد كتابته، نحن من عشنا الاستعمار ونحن من نكتبه".

وذكر أن الاستعمار الذي عاشته الجزائر يختلف عن الاستعمار الذي عاشته الدول الأخرى لأن "الاستعمار في الجزائر كان استعماراً استيطاني وإبادة للشعب الجزائري "مبرزاً أن ساسترجاع السيادة الوطنية لم يكن أمراً سهلاً والفضل يرجع في ذلك إلى المجاهدين والشهداء الذين قاموا بالثورة التحريرية المجيدة ونهجو بذلك الطريق والمخرج الصحيح، دون أي زعامة وشعار من الشعب وإلى الشعب وحرروا بيان أول نوفمبر 1954 الذي لا يزال صالحاً إلى يومنا هذا". كما أكد رئيس مجلس الأمة، أن الجزائر "

قال السيد فوجيل في كلمة ألقاها عقب تصويت أعضاء المجلس على نص القانون المعدل والمتمم للقانون رقم 83-12، والمتعلق بالتقاعد ونص القانون المعدل للقانون رقم 63-278 الذي يحدد قائمة الأعياد الرسمية، أن الاستقرار الذي تنعم به الجزائر اليوم هو "مفخرة" للجميع، منوهاً في هذا الإطار بدور الجيش الوطني الشعبي سليل جيش التحرير الوطني في "حماية البلاد والحفاظ على استقرارها" وهو أيضاً. كما قال. "مفخرة حقيقية للجزائر التي تملك هذا الجيش". وأكد أن المرحلة التي "قطعتها الجزائر خلال

الثلاث سنوات ونصف الأخيرة تاريخية"، مضيفاً في هذا السياق أن الالتزامات الـ54 لرئيس الجمهورية السيد عبد المجيد تبون "تجسدت ميدانياً ولها مدلول مرتبط ببيان أول نوفمبر 1954"، مؤكداً أن الاستفتاء على دستور 2020 هو الأخرى كان في الفاتح من نوفمبر 2020.

كما أبرز السيد فوجيل في نفس السياق أن "ما حققته الجزائر في السنوات الأخيرة من إنجازات تم بكل حرية وسيادة"، مضيفاً أن "بلاندا اليوم ليس لها أي مديونية خارجية وبدون تبعية" للهيئات المالية الدولية، وهذا هو "كما أكد عليه". "الاستقلال الحقيقي الذي

## بمناسبة انتخاب الجزائر بمجلس الأمن

## غوتيريش يهنئ تبون ويحيي جهوده

قادرة على مواجهة التحديات المعقدة التي نواجهها".

زوتاتي رسالة الأمين العام للأمم المتحدة بعد الرسالة التي وجهها إليه السيد عبد المجيد تبون تتضمن الخطوط الكبرى للأولويات الرئيسية للجزائر داخل مجلس الأمن وبعد استعداد رئيس الجمهورية لبذل الجهود من أجل الوساطة في النزاع في أوكرانيا، يضيف بيان الرئاسة.

السلمي للنزاعات، وأضاف "أنه في الوقت الذي تستعد فيه بلاده لتولي المسؤولية وهذا الدور المهم الجديد، إنني أحيي تمسك الجزائر المستمر بمبادئ وقيم ميثاق الأمم المتحدة، وكذلك التزامها العميق والثابت بالعمل متعدد الأطراف".

ويختتم رسالته بالقول: "ليس لدي شك في أن جهودكم من أجل عالم أكثر سلاماً ستساهم في صياغة ردود فعالة وتنفيذ إجراءات ملموسة

غوتيريش عن تهنائه الحارة بمناسبة انتخاب الجزائر بمجلس الأمن للفترة 2024-2025". وأكد السيد أنطونيو غوتيريش في رسالته أن "هذا التميز يشهد على الجهود الكبيرة التي تبذلها الجزائر من أجل السلام والأمن في المنطقة وعلى المستوى الدولي".

وشكر الأمين العام رئيس الجمهورية على الالتزام القوي الذي أعرب عنه، في حواراته السابقة معه، لصالح التعاون الدولي والحل

أعرب الأمين العام للأمم المتحدة، السيد أنطونيو غوتيريش، في رسالة وجهها إلى رئيس الجمهورية السيد عبد المجيد تبون، عن تهنائه الحارة بمناسبة انتخاب الجزائر بمجلس الأمن للفترة 2024-2025، حسب ما أفاد به يوم الخميس بيان لرئاسة الجمهورية.

وجاء في البيان: "في رسالة وجهها إلى رئيس الجمهورية السيد عبد المجيد تبون، أعرب الأمين العام للأمم المتحدة السيد أنطونيو

## على "انتخاب الجزائر" عضواً بمجلس الأمن

## وزير خارجية الإمارات يهنئ عطاتف

وفي مستهل هذه الزيارة، ترأس السيد عطاتف رفقة نظيرته الألمانية، أنالينا بيربوك، جلسة عمل خصصت لاستعراض واقع وأفاق علاقات الشراكة الجزائرية-الألمانية، إلى جانب مستجدات الملفات الإقليمية والدولية ذات الاهتمام المشترك.

وفي هذا الإطار، ثمن الجانبان "الزخم الذي تشهده العلاقات الثنائية في مختلف القطاعات، وخاصة المشاريع المشتركة الكبرى التي يطمحان لتجسيدها في مجال الطاقات المتجددة والهيدروجين الأخضر".

كما جدد -يضيف ذات البيان- التزامهما بتعزيز التشاور والتنسيق حول الأوضاع في منطقة الساحل والصحراء، لاسيما مسار السلم والمصالحة في مالي، وكذا حول الأزمة في أوكرانيا على ضوء مبادرة الوساطة الجزائرية "بغية المساهمة في الجهود الدولية الرامية لبلورة حل سلمي ومستدام يضع حداً للسراع القائم ويسمح بمعالجة آثاره ومخلفاته على مختلف المستويات".

• ن. أ.

## الحفاظ على الذاكرة؛

## إنشاء لجنة مشتركة بين وزارة المجاهدين والمجلس الأعلى للشباب

اللجنة التي ترتبط مهامها على وجه الخصوص بصون الذاكرة الوطنية بهدف تكريس القيم والمثل العليا لثورة أول نوفمبر وتبليغ الرسالة التاريخية التي كرسها الدستور وكذا ترقية كتابة تاريخ الأمة وتلقينها للأجيال الصاعدة.

وركّز الوزير في حديثه على الأهمية التي يوليها قطاعه لعنصر الشباب، قائلاً: "إن رسالة الشهداء والمجاهدين كانت ترتكز على الشباب واليوم نريد أن تنتقل هذه الرسالة إلى

تمّ يوم الخميس الإعلان عن إنشاء لجنة مشتركة بين وزارة المجاهدين وذوي الحقوق والمجلس الأعلى للشباب تعنى بالتنسيق والعمل للحفاظ على الذاكرة الوطنية وثوابت الأمة وتحصين الأجيال الصاعدة مع تأكيد شعورها بالانتماء إلى الوطن.

وتناول اللقاء الذي جمع في هذا الإطار وزير المجاهدين وذوي الحقوق، العيد ربيقة، ورئيس المجلس الأعلى للشباب، مصطفى حيداي، العناصر المتمثلة بإنشاء هذه

تلقى وزير الشؤون الخارجية والجمالية الوطنية بالخارج، أحمد عطاف، يوم الخميس، اتصالاً هاتفياً من أخيه سمو الشيخ عبد الله بن زايد النهيان، وزير الخارجية والتعاون الدولي لدولة الإمارات العربية المتحدة الشقيقة، هنأه فيه على انتخاب الجزائر عضواً غير دائم بمجلس الأمن، وفق ما أفاد به بيان للوزارة.

وبهذه المناسبة، يضيف البيان، "تقل سمو الشيخ عبد الله بن زايد النهيان باسمه وباسم كافة أفراد الأسرة الأميرية أطيب التحيات لسيادة رئيس الجمهورية، مهنأ الجزائر على انتخابها عضواً غير دائم بمجلس الأمن ومتمنياً لبلاندا تمام التوفيق في الاضطلاع

## الجزائر تدين اعتداءات الصهاينة ضد الفلسطينيين

أدانت الجزائر، الخميس، "باشد العبارات الاعتداءات الهمجية المتكررة وأعمال الترويع التي يقوم بها المستوطنون الصهاينة ضد المواطنين الفلسطينيين العزل، وفق ما أفاد به بيان لوزارة الشؤون الخارجية والجمالية الوطنية بالخارج.

وجاء في البيان: "تدين الجزائر باشد العبارات الاعتداءات الهمجية المتكررة وأعمال الترويع التي يقوم بها المستوطنون الصهاينة، بتشجيع وحماية" من سلطات الاحتلال الصهيوني، "ضد المواطنين الفلسطينيين العزل، ما أدى إلى سقوط العديد من الضحايا الأبرياء وتدمير ممتلكاتهم، وتطالب بالوقف الفوري لهذه الأعمال الشنيعة التي تعد خرقاً فاضحاً ومتكرراً لكل القوانين والأعراف الدولية".

وأضاف ذات المصدر: "وإذ تجدد الجزائر دعوتها للمجتمع الدولي لتحمل مسؤولياته كاملة من أجل وقف مسلسل العنف الدموي الخطير والاعتداء على الفلسطينيين وممتلكاتهم، فإنها تؤكد مرة أخرى تضامنها التام مع الشعب الفلسطيني وموقفها الثابت الداعم له في سبيل استرجاع كامل حقوقه المشروعة وغير القابلة للتصرف، وعلى رأسها إقامة دولته المستقلة وعاصمتها القدس الشريف".

## انعقاد دورة المشاورات الجزائرية-اليابانية

انعقدت الدورة الخامسة للمشاورات السياسية بين وزرتي الشؤون الخارجية الجزائرية واليابانية يوم الخميس بالجزائر العاصمة.

وترأس هذا اللقاء الثنائي الذي يندرج في إطار مذكرة التفاهم الموقعة سنة 2010 كل من المدير العام المكلف بمنطقة "آسيا-أوقيانوسيا" بوزارة الشؤون الخارجية والجمالية الوطنية بالخارج، ناصر بوشريط والمدير العام المكلف بمنطقة الشرق الأوسط وإفريقيا" في وزارة الشؤون الخارجية اليابانية السيد ناغاوكا كانسوكي عن الجانب الياباني.

وقد سمحت هذه الدورة باستعراض التعاون الثنائي وبحث سبل توسيعه ليشمل مجالات أخرى. بهذه المناسبة، أبرز الطرفان نوعية العلاقات التاريخية التي تربط الجزائر واليابان حيث أعربا عن رغبتهما في تعزيزها أكثر مع الالتزام بالارتقاء بها إلى مستوى الامكانيات التي يزر بها البلدان. كما انتهز الجانبان هذه الفرصة لتبادل وجهات النظر حول القضايا السياسية الدولية والإقليمية ذات الاهتمام المشترك.

وخلال هذه المناقشات، تم التطرق إلى إصلاح منظمة الأمم المتحدة وكذا القضيتين الفلسطينية والصحراوية إضافة إلى الوضع في ليبيا ومنطقة الساحل.

في هذا الشأن، تم تسجيل توافق كبير في وجهات النظر سيما فيما يتعلق بتمسك البلدين بقيم ومبادئ الأمم المتحدة واحترام القانون الدولي والتسوية السلمية للنزاعات.

## الهاتف النقال؛

## إدراج 1400 منطقة ضمن البرنامج الجديد للخدمة الشاملة

كشف وزير البريد والمواصلات السلكية واللاسلكية، كريم بيبو تريكي، يوم الخميس بالجزائر العاصمة، أنه تم إدراج 1400 منطقة ضمن البرنامج الجديد للخدمة الشاملة الذي خصص للتغطية بشبكات الهاتف النقال، يضاف إلى البرامج السابقة التي تم تجسيدها لبسط شبكات الهاتف الثابت والانترنت. وفي جلسة علنية بالجلسة الشعبية الوطني خصصت لطرح أسئلة شفوية على عدد من أعضاء الحكومة، ترأسها رئيس المجلس، إبراهيم بوعالي، أوضح الوزير في رده عن سؤال حول أجل استكمال عملية التغطية بشبكات الهاتف النقال لتتعاملى الهاتف عبر كافة التراب الوطني، أن "الدولة وضعت آلية تمكن المناطق الأقل من 2000 نسمة، والتي لا يمكن تغطيتها من قبل متعاملى الهاتف النقال، على الاستفادة من برامج تنموية في مجال الاتصالات"، وهذا عن طريق "صندوق الخدمة الشاملة للاتصالات اللاسلكية والخدمة الشاملة التي تم تجسيدها في نفس الإطار، والتي خصصت لبسط شبكات الهاتف الثابت والانترنت".

## عيد الأضحى؛

## تسخير 52 ألف تاجر لضمان المداومة

سخرت وزارة التجارة وترقية الصادرات 52325 تاجراً وعدداً معتبراً من وحدات إنتاج المواد الغذائية ذات الاستهلاك الواسع عبر كافة التراب الوطني لضمان المداومة أيام عيد الأضحى، ضمن إطار التعميم العادي للمواطنين، حسب ما كشف عنه وزير التجارة وترقية الصادرات، الطيب زيتوني.

وقال الوزير في تصريح صحفي على هامش منتدى الاستشارة والتصديق المنظم بمناسبة معرض الجزائر الدولي، أن الوزارة اتخذت جملة من الإجراءات لضمان التعميم العادي للسوق وتفاذي الندرة خلال يومي العيد ونهاية الأسبوع الموالي له موضحاً أن 6463 مغبرة و28984 محلا للمواد الغذائية والخضر والفواكه تم تسخيرها للعمل أيام العيد.

أما الملبئات المعنية بالعمل أيام العيد، فيقدر عددها حسب البرنامج بـ143 ملبئة، فيما سيبلغ عدد المحلان المسخرة 288 وحدة. وحسب السيد زيتوني، سيشكل زهاء 183 ألف تاجر مستقل دعماً لتوفير المواد الأساسية خصوصاً وأن معظم هاته الفئة من التجار تنشط في مجال بيع الخضر والفواكه وكذا 39 وحدة إنتاج المياه المعدنية. كما لفت الوزير إلى أنه سيسهر على تطبيق مداومة عيد الأضحى 2356 عون رقابية موزعين على مديريات التجارة الولائية عبر الوطن.

وأعرب السيد زيتوني في ذات السياق عن ارتياحه لنسبة استجابة التجار لنظام المداومة خلال عيد الفطر الفارط والتي بلغت 98 بالمائة.

## المستوردون مدعوون للاستثمار في مشاريع منجحة

أكد وزير التجارة وترقية الصادرات، الطيب زيتوني، يوم الخميس بالجزائر العاصمة، أن المستوردين مدعوون، ابتداء من 2024، للاستثمار في مشاريع منتجة. وهذا ضمن مسعى السلطات العمومية لترشيد واردات البلاد، لاسيما بخصوص المنتجات التي تملك الجزائر قدرات لإنتاجها محلياً.

وأوضح الوزير في تصريح للصحافة، على هامش أشغال منتدى الاستثمار والتصديق، المقام بالتزامن مع معرض الجزائر الدولي (الصونير البحري)، "أنه سيتم بدءاً من العام المقبل العمل بمعايير جديدة بالنسبة لنشاط الاستيراد حيث سيكون المستوردون مطالبين بالتوجه للاستثمار وإنتاج محلياً المواد والسلع التي يستوردونها حالياً، منوهاً بتوجه العديد من مستوردي النسيج والملايش، في الفترة الأخيرة بالجزائر، إلى تصنيع ما كانوا يستوردونه. وأكد أن السلطات العمومية وقرت كافة التحفيزات والشروط المناسبة لدعم ومرافقة المتعاملين الاقتصاديين الناشطين في الاستيراد إلى التحول نحو الإنتاج والتصنيع وخلق الثروة.

• ف. هـ

## لتلبية الطلب الوطني .. وتقليص الواردات

# إجراءات لرفع إنتاج الجزائر من الحبوب والبقول

أكد وزير الفلاحة والتنمية الريفية، محمد عبد الحفيظ هني، يوم الخميس بالجزائر العاصمة، أنه تم إتخاذ عدة إجراءات للرفع من الإنتاج الوطني للحبوب والبقول الجافة ببقية تلبية الطلب الوطني عليها وتقليص الواردات، مع التوجه للتصدير.



تحفيزات تفوق 60 بالمائة كدعم مالي لانجاز هذه العمليات، فضلا عن انشاء بنك البذور وتعزيز المكننة بالسماح باستيراد العتاد الفلاحي المستعمل والجديد الموجه بالخصوص للمناطق الجنوبية لزيادة المردود. وأبرز أن الهدف المنشود هو بلوغ مليون هكتار مسقي على مستوى الجنوب نهاية 2025. وفي رده على سؤال النائب رابع جدو (حركة البناء الوطني)، بخصوص مصير البنايات المشيدة على الأراضي التابعة للملاك الدولة، بعد صدور القانون المتعلق بالفلاحة والثروات الغابية الذي هو قيد المناقشة، أكد الوزير أن القانون "لن يطبق بأثر رجعي" على هذه البنايات. أما بالنسبة لسؤال النائب احمد رابحي (حزب جبهة التحرير الوطني) المتعلق بفتح المحميات الرعوية امام موالى ولاية الجلفة قصد تأمين العشب لتغذية المواشي، فأوضح الوزير انه تم اقتراح، خلال هذه السنة، فتح 39 محيطة بقيمة 3 مليون وحدة علفية إلى جانب مرافقة الموالين المتضررين من الجفاف.

الاراضي بدون سندات"، أوضح السيد هني انه تم إيداع 515 طلب بخصوص التسوية مع تواصل العملية على مستوى لجنة ولائية نصبت لهذا الغرض. اما عن الاراضي الفلاحية التابعة للملاك الخاصة للدولة، فقد عرفت "حركة كبيرة وانتعاشا ملحوظا في السنوات القليلة الماضية" بفضل تفعيل الشراكة على مستوى هذه الاراضي، حسب الوزير الذي أكد تسجيل "اقبال من المستثمرين واصحاب الامكانيات العلمية والمالية على ابرام شراكة مع اصحاب عقود الامتياز الفلاحي".

وبالنسبة لتوفير اللحوم الحمراء بأسعار معقولة، والذي شكل محور سؤال النائب عمر بن عودة (حزب جبهة التحرير الوطني)، افاد السيد هني انه، في اطار استراتيجية تطوير

خلال جلسة علنية بالمجلس الشعبي الوطني مخصصة للأسئلة الشفوية، برئاسة نائب رئيس المجلس، ناصر بطيش، بحضور اعضاء من الحكومة، قال السيد هني في رده على سؤال للنائب علي بن سبباقي (حزب جبهة التحرير الوطني) بخصوص الاجراءات المتخذة من اجل حث الديوان الوطني للحبوب على الاستثمار في زراعة الحبوب والبقول الجافة بالجنوب، انه ساستنادا لالتزامات رئيس الجمهورية، السيد عبد المجيد تبون، الذي جعل من الفلاحة خيارا استراتيجيا في الوقت الحالي ووهانا مستقبليا لما لها من مقومات للاعتماد عليها كقاطرة ومحرك للاقتصاد الوطني، تم اعتماد رؤية جديدة للنهوض بالإنتاج الفلاحي في مختلف فروعها لاسيما الشعب الاستراتيجية".

وتطرق الوزير في هذا الصدد إلى المخطط الاستعجالي للنهوض بشعبة الحبوب والبقول الجافة الذي يشمل عدة إجراءات منها تكفل الدولة برفع سعر شراء الحبوب بأكثر من 30 بالمائة، وحصر استيراد البقول الجافة على الديوان المهني الجزائري للحبوب، كما تم رفع المساحات المخصصة للحبوب من 70 الف هكتار سنويا إلى 130 الف هكتار هذه السنة.

كما تم، يذكر الوزير، رفع نسبة دعم الاسمدة إلى 50 بالمائة إلى جانب حفر أكثر من 6500 بئر بفضل التنسيق مع قطاع الري لتسهيل الحصول على الرخص لحفر الآبار منذ بداية العملية بداية السنة الجارية مع وضع

شكل منتدى الجزائر للاستثمار والتصدير، الخميس بقصر المعارض بالجزائر العاصمة، فرصة لمثلي هينات عمومية معنية بالاستثمار والتجارة عرض مختلف الإجراءات التي اتخذتها الدولة لترقية الصادرات الجزائرية خارج الحروقات، ما سمح برفع قيمة هذه الصادرات إلى قرابة 7 ملايين دولار السنة الماضية، مع ترقب مضاعفة هذا الرقم خلال السنة الحالية. وأبرز مدير الدراسات المكلف بالشباك الوحيد للمشاريع الكبرى والمشاريع الأجنبية بالوكالة الجزائرية لترقية الاستثمار، أحمد بريشي، في مداخلة له خلال المنتدى الذي افتتحه وزير التجارة وترقية الصادرات، الطيب زيتوني، على هامش معرض الجزائر الدولي، أهمية المزايا التي تضمنها قانون الاستثمار الجديد، على غرار ضمان ديمومته لمدة 10 سنوات على الأقل، وكذا الاستفادة من قاعدة 51/49 ما عدا في بعض القطاعات الاستراتيجية.

وتطرق السيد بريشي أيضا إلى الضمانات والتسهيلات التي تم إقرارها للمستثمرين الأجانب، لاسيما من خلال استحداث الشباك الوحيد للاستثمارات الأجنبية على مستوى الوكالة الجزائرية لترقية الاستثمار، وكذا المنصة الرقمية للاستثمار التي أكد انها "ستساعد على اشفاء الشفافية وريج الوقت". من جهته، أشار مدير الوكالة الجزائرية لترقية التجارة الخارجية سالكس، عبد الطيف الهواري، إلى أهمية الدور الذي ستلعبه المعارض الدائمة بكل من الجزائر، موريتانيا والسفغال، في ترقية الصادرات الجزائرية خارج الحروقات في إطار منطقة التبادل الحر الافريقية. وأوضح أن من بين اهداف هذه المعارض، التي توفر مساحات عرض كبيرة، الترويج للمنتوج الجزائري وضمان تواجد الدائم على المستوى الإفريقي، لاسيما في دول غرب إفريقيا أين يتوفر النقل البري عبر المجمع العمومي "الوجيترانس"، والنقل البحري من الجزائر نحو السفن، وكذا الرحلات الجوية المنتظمة بانتجاه نواكشوط وداكار".

وبخصوص منصة "أوروماد ترايد" (Euromed Trade) لتسهيل التجارة والاستثمار ما بين دول البحر الأبيض المتوسط، كشف السيد الهواري عن تنظيم دورات تكوينية حول هذه المنصة، لتمكين المعاملين الاقتصاديين من الاستفادة من التسهيلات التي يمنحها الاتحاد الأوروبي لمنتجات الدول المتوسطية.

## منتدى الجزائر للاستثمار والتصدير، عرض مختلف الإجراءات المتخذة الدولة لترقية الصادرات

شكّل منتدى الجزائر للاستثمار والتصدير، الخميس بقصر المعارض بالجزائر العاصمة، فرصة لمثلي هينات عمومية معنية بالاستثمار والتجارة عرض مختلف الإجراءات التي اتخذتها الدولة لترقية الصادرات الجزائرية خارج الحروقات، ما سمح برفع قيمة هذه الصادرات إلى قرابة 7 ملايين دولار السنة الماضية، مع ترقب مضاعفة هذا الرقم خلال السنة الحالية.

وأبرز مدير الدراسات المكلف بالشباك الوحيد للمشاريع الكبرى والمشاريع الأجنبية بالوكالة الجزائرية لترقية الاستثمار، أحمد بريشي، في مداخلة له خلال المنتدى الذي افتتحه وزير التجارة وترقية الصادرات، الطيب زيتوني، على هامش معرض الجزائر الدولي، أهمية المزايا التي تضمنها قانون الاستثمار الجديد، على غرار ضمان ديمومته لمدة 10 سنوات على الأقل، وكذا الاستفادة من قاعدة 51/49 ما عدا في بعض القطاعات الاستراتيجية.

وتطرق السيد بريشي أيضا إلى الضمانات والتسهيلات التي تم إقرارها للمستثمرين الأجانب، لاسيما من خلال استحداث الشباك الوحيد للاستثمارات الأجنبية على مستوى الوكالة الجزائرية لترقية الاستثمار، وكذا المنصة الرقمية للاستثمار التي أكد انها "ستساعد على اشفاء الشفافية وريج الوقت". من جهته، أشار مدير الوكالة الجزائرية لترقية التجارة الخارجية سالكس، عبد الطيف الهواري، إلى أهمية الدور الذي ستلعبه المعارض الدائمة بكل من الجزائر، موريتانيا والسفغال، في ترقية الصادرات الجزائرية خارج الحروقات في إطار منطقة التبادل الحر الافريقية. وأوضح أن من بين اهداف هذه المعارض، التي توفر مساحات عرض كبيرة، الترويج للمنتوج الجزائري وضمان تواجد الدائم على المستوى الإفريقي، لاسيما في دول غرب إفريقيا أين يتوفر النقل البري عبر المجمع العمومي "الوجيترانس"، والنقل البحري من الجزائر نحو السفن، وكذا الرحلات الجوية المنتظمة بانتجاه نواكشوط وداكار".

وبخصوص منصة "أوروماد ترايد" (Euromed Trade) لتسهيل التجارة والاستثمار ما بين دول البحر الأبيض المتوسط، كشف السيد الهواري عن تنظيم دورات تكوينية حول هذه المنصة، لتمكين المعاملين الاقتصاديين من الاستفادة من التسهيلات التي يمنحها الاتحاد الأوروبي لمنتجات الدول المتوسطية.

## مدير سوناطراك يتفقد منشآت ومشاريع

قام الرئيس المدير لسوناطراك، توفيق حكار، بزيارات ميدانية لعدة محطات بولايات سكيكدة، عنابة والطارف قصد معاينة وتفقد مشاريع ومنشآت إنتاجية للمجمع، حسب ما أفاد به يوم الخميس في بيان له.

وأوضح بيان سوناطراك أن السيد حكار، الذي قام بهذه الزيارات الميدانية يومي الأربعاء والخميس رفقة وفد من الاطارات المسيرة للمجمع، استهل زيارته بولاية سكيكدة، حيث عين سير مشروع توسعة الميناء النطفي الذي تعول عليه سوناطراك للرفع من قدرات الشحن والتفريغ على مستوى ميناء سكيكدة.

كما تفقد الرئيس المدير العام وثيرة سير مشروع بناء خزان للغاز الميع بسعة 150 ألف متر مكعب من اجل رفع قدرات تخزين الغاز الطبيعي المسال بالمنطقة الصناعية. وفي هذا الاطار، يبرز البيان، نوه الرئيس المدير العام لسوناطراك ب"ضرورة احترام اجال تنفيذ هذا المشروع الهيكلي الذي يتدرج ضمن استراتيجية المجمع للرفع من قدراته التسويقية والوفاء بالتزاماته الدولية".

كما قادت الزيارات السوفول الأول للمجمع العمومي إلى المنطقة الصناعية اسكيكدة إلى مركب تجميع الغاز GLIK، أين استمع إلى عرض مفصل حول سير عملية الصيانة الدورية البرمجة للمركب، التي شارك فيها اطارات شابة من التقنيين والمهندسين الذين أسهموا في هذه العملية بجديّة وإمكانيات محلية، حسب ذات البيان.

وخلال نفس اليوم (الأربعاء) وبولاية الطارف، تفقد الرئيس المدير العام مشروع إنجاز محطة تقطية مياه البحر والتي تقدر سعتها الإنتاجية بـ300 ألف متر مكعب يوميا والتي تشرف على إنجازها فروع شركة سوناطراك "الشركسة الجزائرية لإنجاز المشاريع الصناعية" (SARPL) و"المؤسسة الوطنية للقنوات" (ENAC).

أما بولاية عنابة، فقد زار السيد حكار يوم الخميس مجمع ساسمدال، أحد فروع سوناطراك النشط في مجال صناعة الاسمدة والمنتجات الفيتوصحية التي تساهم في خدمة الفلاحة، يشير البيان.

## الجيش الوطني الشعبي:

## تخرج دفعات جديدة من المدرسة العليا العسكرية للإعلام والاتصال

أشرف اللواء سابع مبروك، مدير الإعلام والاتصال بالجيش الوطني الشعبي، يوم الخميس بالمدرسة العليا العسكرية للإعلام والاتصال بسبيدي فرج (الجزائر العاصمة)، على حفل تخرج دفعات جديدة للسنة الدراسية 2022-2023.

وبالمناسبة، قام اللواء سابع مبروك بتسليم الشهادات وتقدير الرتب الطبية للتفوقين الأوائل وكذا تسمية الدفات المتخرجة باسم "الجهاد التوفيق محمد علاق". وفي كلمة له بالمناسبة، تطرق العقيد قائد المدرسة إلى أهم جوانب التكوين العسكري والجامعي الذي تلقاه الطلبة وفق سبرامج نظرية وتطبيقية مدروسة تحت إشراف نخبة من الأساتذة والمكونين في علوم الإعلام والاتصال.

وحت الطلبة في هذا الاطار على "التحلي بروح الانضباط والوفاء للوطن والدفاع عن القيم الوطنية". بعدها، قدمت الدفات المتخرجة استعراضات على وقع الموسيقى العسكرية.

وعلى هامش حفل التخرج، قام اللواء سابع والوفد المرافق له بزيارة للورشات العلمية، حيث استمع إلى مختلف العروض المقدمة من طرف المترشحين والطلبة، والتي تضمنت مشاريع بحث ومذكرات وورشات تطبيقية تناولت عدة مواضيع وأعمال سمعية بصرية ذات الصلة بعلوم الإعلام والاتصال. وذكر اللواء سابع في هذا الصدد بالأهمية التي توليها القيادة العليا للجيش الوطني الشعبي من أجل "تصين مستوى التكوين"، دعا إلى "المزيد من المثابرة والإبداع في هذا المجال الهام". وفي الأخير، تم تكريم عائلة الجهاد التوفيق محمد علاق.

## كهدف سطرته وزارة المؤسسات المصغرة

# 100 ألف منصب شغل مُنتظر خلال سنتين

إمكانية "الاستعلاء حول صيغ الاستفادة من التمويل ومن مساعدات الدولة، إضافة إلى توفير معلومات حول الجباية وكيفية الاستفادة من الامتيازات في هذا المجال". من جهته أبرز السيد بداري التدابير الثلاثة الأهم التي طمعت التعاون بين القطاعين في هذا المشروع، وهي "تحويل دور المقاولاتية، البالغ عددها 100 دار على مستوى مختلف الجامعات، إلى مراكز لتطوير المقاولاتية، والتسيير المدنية بين الزوارتين لهذه المراكز، إضافة إلى القوانين الجديد للطلاب-المقاول الذي يتيح له الاستفادة من عدة مزايا".

اصدار نصوص قانونية جديدة تهدف إلى تحديث تسيير الوكالة"، مضيفا ان الهدف الاساسي من هذه الاجراءات يتمثل في "تطوير قطاع المؤسسات المصغرة من مقارنة اجتماعية دامت منذ سنوات عديدة إلى نموذج اقتصادي مستديم".

وشدد الوزير في ذات السياق على تشجيعه للمؤسسات المصغرة النشطة في المجال الصناعي لكي تدخل مجال المناولة، علما انه سيتم اصدار خارطة وطنية للمناولة من اجل تشجيع فرص الدخول إلى الأسواق المحلية والمساهمة في تقليص التبعية للواردات عبر تهمين الصناعة المحلية.

## إطلاق المنصة الإلكترونية

[mouqawil.dz](http://mouqawil.dz) يوم 10 جويلية

قدم الوزير شروحات وتفاصيل تتعلق بالمنصة الإلكترونية الجديدة، ["mouqawil.dz"](http://mouqawil.dz)، التي "ستطلق في 10 جويلية المقبل، والتي تعتبر قاعدة بيانات من شأنها توفير كافة المعلومات المتعلقة بالمقاول في الجزائر لحاملي المشاريع". كما أوضح أن هذه المنصة ستتيح لهم أيضا

23٪ من العدد الاجمالي للمستفيدين من مساعدة الدولة إلى 50٪ كحد ادنى".

ومن اجل تحقيق هذه الاهداف -يضيف السيد وليد- فإن "الوزارتين تعملان بالتعاون، سيما عبر اطلاق مراكز تطوير المقاولاتية على مستوى الجامعات من اجل مرافقة الجامعيين الحاملين لمشاريع عبر توفير تكوينات مكثفة لهم في مجال المقاولاتية ومن خلال السماح لهم بالاستفادة من التمويل".

وتابع الوزير، ان الهدف من تنظيم هذه الندوة يتمثل في "الاعلان عن اجراءات جديدة تخص الوكالة الوطنية لدعم تنمية المقاولاتية"، علاوة على الاعلان عن "استعمال اللغتين العربية والانجليزية لتسمية هذه الوكالة التي ستصبح بالانجليزية National Entrepreneurship+ And Development Support Agency+ ((NESDA بهوية وشعار جديدين يعكسان توجهها الجديد وتحولها إلى اداة اقتصادية بامتياز". كما اكد الوزير ان هذا الحدث "يعكس

أكد وزير اقتصاد المعرفة والمؤسسات الناشئة والمؤسسات المصغرة، ياسين المهدي وليد، يوم الخميس بالجزائر العاصمة، أن وزارته سطرته هدفا لها يتمثل في استحداث 100,000 منصب شغل في غضون السنتين المقبلتين وذلك بفضل زيادة عدد المؤسسات المصغرة التي سيتم انشاؤها خلال هذه الفترة لا سيما من قبل الجامعيين.

وأوضح الوزير خلال ندوة صحفية نشطها على هامش ندوة حول موضوع "المؤسسات المصغرة: نحو نموذج اقتصادي مستديم"، جرت بحضور وزير التعليم العالي والبحث العلمي، كمال بداري، ان وزارته تسعى إلى "استحداث 100,000 منصب شغل جديد خلال السنتين المقبلتين علاوة على زيادة عدد المؤسسات لتنتقل من 25 إلى 45 مؤسسة لكل 1,000 نسمة خلال نفس الفترة".

أما الهدف الاخر الذي تسعى وزارته لتحقيقه فيتمثل في سزيادة نسبة المقاولين الحاصلين على شهادات جامعية لترتفع من

## مشاركون في الصالون الدولي للصيدة:

# الرقمنة.. آلية ضرورية للتحكم في سوق الأدوية

وفي هذا الاطار، أبرز السيد مهدي عمروني، إطار مركزي بوزارة الصناعة والإنتاج الصيدلاني مكلف بأنظمة الإعلام الآلي والرقمنة بأن "رقمنة مسار الأدوية مكن من توضيح الرؤية بشأن وفرة المواد الصيدلانية"، لافتا إلى أن "نحو 120 تصريح خاص بإنتاج واستيراد مواد صيدلانية يسجل يوميا على مستوى الأرضية الرقمية الخاص بمسار المواد الصيدلانية".

وقد تخلت اليوم الثاني من أشغال الصالون الدولي للصيدة والصناعة الصيدلانية، مناقشة عدة مداخلات تناولت محاور ذات صلة بالتأمين المرتبط بالأخطاء الطبية والاحطاء المرتبطة بالصيدة والمواد الصيدلانية شبه الطبية والمنظومة القانونية.

وأفاد بأن "اعتماد الرقمنة سيمكن من التحكم في ميكانيزمات سوق الأدوية ويفرض منطق الشفافية في رسم وتحقيق الأهداف المرتبطة بالصحة واعتماد رؤى استشرافية لسوق الأدوية".

من جهته، ركز الدكتور وليد عياد ممثل عن النقابة الوطنية للصيدة الخواص على

## في مكة المكرمة ..

## لمهدي يلتقي بأعضاء لجنة الفتوى والإرشاد

التقى وزير الشؤون الدينية والأوقاف، السيد يوسف بلمهدي، مساء الخميس بمكة المكرمة أعضاء لجنة الفتوى والإرشاد الديني للبعثة الجزائرية تحضيراً لإداء مناسك الحج. واعتبر الوزير بالمناسبة هذا اللقاء من بين اللقاءات المحورية في تأطير الحجاج بعثتنا الدور الذي قام به كل من المرشدين والمرشحات بالمدينة المنورة ومكة المكرمة من نشاط قوى ومرافقة الحجاج في السعي والطواف.

وقدم الوزير بالمناسبة توجيهات للجنة الفتوى والمرشدين والمرشحات تتعلق بشعائر عرفات ومزدلفة ومنى باعتبارها -كما قال- "من المحطات الكبرى".

وذكر في إطار متصل بتنظيم لقاء آخر مع أعضاء البعثة المتكونة من 865 عضواً وثالث مع أعضاء الجماعة المدنية تتضمن الخطة التي سيتم تبنيها بالمسار.

وكان رئيس لجنة المتابعة لبعثة الحج الجزائرية السيد لخميسي يزاز قد صرح انه وبعد التكفل بـ80 بالماننة من الحجاج بمكة من حيث الإسكان والنقل والأعاشة تستعد البعثة لتصعيد الحجاج إلى المشاعر يوم 8 ذي الحجة 1444 هـ / 2023 م لتأدية مناسك الحج.

وأوضح ذات المتحدث بالمناسبة انه تم برمجة زيارات يومية إلى المشاعر للاطلاع على جاهزية أماكن استقبال الحجاج بعرفات ومنى من حيث الافرشة وظروف الاعاشة. وأكد في هذا الاطار انه يتم بالتنسيق مع المنظمين بالمسار ضبط الأمور تحضيراً إلى النزول بعرفات ثم الاتجاه ليلاً إلى مزدلفة وبالتالي إلى منى وهي الأيام التي وصفها -ذات المسؤول- بأشق أيام الحج التي يجب تحملها.

## متفرقات

الأيام الطبية 15 بالبلدية  
تأكيد على أهمية التكوين  
المتواصل للأطباء

أكد مشاركون في أشغال الأيام الطبية الـ15 المنظمة بولاية البلدية على أهمية التكوين المتواصل لتحسين معلومات ومعارف الأطباء وممارسي الصحة بما يسمح بضمان تفضل جيد للمريض، وهو ما أفاد به البروفيسور المختص في جراحة الفم والاسنان بالمستشفى الجامعي فرانس فانون حميد بوقايس الذي أوضح أن الأيام التكوينية التي دايت على تنظيمها كل سنة النقابة الوطنية للممارسي الصحة العمومية لناحية الوسط لها أثر إيجابي على ممارسي الصحة باعتبارها تسمح لهم بتحديث معارفهم من جهة وتلقيهم تقنيات العلاج الحديثة والمعتمدة حاليا للعمل بها وحتى يستفيد منها المرضى.

وقال البروفيسور بوقايس أنه يعمل حاليا على نشر معلومة توصل إليها نتيجة الدراسة التي قام بها وتحصل بمقتضاها على المرتبة الثالثة في مؤتمر عالمي لأمراض القلب في دبي سنة 2013 تفيد بضرورة عدم توقيف الأدوية المضادة لتخثر الدم بالنسبة لمرضى القلب في حالة خضوعهم لجراحة الأسنان أو الفك كما كان معمول به لما قد يتسبب لهم من مضاعفات خطيرة قد تؤدي بهم إلى الوفاة، مضيفا أن الأدوية الجديدة المضادة لتخثر الدم الخاصة بمرضى القلب لا تؤثر على عملية خضوع المريض للعلاج أو جراحة الأسنان، وهو ما يعمل حاليا على تلقيه لزملائه في المهنة من أطباء وجراحي الأسنان في هذه الأيام التكوينية لتغيير تقنيات علاجهم.

من جهته أبرز رئيس النقابة الوطنية لممارسي الصحة العمومية الياس مرابط أهمية هذه الأيام التكوينية التي تناولت عدة مواضيع على غرار مرض السكري والضغط الدموي وأمراض القلب والجذلة الدماغية وغيرها من الأمراض التي لها علاقة مباشرة بتحسين الخدمات الصحية بما يسمح للممارس الطبي أن يكون على علم بكل المستجدات الوطنية والدولية في هذا المجال، مضيفا أن الطبيب العام يلعب دورا محوريا في كل منظومة صحية في العالم، وبالتالي يتوجب توفير له تكوين متواصل ليساير المستجدات لتحسين مستواه.

للإشارة فقد عرفت هذه الأيام الطبية التي احتضنتها المؤسسة المختصة في زراعة الأعضاء والأنسجة بمستشفى فرانس فانون الجامعي مشاركة أكثر من 300 ممارس للصحة من ولايات بجاية البويرة بومرداس تيزي وزو والجزائر العاصمة وعين الدفلى وتيبازة والمدية والبلدية.

## تقنرت است

## 6 قتلى في مجزرة مروية

توفي 6 أشخاص في حادث مرور وقع بولاية تقنرت، حسب ما أفادت به مصالح الحماية المدنية التي أوضحت أن الحادث المميت وقع على مستوى طريق قرية "سيلكن" على بعد 40 كلم شمال/غرب عاصمة الولاية عقب انحراف انقلاب شاحنة مقطورة، مما أدى إلى وفاة 6 أشخاص على الفور كانوا على متن العربة المقطورة.

## أم البواقي

## هالك شاب غرقا داخل مجمع مائي

توفي شاب يبلغ من العمر 17 سنة غرقا داخل مجمع مائي ببلدية فكيرينة بولاية أم البواقي، حسب ما ورد في بيان للمديرية المحلية للحماية المدنية التي أوضحت أن فرقة الغطاسين قد تدخلوا لانتشال جثة غريق من داخل مجمع مائي بقرية "ولان" ببلدية فكيرينة وتم نقل جثة الطفل بعد انتشاله إلى مستشفى صالح زرداني بمدينة عين البيضاء.

## أمن ولاية الجزائر

## توقيف 4 أشخاص اختطفوا فتاة

أوقفت مصالح الامن الوطني لبئر توتة بولاية الجزائر 4 أشخاص بعد أن قاموا باختطاف فتاة قاصر وتعرضها إلى التعذيب، وهو ما أفادت به المديرية العامة للأمن الوطني التي أوضحت في بيان لها أمس الجمعة أن القضية جاءت على إثر تقدم شخص إلى مقر الفرقة ذاتها للتبليغ عن تعرض ابنته القاصرة إلى الاستدراج، الاختطاف والاحتجاز متبوع بالتحرير على الفسق وفساد الأخلاق، وعليه وبالتنسيق مع النيابة المختصة إقليميا، باشرت المصلحة ذاتها التحريات في القضية، حيث بعد استغلال معلومات قدمتها الضحية القاصر، أفضت النتائج إلى تحديد هوية الفاعلين وتم توقيف 4 أشخاص مشتبه فيهم تم تقديمهم أمام النيابة المختصة إقليميا.

## شرطة الحراش توقف مشتبهاً

## به في جريمة قتل

تمكنت مصالح أمن دائرة الحراش بولاية الجزائر من توقيف مشتبه فيه يبلغ من العمر 25 سنة في قضية القتل بالسلاح الأبيض التي راح ضحيتها شاب يبلغ من العمر 35 سنة بشارع حسان بادي ببلدية الحراش، مشيرة إلى أنه تم القبض عليه في وقت قصير بعد ارتكابه للجريمة الشنعاء التي هزت مدينة الحراش.

• ي. تيشات

## لتأمين تموين سكان بشار بمياه الشرب

## تجسيد المشروع الهيكلي "القطراني 1" يبدأ قريباً

من المنتظر أن تنطلق قريباً أشغال المشروع الهيكلي "القطراني 1" لتحويل المياه الجوفية الألبية من حقل تجميع المياه بقطراني نحو ولاية بشار لتأمين التموين بالمياه الصالحة للشرب لقائدة سكان المنطقة.



للري بقيمة 16 مليار دج ستعجز في إطار البرنامج التكميلي لولاية الجلفة، كاشفاً أنه تمت الموافقة على رفع حصة المياه الصالحة للشرب لولاية وهران.

الاعتبار لهذا الحاجز المائي الذي تم إنجازه في 2009، مشيراً أنه من المنتظر ادراج مشروع إعادة الاعتبار لواد الحاجية خلال 2024 وتم رفع التجميد عن 16 مشروع

الذي تصل طاقة استيعابه إلى 1، 8 مليون متر مكعب فقد أكد بأن الأمر متعلق بغياب هيئة مسيرة للحواجز المائية، موضحاً بأنه تم اعداد بطاقة تقنية لإعادة

أعلن وزير الري طه دربال أنه ينتظر الضوء الأخضر بعد اخذ الموافقة المبدئية من السلطات العليا للبلاد للانطلاق في مشروع القطراني لتوفير المياه الصالحة للشرب لسكان ولاية بشار خاصة في فصل الصيف، وأوضح خلال جلسة علنية بالمجلس الشعبي الوطني خصصت لطرح الأسئلة الشفوية أنه تم طلب دراسة إضافية للتحقق من المخزون المائي لهذا المشروع الذي وصفه بالهيكلي، مضيفاً بأن الدراسات المنجزة كانت إيجابية وأكد أنه من المتوقع ان يوفر القطراني 1 مستقبلاً 80 ألف متر مكعب/يومياً بفضل آباره 266 بقدرته تدفق تصل إلى 35 لتر/ثانية لكل بئر، وتم أيضاً إجراء دراسة التحقق من امتداد الطبقة المائية، مؤكداً ان تقرير الوكالة الوطنية للموارد المائية

خلص إلى أن الطبقات المائية للقطراني 1 موجودة بالجزائر فقط. وأفاد الوزير طه دربال ان أموالاً كبيرة ستخضع من اجل انجاز هذا المشروع الضخم وانه من الضروري الالمام بجميع جوانبه والقيام بجميع الدراسات اللازمة، مؤكداً بأن دائرته الوزارية ستحرص على احترام اجال إنجاز المشروع لمدة 12 شهراً، داعياً سكان ولاية بشار التحلي بالصبر، مذكراً بأن المنطقة كانت تزود في الماضي انطلاقاً من سد جرف التربة الذي انخفض منسوب المياه فيه بشكل كبير بسبب الجفاف الذي تشهده المنطقة. ويخصوص الحواجز المائية غير المستغلة بولاية الجلفة خاصة الحاجز المائي "واد الحاجية"

## لتدشين ومعاينة وإطلاق مشاريع هامة

## وزير الأشغال العمومية في بومرداس اليوم

الوزاري على إعطاء إشارة انطلاق اشغال تقوية الطريق الرابط بين بلديتي سي مصطفى وزموري على مسافة 8، 5 كلم على ان تختتم زيارة وزير الأشغال العمومية والمنشآت القاعدية لخضر رخوخ لولاية بومرداس بمعاينة مروع انجاز اشغال جرف رمال ميناء الصيد البحري بزموري البحري.

• ي. تيشات

الشرقية لولاية بومرداس تشهد توافد معتبر للمصطافين.

كما يتضمن برنامج وزير الأشغال العمومية تقديم عرض مفصل حول وضعية الطرقات بولاية بومرداس ومعاينة مشروع انجاز تقوية الطريق الوطني رقم 5 بإقليم بلدية قورسو في اتجاه ولاية البويرة على مسافة 10 كلم، وبلدية سي مصطفى سيشرف الوفد

برنامج زيارة الوزير لخضر رخوخ سيتم فتح حركة المرور ووضع حيز الخدمة للشطر الأول الرابط بين الطريق الوطني رقم 5 وطريق "اللونز" ببلدية تيجلابين، مما سيساهم بشكل كبير في التقليل من الاختناق المروري الذي تعرفه عاصمة ولاية بومرداس خلال موسم الاصطيف على اعتبار ان الشواطئ المتواجدة بالجبهة

يُنْتَظَر أن يقوم سبيحة السبت وزير الاشغال العمومية والمنشآت القاعدية لخضر رخوخ بزيارة تفقدية إلى ولاية بومرداس لتدشين وإعطاء إشارة انطلاق اشغال تقوية طرقات وكذا الوقوف على مدى تقدم اشغال انجاز مشاريع تولى لها السلطات المحلية أهمية بالغة على غرار مشروع طريق اجتباب مدينة بومرداس على مسافة 10 كلم، حيث ويحسب

## لتأمين المصطافين والعائلات طيلة موسم الاصطيف

## مصالح أمن العاصمة تتخذ إجراءات خاصة

والمساحات العمومية من الباعة غير الشرعيين مع تكثيف الدوريات لمحاربة ظاهرة الحظائر غير الشرعية وردع المخالفين بخصوص التجاوزات المتعلقة بالصحة والبيئة، فيما ستقوم مختلف فرق الشرطة القضائية بالزى المدني والرسمي، من خلال تكثيف من الدوريات الراكبة والراجلة لتجسيد التواجد الدائم في الميدان والمستمر لمواجهة جرائم المساس بالأشخاص والممتلكات وحفظ الأمن والسكينة العامة.

• ي. تيشات

خلال اتّخاذ وضعيات ثابتة ودوريات راكية وأخرى راجلة، كما يتم تسهيل انسيابية حركة المرور بمختلف الأحياء والشوارع، وتأمين المحاور الرئيسية بالطرقات خصوصا المؤدية إلى 35 شاطئ أين سخرت لها 22 مركز شرطة.

كما يتم القيام بتوعية وتحسيس سواق المركبات من أخطار حوادث المرور وعدم احترام قانون المرور خاصة سواق الحافلات ذات المسافات الطويلة، وستعمل أفواج ميدانية من شرطة العمران وحماية البيئة على تطهير محيط الأسواق

اتخذت مصالح الامن الوطني لولاية الجزائر جملة من التدابير والإجراءات الأمنية لتأمين المصطافين والعائلات مع بدء موسم الاصطيف، وهو ما أفادت به ذات الهيئة الأمنية التي ستعمل على ضمان تغطية أمنية بمختلف قطاع الاختصاص بدء بالشواطئ المسموحة للفضاءات والساحات العمومية، أماكن التسلية والترفيه وصولاً إلى محطات نقل المسافرين، كما ستقوم للمصالح العملياتية بمهمة تأمين مختلف التظاهرات الثقافية والفنية والرياضية التي ستقام بقطاع الاختصاص من

## بغرض تفعيل المواطن في سياق تنمية الغابات

## فتح المجال الغابي للاستثمار قريباً

التعليم العالي، لتجسيد تجربة طائرات "درون" كبيرة الحجم مزوّدة بتطبيقات معلوماتية مئة بالمئة جزائرية بدءاً من 2023، كما ذكر أنّ مصالحه أعدت سلسلة إجراءات لاحتواء الحرائق بطريقة سريعة جداً عبر 43 ألف كيلومتر من المسالك الغابية وطنياً، فضلاً عن تنفيذ استراتيجيات وقائية بالتنسيق مع الجيش الوطني الشعبي والدرك الوطني والحماية المدنية، تقوم على تجنيد كل الوسائل البشرية والمادية للتدخل السريع وإخماد الحرائق حال نشوبها، من خلال تشكيل فرق متنقلة متكونة من مختلف القطاعات.

• ي. تيشات

مؤكداً ان الأمر سيعود بالفائدة على الخزينة العمومية والمواطنين، ومشيراً إلى أنّ استثمار الغابات سيتم بعد صدور نصوص تطبيقية ستحدّد صيغ الاستغلال والبناء، كما أضاف أنّه سيتم منح رخص استغلال ورخص بناء على نحو يسمح بمراعاة الجانب البيئي وتحسين الغابات ضدّ أي تدهور، متوعداً بمعاينة المخالفين والمتورطين في أي اعتداء على الغابات.

تطلع لتفعيل طائرات "درون" الجزائرية بدءاً من 2023

كشف ذات المتحدث عن مخطط جارٍ مع مركز التكنولوجيات الصناعية التابع لوزارة

الغابات، موضحاً أن القانون المذكور يتضمن 164 مادة، وينصّ أهمها على تمكين المهتمين من الاستثمار في الفضاء الغابي، واستغلال المواد الخشبية وغير الخشبية والعطرية بغرض ترميم الثروات الغابية، مضيفاً أنّ القانون ذاته سيسمح بإيجار الفضاءات الغابية مع منح الأولوية لسكان المناطق الجبلية والسكان المجاورين للغابات.

وأضاف المدير العام للغابات إنضاج دراسة جديدة للمنظومة الغابية تشمل على إنشاء غابات الاستجمام عبر تهيئتها من طرف المستثمرين، مركزاً على إعداد دفتر شروط خاص بكل غابة تبعاً لخصوصية كل واحدة،

كشف المدير العام للغابات جمال طواهرية عن إتاحة قانون حماية الغابات بثوبه الجديد، إمكانية فتح المجال الغابي للاستثمار أمام كل شرائح المجتمع عبر الحق في استغلال الغابات، مبرزا لدى نزوله ضيفاً على برنامج "ضيف الصباح" للفتنة الإذاعية الأولى، أن قانون حماية الغابات الذي سيموت عليه المجلس الشعبي الوطني يطرح مقاربة جديدة في استغلال الغابات من أجل تطوير الغابة الجزائرية وتفعيل المواطن في سياق تنمية

## بومرداس

## الشرطة والدرك في حملة للوقاية من حوادث المرور

شاركت مصالح الشرطة لبومرداس في الحملة الوطنية المنظمة من طرف قيادة الدرك الوطني التي جاءت تحت شعار "السياقة قواعد وسلوك... شخصيتك في طريقة قيادتك"، حيث كانت الانطلاقة على مستوى السد الثابت للمدخل الغربي لمدينة بومرداس تم من خلالها توجيه توصيات أمنية في مجال الوقاية لمستعملي الطرقات أصحاب المركبات بمختلف أصنافها الوافدين لإقليم بلدية بومرداس، كما قدمت لهم مطويات تضمنت إرشادات أمنية مرورية. البرنامج التحسيسية ستمدد إلى غاية 31 أوت 2023

• ي. تيشات

## مديرية "سونغاز" لولاية بومرداس:

## ربط 10 آلاف وحدة سكنية بالكهرباء والغاز

لتطوير السكن، و744 مسكن بالكهرباء والغاز في إطار مشاريع المؤسسة الوطنية للترقية العقارية، و176 مسكن بالكهرباء والغاز في إطار مشاريع السكن الترقوي المدعم، مما تتطلب إنجاز 34,744 كلم من الشبكة الكهربائية ذات التوسط المتوسط 64,31 كلم من الشبكة الكهربائية ذات التوتر المنخفض و110 محول كهربائي فيما تم إنجاز 21، 62 كلم من الشبكة الغازية، حيث رفعت المديرية من وتيرة الأشغال لوضع حيز الخدمة الشبكات الكهربائية والغازية الخاصة بالمشاريع السكنية المذكورة سائفاً وذلك بتجنيد مختلف مصالح المديرية مدعومة بالمؤسسات المقاولاتية الخاصة من أجل تسليم جميع المشاريع في الأجل المحددة.

• ي. تيشات

تطبيقاً للبرامج المسطرة في إطار مرافقة السكنات بمختلف صيغها فيما يخص التموين بالكهرباء والغاز، تقوم مديرية التوزيع لبومرداس بربط 10394 وحدة سكنية جديدة مبرمجة للوضع حيز الخدمة عبر 20 بلدية ويتعلق الأمر بكل من اولاد هدا، اولاد موسى، الاربعطاش، بني عمران، سوق الأحد، رأس جنات، اولاد عيسى، تاورقة، بغلية، بن شوب، برج منايل، لقاطة، حمادي، خميس الخشنة، بودواو، الخروبة، زموري، الناصرية، بومرداس وقورسو.

ومن بين المشاريع التي سوف يتم وضعها حيز الخدمة فقد تم ربط 3027 مسكن بالكهرباء والغاز في إطار مشاريع الديوان الوطني لتسيير وترقية السكن، و6447 مسكن بالكهرباء والغاز في إطار مشاريع الوكالة الجزائرية

# لإعلانناكم اتصلوا بـ:

## أخبار اليوم

www.akhbarelyoum-dz.com

### معنا

### ستحظون

### بأفضل الأسعار

### وأفضل الخدمات



حي العناصر 04،  
القبة / الجزائر  
العاصمة

023 70 54 31

## قتلى ومفقودون في غرق 3 قوارب مهاجرين

قال مسؤول قضائي إن ما لا يقل عن 12 مهاجرا إفريقيا هقدوا وتوفي ثلاثة بعد غرق ثلاثة قوارب قبالة تونس.

ووقعت الحادثة أثناء محاولة المهاجرين عبور البحر المتوسط إلى إيطاليا، وسط ارتفاع حاد في إبحار قوارب المهاجرين من تونس.

وقال فوزي المسمودي القاضي بمحكمة صفاقس لرويترز: إن خسر السواحل أنقذ 152 آخرين قبالة سواحل مدينة صفاقس في الجنوب التونسي.

واقترح الاتحاد الأوروبي هذا الشهر "تعزيز الشراكة" مع تونس من خلال برنامج يشمل مساعدة مالية طويلة الأمد بقيمة 900 مليون يورو ومساعدة إضافية بقيمة 150 مليون يتم ضخها سفورا" في الميزانية.

وقالت رئيسة المفوضية الأوروبية أورسولا فون دير لاين، إنها اقترحت على الرئيس قيس سعيد برنامجا من خمس نقاط يشمل دعم مكافحة الهجرة السرية.

وأعربت عن أملها في توقيع اتفاق بين تونس والاتحاد الأوروبي بحلول القمة الأوروبية المقبلة التي يقترض أن تعقد نهاية الشهر الجاري.

وتنص النقاط الخمس التي اقترحتها الاتحاد الأوروبي على زيادة الاستثمار في تونس ولا سيما في دعم القطاع الرقمي، واستثمارات في تصدير تونس للمطارات المتجددة وتوسيع برنامج تبادل الطلاب.

ويتعلق أحد مقترحات بروكسل بمكافحة "الأعمال المشبوهة" للهجرة السرية التي من أجلها سيقدّم الاتحاد الأوروبي لتونس هذا العام 100 مليون يورو لمراقبة حدودها والبحث عن المهاجرين وانقاذهم، بحسب فون دير لاين.

## منظمة الطيران المدني تندد بتجارب صاروخية لكوريا الشمالية

نددت منظمة الطيران التابعة للأمم المتحدة بعمليات الإطلاق الصاروخية التي نفذتها كوريا الشمالية في الأونة الأخيرة، قائلًا إنها تنتهك قرارات مجلس الأمن الدولي.

ووفق المنظمة، فإن عمليات إطلاق الصواريخ التي نفذتها بيونغ يانغ تشكل "خطرا جسيما على الطيران المدني الدولي".

كما جددت منظمة الطيران المدني الدولي -ومقرها مونتريال- دعوتها كوريا الشمالية إلى الوفاء بالتزاماتها في مجال الطيران المدني.

وهذا العام، نفذت كوريا الشمالية الكثير من عمليات الإطلاق الصاروخية، في انتهاك لقرارات الأمم المتحدة، ولا سيما اختبارها أقوى صواريخها الباليستية العابرة للقارات، فضلا عن محاولتها في ماضي الماضي وضع قمر صناعي عسكري للاستطلاع في المدار.

ومنذ تصاعد الخلافات في 2019 مع جارتها الجنوبية، سزعت كوريا الشمالية تطوير قدراتها العسكرية، وأعلن زعيمها كيم جونج أون أن وضعها بوصفها قوة نووية "لا رجوع عنه".

وقد دعا كيم إلى زيادة "هائلة" في ترسانة كوريا الشمالية، بما في ذلك الأسلحة النووية التكتيكية.

وليفت العلاقات بين الكوريين أدنى مستوياتها منذ سنوات مع تعزيز سول وواشنطن التدريبات العسكرية المشتركة، فيما تجري كوريا الشمالية تجارب تعتبرها سول استفزازية.

من جانبها، تحمل بيونغ يانغ سول مسؤولية تدهور الوضع الأمني في شبه الجزيرة.

## رئيس الصومال يطالب برفع حظر الأسلحة على بلاده

طالب الرئيس الصومالي حسن شيخ محمود مجلس الأمن الدولي برفع حظر استيراد الأسلحة المفروض على بلاده منذ 1992. وقال شيخ محمود في كلمته بمجلس الأمن إن "حظر السلاح على الصومال أصبح عضية بارزة تواجه البلاد في مسيرتها لتحقيق السلام".

وأشار إلى الإجازات المموسة التي حققتها بلاده في إطار سعيها لرفع الحظر، معتبرا أن "الصومال عام 2023 ليس كالصومال في 1992".

وكان شيخ محمود قد وصل إلى الولايات المتحدة في زيارة رسمية غير معلنة المدة، التقى خلالها مسؤولين أمريكيين بينهم وزير الدفاع لويد أوستن لبحث ملف محاربة الإرهاب.

وفرض مجلس الأمن الدولي حظرا على الأسلحة في الصومال منذ عام 1992 بسبب انهيار الحكومة المركزية آنذاك ودخول البلاد في حرب أهلية.

ومهد مجلس الأمن حظر استيراد السلاح للصومال في نوفمبر 2022، حتى نوفمبر 2023، بدعوة استمرار تشكيل حركة الشباب تهديدا كبيرا للسلام والاستقرار في المنطقة.

ويبتمنا يحظر القرار على جميع الدول الأعضاء في الأمم المتحدة توفير أسلحة ومعدات عسكرية للصومال بشكل مباشر وغير مباشر، فإنه يتضمن بعض الاستثناءات.

### الأمم المتحدة:

## الاحتلال قتل 42 طفلا فلسطينيا في عام 2022

اتهمت الأمم المتحدة، الاحتلال بقتل 42 طفلا فلسطينيا في عام 2022، معظمهم بالذخيرة الحية التي أطلقتها قوات الاحتلال، حسبما أظهر تقرير داخلي صدر عنها.

وأصرب الأمين العام للأمم المتحدة أنطونيو غوتيريش، الذي تم إعداده للتقرير نيابة عنه، عن قلقه العميق. ليس فقط بسبب عدد الأطفال الذين قتلوا وشوهوا - ولكن أيضا بسبب عدد البالغ عددهم القاصرين الذين تم تشويهم في المنطقة العام الماضي 524 قاصرا، منهم 517 فلسطينيا و 7 صهاينة.

ولم تدرج الأمم المتحدة قوات الاحتلال على قائمتها الخاصة بالمنظمات التي ترتكب جرائم خطيرة ضد الأطفال في النزاعات المسلحة. ووفقا لدبلوماسيين، مارست الولايات المتحدة ضغوطا قوية على المنظمة الدولية للحفاظ على تقييم تقرير الأمم المتحدة معتدلا قدر الإمكان - على حد تعبير الإدارة الأمريكية.

## هجمات على البيوت والمساجد وتمزيق للمصاحف

# المستوطنون يتوحشون في الضفة

هاجم عشرات المستوطنين، قرية جالود جنوبي نابلس بالضفة الغربية المحتلة، وذلك بعد يوم من هجومهم على بلدة ترمسعيا قرب رام الله الذي أدى إلى استشهاد فلسطيني وإصابة 12 بالرصاص الحي، وإحراق 30 منزلا وأكثر من 60 مركبة.

مستوطنون هجمات في عدد من البلدات الفلسطينية.

### مستوطنون يندسون مسجدا ويمزقون المصاحف

اقتحم قطعان من المستوطنين مسجدا ومزقوا مصاحف أثناء هجومهم على قرية عوريف جنوب مدينة نابلس في الضفة الغربية المحتلة ليل الأربعاء، وفقا لما أظهرته تسجيلات كاميرات المراقبة.

ووثق مقطع فيديو تداولته منصات التواصل الاجتماعي -ونشرته الخارجية الفلسطينية- اقتحام المستوطنين المسجد برفقة كلب وسرقتهم عددا من المصاحف التي مزقوها وألقوها على الأرض أثناء خروجهم من المسجد.

وكانت مجموعات من المستوطنين هاجمت القرية الليلة الماضية تحت حماية قوات الاحتلال واعتدت على الفلسطينيين وممتلكاتهم في أعقاب عملية إطلاق النار التي وقعت في مستوطنة عيلي الثلاثاء على يد شابين فلسطينيين من عوريف.

وقتل 4 مستوطنين في عملية مستوطنة عيلي، وأصيب 4 آخرون، في حين أعلنت حركة المقاومة الإسلامية (حماس) أن المنفذين -الذين استشهدا- من رجالها.

وقد أوروبي يندد باعتداءات المستوطنين إلى ذلك وجه مسؤول أممي أمس الجمعة رسالة تحذير للاحتلال بسبب عملياتها العسكرية ضد الفلسطينيين في الضفة الغربية المحتلة، في حين زار وفد أوروبي قرية ترمسعيا شمال رام الله وندد باعتداءات المستوطنين على الأهالي.

فقد حذر المفوض الأممي السامي لحقوق الإنسان فولكر تورك من خطورة تصاعد العنف في الضفة داعيا إلى وضع حد له فورا. وطالب تورك الاحتلال بالالتزام بالقانون الدولي وإجراء تحقيق فعال حول انتهاكاتها في الضفة الغربية.

وقال المسؤول الأممي إن استخدام الاحتلال المفرط للأسلحة يهدد بخروج الوضع الأمني عن السيطرة، ومن شأنه أن يدفع الصهاينة والفلسطينيين إلى الهاوية، وفق تعبيره.

وشدد تورك على ضرورة أن يقوم الاحتلال على إعادة ضبط سياستها على وجه السرعة بما يتماشى مع المعايير الدولية لحقوق الإنسان.



اعتداء، نفذهما مستوطنون وطالت المواطنين الفلسطينيين وممتلكاتهم.

وأضافت أن الاعتداءات تركزت في نابلس ورام الله وجنين وتخللها ضحايا وحرق منازل وممتلكات.

وتقول حركة "السلام الآن" (غير حكومية) على موقعها الإلكتروني، إن أكثر من 465 ألف مستوطن يعيشون في 132 مستوطنة و146 بؤرة استيطانية عشوائية مقامة على أراضي الضفة الغربية.

ووفق الحركة نفسها، فإن هذه الأرقام لا تشمل 230 ألف مستوطن يعيشون في 14 مستوطنة مقامة على أراضي القدس الشرقية.

وشهدت الضفة الغربية تصعيدا خلال هذا الأسبوع، بدأ الاثنين الماضي، مع اقتحام لمخيم جنين أسفر عن استشهاد 7 فلسطينيين بينهم أطفال، وإصابة أكثر من 65 آخرين، علاوة على إصابة 7 جنود صهاينة. تبعة مقتل 4 مستوطنين وإصابة مئتهم بجروح في عملية إطلاق نار نفذها فلسطينيان استشهدا لاحقا، وافر ذلك شن

### حماس تحذر من تصاعد التوتر

في الأثناء، حذرت حركة المقاومة الإسلامية (حماس)، من تصاعد "وتيرة التوتر في المنطقة جراء زيادة الانتهاكات بحق الفلسطينيين وأراضيهم".

وقال المتحدث باسم الحركة حازم قاسم إن حالة الصمت الدولي تشجع الاحتلال التي ارتكاب المزيد من الجرائم والانتهاكات التي لن تزيد المشهد إلا تعقيدا وتوترا وتصعيدا في عموم المنطقة.

وأضاف أن استمرار السياسات الاستيطانية والشروع في بناء ألف وحدة استيطانية جديدة، "سيصب الزيت على النار ولن يفلح في شرعنة الاحتلال".

وجدد قاسم مطالبة الحركة للمجتمع الدولي بـ"تحمل مسؤوليته في إنهاء الاحتلال". أما بنيامين نتنياهو فقال إن الاحتلال تغير المعادلة ضد من وصفهم بـ"الإرهابيين".

### أكثر من 200 اعتداء

وفي السياق، أفادت هيئة مقاومة الجدار (حكومية) بأن الفترة من 15 إلى 21 جوان الجاري "شهدت ما مجموعه 242 حالة

## وزير الخارجية الإثيوبي يؤكد:

# 'سد النهضة يقترب من التعبئة الرابعة'

الإثيوبي بأنه محاولة يائسة للوقوع بين الدول العربية والإفريقية.

وتتمسك القاهرة والخرطوم بالاتفاق أولا مع أديس أبابا على ملء السد وتشغيله، لضمان استمرار تدفق حصتيهما السنوية من المياه المقدرة بـ 5,5 مليار متر مكعب و18,5 مليارا على التوالي.

وفي المقابل، تواصل أديس أبابا رفض الاتهامات، بالتزامن مع ملئها 3 مراحل من السد دون توافق مع القاهرة أو الخرطوم، معللة ذلك بأن السد الذي بدأت تشييده منذ 2011 "لا يستهدف الإضرار بأحد".

مضاد.. نواب موالون لترامب يبدؤون محاولة لعزل بايدن

قام نواب جمهوريون في الكونغرس الأمريكي بأول خطوة حذرة في اتجاه فتح تحقيق محتمل لعزل الرئيس جو بايدن، وهو ما يطالب به أعضاء مؤيدون للرئيس السابق دونالد ترامب.

وحسب المصادر يتهم أعضاء الكونغرس هؤلاء الرئيس الديمقراطي بأنه مسؤول عن "اجتياح" على الحدود بين الولايات المتحدة والمكسيك بسبب سياسته بشأن الهجرة.

وينص دستور الولايات المتحدة على أنه يمكن للكونغرس عزل الرئيس بتهمة "الخيانة والفساد أو جرائم وجنح كبرى أخرى".

المنتدى الإفريقي حول الاستخدام العادل للأهبار العابرة للحدود في إفريقيا بمشاركة وزراء خارجية دول حوض النيل- على رفض بلاده ما وصفه بـ"التدخل غير البناء وغير المبرر" لجامعة الدول العربية في ملف سد النهضة.

وقال إن مشروع سد النهضة مشروع وطني وإفريقي، يهدف إلى إخراج الملايين في المنطقة من الظلام، على حد تعبيره، وأنه أظهر قدرة الأفارقة على تعبئة مواردهم المحلية بأنفسهم لتمويل مشاريع بمليارات الدولارات.

وكانت الخارجية الإثيوبية انتقدت الشهر الماضي بيان القمة العربية الأخيرة في 19 ماي الداعم لمصر بشأن سد النهضة، وقالت إنه يكرر التصريحات المصرية "غير العادلة بشأن سد النهضة، وهو إهانة للاتحاد الإفريقي والدول الأعضاء".

وأكدت في بيانها ذلك أنه تم الاتفاق على تفاصيل ملء السد -بما في ذلك الحجم والمدة- بين خبراء الدول الثلاث، وأن إثيوبيا عملت على تلبية مخاوف مصر والسودان.

ورد السفير أحمد أبو زيد المتحدث الرسمي باسم الخارجية المصرية على تلك التصريحات، بالقول إن مصر لم تتفق مع أديس أبابا على فترة ملء سد النهضة، أو حجم المياه التي ستخزن فيه، ووصف البيان

قال وزير الخارجية الإثيوبي ديمكي ميكونين إن سد النهضة يقترب الآن من التعبئة الرابعة، مؤكدا أن التعبئة الثلاث السابقة لم تحدث ضررا بدول المصب، وكذلك ستكون التعبئة الرابعة.

كما شدد الوزير الإثيوبي -في كلمة خلال

## أكثر من 200 باكستاني بين ضحايا قارب المهاجرين

أظهرت بيانات -صدرت عن وكالة التحقيقات الفدرالية الباكستانية- أن هناك ما لا يقل عن 209 باكستانيين بين ضحايا قارب المهاجرين الذي غرق قبالة ساحل اليونان في 14 جوان الجاري.

ومن بين هؤلاء الضحايا 28 شخصا من الشطر الخاضع للإدارة الباكستانية في كشمير، والبقية من باكستان.

ووفقا لما نقلته وكالة رويترز، فإن البيانات تُفيد بأن المسؤولين جمعوا عينات حمض نووي من 201 عائلة باكستانية لمساعدة اليونان في تحديد هوية المفقودين.

وكان على متن القارب حوالي 700 من المهاجرين من سوريا ومصر وباكستان. وقد انطلقوا من ليبيا في رحلة كان من المفترض أن تنتهي في إيطاليا. لكن القارب غرق قبالة الساحل الجنوبي الغربي لليونان.

وتواجه اثنا سلا من الانتقادات بشأن تعاملها مع الكارثة، واتهامات بشأن مسؤولية محتملة عن غرق القارب الذي كان تحت مراقبة خفر سواحلها ساعات عدة قبل الحادثة.

## من دروس الأيام العشر والحج

## خطبة الوداع.. دستور الإسلام العظيم إلى يوم القيامة

## اكتمال الدين

ليست مجرد خطبة عادية، فهي الخطبة التي تضمنت الإعلان رسمياً عن اكتمال هذا الدين العظيم، فقد أتم الله هذه النعمة مصداقاً لقوله سبحانه: «الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتَمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا» (المائدة: 3)، وما هي دروس تلك الخطبة العظيمة تتكرر في كل عام نستفيد منها ونعيش معها، ولما لا وهي التي تضمنت النص صراحة على حرمة الدماء والأموال والأعراض، والتحذير من الربا والتأكيد على خطورتها، واحترام قيمة المرأة وتقديرها ورفع مكانتها، والتأكيد على مبدأ المساواة بين الناس، والتحذير من الفرقة والتأكيد على قيمة الوحدة بين المسلمين، وتربية الأمة على منهج التيسير لا التشديد، وأخيراً التنبيه على أهمية التمسك بالقرآن والسنة، لأنها الخلاص من أي أذى أو تعب وفيهما كل الخير والحقيقة الكاملة.



وعينه على مستقبل يتمنى أن يفهمه أتباعه وأن يلبوا فيه دعاء الله لهم بالسعي نحو الحياة، وصدق الله إذ يقول: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَحُولُ بَيْنَ الْمَرْءِ وَقَلْبِهِ وَأَنَّهُ إِلَهُ تَحْشُرُونَ» الأنفال: 24.

خلال المائة ألف إنسان.. يتحدث رسول الله صلى الله عليه وسلم، وفي ذهنه مآسي الماضي من آثار الفرقة والنزاع، فهو صلى الله عليه وسلم يتحدث وفي عقله ذلك الرصيد الباقي من ذكريات مؤلمة عاشها العرب بلا إسلام ودين، وبالتالي تراه يتحدث

وسلم في هذه الخطبة (خطبة الوداع) معالم الإسلام الرئيسية، التي تحدد علاقة الإنسان بنفسه وبربه وبالناس من حوله، وتبين لكل مسلم ملخص رسالة الإسلام في هذه الكلمات العظيمة، فما هو حديثه الشريف إلى الدنيا كلها (حاضرنا ومستقبلنا) من

لاشك أن الدروس المستفادة من الأيام العشر من ذي الحجة عديدة وكثيرة جداً، لكن من أبرز وأهم هذه الدروس لاشك درس خطبة حجة الوداع، فما هو الرسول الأمين صلى الله عليه وسلم يقف في العام العاشر من الهجرة بين آلاف الصحابة، في أضخم حشد للمسلمين.. في مؤتمر الأمة السنوي يلتقي الرسول بأصحابه في حجته الفريدة، في أضخم حشد للمسلمين.. وفي مؤتمر الأمة السنوي يلتقي بأصحابه في حجته الفريدة، ليختم لهم بأفضل ختام، وكأنه يلخص لهم الدين كله في هذه الخطبة.. يلخص 23 عاماً من الصبر والعمل في خطبة تحدث انقلاباً فيما بعد، إذ يسير عليها كل صحابته الكرام، فيتحول الدين من نصر إلى نصر، ومن انتشار محلي إلى انتشار عالمي أوسع، مازال إلى الآن ينير للعالم كله طريق الحياة الصحيح.

## معالم الإسلام الرئيسية

لقد وضع نبي الرحمة صلى الله عليه

## حديث "اغتنم خمساً قبل خمس"

## وصايا الرسول الكريم

المسلم استغلال حياته على هذه الأرض في أعمال خيرة، مثل التي من شأنها تقريبه من الله سبحانه وتعالى قبل أن يموت ويصبح في قبره وحيداً، حيث لا يفيد سوى عمله، ذكر ذلك في أحد أحاديث رسول الله عليه الصلاة والسلام، حيث قال: (إذا مات الرجل انقطع عمله إلا من ثلاث ولد صالح يدعو له، أو صدقة جارية أو علم ينتفع به) صحيح، والصدقة الجارية هي العمل الصالح الباقي للإنسان.

الله، مثل السهر والملاهي الليلية، أو مشاهدة برامج التلفاز وسماع الأغاني، التي تخسره الوقت وتضيع منه فرص ثواب أعمال الذكر، عندما يقوم الإنسان بذلك يشعر بالندم والحسرة والخيبة عندما يقابل وجه الله ويكون بين يديه، ولا يفيد طلب العودة للحياة مجدداً ليقيم بالذكر والقيام بهذه الأعمال التي ترضي الله، بعد فوات الأوان.

## الحياة قبل الموت

ينبغي على

والعجزة، والقيام بالعمل الشريف لكسب الرزق وعدم الحاجة إلى الآخرين.

## • الإنفاق قبل الفقر

بمعنى أن ينفق الإنسان من المال الذي أنعم الله تعالى به عليه سواء على نفسه وعلى أهله أو أن يتصدق منه، ويتجنب البخل والشح وحرمان نفسه والآخرين، فمفسارقة المال أحد سنن الحياة المكتوبة على الإنسان، سواء فارقه الإنسان أو العكس، لذلك ينبغي على الإنسان أن يستمتع بالمال قبل أن يموت أو يصيبه الفقر.

## • الفراغ قبل الانشغال

ينبغي أن يستغل الإنسان المسلم وقت فراغه في العبادة لله سبحانه وتعالى، مثل الصلاة، الاستغفار، التهليل والتسبيح، بدلا من اللهو بعيداً عن ذكر

والتقرب إلى الله بالأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، وإتباع سنة النبي صلى الله عليه وسلم، قبل أن يصل إلى فترة الهرم والعجز ولا يكون قادراً على تأدية العبادات، كما أن النبي صلى الله عليه وسلم ذكر في حديث آخر له أن الشباب الناشئ على عبادة الله عز وجل سيصبح من السبعة الذين ينالون ظل الله تعالى في يوم «لا ظل إلا ظله».

## • الصحة قبل المرض

الصحة من أغلى النعم التي منحها الله عز وجل لعباده، وهي غنيمة ومكسب لمن يستغلها في تأدية العبادات، والتقرب إلى الله سبحانه وتعالى، وهو بذلك يستغل نفسه للجهد في سبيل الله، وإعلاء كلمه الله عز وجل وإحياء كلمة رسوله، كما يمكنه مساعدة المرضى

قال رسول الله عليه الصلاة والسلام (اغتنم خمساً قبل خمس شبائك قبل هرمك وصحتك قبل سقمك وغناك قبل فقرك وفراغك قبل شغلك وحياتك قبل موتك)، يشتمل حديث «اغتنم خمسا قبل خمس» على خمس وصايا ومواعظ، قدمها لنا النبي صلى الله عليه وسلم، حتى ننال الراحة والسعادة في حياتنا، فال في بداية الحديث «اغتنم خمسا قبل خمس»، أي قم بفعل هذه الأمور قبل حدوث الأمور الخمس الأخرى، والتي نوضحها بالشرح خلال هذا المقال.

## شرح الحديث

## • الشباب قبل الهرم

ينبغي على المؤمنين استغلال فترة الشباب والقوة في عبادة الله عز وجل،

## أسئلة متعلقة بالحج

• السؤال الأول: ويقوم عليها في شأنها، والله - تعالى - أعلم. هل يجب الحج على المديون؟

## • الجواب:

بسم الله، الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وعلى آله وصحبه ومن وآله، أما بعد: فقد فرض الله الحج إلى بيته الحرام على من استطاع إلى البيت سبيلاً ولازم ذلك وجود الزاد، ومن كان مديوناً فإنه لا يقدر لأنه محاط بالدين فإذا كان الدين يستغرق ماله فإنه لا يملك الزاد، وعلى هذا فلا يجب الحج على مديون استغرق الدين ماله أو كان عليه دين لا يستطيع وفاءه، واستثنى بعض العلماء أقساط الدين فقالوا: إذا كان الدين مقسطاً على أنجم وأدى آخر نجم وهو نجم ذي القعدة فلا حرج عليه أن يحج، والله - تعالى - أعلم.

## • السؤال الثاني:

متى يجب الحج على المرأة؟

## • الجواب:

يجب الحج على المرأة إذا كانت قادرة على الحج بملك النفس وكذلك إذا وجدت محرماً يحج معها؛ لأن النبي - صلى الله عليه وسلم - قال: (( لا يحل لامرأة تؤمن بالله واليوم الآخر أن تسافر مسيرة يوم وليلة إلا ومعها ذو محرم )) وفي الحديث الصحيح أن رجلاً قال: يا رسول الله - إني اكتتبت في غزوة كذا وكذا وإن امرأتي انطلقت حاجة وليس معها محرماً؟ قال له النبي - (صلى الله عليه وسلم) - انطلق وحج مع امرأتك (( فدل هذا على أن المرأة لا يجب عليها الحج إلا إذا كان معها ذو محرم يستطيع أن يحفظها في سفرها

## دعاء تردده عند التعرض للظلم

إليه، ولا شك أن الله مُطلع، ولا يخفى عليه حال الظالم ولا المظلوم. فهي سلاح ينبغي أن لا يغفل عنه أي مسلم، وهي أيضاً من الأذكار العظيمة والكلمات المباركة التي وردت في كتاب الله وفي سنة نبيه صلى الله عليه وسلم، والتي يجدر بكل مسلم أن يعنى بها وأن يحفظها ويحافظ عليها، وفيها يستشعر فيها العبد اسم الله (الحسيب)، والحسيب هو الكافي، فهو سبحانه كافٍ من توكل عليه، وفوض أمره إليه واستعان به واعتمد عليه، قاله عز وجل هو الحسيب وهو "يَعْمُ الوكيل".

## طوق للنجاة

تخيل أن هذه الجملة العظيمة هي التي أنجت نبي الله إبراهيم عليه السلام من النار، وهي التي جعلت النبي الأكرم محمد صلى الله عليه وسلم وأصحابه يرجعون ولم يمسسهم سوء بعد غزوة أحد، فهي تفويض الأمر إليه سبحانه بعد الأخذ بالأسباب، فلا تستعن إلا به ولا تطلب الشفاء إلا منه، ولا تطلب الغنى إلا منه، ولا تطلب العز والمنعة إلا منه.

فكل أمورك مُعلقة بالله رجاء وطمئناً ورغبة، وبالتالي ما أحوجنا أن نعنَى بهذه الكلمة العظيمة المباركة متأملين

يشكو كثير من الناس بأنهم تعرضوا للظلم، ومن ثم قد يفكر أحدهم في الانتقام، وهو أسلوب يرفضه الإسلام بالكلية، لذلك علمنا الدين الحنيف اللجوء إلى الله عز وجل، لتقديم هذه الشكوى، مع اليقين بأنه سبحانه وتعالى سيرد لنا حقوقنا إن لم يكن في الدنيا ففى الآخرة لاشك.

وبالفعل فإن تاريخ الأنبياء مليء بالمواقف التي تعلمنا كيفية اللجوء إلى الله عز وجل في مثل هذه المواقف، ومنها دعاء نبي الله إبراهيم عليه السلام على قومه حينما ظلموه، حيث قال: «حسبي الله ونعم الوكيل»، قالها سيدنا إبراهيم حين ألقى في النار.. وقالها النبي الأكرم صلى الله عليه وسلم، حين ظلم من قومه، وهو ما أكد القرآن الكريم في قوله تعالى: «الَّذِينَ قَالُوا لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدَّ جَمَعُوا لَكُمْ فَاتَّخَذْتُمُوهُمْ قِيَادًا وَإِيمَانًا وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ» آل عمران 173.

## دعاء عظيم

إذن علينا أن يتيقن أن (حسبي الله ونعم الوكيل) دعوة عظيمة، إذا قالها المظلوم رد الله له حقه ببركتها، وإذا قالها الظالم فلا بأس بها، فليست حراماً كما يظن البعض، وعند الله تجتمع الخصوم، وليست من قبيل الدعاء على الظالم فقط، بقدر ما هي اعتصام بالله، وركون



في معناها متدبرين لدلالاتها وأن تأتي بها في مواضعها المناسبة مع الأخذ بالأسباب لتكفي وتوقى بإذن الله عز وجل، فقد كان النبي صلى الله عليه وسلم يُعلم أصحابه ويربيهم على مواجهة الأحداث والمواقف بـ"حسبنا الله ونعم الوكيل" مُستشعرين جلاله معانيها، وعظيم مدلولها، مع العمل الجاد، واتخاذ الأسباب بحكمة وبصيرة.



تحتوي هذه الصفحة على آيات قرآنية كريمة وأحاديث نبوية شريفة، فالرجاء من كل القراء عدم إهانتها برميها أو وضعها في أماكن غير لائقة.. جزاكم الله خير الجزاء..

## عشر ذي الحجة.. فضائل ومسائل

الله عنهما، عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: سيوم عرفة هذا يوم من ملك فيه سمعه ويصره ولسانه غفر له.

وعاشر هذه الأيام يوم النحر، وهو يوم الحج الأكبر الذي قال فيه رسول الهدى -عليه الصلاة والسلام-: "أعظم الأيام عند الله يوم النحر ويوم القربى". وهو أكبر العيدين وأفضلهما؛ لأنه يكون في وسط فريضة الحج، ولكونه بعد يوم عرفة الأغر، ولما فقه من التقرب إلى الله بذبح الأضاحي والهدى.

وأيام التشريق تتبع العشر، وفيها أخرج أصحاب السنن -رحمهم الله- عن عقبة بن عامر -رضي الله عنه- عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "يوم عرفة ويوم النحر وأيام التشريق عيدنا أهل الإسلام، وهي أيام أكل وشرب وذكر لله".

قال ابن رجب الحنبلي -رحمه الله-: "لما كان الله -سبحانه وتعالى- قد وضع في نفوس المؤمنين حنيناً إلى مشاهدة بيته الحرام، وليس كل أحد قادر على مشاهدته في كل عام، فرض على المستطيع الحج مرة واحدة في عمره، وجعل موسم العشر مشتركاً بين السائر والقاعد، فمن عجز عن الحج في عام قدر في العشر على عمل يعمل في بيته، يكون أفضل من الجهاد الذي هو أفضل من الحج".



وإنه ليدنو ثم يباهي بهم الملائكة". وفي هذه العشر يوم عرفة، وهو أفضل الأيام كما روى جابر -رضي الله عنه- عن رسول الله صلى الله عليه وسلم فيما أخرجه ابن حبان رحمه الله. وهو يوم مغفرة الذنوب للحجاج، كما ورد في صحيح الإمام مسلم عن عائشة -رضي الله عنها- عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "صيام يوم عرفة أحتسب على الله أن يكفر السنة التي قبله والتي بعده". وروى الإمام أحمد -رحمه الله- من حديث ابن عباس رضي

تطفئوا سرجكم ليالي العشر". وفي هذه العشر يوم عرفة، وهو أفضل الأيام كما روى جابر -رضي الله عنه- عن رسول الله صلى الله عليه وسلم فيما أخرجه ابن حبان رحمه الله. وهو يوم مغفرة الذنوب للحجاج، كما ورد في صحيح الإمام مسلم عن عائشة -رضي الله عنها- عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "ما من يوم أكثر من أن يعتق الله فيه عبداً من النار، من يوم عرفة،

الأعمال الصالحة من غير تخصص أو استثناء.

وقد استحب العلماء الصيام فيها؛ لأن الصيام من أخص وأفضل العبادات، فالرب -سبحانه وتعالى- يقول في الحديث القدسي: سئل عمل ابن آدم له إلا الصوم فإنه لي وأنا أجزي به". وعندما سئل النبي صلى الله عليه وسلم عن عمل صالح عظيم أجر قال: "عليك بالصوم فإنه لا عدل له"، وفي رواية: "لا مثل له".

والذكر مستحب أيضاً؛ لقوله تعالى: ﴿وَيَذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ فِي أَيَّامٍ مَعْلُومَاتٍ﴾ الحج: 28، وهي الأيام العشر من ذي الحجة عند جمهور العلماء. وروى الإمام أحمد -رحمه الله- في مسنده عن ابن عمر -رضي الله عنهما- عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: سما من أيام أعظم ولا أحب إليه العمل عند الله فيهن من هذه الأيام العشر، فأكثرن فيهن من التهليل والتكبير والتحميد". واستحب الإمام الشافعي -رحمه الله- إظهار التكبير، وأورد الإمام البخاري في صحيحه عن ابن عمر وأبي هريرة -رضي الله عنهما- أنهما كانا يخرجان إلى الأسواق في أيام العشر فيكبران ويكبر الناس بتكبيرهما. وقيام ليال العشر وإحيائها مستحب؛ لعموم ما ورد فيها من الفضل، ونص عليه الإمام الشافعي، وكان يقول: "لا

• الشيخ علي عمر بادحدح هذه أيام فاضلة، وليال مباركة، جعلها الله موسمًا للخيرات، فيها تضاعف الحسنات، وتمحى السيئات، وتتنزل الرحمات، وتجاب الدعوات، فالسعيد من تعرض لهذه النفحات، واغتتم فيها الأوقات، واشتغل فيها بالصالحات. وفضل العشر الأوائل من ذي الحجة مشهور، تشهد به الآيات والأحاديث، فالله -سبحانه وتعالى- عظمها حين أقسم بها في قوله تعالى: ﴿وَالْفَجْرِ ۝ وَكَيَالِ عَشْرِ ۝ الْفَجْرِ ۝﴾ 1، 2. قال ابن عباس وابن الزبير -رضي الله عنهم- ومجاهد وغير واحد من السلف والخلف: هي عشر ذي الحجة.

كثرت الأعمال وأما الأحاديث، فقد روى الإمام البخاري -رحمه الله- في صحيحه عن ابن عباس -رضي الله عنهما- عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: "ما من أيام العمل الصالح فيها أحب إلى الله من هذه الأيام" -يعني عشر ذي الحجة- قالوا: يا رسول الله، ولا الجهاد في سبيل الله؟ قال: "ولا الجهاد في سبيل الله إلا رجل خرج بنفسه وماله، ثم لم يرجع من ذلك بشيء". وهذا حديث عظيم في بيان فضل هذه العشر وما فيها من عظيم الأجر، حيث جعل العمل فيها أفضل وأحب من العمل في غيرها، والحديث يدل على مضاعفة جميع

## الأضحية.. شروطها وشروط من يضحي

### وصايا هامة قبل عيد الأضحي

الأضحية لابد من بلوغها، فمن شروط أجزاء الأضحية أن تكون من بهيمة الأنعام -الإبل والبقر والغنم- لقول الله تعالى: (ليذكروا اسم الله على ما رزقهم من بهيمة الأنعام) الحج: 34. وأن تبلغ السن المعتبرة شرعاً، لما رواه مسلم عن جابر رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لا تذبحوا إلا مسنة، إلا أن يعسر عليكم فتذبحوا جذعة من الضأن" والمسنة: هي الشنية أو الشني من الإبل والبقر والغنم، فلا يجزئ من الإبل إلا ما أتم خمس سنين، ولا من البقر إلا ما أتم سنتين، ولا من المعز إلا ما أتم سنة، وأما الضأن فيجزئ منها الجذع، وهو ما أتم ستة أشهر، لما رواه أحمد وابن ماجه عن أم بلال بنت هلال عن أبيها أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: سيجزئ الجذع".

يجب أن يكون المضحى من غير الحجاج، حيث أن الأصل في ذبح الحاج هو الهدي وذبح غير الحاج هو الأضحية. **ثانياً: شروط الأضحية:** فإنه يشترط في الأضحية السلامة من العيوب الظاهرة التي تعد نقصاً فيها، فقد روى أبو داود وغيره عن البراء بن عازب أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "أربع لا تجوز في الأضاحي: العوراء بين عورها، والمریضة بين مرضها، والعرجاء بين ظلمها، والكسيرة التي لا تنقي". قال الإمام النووي: وأجمعوا على أن العيوب الأربعة المذكورة في حديث البراء لا تجزئ التضحية بها، وكذا ما كان في معناها أو أبق منها، كالعمى وقطع الرجل وشبيهه. وهناك سن معينة لكل نوع من

لا يعتزل النساء ولا يترك الطيب واللباس وغير ذلك مما يتركه المحرم. ومن الشروط التي ذكرها العلماء أنه: يجب أن يكون المضحى مسلماً بالغاً عاقلاً حراً. يجب أن تتوفر القدرة المالية عند المضحى لقيام بالأضحية. يجب أن تتوفر النية والقصد في القيام بالأضحية. يجب أن يكون المقصد من الأضحية هو رضا الله تعالى. يجب أن تكون الأضحية ملكاً خالصاً للمضحى.

أولاً: شروط المضحى: الواجب على من أراد التضحية ألا يأخذ من شعره ولا أظفاره شيئاً للحديث الصحيح الذي أخرجه مسلم عن أم سلمة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: إذا دخل العشر وأراد أحدكم أن يضحي فلا يمس من شعره وبشره شيئاً. وأما معاشره زوجته فلا تحرم عليه بلا خلاف بين أهل العلم فيما نعلم، قال النووي رحمه الله معلقاً على قول من علل ترك الأضحية من الشعر والأظفار إذا دخل العشر بالتشبه بالمحرم: قال أصحابنا: وهذا غلط لأنه

مع اقتراب عيد الأضحي يكثر الكلام عن شعيرة الأضحية التي هي سنة أينا إبراهيم عليه السلام. والكلام عن الأضحية يأخذ أكثر من اتجاه والأسئلة تدور حول حكمها وشروطها وشروط المضحى أيضاً، فالأضحية شريعة من شعائر الله ولها ثوابها العظيم، ولهذا فد ذكرت في القرآن والسنة غير أن التضحية لها شروط وأحكام يلزم مراعاتها حتى تقع الشعيرة على الوجه الصحيح. والشروط نوعان نوع يرتبط بالمضحى والآخر يرتبط بالأضحية كما يلي:

### دعاء في جوف الليل:

## اللهم ارزقني حبك وحب من ينفعني به عندك

الدعاء طاعة لله وامتنال لأوامره والبعد عن غضبه وسخطه، ويقول الله تعالى: (وإذا سألك عبادي عني فإني قريب أجيب دعوة الداع إذا دعان فليستجبوا لي ولينصروني) ومن رواه الدعاء في جوف الليل:

اللهم إني أسألك خير المسألة، وخير الدعاء، وخير النجاح، وخير العمل، وخير الثواب، وخير الحياة، وخير الممات، وتبنتني، وثقل موازيني، وحقق إيماني، وارفع درجاتي، وتقبل صلواتي، واغفر خطيئتي، وأسألك الدرجات العلى من الجنة. اللهم إني أسألك فواتح الخير، وخواتمه، وجوامعها، وأولها، وظواهرها، وباطنها، والدرجات العلى من الجنة آمين، اللهم إني أسألك خير ما أتى، وخير ما أفعل، وخير ما أعمل، وخير ما بطن، وخير ما ظهر، والدرجات العلى من الجنة آمين.

اللهم بعلمك الغيب، وقدرتك على الخلق، أحيني ما علمت الحياة خيراً لي، وتوفني إذا علمت الوفاة خيراً لي، اللهم إني أسألك خشيتك في الغيب والشهادة، وأسألك كلمة الحق في الرضا والغضب، وأسألك القصد في الغنى والفقر، وأسألك نعيماً لا ينفد، وأسألك قرة عين لا تنقطع، وأسألك الرضا بعد القضاء، وأسألك برد العيش بعد الموت، وأسألك لذة النظر إلى وجهك، والشوق إلى لقاؤك، في غير ضراء مضرة، ولا فتنة مضلة، اللهم زينا بزينة الإيمان، واجعلنا هداة مهتدين.

اللهم ارزقني حبك، وحب من ينفعني به عندك، اللهم ما رزقتني مما أحب فأجعله قوة لي فيما تحب، اللهم ما رزقتني مما أحب فأجعله فراغاً لي فيما تحب. اللهم صل وسلم وبارك على سيدنا محمد وعلى آل سيدنا محمد كما صليت وسلمت وباركت على سيدنا إبراهيم وآل سيدنا إبراهيم.

## آيات وأسرار فويل للقاسية قلوبهم من ذكر الله

عن ابن أبي زائدة عن ابن جريج، عن مجاهد ﴿أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ﴾ قال: ليس المنشرح صدره مثل القاسي قلبه، وذلك كقوله عز وجل: ﴿أَوْمَنْ كَانَ مِثْلًا فَأَحْبَبْتَهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَنْ مَثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِثْلًا كَذَلِكَ زَيْنٌ لِلْكَافِرِينَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾. سورة الأنعام: 122.

﴿أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ فَوَيْلٌ لِلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ أُولَئِكَ فِي ضَلَالٍ مُبِينٍ﴾ سورة الزمر: 22.

تفسير الآية:

القول في تأويل قوله تعالى: ﴿أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ﴾ يقول تعالى ذكره: أفمن فسح الله قلبه لمعرفته، والإقرار بوحدانيته، والإذعان لربوبيته، والخضوع لطاعته ﴿فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ﴾

يقول: فهو على بصيرة مما هو عليه ويقين، بتتوير الحق في قلبه، فهو لذلك لأمر الله متبع، وعمانها عنه منته فيما يرضيه، كمن ألقى الله قلبه، وأخلاه من ذكره، وضيقة عن استماع الحق، واتباع الهدى، والعمل بالصواب وترك ذكر الذي ألقى الله قلبه، وجواب الاستفهام اجتزاء بمعرفة السامعين المراد من الكلام.

وينحو الذي قلنا في ذلك قال أهل التأويل، ثنا سعيد، عن قتادة في قوله: ﴿أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ﴾ يعني: كتاب الله، هو المؤمن به يأخذ، وإليه ينتهي. وعن السدي قوله: ﴿أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ﴾ قال: وسع صدره للإسلام للفرح به والطمأنينة إليه؛ فعلى هذا لا يجوز أن يكون هذا الشرح إلا بعد الإسلام؛ وعلى الوجه الأول يجوز أن يكون الشرح قبل الإسلام، والنور هو الهدى.

وروى مرة عن ابن مسعود قال: قلنا يا رسول الله قوله تعالى: ﴿أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ فَهُوَ عَلَى نُورٍ مِنْ رَبِّهِ﴾ كيف انشرح صدره؟ قال: «إذا دخل النور القلب انشرح وانفتح» قلنا: يا رسول الله وما علامة ذلك؟ قال: «الإجابة إلى دار الخلود والتجافي عن دار الغرور والاستعداد للموت قبل نزوله». وخرجه الترمذي الحكيم في نوادر الأصول.



# ظالمعوا جريدة

AKHBARELYOUM  
أخبار اليوم

## على الموقع

## الإلكتروني

[www.akhbarelyoum.dz](http://www.akhbarelyoum.dz)

## عشية عيد الأضحى ..

## وزارة الصحة تحذر من مخاطر الكيس المائي

مع اقتراب عيد الأضحى المبارك في كل سنة يكثُر الحديث عن مخاطر الكيس المائي المحتمل وجوده بعد نحر الأضحية، لاسيما أن البعض يتخلصون بطريقة عشوائية من أحشاء الكبش مما يحول بعض الأحياء إلى مرتع للنفايات وانطلاق الروائح الكريهة، وعشية عيد الأضحى المبارك يدق الأطباء والمختصون جرس إنذار حول مخاطر الكيس المائي ويحذرون من رمي أحشاء الكبش عشوائياً. • نسيمه خباجة

(ظهور الأكياس داخل أعضاء الجسم)، الأمر الذي يستوجب إجراء عملية جراحية غالباً ما تكون ثقيلة ومعقدة.

## إطلاق حملة جمع جلود الأضاحي لسنة 2023

أعلنت وزارة الصناعة والإنتاج الصيدلاني، في بيان لها يوم الخميس، عن إطلاق الحملة التحسيسية لعملية جمع جلود أضاحي عيد الأضحى الموافق لـ 28 جوان الجاري، وذلك بالتنسيق مع الأطراف الفاعلة المعنية بهذه العملية.

وتأتي هذه الحملة "لمساهمة في ترقية الصناعات الوطنية للنسيج والجلود قصد تثمينها كمدخلات أساسية، والمساهمة في الحفاظ على البيئة من خلال استرجاع هذه الثروة"، حسب البيان.

كما دعت الوزارة المواطنين للانخراط في هذا المسعى، من خلال سالحصر على سلامة جلد الأضحية عند عملية السلق وتجذب غسله بالماء، بالإضافة إلى وضع الملح على المساحة اللينة له وتركه في المكان المخصص، بضيف المصدر. وأشار البيان إلى أن نجاح هذه العملية مرتبط بـ "تمديد تحسيس المواطنين ومساهماتهم الفعالة في ترقية اقتصاد البلاد وحماية البيئة".



يرقة الدودة الوحيدة هو مرض طفيلي معدي يتميز بتطوره عند الإنسان على مستوى الكبد أو الرئة في أغلب الأحيان، على شكل يرقة دودة تعرف باسم "الدودة الشريطية"، وأضافت أن هذا المرض "متفشي في بلادنا بصفة مستوطنة ويعد مشكلة بالنسبة للصحة العمومية، إذ إن أعراضه لا تظهر في بداية المرض بحيث لا يمكن تشخيصه إلا في مرحلة المضاعفات

ودعت الوزارة أيضاً إلى "عدم تقديم الأعضاء والأحشاء المصابة للكباب، لأنها تعتبر خزانا لطفيليات هذا المرض وعدم رمي أعضاء الأضحية المصابة مع النفايات المنزلية (فقد تأكلها الكلاب الضالة)". وحثت على "الحفاظ على القواعد الأساسية للنظافة: غسل اليدين قبل الأكل وبعد لمس الكلاب". وأشارت الوزارة إلى أن الكيس المائي أو

فحص دقيق لأعضاء الكبش (الكبد والرئتين) وكذا بقية الأحشاء بحثاً عن الأكياس أو الحويصلات (كريات الماء). كما يتوجب "غلي أو حرق أعضاء الأضحية والأحشاء الأخرى التي تحمل أكياساً مائية، دفن أعضاء الأضحية والأحشاء الأخرى التي تحمل أكياساً مائية في عمق يعادل 50 سم، بحيث لا تستطيع الكلاب الضالة انتشالها وعدم رمي الأعضاء والأحشاء المشبوهة في الطبيعة".

عيد الأضحى المبارك هو شعيرة من شعائر الدين الإسلامي الحنيف، يتمسك بها المسلمون ويقومون بالنحر طاعة لله تعالى، إلا أن البعض ألحقوا بعض الشوائب بالسنة الحميدة ما يعكسها التخلص العشوائي من مخلفات الكباش على غرار الجلود والأحشاء وحتى الرأس والأرجل، مما يؤدي إلى تحول الشوارع إلى مفارغ للنفايات وانتشار الروائح الكريهة نتيجة تحلل تلك المخلفات تحت أشعة الشمس ويتفاقم الوضع أكثر برمي الكيس المائي الذي يحتمل أن يكون في أحشاء الكبش مما يؤدي إلى أضرار بيئية وصحية خطيرة.

## وزارة الصحة تحذر

دعت وزارة الصحة المواطنين الذين سيقومون بشعائر أضحية العيد، إلى ضرورة الأخذ بعين الاعتبار بعض الاحتياطات قصد الوقاية من خطر العدوى المتعلقة بمرض الكيس المائي أو يرقة الدودة الوحيدة. وحذرت الوزارة من أنه خلال أيام عيد الأضحى، تزداد الظروف الملائمة لانتشار هذا المرض، مؤكدة على ضرورة احترام بعض الإجراءات ومن بينها "أخذ كل الترتيبات لفحص الأضحية بعد ذبحها من طرف الطبيب البيطري، وفي حالة عدم التمكن من إجراء هذا الفحص، يجب جراء

## ماذا يحدث في الجسم إذا استبعد السكر تماماً من النظام الغذائي؟

الوضوح العقلي واستقرار الحالة المزاجية، قد يعزز النظام الغذائي الخالي من السكر التركيز وصحة الدماغ بشكل عام.

## تحسين الصحة العامة

بالإضافة إلى الفوائد المحددة المذكورة أعلاه، فإن التوقف عن تناول السكر تماماً يمكن أن يكون له تأثير إيجابي على صحتك العامة، من خلال التخلص من الأطعمة والمشروبات السكرية، فإنك تفسح المجال لمزيد من الخيارات المغذية مثل الفواكه والخضراوات والبروتينات الخالية من الدهون والحبوب الكاملة، يوفر هذا التحول الغذائي الفيتامينات والمعادن والألياف الأساسية، مما يعزز الصحة والرفاهية المثلى.

بتطور الأمراض المزمنة مثل مرض السكري من النوع 2 وأمراض القلب والأوعية الدموية وأنواع معينة من السرطان. عن طريق قطع السكر تماماً، يمكنك تقليل مخاطر هذه الحالات بشكل كبير. يساعد التخلص من السكر على استقرار مستويات السكر في الدم، وتحسين حساسية الأنسولين، وتقليل الالتهابات، وهي عوامل حيوية في الوقاية من الأمراض المزمنة وإدارتها.

## تعزيز صحة العقل

أشارت الدراسات إلى أن الاستهلاك المرتفع للسكر قد يضعف الوظيفة الإدراكية ويزيد من مخاطر مشاكل الصحة العقلية مثل الاكتئاب والقلق. من خلال إزالة السكر من نظامك الغذائي، قد تواجه تحسناً في

معدومة، عن طريق إزالة هذه السرعات الحرارية الفارغة، فإنك تقلل من تناول السرعات الحرارية بشكل عام، مما قد يؤدي إلى فقدان الوزن.

علاوة على ذلك يرتبط استهلاك السكر الزائد بزيادة دهون الجسم، وخاصة الدهون الحشوية حول الأعضاء. يمكن أن يساهم التخلص من السكر في تكوين جسم أكثر صحة وتقليل مخاطر الإصابة بحالات مرتبطة بالسمنة.

## تقليل مخاطر الإصابة بالأمراض المزمنة

يرتبط تناول السكر المفرط ارتباطاً وثيقاً

استقرار مستوى الطاقة، بسبب السكر المكرر ارتفاعاً حاداً في مستويات السكر في الدم، يتبعه انهيار، مما يؤدي إلى الشعور بالإرهاق والخمول، عن طريق إزالة السكر من نظامك الغذائي، يمكنك تجربة مستويات طاقة أكثر اتساقاً على مدار اليوم، مما يؤدي إلى تحسين الإنتاجية والرفاهية العامة.

## فقدان الوزن وتكوين الجسم

يمكن أن يكون للاستغناء عن السكر تأثير كبير على فقدان الوزن وتكوين الجسم. السكريات المضافة كثيفة في السرعات الحرارية ولا تقدم قيمة غذائية قليلة أو

أصبح السكر، الذي يطلق عليه غالباً "السم الحلو"، مصدر قلق صحي كبير في مجتمع اليوم، يرتبط استهلاك كميات كبيرة من السكر بمجموعة من المشكلات الصحية، بما في ذلك السمنة والسكري وأمراض القلب.

بينما يوصى على نطاق واسع بتقليل تناول السكر، نتعرف في السطور التالية عما يحدث عندما تقطع السكر تماماً من نظامك الغذائي؟

## مستويات طاقة كبيرة

من أهم فوائد التخلص من السكر زيادة

## ماسك الصدر لبشرة مشرقة

## جمال وأنوثة



تحتوي شجرة السدر على أوراق خضراء، تمتاز بخصائص علاجية للبشرة، لا حصر لها وذلك لاحتوائها على العديد من الفيتامينات والمعادن، ما جعل الصيغتين القدماء يستخدمونها للعناية بالبشرة وعلاج مشكلاتها.

يحتوي السدر على العديد من الفيتامينات والمعادن، ما يجعله علاجاً طبيعياً رائعاً للبشرة، استفيدي من خصائص السدر الجمالية، وحضري ماسك الصدر للجسم بخلطات طبيعية من خلال الخطوات الآتية:

## ماسك الصدر والعسل

المكونات: ثلاثة ملاعق كبيرة من السدر البودرة أو حفنة من أوراق السدر الجافة، مطحونة طحناً ناعماً.

ملعقتان كبيرتان من حليب البودرة.

ملعقة كبيرة من العسل العضوي.

ربع كوب من عصير الليمون الحامض.

طريقة الاستخدام: في وعاء عميق، توضع جميع المكونات، ويتم خلطها معاً للحصول على عجينة لينة.

لإزالة الأوساخ وفتح مسام البشرة، ما يساعد الأخيرة على امتصاص خصائص السدر العلاجية، ثم يوزع ماسك الصدر على البشرة، ويترك لمدة نصف ساعة، قبل غسله بالماء الفاتر، بعدها ترطب البشرة بكريم مرطب يناسب نوعها.

ماسك الصدر والزبادي

المكونات: ثلاثة ملاعق كبيرة من السدر البودرة أو المطحون، ملعقتان كبيرتان من لبن الزبادي، ملعقتان كبيرتان من العسل العضوي، ملعقة صغيرة من ماء الورد.

طريقة التحضير: بعد وضع جميع المكونات

في وعاء، تُخلط جيداً، للحصول على مزيج متجانس. ثم يوزع على بشرة الجسم، ويُترك إلى أن يجف تماماً، بعد ذلك تشطف البشرة بالماء الدافئ فالبارد.

للزبادي فوائد جمالية أيضاً، وأهمها تفتيح لون البشرة.

## ماسك الصدر والقرفة

يعتبر هذا الماسك كمقشر طبيعي يعمل على إزالة خلايا الجلد الميتة.

المكونات: ملعقتان كبيرتان من مسحوق السدر، ملعقة كبيرة من القرفة المطحونة.

ملعقة كبيرة من الزبادي.

طريقة التحضير: تمزج المكونات جميعها جيداً، للحصول على خليط متجانس. ويوزع على بشرة نظيفة. يُترك لمدة 15 دقيقة، حتى يجف تماماً.

ثم، تفرق البشرة برفق بواسطة التدليك، قبل شطفها بالماء الفاتر ثم البارد.

ينصح بالمداومة على تطبيق ماسك الصدر

## المهام المنزلية تعزز شخصية الطفل

امشط شعرك، البس ثيابك بنفسك، قم بواجباتك المنزلية، جهز حقيبة الظهر الخاصة بك للمدرسة، اقرأ كتاباً.

بعد اكتمال كل عمل روتيني، يمكنك وضع علامة على المهمة خارج القائمة والانتقال إلى المهمة التالية، في النهاية ستصبح الأعمال المنزلية عادة ولن يحتاج إلى الرجوع إلى القائمة بعد الآن.

## الأعمال الروتينية للأطفال الصغار

يعد دمج الأعمال الروتينية في روتين أطفالك اليومي في سن مبكرة، أفضل طريقة لتشجيعهم على المساعدة باستمرار في جميع أنحاء المنزل.

ونظراً لأن الأطفال الصغار لا يزالون يتطورون المهارات اللازمة لإكمال العديد من المهام المنزلية، فمن المهم التفكير في قدرات طفلك الخاصة عند تحديد الأعمال المنزلية التي سيقوم بها على أساس منتظم، وإليك بعض هذه الخيارات الرائعة للأطفال الصغار:

- قم بترتيب سريرك عن طريق سحب الأغذية وتثبيت الوسائد.
- التقط ألعابك وضعها في الصندوق عندما تنتهي من اللعب.
- التقط ملابسك المتسخة وضعها في السلة.
- صب الطعام والماء في أوعية الحيوانات الأليفة.
- ساعد في تنظيف الفوضى الصغيرة.
- خذ أطباقك المتسخة إلى المطبخ.
- امسح المائدة بعد الأكل.

يُعد إعطاء أطفالك الأعمال المنزلية طريقة رائعة لمنحهم المزيد من المسؤولية في المنزل، ونظراً لوجود العديد من المهام المنزلية التي يجب إكمالها كل يوم، فإن إعداد قائمة بالأعمال اليومية للأطفال يعد أيضاً مثالياً لمساعدتهم على دمج الأعمال المنزلية في روتينهم اليومي.

## الأعمال الروتينية للأطفال

إن معرفة الأعمال التي يجب على أطفالك القيام بها كل يوم هي الخطوة الأولى لإنشاء روتين يومي في منزلك. لكن العثور على المهام المناسبة لكل طفل من أطفالك قد يكون صعباً، إذا كنت لا تعرفين من أين تبدئين، وأثناء التخطيط للأعمال اليومية لأطفالك، فكري في المهام المختلفة التي يجب إكمالها حول منزلك كل يوم، ثم فكري في أي من هذه الأعمال سيكون مناسباً لكل طفل من أطفالك، حيث يعد أخذ عمر طفلك، بعين الاعتبار، وقدراته للمساعدة في تحديد الأعمال التي يجب أن يقوم بها كل يوم طريقة رائعة لإعداد أطفالك للنجاح.

هذا لأنه سيكون من المرجح أن يقوم بأعماله المنزلية كل يوم إذا شعر بالثقة في قدرته على القيام بهذه المهام.

## قائمة العناية بالنظافة الشخصية

بغض النظر عن أعمارهم، يمكن لأطفالك إضافة مهام النظافة الشخصية والعناية بأنفسهم، وهذه قائمة الأعمال الروتينية الخاصة بهم: نظف أسنانك بالفرشاة، خذ حماماً واغسل نفسك جيداً بالشامبو.

## أخبار اليوم

السبت 24 جوان 07/2023 ذو الحجة 1444 هـ

## قوارب الموت إلى أوروبا

مشاكله المادية التي استفحلت شيئاً فشيئاً، ولذلك فحوضُ غمار تجربة الهجرة تلوح بالنسبة إليه الحل الأفضل والأسرع لانفراج أزمته، وأما عن المجازفة التي تقترن بها، فهي طبيعية، ولا بد من تقبلها والتعامل معها" يجعلنا الكاتب نبجر مع سيمير في رحلته مع عشرات «المهاجرين من كل الجنسيات والأصول والأعمار، عشرات من الشباب والكهول والنساء والأطفال جلسوا القرفصاء يتطلع بعضهم إلى بعض» ومن بينهم «امرأة سمراء حامل، يبدو عليها الإجهاد والتعب، لا تكف عن التأوّه والأنين وكأنها ستلد بعض لحظات» إلى أن تنقلب الرحلة إلى مأساة ويفرق المركب حيث «شاهد سيمير بأم عينيه كهولا وأطفالا ونساء يطلقون صرخات أخيرة تفطر القلوب، قبل أن ينهكهم الإجهاد، فيفوضون داخل المياه دون عودة، وتخدم صيحاتهم وتوسلاتهم للأبد... صارت تلك الرقعة من البحر مقبرة مائتة دفن فيها الكثيرون أحياء على مرأى ومسمع من البقية".

كم هي قاسية قلوبنا... على ضفتي المتوسط على حد سواء.

أهداها صاحبها إلى «كل التكالى الذين فقدوا فلذات أكبادهم في الطريق إلى الجنة الموعودة (أ) اللواتي لم يمنعهن ألم فقدان وحسرة الفراق من إحياء ذكرى أبنائهن والمطالبة الدائمة بالكشف عن المتسبب في فواجعهم ومحاسبتهم، حتى وإن لاح ذلك ضرباً من ضروب المستحيل». ومن خلال بطل الرواية «سيمير» يبحر القارئ في شخصية أحد المهاجرين الذي انطلق من تونس إلى لامبيدوزا، علناً نقف على مجرد نموذج يقودنا إلى أسنة هؤلاء المهاجرين الضحايا من أمثاله فنكتف، ولو قليلاً، عن التعاطي معهم على أنهم مجرد أرقام، أو حتى عن تفرعهم أحياناً لأنهم اختاروا طريق الألام مع أنه لم يدفعهم إليه إلا ما هو أمرٌ وأقسى.

الكتاب الصادر عن دار «نحن» للإبداع والنشر والتوزيع التونسية في 144 صفحة من الحجم المتوسط يجعل من «سيمير» صديقاً لنا، نثع بتعاطف وشفقة كل خطواته منذ أن وضع نصب عينيه فكرة الهجرة، بعد أن «صار يعتبر حياته الحالية بائسة، رتيبة، هدامة ودون قيمة تذكر، كما أنه لا يرى أفقاً أرحب، ولا يستشعر بصيصاً لانفراج ضيق صدره، وحلّ

ظاهرة جديدة غريبة وهي أنه بات بين هؤلاء خريجو جامعات بل وموظفون كذلك مما يدل على حالة الإحباط والدمار التي تمكنت من الكثيرين.

## فضية الهجرة واللجوء

زلامبيدوزا" تلك الجزيرة الواقعة في أقصى جنوب إيطاليا، بين مالطة وتونس والتي لا يتجاوز عدد سكانها بضعة آلاف وكانت في الماضي مجرد سجن أو منفى، كثيراً ما يتردد اسمها عند الحديث عن موجات الهجرة غير النظامية من تونس وليبيا فهي الأقرب إلى شواطئها، وإليها ينشد الوصول مئات القوارب خاصة مع تحسن أحوال الطقس خلال الصيف. لامبيدوزا هذه كان توجه إليها بطريقة غير نظامية آلاف التونسيين بعد ثورتهم عام 2011 وصاروا يهتفون عند الوصول إليها «لامبيدوزا حرة حرة والطيان على برّه» هي من اختارها الطبيب والروائي التونسي علي المراداسي عنواناً لروايته الجديدة الصادرة مؤخراً والتي صادفتها وصاحبها في معرض الدوحة للكتاب هذه الأيام.

الرواية المستوحاة من أحداث واقعية،



بقلم: محمد كrichان

بعد غرق مركب بمئات المهاجرين على متنه قبالة اليونان الأسبوع الماضي زاد الجدل حدة بين دول ضفتي البحر الأبيض المتوسط حول قضية الهجرة واللجوء بعد أن كشفت التحقيقات أن قارب الصيد المنكوب بدأ رحلته من مصر، ثم طبرق الليبية حيث انضم إليه آخرون كثر، في طريقه إلى إيطاليا. الجدل، الذي سكبت فاجعة هذا المركب المزيد من الزيت على ناره التي لم تخمد أبداً، بدأ يتحوّل تدريجياً إلى نوع من حوار الطرشان بين أوروبا، وخاصة إيطاليا، التي ضاقت ذرعاً بالآلاف الذين يتوافدون إلى شواطئها، ودول الضفة الجنوبية، وخاصة تونس وليبيا، التي ترى أنه لا بد من مقارنة أكثر شمولية وإنسانية لهذه الظاهرة.

عند مثل هذه المآسي، لا تطفو على السطح غالباً سوى تلك التقارير الإخبارية التي تركز بالخصوص عن أعداد الناجين والمفقودين،

## الطريق إلى مكة

منسكباً على ورق، أو أنه يحتفظ بمجرد خرقة من القماش، قدر ما يعني هذا أن المحب يعيش لحظة قرب رويحي يُختصر فيها الزمان والمكان ليجد المحب نفسه في حضرة الحبيب، يُقبّل كل شيء ويتعلق بأي شيء يذكره بحبيبه، دون أن يتسع ذلك المحب في وهم إسقاط الحواجز بين الحبيب الذي أرسل الرسالة والرسالة التي يُقبلها.

واليوم يؤكد خبراء الصحة النفسية وبناء القدرات والتنمية البشرية على أن الوضع الجسدي مرتبط بالحالة النفسية، في انعكاس واضح لارتباط حركة الروح بحركة الجسد، وهو ما يعني ضرورة إعمال الجسد في الشعائر الدينية، حيث لا معنى لمُسكك دون شعيرة جسدية، ولا معنى لمعراج الروح دون رحلة الجسد.

ولأن فهم الحج يمكن أن يُعد مدخلاً لفهم الإسلام كله بدأ الدبلوماسي والمفكر مراد هوفمان كتابه «الطريق إلى مكة» بفصل عن هذا الركن، مستفيضاً في شرح جماليات وأبعاد الالتقاء بالمكان ومعانقة المعاني الرمزية الكامنة في لقاء الجسد بالمكان الذي شهد ميلاد الإسلام، متحدثاً بأبعاد تجريدية عن التدايعات الروحية والنفسية لركن الحج الذي تجسّد فيه رحلة الجسد إلى مكة سعي الروح إلى الله، كما ذكر سابقاً.

وقد ورد في القرآن الكريم نص بالغ الدلالة على البعد الرمزي للحج، يتمثل في الآية: «وأذن في الناس بالحج يأتوك رجالاً وعلى كل ضامر يأتين من كل فج عميق. ليشهدوا منافع لهم ويذكروا الله في أيام معلومات على ما رزقهم من بهيمة الأنعام، فكلوا منها وأطعموا البائس الفقير» حيث تلخص الآية البعد المادي للحج المتمثل في المنافع، كما تحيل على البعد الرمزي المنفتح على ذكر الله، وما لذلك من أثر رويحي كبير، في رحلة تمثل صعوداً إلى الأعلى يشير إليه النص «يأتين من كل فج عميق» الذي يحيل إلى الارتقاء من الأسفل إلى الأعلى، ضمن رحلة الإنسان الروحية المتجددة إلى الله العلي العظيم.

كما نرى في الوقوف بعرفة والمبيت بمزدلفة ورمي الجمرات بمنى، وغيرها من المناسك. ويمكن النظر إلى سطحية «النظرة الوثنية لمناسك الحج» من خلال تصور تلك النظرة للأضحية التي يرى فيها «اللاذينيون» طقساً وثيقاً يقدم للاله، ناسين أنهم إذ يتعاملون مع «شعيرة دينية» فلا بد لهم من أن يأخذوا بعين الاعتبار التفسير الديني لهذه الشعيرة، وهو تفسير يقوم على الفائدة المادية والروحية للإنسان من وراء هذه الشعيرة، وليس الاستفادة الإلهية من إرافة دم الأضاحي، حيث جاء في النص القرآني عن تلك الأضحية أنه «لن ينال الله لحومها ولا دماؤها ولكن يناله التقوى منكم» في تلخيص بديع للبعدين المادي والروحي للحج وللإسلام برمته، إذ ينتفع الجسد من لحوم الأضاحي، وتستفيد الروح من «التقوى» التي تعد أرقى ما يمكن أن تصل إليه هذه الروح في علاقتها بالله.

إن الرؤية اللاذينية اقتضت على الدماء المسالة التي رأت أنها تقدم للاله، لكنها لم تدرك أن القرآن نفسه ينفي أن تكون هذه الدماء قدمت للاله، لسبب بسيط وهو انتفاء حاجة الله إليها، والصواب أنها قدمت لإطعام الفقراء، ولكن لمزيد من الحث على تقديمها نُظر إلى من يقدمها للفقراء المحتاجين لكل شيء كمن يقدمها لله الفني عن كل شيء، وفي هذا ضرب من التكريم المقصود للحجاج والحض على القيام بمناسك الحج.

## شعائر المحبين

يمكن أن يقال الشيء ذاته عن «تقبيل الحجر الأسود» الذي نظر إليه كطقس وثني من طرف المستشرقين الذين غضُّ الكثير منهم النظر عن إشعال الشموع في الكنائس لتماثيل من أحجار للمسيح والعذراء والقدسين، ليتحدث هؤلاء المستشرقون عن «وثنية تقبيل الحجر الأسود» ناسين أن المحب في لحظة شعورية معينة يقبل صورة حبيبته الغائبة أو يضم بشغف رسالتها إليه، وأنه قد يحتفظ بقطعة من ملابسها، دون أن يعني ذلك أنه يُقبّل ألواناً مطبوعة على خلفية بلاستيكية، أو مداداً

حول «وثنية شعائر الحج الإسلامية» تغدو لا معنى لها، حيث يحتاج المخلوق إلى أن تتجسد معالم الطريق إلى الخالق أمامه عندما لا يتجسد الله ذاته، كما يحتاج الإنسان إلى أن تتجسد معالم طريق الشيطان له عندما يحتجب الشيطان عن العين، وهذا يقتضي أداء الحاج للشعائر التي ترسم له معالم الطريقين، والتي تنطوي على دلالات رمزية بعيدة، غفل عنها المستشرقون أو حاولوا إغفالها عن قصد.

## دوران رويحي

وهنا لا يغدو الطواف مجرد أشواط حول بناء من الأحجار، ولكنه دوران رويحي حول القيم الخالدة التي ارتكز عليها هذا البناء وشيّد بين أجلها، ومثل ذلك يمكن أن يقال عن السعي بين جبلي الصفا والمروة اللذين جسداً، على المستوى الظاهري، حاجة الجسد إلى الماء، كما مثلاً، على المستوى الرمزي، حاجة الروح إلى الهداية، عندما كانت هاجر أم إسماعيل تجري بين الجبلين، بحثاً عن ماء لوليدها ولها، قبل أن تنفجر «زمزم» من تحت أقدام الرضيع، في قصة تحمل إحالات إيمانية عميقة، تتمثل في أنه في الوقت الذي نذهب فيه بعيداً في الأخذ بالأسباب فإن «مُسبب الأسباب» يدهشنا برزق يتفجر، لسبب قد لا يخطر لنا على بال، كما حدث لأم إسماعيل، التي تمر على وجدان الحاج مشاهد سرديتها الدالة في سعيها بين الصفا والمروة، لحظة سعي هذا الحاج بين الماضي والحاضر أو بين حاجات الروح ومتطلبات الجسد.

ويمكن مقارنة بقية الشعائر الدينية في الحج بهذا المفهوم الذي يجعل المعنى القريب سبيلاً للوصول للمعنى البعيد، ويجعل الطريق إلى مكة سبيلاً إلى الله، كما يجعل الحج برمته رحلة مستمرة مدى الحياة إلى خالق الحياة ومبدعها، ناهيك بالمعاني الأخرى التي تتجسد في رحلة الحج من شعور بالمساواة وانعدام الفوارق المادية واللونية والعرقية والقومية والثقافية، ومن تجلي قيم الوحدة والانصهار الروحي في بوتقة المعاني الإنسانية الخالدة،

لرحلة الحج في الإسلام، مشيراً إليها بأنّها تجربة "ولادة لكل معنى، ولادة جديدة لمسلم جديد".

وكما فعل أسد سجل هوفمان في كتابه «الطريق إلى مكة» طرفاً من سيرته الذاتية، وتأثر كثيراً بموقف إسعاف زوجته الحامل التي كانت تنزف، عندما أسعفها سائق جزائري مسلم، لم يكتف بذلك، بل تبرع لها بدمه في لحظة كانت جعلت عمر المختار الفرنسية. حسب المؤلف، تقطع الطريق أمام وصول سيارة الإسعاف، الأمر الذي جعل هوفمان يعكف على دراسة القرآن لفهم أسباب صمود هذا الشعب الذي يواصل نضالاته رغم كل الكوارث التي أوقعتها به المستعمر، متمسكاً بقيمه الإنسانية التي لم تجعله الحرب يفقدها، وهي الأسباب التي جعلت عمر المختار يرفض عرض محمد أسد للخروج إلى مصر بعد أن أيقن بأن الموت هو نهايته، مردداً: «إنا لله وإنا إليه راجعون» حسب رواية أسد في كتابه المذكور أعلاه.

في كتابي أسد وهوفمان يصيح الطريق إلى مكة هو الطريق إلى الإسلام، ويغدو الحج توجهاً جسدياً وروحيّاً إلى الله، وبما أن الإنسان جسد وروح، فلا معنى لقول بعض الفرق إن الحج يمكن أن يكون رويحياً قلبياً دون الرحيل الجسدي إلى مكة، كما أنه لا معنى للتفسير السطحي الاستشراقي للحج باعتباره مجرد حركات طقوسية، أشبه ما تكون بشعائر الوشيين، إذ يصعب فك الإحالات الروحية للحج عن شعائره الجسدية من طواف وسعي ووقوف بالمشاعر المقدسة، لما لذلك من معنى عميق ينفث على دلالة «رحلة الروح إلى الله» في موازاة معنى ظاهري ينفث على دلالات «رحلة الجسد إلى مكة» ضمن عبادة واحدة لا ينفك محتواها الروحي عن شعائرها الجسدية، حيث يصبح الدين تهويمات فلسفية نظرية إذا فصلناه عن شعائره التعمدية الجسدية، كما يتحول إلى طقوس جسدية جامدة إذا فصلناه عن إحالاته الروحية.

وهنا، فإن ملاحظات كثير من خصوم الإسلام



بقلم: محمد جميع

شاهد الصحافي اليهودي النمساوي ليوبولد فايس في القدس مجموعة من المسلمين يقومون بحركات يقرأون أثنائها بعضاً من القرآن، وعرف أن تلك هي صلاة المسلمين، وحاول الاستفسار عن دور الجسد في الصلاة التي يفترض أن تكون عملاً قلبياً خالصاً، فسأل الإمام عن ذلك، وجاء الرد الذي سجله في كتابه «الطريق إلى مكة» في قوله: «بأي وسيلة أخرى تعتقد أننا يمكن أن نعبد الله؟ ألم يخلق الروح والجسد معاً؟ وبما أنه خلقنا جسداً وروحاً ألا يجب أن نصلي بالجسد والروح؟» في إشارة إلى ضرورة فهم الشعائر الحسية في الإسلام مرتبطة بمحتوياتها الروحية.

ومع الوقت تعمقت علاقة فايس بالإسلام فأعلن إسلامه سنة 1926، ليتحول الصحافي اليهودي ليوبولد فايس إلى المفكر المسلم محمد أسد الذي أصدر عام 1954 كتابه: «في الطريق إلى مكة» وفي ظاهر العنوان يبدو أسد مسجلاً رحلته الجسدية إلى مكة، وفي جوهر الكتاب يسجل رحلته الروحية إلى الله، على طريق مكة، طريق الإسلام.

## الرحلة الروحية

الكتاب. إذن. ليس رحلة حج بمعناه الشعائري وحسب، ولكنه رحلة روحية وفكرية وأخلاقية لصاحب سيرة ذاتية انتقل من دين إلى دين ومن فلسفة لأخرى، ومن جغرافيا إلى غيرها، في «حج» متجدد إلى الله، كما جاء في كتاب محمد أسد الذي يُعد تجربته واحدة من تجارب أخرى كثيرة خاضها علماء ومفكرون وفلاسفة وفنانون وسياسيون غربيون خاضوا تجارب مماثلة، ومنهم الدبلوماسي الألماني فيلريد هوفمان الذي أسلم ليصبح المفكر المسلم مراد هوفمان الذي ألف كتاباً بال عنوان ذاته «الطريق إلى مكة» تعرض فيه للمعاني العميقة

## كفاح متفوق

يعود إلى ازدياد أدوات وأشكال وأساليب الهجمة الإسرائيلية، فالانتخابات يوم الأول من تشرين الثاني 2022 أنتجت، حكومة للمستعمرة متطرفة سياسياً ودينيّاً، وهذا سبب اندلاع المظاهرات من قبل الإسرائيليين ضدها، فإذا كانت قطاعات واسعة من الإسرائيليين ضدها فكيف يستطيع الفلسطينيون سواء في مناطق 48 أو مناطق 67 القبول بها أو التكيف معها.

لا التنسيق الأمني بين رام الله وتل أبيب مفيد، ولا التهدة الأمنية بين غزة وتل أبيب، باتت مقبولة أو مفيدة، مما يتطلب مراجعة فلسطينية جدية من قبل حركتي فتح وحماس.

أن لديهم شبابا يتحلون بالبسالة، يوجهون ضربات موجعة لعدوهم المتفوق المتبحر، المعادي لحق الإنسان الفلسطيني في الحياة والكرامة.

شعب فلسطين يواصل ثورته، يصنع مستقبله، يصنع متطلبات حياته على أرض وطنه، الذي لا وطن له غيره، مهما تفاقمت أوضاع الحياة وتقلباتها وتعقيداتها، فهو يواجهها بالوعي والمزيد من اليقظة، كما اصطدم خياره النضالي في مواجهة عدوه، حيث لا عدو له غيره، يحتل أرضه، يُصادر حقوقه، ينتهك كرامته.

تعاطم العمل الكفاحي في مواجهة المستعمرة

صفعة المناضلين

تمكنت قوات المستعمرة من كشف المناضلين المنفذين، بسبب قدراتها العسكرية والأمنية اعتماداً على طائرات المراقبة الالكترونية وكاميرات الشوارع المنتشرة، ورغم ذلك وجه المناضلون صفعة كفاحية سجلها شباب فلسطين في عملهم المبادر ضد المستوطنين المستعمرين الأجانب.

فعل المقاومة يتعمق، بالمبادرة، والشجاعة، والاستعداد العالي للتضحية، والحاضنة الشعبية، فالأمهات اللواتي يفقدن فلذات أكبادهن، أولادهن، وهم شباب مثل الورد، يفرحن، يزغردن، وعائلات الشهداء يتباهون

إضافة إلى طائرات المراقبة الالكترونية في الجو، هي التي توفر للأجهزة العسكرية والأمنية القدرة والتفوق لمتابعة المناضلين، والنشاطات الجماهيرية والسياسية والأمنية للفلسطينيين.

في مواجهة قدرات تفوق المستعمرة، لم ينتظر الفلسطينيون أكثر من يوم واحد للرد على مجزرة مخيم جنين، والنيل من مجموعة من المستوطنين المستعمرين الأجانب في استراحة محطة محروقات على طريق نابلس رام الله، ووجهوا لهم ضربة موجعة سريعة، دفعت كل مؤسسات المستعمرة وقياداتها للهرولة من أجل متابعة الحدث.



بقلم: حمادة فراغنة

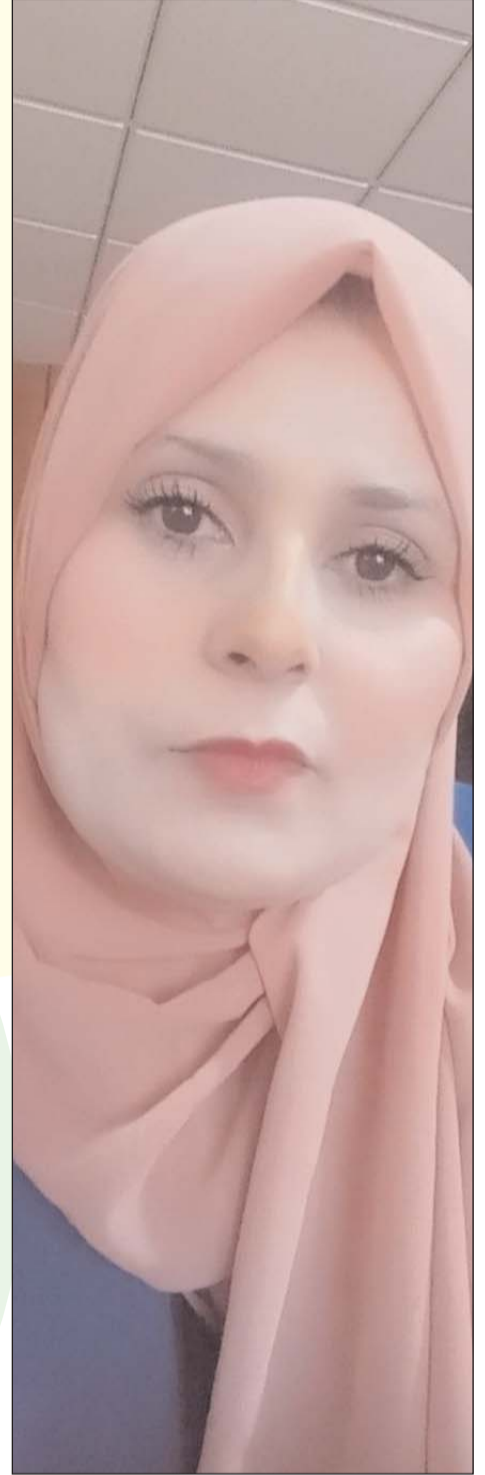
الجهلة فقط خارج فلسطين، يعتقدون، يتوهمون أن قوات المستعمرة تتفوق بالعمل الاستخباري البشري أي عبر تجنيد العملاء، وهذه خلاصة غير دقيقة، غير موضوعية، وعلى الأغلب ان هؤلاء خارج فلسطين لا يعرفون أن تفوق المستعمرة يعود إلى قدراتها التكنولوجية المتقدمة، فهي عبر الكاميرات الذكية المنتشرة على كافة شوارع فلسطين،

## "أخبار اليوم" ترصد ما يخطه أهل القلم

## فسيفساء من الإبداعات الأدبية

تنشر "أخبار اليوم" فسيفساء من الإبداعات الأدبية في الجزائر وخارجها، وتنشرها توثيقاً لإبداعاتهم وتكريماً لأصحابها، وبهدف متابعة النقاد لها وقراءتها بأدواتهم؛ وأيضاً لاطلاع القراء الكرام على ما تجود بها قرائنهم.

هذه أنا «خاطرة»



بصدق لسانها وليكن الطوفان إذن... على إيقاعي  
أراقص عنادي حد الألم... أمل بي يشتعل ويرحل  
إلى الوهج والإشراق... إني على يقين أن لإشراقه  
قلبك مجيء محتتم...).

يا أميرة الوجد، أنا هنا أراقص كل الحروف  
المقدسة لعلني أجد أجوبة لأسئلتك المبهمة والتي  
تصر في عز الغياب عن اختراق هذا الضجيج الذي  
يجتاح صمتي... كم أنت صامتة في محنتك...!  
لكني على يقين أنك تشبهين الأزهار... حتى في  
ذبولها لينفث فيك الربيع من رحيقه عبير الزنبق...  
سحر البنفسج وإغواء الياسمين... لضوء الصباح  
المنير في قلبك الرهيف دعاء... لك السعادة بعيدا  
عن صرخات الكلمات... وكثيرا من الغياب...).

(ن رماذ الشعلة استيقظت روحي... ومن أعاصير  
الشتاء تفجر نبع شحيح... يروي أمل القلب آمالا  
جديدة... حبيبي، سيسري بأوصالك عطر  
الحنين... وستستشوق خساراتك... فيضًا من  
توهجي... على أرضة النسيان...).

( هجعة مساء غامض جلست تحاكي البحر، بريك  
لم تتمطئ! أصواتك تخترق حزني الشفيف... أرى  
فيك الكثير... الكثير من روحي... كبرياء العنود...  
استحالة ثمرة مشتهة... لا جسد... لا شكل... لا  
عقل... سوى اتساع أفق... وأنا وأنت لا نحتاج تذاكر  
سفر... قلبان متحدان في الغياب... لا حدود... لا  
مسافات...).

لديارهم ومضاربهم وحياضهم  
ولأوطانهم وسكنهم  
هذا مطلبهم حتى يقبلوا اعتذاركم  
يا لصوص السعادة والفرحة.

## مرافئ التحدي

أنا مسافرة بحروفي بعيدا  
وأحلامي تقتفي آثاري  
معلقة بين اليأس والرجاء  
على سفنات النخيل تتأرجح  
وتتغذى على عراجين الرطب  
في بلاد كل الخير والنعم  
والجمال على اختلاف المواسم  
وعلى اختلاف المناخ والتضاريس  
أعيش كالأميرة أحمل يراعي  
أرسم به سحر بلادتي  
يرقص على تير الصحاري  
أو يتزلج على ثلوج المرتفعات  
في حبور يستحم في شلالات العطر  
حروفي تبض بالحب والوفاء  
ومن خيوط الشمس أنسج  
فساتين الزفاف للمحبين والعاشقين  
كلهم تحد للعيش الرغيد  
ومن طيب الأثر أزرع الورد  
في القلوب لتزهز الأحزان  
واليأس والحنوط والاكنتاب  
فلا مكان لها بين جدران الروح  
وأواصل سفري حتى أحقق أمنياتي  
فبستان الأحلام يشع بالتوهج  
وفي مرافئ النسيان تنمو سنابل القمح  
ملأى بالتصميم والتحدي.

## أنت ملهمي

■ أ. صباح حمور - الجزائر

ماذا لو...!  
امتهنت أنا الشعر...  
ومن بين شفاهي  
صرت أنت القصيدة  
أو نزلت أنت ناموسا  
يحمل بين يديه الإلهام...  
كل الهامك لي وحدي  
لتملي علي من شفقتك  
كلمة، كلمة.. وحرفا، حرفا  
لكنك كل شيء...  
وكنك أنت شعري...  
وكنك أنت القافية والوزن  
وكل شطاتي والبحر  
وكنك المد والجزر...  
وكان اسمك للقصاصد عنوانا  
ماذا لو...!  
كانت عيونك صحائف...  
وكانت زرقها سمائي  
وكان ماؤها في مقلتي أنهارا.

## شذرات

■ منيرة جوالي - تونس

(لم يكن يدرك أنها مزيج بانورامي أخاذ... وأن لها  
قلبا من زجاج... رخوة كالذائبة، لذة وعنيدة عناد  
الصخر، عذبة في صدقها، في تجرداها من كل ألوان  
الزيف... ساحرة في حبها كأنها المعنى... المعنى  
الحقيقي والجديد الذي يمنح للحياة سعادته من  
سعادتها ومعاناته معاناتها... هي حب تشعر فيه  
أنه الوجود والماء وراء...).

(اسمعي حبيبي، للروح خيط يجذبها نحو عالم  
ملي بالسحر، تطهرت فيه من أدان المادة، حيث  
لم يعد للحسابات وقع ولا للانتظار ألم... حتى  
الكلمات التي تذيب قلوب العاشقين ما عادت  
تعني... ما يعني حقا هو ذاتي الحرة المكتملة  
بوجودك كما غيابك... كبرت طفلي وتكلمت الحياة

الندم صباحاً لأنه كان سكران.  
أنا صباح السلام كالعطر أمر وأترك الأثر، نقش  
عربي من عهد الرومان.  
أنا التي أغرب دقيقتهم ويقولون ما أكثر هذه  
الثقوب!.  
إكسبير الحياة إحساس، أنا قليلة المثل بين ناسي،  
أصغر كل يوم وتكبر حقيبة خيباتي. مثل حبة سكر  
سقطت في مر الفرجان.  
أنا التي أغنى بالاهتمام، وبالإهمال أستغني. لكني  
أظلل الغصن وإن طارت العصافير... عيبي أنني لا  
أحسن الاشتياق... أنا فقط أقف على حافة  
العقارب حافية أنتظر الرفاق... عن موهبتي،  
أجيد الاتسام بصدق دون تمثيل لست قصة...  
أحلامي مثل صببية مات حبيبها وظلت وحيدة دونه  
تنتظر الموت سبعين عاما بعد... لست صدفة...  
أنا خاتمة الأشياء الجميلة... لست جامدة ولا  
أنسكب... أنا عطش الصيف... أنا حفلة للأيتام  
يرسمون فيها وجوه أمهاتهم... أنا ضحكة الفقراء.  
أنا وحدي أفهم ما معنى أن يتعب البحر... أن  
تتعب العواصف من السفن! لي في الحزن أسباب  
لكنني أبكي بلا سبب... ضعفي غروبي وفي  
الغروب جمال... روحي جيش إذا اخترقه غريب  
يرتاب... ثابتة مرة ومرة منهارا الأعصاب.  
ثقتي بنفسني قوتي، حبي لنفسني سلاح، كبرياتي  
فخر، صفاتي وطني عنفوان، لهفتي لمن أحب هي  
الأوطان.  
حروف الصمت لأجلى تنطق، وعشقي جنون بلا  
منطق، أزداد ألقا وأنا أحترق...  
أنا أنضح مع الأيام، أنا أطمئن إذا قال  
أحدهم: "ستختفي الآلام... سيصير كل شيء على  
ما يرام".  
لكنني أزيد اقتناعا بأن العزلة راحة، بعد ما  
أوجعني من خفت عليه من وجع الحياة.  
الحمد لله، أخيرا حطامي غير قابل للكسر...  
هنيئا لي نفسي، ضحكتي، فرحتي، عيوني، قلبي...  
وهذا العمر.

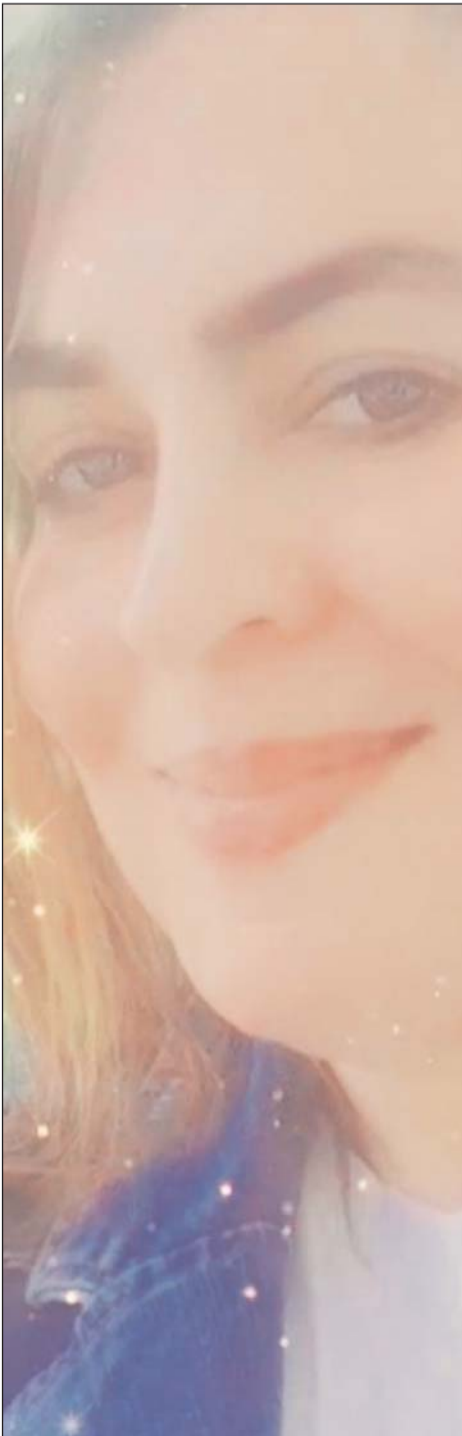
## لا تعتذروا لي..

■ أ. نورة شياح

في عيد ميلاد الأطفال  
والكون يرحب ويقيم الاحتفال  
لأن الأطفال فاكهة الحياة  
وجنة الله على الأرض  
وتجديد للبشر وتوالي للأجيال  
لا تستخفوا بنا ولا تهملونا  
فتعليمنا قوة لمجتمعنا  
وبناء أجسامنا وعقولنا  
من أولويات الأولويات  
واسعادنا من بواعث البهجة  
للمجتمع والأمة  
وإحلال السلام في ربوع الأرض  
مطلبنا بالإلحاح  
نحن صقور الأمة وروادها  
نحن نسور في السماء  
تتباهى بنا الملائكة في ليلة القدر  
نريد حضن الأم ومنتهى الحب والتضحية  
نريد الإنسانية في أبهى صورها  
لأطفال العالم دون حرمان  
دون تتمر ودون إقصاء  
ودون تمييز عنصري  
فأطفال ضفة الشمال  
يتمتعون بخيرات العالم  
من العلم والترفيه والكماليات  
وأطفال الضفة الأخرى  
تتركهم يعانون الأمرين  
الحروب والفتن والتقتيل والإرهاب  
والجهل والأمية والتشريد والتهمير  
والدخول في حروب وانتهاك للبراة  
والاغتراب والاعتصاب والاستعباد  
لا تعتذروا لهم وأنتم سببهم  
أحلوا السلام والأمن والاستقرار

## ■ أ. وافية قحام

أنا الهادئة مثل آخر نقطة في أعنف موج... أنا  
الرفيقة مثل خيط السرج، أنا الفتية مثل الندى في  
المرج... ناعمة كحد السيف... قصيرة العمر  
كزهرة اللوز... ولا حيلة لها في الجمال والشغف...  
أنا بيت الصدر والعجز من بحر الغرام... أنا  
قافية الأيام... رويي الحب والأمان والحنان  
والاهتمام.  
أنا التي لو عرفتني لأبكيك وبكيت علي...! أنا  
القوية التي تجمع سواد الأيام في زجاجة الكحل  
لعينها... أنا الأميرة ولست ابنة ملك.  
أنا أغلى ما فقد الخاسرون لودّي... أنا الفرق  
بين توقع اللقاء وجمال الصدف... أنا التي أمشي  
مرهوقة القامة والهامة إن ثقل الحمل أم خفت.  
أنا مخلص الوعود مخلوفة العهود، ورغم الحب  
ورغما عن الكره نحب، وتطحن قلوب الصخر  
عظامي، سبحان من خلق النساء!.  
أنا الطيبة صرت تابوتا وقلت: من دهاني؟ تقودني  
قدمي لباب تاركي وألعن شيطاني.  
لا أحد يفهمني مثل رواية ضاعت منها  
صفحتان... هي أسطر البداية والختام... لو كان  
للدمع صوت لطردي الجيران.. الحمد لله ليس  
للنوح لسان...!  
سنوات من القهر مشيت على جبل الصبر مثل  
بهلوان... خوئي متعب يلعن الظلام ليلاً ويلعن



## حياتك تتوقف على ما يدور في رأسك

## التفكير الإيجابي.. تعلم التأمل!

هناك طريقتان للتفكير، وطريقتان لتفسير الأشياء من حولنا، وهذا يؤثر كثيراً على مشاعرنا وعلى حياتنا وسلوكنا بشكل عام.. فحياتك كلها تتوقف على ما يدور في رأسك، وكيف تدور الأفكار في رأسك؛ لأن أفكارك هي التي تحدّد قراراتك واختياراتك في الحياة، وحتى المشاعر والأمزجة قد تحددها الأفكار.

## ■ ناريمان عثمان

ينقسم الناس إلى أصحاب أسلوب تفكير إيجابي، وآخرون إلى أصحاب أسلوب تفكير سلبي، الدكتور مارتين سليجمان يقسمهم في كتابه "تعلم التأمل" إلى أشخاص متفائلين وأشخاص متشائمين. لا بدّ وأن جميعنا يعرف أشخاصاً يفكرون بإيجابية، ويلاحظ كيف تسير حياتهم، وأيضاً يرى أشخاصاً سلبيين، وما يترتب على سلبيتهم من ضيق. حتى نحن حين نتقلب بين مزاج إيجابي وسلبي نلاحظ الفرق في مشاعرنا، ونرى هذا الفرق حولنا أيضاً، فعندما تبدأ صباحك باكراً بحيوية ونفس منشرحة، بعد ليلة نمت فيها بعمق وأخذت كفايتك من الراحة، وتجد وقتاً كافياً لتناول فطورك وملاحظة أشعة الشمس وهي تلوح في الأفق، فإنك تشعر بأن كل شيء حولك يبدو مشرقاً، وتدخل على زملائك في العمل بابتسامة صباحية مفعمة بالحيوية، وتبدأ عملك بحماس، تشعر أنك قادر على إنجاز ما كنت تتوقع أنه صعب، وكان عملك نفسه يساعدك على إنجازه؛ لأنك تريد ذلك. لكن عندما تبدأ نهارك كبراً، وعابساً فإنك تشعر أن كل الأمور تعاكسك، وأن كل التفاصيل تناكدك وتغيظك عامدة، وأنت غير قادر على العمل، ولا حتى أبسط الأمور..

فعندما تكون مكدراً ومتوتراً وتفكر بطريقة سلبية، فإن إدخال المفتاح إلى مكانه في القفل سيسغرق منك وقتاً، علماً بأنه عمل بسيط ويتم بكل سلاسة عندما تكون هادئاً وفي مزاج جيد..

لكن هذا المزاج الجيد أو السيئ ليس شيئاً خارجاً عن سيطرتنا أو إرادتنا؛ فنحن لنا دور كبير في تحديد مزاجنا، وفي السيطرة على أفكارنا وبالتالي مزاجنا ومشاعرنا، وذلك بالانتباه أكثر إلى الطريقة التي تدور بها الأفكار في رؤوسنا، والطريقة التي نحدّث بها أنفسنا. يقول مارتين سليجمان: "الاكتئاب ينتج عن عادات في أسلوب التفكير الواعي تمارس على مدار حياة الفرد، فلو أننا استطعنا تغيير عادات التفكير هذه لشفي المريض من حالة الاكتئاب التي يعانيها".

وكذلك "توصل فريق من علماء النفس الأمريكيين إلى أن الأشخاص المنسرحي البال المتفائلين في نظرهم إلى التقدّم في السن يعيشون لمدة أطول من أقرانهم الذين يستبد بهم القلق".

ووضع الدكتور عبد الستار إبراهيم، أن لاعبي الشطرنج الذين لا يمتنون أيّة مهنة أخرى سوى لعب الشطرنج يعيشون أقل بـ16

سنة من زملائهم الذين لديهم مهنة أخرى؛ لأنهم يتعرضون إلى ضغط نفسي شديد، ولأن تفكيرهم يتسم بالقلق.

طريقة تفكير الإنسان تحدّد حياته كلها، التفكير الإيجابي يمنحنا المرونة والقدرة على التأقلم وتقبّل مشاكل الحياة، وكذلك تقبّل الموت، فالنظرة الإيجابية المتوازنة إلى الحياة تخفف الخوف من الموت، وتمنح الإنسان نوعاً من الاستقرار النفسي والطمأنينة.

ثمّة أسرة لطيفة يعتبر أفرادها المسنون، من الأشخاص الإيجابيين؛ حيث إنهم يتعاملون مع الناس بطريقة واضحة، ودائمًا يفسرون الأشياء بطريقة إيجابية وبسيطة، فعندما تكون بين أشخاص من هذا النوع تشعر بالراحة والهدوء، على عكس شعورك وأنت بين أناس آخرين يفكرون بطريقة سلبية، ويعيشون ضحايا لمشاعر

الحسد والكراهة للناس، بحيث يقضون أوقاتهم في توتر لا ينتهي، دائماً مزعجون ويزعجون من حولهم، لكن لو فكروا بتجريب التحرر من ضغط المشاعر السلبية والنهر والجزر والنكد لأنقلب حياتهم رأساً على عقب.

الإنسان الذي يتصرّف بهذه الطريقة، يقضي وقته حانقاً ومتوتراً، وأقل شيء يمكن أن يستفزه، وهو بذلك يستهلك أعصابه ويؤذي صحته

الجسدية؛ لأنه يُقيّد دائماً عضلاته وجسده كله متحفظاً ومشدوداً وفي حالة غير طبيعية.

علاوة عن أنه يدفن إمكانيات الإنسان، ويغلق جميع الأبواب أمام نفسه، ويمنعه من مجرد التفكير بالقيام بأي تغيير في الحياة.

ففي كتاب "العودة من مجاهل القلق" نجد أن غالبية المتعالجين في المراكز النفسية، هم أشخاص يعانون من أوجاع وآلام لا يوجد لها أصل عضوي، بل هم أصحاء من الناحية الجسدية. ويقول المؤلف أندريه روغوفيتش: " كانت المجموعة مكوّنة من عدد من الأشخاص الذين يحاولون مساعدة أنفسهم في فهم أقدارهم وتغيير سلوكهم بما يمكن أن يحمل لهم النجاح في الحياة الواقعية".

لقد كانت جلسات العلاج تساعد المتعالجين على تغيير تفكيرهم، وفهمهم لمشكلاتهم حتى يتمكنوا من التغلب عليها وحلّها.

دمارتين سليجمان يصنّف لنا الناس إلى قسمين، وما يترتب عن ذلك التصنيف:

• بالنسبة للطريقة التي تفكر بها، وخاصة بشأن الصحة، فإنها تغير صحتنا.

• يصاب المتفائلون بأمراض معدية أقل بكثير مما يصاب به المتشائمون.

• يتمتع المتفائلون بعادات صحية أفضل من تلك المتوفرة لدى المتشائمين.

• بإمكان جهازنا المناعي أن يقوم بأداء وظائفه بطريقة أفضل عندما نكون متفائلين.

• غالباً ما تكون أعمار المتفائلين أطول من غيرهم. (هناك أشياء كثيرة تقع خارج نطاق سيطرتنا، مثل لون أعيننا، وجنسنا، ولكن هناك حدوداً واسعة غير مطلوبة من الأعمال التي يمكن أن تكون لنا سيطرة عليها، أو أن نتخلّى عن السيطرة ونحيلها إلى الآخرين أو أن نتركها

للقدر، وتتضمن هذه الأفعال الطريقة التي نعيش بها حياتنا، وكيفية التعامل مع الآخرين، وكيفية كسب العيش، وكافة مظاهر الوجود التي يكون لنا فيها شيء أو درجة من الاختيار.

يمكن بالفعل للطريقة التي تفكر بها حيال مجالات الحياة أن تزيل سيطرتنا على هذه الحياة أو أن توسع هذه السيطرة، لا تعد الأفكار مجرد ردود فعل للأحداث، وإنما تقوم هذه الأفكار بتغيير ما ينتج عن هذه الأحداث.)

إلى جانب وظيفته قرّر السيد محمد أمين البدء بعمل جديد، كمسوق ومندوب مبيعات، وهي مهنة لم يملك خبرة مسبقة عنها، خلال

7 كن مستعداً، لكن لا تخطط لكل كلمة ستقولها؛ فكر مسبقاً في بعض التعليقات، لكن لا تحفظ كل ما ستقوله عن ظهر قلب كي لا تبدو أشبه بآلي. إن كانت الشركة قد أطلقت لتوها إعلاناً جديداً، فاحرص على التطرق إلى هذا الموضوع. وإن فكرت مسبقاً في بعض المواضيع التي قد تتناولها في حديثك، فقد يمنحك هذا ثقة بالنفس.

8 اطرح سؤالاً غير متوقع؛ يمكنك التخفيف من التوتر بطرح سؤال غريب، مثل: "يقولون إن العالم سينتهي اليوم، فإذا يجب أن نتناول على الغداء برأيك؟". لا تقدم على هذه الخطوة إن كنت لا تملك حس فكاهة طبيعيتك.

9 لا تملل: قد تشعر برغبة في اللعب بريطة عنقك أو حزامك أو ساعة يدك. قاوم هذه الرغبة. عندما



## الدماغ سريع في الحكم على الآخرين

## انطباع جيّد في 30 ثانية

ستفاجأ حين تعرف كم من الناس ينسونها ويبدون خلال اللقاء الأول كما لو أنهم شَمّوا لتوهم رائحة كريهة. لا تنتظر أن يتسموا لك، بل ادخل الغرفة وفمك مبتسم وعينك مشرقتان.

3 اترك الأكياس والحقائب الكبيرة في الخارج؛ قد يجعلك صراخك مع الأكياس والحقائب الكبيرة تبدو متعباً وغير منظم. إن كنت تحمل حقيبة يد تزن نحو 15 كيلوغراماً ضعها بهدوء عند الباب، قبل أن تدخل الغرفة. تريد أن تحظى أنت باهتمامهم، لا أن يشتت ما تحمله انتباههم.

4 انظر إلى عيون الجميع؛ قد تميل إلى التركيز على الشخص الأهم في لقائك، لكن إن صببت كل اهتمامك عليه فسيشعر الآخرون بأنهم مهمشون. لذلك، ما إن تدخل، انظر إلى عيون الجميع في لقائك هذا.

5 أخبرهم أنك مسرور بحضورك؛ قد تقول عبارة، مثل: سوأنا في طريقي إلى هنا، كنت أفكر في مدى سروري بحضور هذا الاجتماع". أخبرهم بأنهم مهمون بالنسبة إليك. لا تتملقهم، بل أطلعهم على مشاعرك الحقيقية.

6 ادفعهم إلى البدء بالكلام في غضون 30 ثانية؛ لا تبدأ بالتكلم من دون انقطاع، بل حاورهم بطرح سؤال ما. أومئ برأسك وأنت تنظر إلى عيونهم فيما يجيبونك، وسيساعدك هذا على إيجاد رابط قوي بينك وبينهم في الحال.

سارع دماغنا إلى إصدار الأحكام على الناس خلال الثواني الأولى من تعرفنا إليهم، لذا لا شك في أن الثلاثين ثانية الأولى بالغة الأهمية، سواء كنت في موعد رومانسي أم في مقابلة عمل.

يبدأ عقلنا في الحكم على الناس حتى قبل أن يتقوهوا بكلمة، وقد أظهرت الأبحاث أن الثلاثين ثانية الأولى من المقابلة تحدد في الغالب ما إذا كان طالب العمل سيحصل على الوظيفة.

لا ندرك غالباً السرعة التي نحكم بها على الآخرين، فيقيم عقلنا الباطني مَن نقابلهم في غضون ثوان، ثم يعمل عقلنا الواعي على البحث عن أدلة تؤكد الحكم الذي أصدرناه. صحيح أن هذا تصرف مجحف، لكنه واقع الحال.

قد تود ترك انطباع أولي جيد خلال مقابلة عمل أو اللقاء الأول مع والذي زوجتك المستقبلية. لذلك، من الجيد أن تدرس الخطوات كافة التي ستقدم عليها خلال الثلاثين ثانية الأولى. إليك بضع نصائح قد تسهل عليك إبرام صفقة أو الفوز بوظيفة أو الاستئثار بمحبة ذوي زوجتك العتيقة:

1 استرخ؛ قبل طرق الباب، خذ دقيقة لتتنفس بعمق، ترخي كتفيك، وتقف منتصباً، إذا دخلت الغرفة وأنت مسترخ، فستوحي إلى الآخرين أنك واثق من نفسك.

2 ابتسم؛ قد تبدو لك هذه النصيحة بديهية، لكنك

الأيام الثلاثة الأولى لم يبع شيئاً، يقول عن نفسه: "لقد شعرت بخزي وخجل من نفسي، كنت في موقف صعب، لم أتمكن من بيع شيء، لكنني تداركت الموضوع، وصرت أقول لنفسي بأن ما يحدث طبيعي وعادي، أعرف طبيياً رغم مهارته بقدر - أحياناً - ألا يزوره أي مريض، وفلان صاحب وكالة سيارات ولديه موظفون، ومع ذلك يمر عليه وقت دون زبائن، إذن ما يحدث معي عادي، ولا علاقة له بكفاءتي، بذلك خففت عن نفسي، وفعلاً في اليوم الرابع بعث بمبلغ جيد جداً، وتابعت العمل".

ما قام به السيد محمد أمين هو تقديم الدعم لنفسه عبر الحديث الإيجابي.

"عند حدوث المواقف الصعبة، يمكن للفرد أن يقدم لنفسه الدعم النفسي عن طريق الحديث الإيجابي مع الذات".

ومن الملفت للنظر أن المبدعين رغم الفكرة الشائعة عنهم من تعرضهم لاضطرابات نفسية، فإنهم قد أنجزوا أعمالهم العظيمة خلال فترات تألقهم النفسي؛ حيث كانوا يعيشون صحة نفسية عالية، وصحيح أن كثيراً منهم قد تعرضوا لاضطرابات شديدة، لكن إنتاجهم في تلك الفترات كان أقل قيمة مما قدّموه في فترات الصحة النفسية، وفي كتابه الحكمة الضائعة، أثبت الدكتور عبد الستار إبراهيم، أن الإبداع الحقيقي والعقري يرتبطان بشدة بالصحة النفسية، بل وبمستوى عالٍ من الصحة النفسية، حيث توجد علاقة متينة بين الإبداع والصحة النفسية، كل منهما يخدم الآخر ويهدمه بالطاقة.

والتفكير الإيجابي هو من أهم المتطلبات لتكون صحيحاً نفسياً.

وهنا مقتطفات لفتت نظري قرأتها في عدة كتب، تبين كم تؤثر طريقة تفكيرنا..

في كتاب "البرمجة اللغوية العصبية" يقول الدكتور الزهراني: "الحب شعور يختاره الإنسان بإرادته.. الناس لا يقعون ضحايا لمشاعرهم ما لم يختاروا ذلك..

إذا كنت تعتقد أنك تستطيع فعل شيء أو لا تستطيع فعله فأنت في الحالتين على صواب"

وهو فعلاً كتاب يجعلنا نكتشف الحيل النفسية التي نقوم بها والستائر التي نسدلها على مفاهيمنا الخاطئة لنبرر بها لأنفسنا.

وفي كتاب "الإنسان الفعّال" وجدت الكثير من الأفكار القيمة ولفقت نظري هذه المقولات:

(ريتشارد بالندر يقول: "إن عقلك كالألة لكن بدون زرّ يوقفه عن التشغيل، وإذا لم تعطه شيئاً ليفعله فإنه يبدأ عمل أي شيء دون أن يهتم ما هو، ويدور ويدور إلى أن يمل".

طاغور يقول: "سأل الممكن المستحيل: "أين تقيم؟" فأجاب المستحيل: "في أحلام العاجزين".

وفي رواية "الخيميائي" لمؤلفها "باولو كويلو" نطالع منذ الصفحة الأولى إلى الأخيرة حقيقة أن الإنسان عندما يفكر بشيء ويقرر أن يفعله فإن الكون كله يتضافر ليتمكن من تحقيق ذلك.

7 كن مستعداً، لكن لا تخطط لكل كلمة ستقولها؛ فكر مسبقاً في بعض التعليقات، لكن لا تحفظ كل ما ستقوله عن ظهر قلب كي لا تبدو أشبه بآلي. إن كانت الشركة قد أطلقت لتوها إعلاناً جديداً، فاحرص على التطرق إلى هذا الموضوع. وإن فكرت مسبقاً في بعض المواضيع التي قد تتناولها في حديثك، فقد يمنحك هذا ثقة بالنفس.

8 اطرح سؤالاً غير متوقع؛ يمكنك التخفيف من التوتر بطرح سؤال غريب، مثل: "يقولون إن العالم سينتهي اليوم، فإذا يجب أن نتناول على الغداء برأيك؟". لا تقدم على هذه الخطوة إن كنت لا تملك حس فكاهة طبيعيتك.

9 لا تملل: قد تشعر برغبة في اللعب بريطة عنقك أو حزامك أو ساعة يدك. قاوم هذه الرغبة. عندما





# أخبار اليوم

www.akhbarelyoum.dz

كهدف سطرته وزارة المؤسسات المصغرة

## 100 ألف منصب شغل مُنتظر خلال سنتين

قائد الضيق تسلّمها من يد الرئيس

## الكأس تشعل أفراح الشلف..



بمناسبة انتخاب الجزائر بمجلس الأمن

## غوتيريش يهنئ تبون ويحيي جهوده

• وزير خارجية الإمارات يهنئ عطا ف على "انتخاب الجزائر"

قال إن الاستقرار بالجزائر  
مفخرة للجميع.. قوجيل:



"بيان أول نوفمبر  
ما يزال صالحاً.."

لتلبية الطلب الوطني..  
وتقليص الواردات

إجراءات لرفع إنتاج الجزائر  
من الحبوب والبقول

المستوطنون يتوحشون  
في الضفة



الجزائر تدين اعتداءات  
الصهاينة ضد الفلسطينيين

وزارة الصحة تحذّر  
من مخاطر الكيس المائي

تسخير 52 ألف تاجر لضمان  
المدادومة في العيد