

وزارة السكن تدرس ملف 'عدل 3'

• توزيع أكثر من 150 ألف وحدة سكنية من مختلف الصيغ



درست مدى تقدم العملية في اجتماعها الأسبوعي



لهذه الأسباب قررت الحكومة فتح رأس مال البنوك العمومية

• فتح تكوينات جامعية جديدة في الهيدروجين الأخضر

ص 04

المشوار السياسي



AL-SEYASSI

يومية وطنية مستقلة

طالعوا المشوار السياسي على موقعها الإلكتروني: www.alseyassi-dz.com

e-mail: michouaralseyassi@gmail.com

السبت 08 جويلية 2023 م الموافق لـ 20 ذو الحجة 1444 هـ
العدد: 3842 السنة الثانية عشر الثمن: 10 دج

حركة عدم الانحياز تثنى مبادرات الرئيس تبون

نجاح دبلوماسي جديد للجزائر

ص 03

• الجزائر
تسكت أبواق المخزن
في باكـو• تبون يتلقى رسالة
شكرو وتقدير من
نظيره الفلسطيني• رئيس الجمهورية
يتلقى دعوة من
نظيره الأذربيجاني

في الوقت الذي تتعنت فيه الحكومة المخزنية

سلسلة جديدة
من الاحتجاجات
الغاضبة بالمغرب

ص 10

تم إطلاقه بمناسبة
الذكرى الـ 61 للاستقلالموقع إلكتروني
جديد للصفقات
العمومية

ص 04

درجات الحرارة تقارب
الـ 44 درجةموجة حرّ شديدة
تضرب عدة
ولايات

ص 16

وفاة 15 شخصا وجرح
449 آخرين خلال أسبوع

حوادث

المرور تحصد

ضحايا جدد

ص 16

عرض عليه راتبا يقدر بـ 410 آلاف جنيه إسترليني أسبوعيا

هل يرضخ محرز لإغراءات "الراقي"؟

• "ذا صن": الدولي الجزائري أبلغ السيدي برغبته في الرحيل

ص 04



مع ارتفاع درجات الحرارة

برك الموت تهدد حياة آلاف الأطفال

• انتشار جثتي غريقين في البرك المائية بالبويرة وأم البواقي

ص 07



عطاف ينقل تحيات تبون
إلى رئيس أذربيجان

استقبل وزير الشؤون الخارجية والجمالية الوطنية بالخارج، أحمد عطاف، أول أمس بباكو في ختام مشاركته في الاجتماع الوزاري لدول حركة عدم الانحياز، من قبل رئيس أذربيجان، إلهام علييف، وكذا من قبل رئيسة البرلمان، صاحبة غافاروفا. و أوضح بيان لوزارة الخارجية أنه خلال المقابلة الرئاسية، نقل الوزير أحمد عطاف إلى إلهام علييف تحيات "أخيه رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، وتهانيه على نجاح الرئاسة الأذرية لحركة عدم الانحياز التي كرست الأولويات التي وضعها الرئيسان في صلب اهتماماتهما على غرار الشباب والعنصر النسوي والبعد البرلماني للعمل متعدد الأطراف".

العلم الجزائري محور منتدى
بالعاصمة

شكل موضوع "العلم الجزائري والسيادة الوطنية" محور منتدى تاريخي، نظم أول أمس بالجزائر العاصمة، من قبل المركز الوطني للوثائق والصحافة والصورة والإعلام، بمشاركة مؤرخين وأساتذة جامعيين، وذلك في إطار إحياء الذكرى الـ 61 لاسترجاع السيادة الوطنية. وأوضح المدير العام للمركز، الهاشمي مرار، أن هذه التظاهرة تعد مساهمة "في إحياء الاحتفالات المزدوجة لعيد الاستقلال والشباب". من جانبه، دعا المجاهد والمؤرخ، الدكتور محمد العربي زبيدي، المؤرخين الجزائريين إلى "إبلاء المزيد من الأهمية لمتخلف الفترات التي مرت بها الجزائر".

استرجاع بندقية جزائرية تعود
إلى القرن التاسع عشر بسويسرا

تمكنت سفارة الجزائر بسويسرا من استرجاع بندقية من التراث الجزائري تعود إلى القرن التاسع عشر، كانت ستعرض للبيع في المزاد العلني بمدينة زيوريخ السويسرية. ويبلغ طول هذه البندقية القناصة أو "المكحلة" ما يقارب 160 سم، مزودة بماسورة دمشقية دائرية من الفولاذ المزخرف الملتوي، من عيار 15 مم بفضة مدفعية. وقد تم استرجاع هذه البندقية التي تحمل قيمة تاريخية ورمزية كبيرة بفضل تضافر جهود الممثلة الدبلوماسية الجزائرية وأعضاء الجالية الوطنية بهذا البلد، الذين التزموا بالحفاظ على التراث الثقافي الجزائري الموجود بالخارج واسترجاعه.

الشبكة

إيداع سائق حافلة الموت بـ
بوعريرج الحبس المؤقتطام في
الشبكة

أودع سائق الحافلة المتسبب في حادث المرور المميت الذي أودى، يوم الأربعاء الفارط، بحياة 8 أشخاص على مستوى الطريق السيار شرق-غرب بحمام الببيان بولاية برج بوعريرج الحبس المؤقت على ذمة التحقيق القضائي. وجاء في بيان للنيابة العامة لدى محكمة المتصورة أنه و عملا بمقتضيات المادة 11 من قانون الإجراءات الجزائية: يعلم وكيل الجمهورية لدى محكمة المتصورة الرأي العام أنه على إثر حادث مرور خطير على مستوى الطريق السيار شرق-غرب باتجاه الجزائر العاصمة بالمكان المسمى حمام الببيان، بلدية المهير، ولاية برج بوعريرج، نتج عنه وفاة 08



أشخاص و جرح 18 آخرين بجروح متفاوتة الخطورة، تم توقيف سائق الحافلة على الفور من طرف عناصر الدرك الوطني. و تمت متابعتها بموجب إجراءات التحقيق القضائي من أجل جنح القتل الخطأ المترن بمخالفة الإفراط في السرعة وبواسطة مركبة تابعة للنقل الجماعي، الجروح الخطأ، الامتناع عن القيام بفعل يمنع وقوع جنحة ضد سلامة جسم إنسان و مخالفة الجروح الخطأ، حيث أودع المتهم رهن الحبس المؤقت.

البنك الوطني
الجزائري يستنجد
بـ'واد كنيس'

وقع البنك الوطني الجزائري، أول أمس اتفاقية شراكة مع شركة "واد كنيس"، تهدف إلى تطوير وسائل الدفع الإلكتروني، وأكد بالمناسبة المدير العام للبنك، محمد أمين لبو، أن هذه الاتفاقية تتضمن دمج العمليات التجارية للشركة على مستوى البنك، لافتا إلى أن هذه الشراكة ستسمح للطرفين "بتوسيع أكثر لعمليات المصرفية والدفع الإلكتروني والترويج للمنتوج الجزائري".

مبابي يزور مسقط رأس والده



قام الدولي الفرنسي كيليان مبابي، مهاجم نادي باريس سان جيرمان، أول أمس، بزيارة إلى مسقط رأس والده الكاميرون وسط ترحيب حار من الجماهير، في رحلة تشمل أعمالا خيرية

وزيارة إلى قرية والده. وزار مبابي أمس، مدرسة للصغار الذين يعانون من الصمم وضعف في السمع في ضواحي العاصمة، كما شارك، في مباراة لكرة السلة إلى جانب لاعب دوري كرة السلة الأمريكي السابق يواكيم نواه، وفي مباراة لكرة القدم ضد نادي "فان ديتودي" من الدرجة الثانية. وسيوجه كيليان مبابي اليوم، إلى جباله قرية والده ويلفريد مبابي الذي غادر الكاميرون في سن مبكرة إلى فرنسا.

ملاحظة:
الوثائق التي
تصل
الجمهورية لا
تعود إلى
أصحابها
نشرت أم لم
تنتشر

الطباعة: الوسط، شركة الطباعة للجزائر
المنطقة الصناعية العالية - باب الزوار -
الجزائر ص.ب. 410
حساب بنكي ق. ش. ج. رقم:
1184017012701-93
السحب 2000 نسخة
التوزيع:
- المشور السياسي -

الإشهار: الوكالة الوطنية
للنشر والإشهار
1، شارع باستور
الهاتف: 021 73 71 28 /
021 73 30 43
الفاكس: 021 73 95 59

الإدارة - التحرير
العنوان: حي الزواتنة
رقم 94 الطابق الأول -
القبة 16108
هاتف /الفاكس:
023 53.46.60

المدير العام
مسؤول النشر:
وائل دعوش
رئاسة التحرير:
- نورالدين حيان
- إسماعيل ضيف

المشور
السياسي
AL-SEYASSI
يومية وطنية مستقلة
العنوان: حي الزواتنة رقم 94 الطابق الأول - القبة 16108
هاتف /الفاكس: 023 53.46.60
العنوان الإلكتروني: www.alseyassi-dz.com

حركة عدم الانحياز تثمن مبادرات الرئيس تبون

نجاح دبلوماسي جديد للجزائر

حظيت مبادرات ومساعي رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، التي تصب في صالح إحلال الأمن والاستقرار والتنمية على الصعيدين الإقليمي والدولي، بالإشادة من قبل وزراء خارجية الدول الأعضاء في حركة عدم الانحياز، وذلك في ختام أشغال المؤتمر الوزاري للحركة المنعقد بباكو، تحت رئاسة جمهورية أذربيجان.



ورد قبل ذلك على لسان وزير الشؤون الخارجية والجمالية الوطنية بالخارج، أحمد عطاق، الذي كان قد أشاد بالمواقف المبدئية لحركة عدم الانحياز وتضامنها الثابت مع قضيتي فلسطين والصحراء الغربية في وجه ما تتعرض له من محاولات الطمس والتشويه والتدليس والتغليب، وهو ما لم يستغف المهرج المغربي الذي حاول التفرقة بين القضيتين، بحجة أن قضية فلسطين لا تمت بصلة لقضية الصحراء الغربية، وأن الخلط بين الاثنتين يعتبر في نظره اساءة للشعب الفلسطيني، متناسيا أن ما من أحد أساء للشعب الفلسطيني أكثر من نظام المخزن الذي تعود المتاجرة بهذه القضية لاهتا وراء أحلامه الواهية لتحقيق مكاسب سياسية، لاسيما في الصحراء الغربية.

الصحراء الغربية بند قار على جدول أعمال حركة عدم الانحياز

في هذا الإطار، شدد السفير بن جامع أن ممثل المغرب الذي ثارت آثاره لأن الجزائر كانت قد تطرقت في خطابها الذي ألقاه الوزير أحمد عطاق إلى قضية الصحراء الغربية، تناسى عن جهل أو عمد أن قضية الصحراء الغربية هي بند قار على جدول أعمال حركة عدم الانحياز، وأن البيان الختامي للاجتماع الوزاري بباكو يتضمن عدة فقرات حول هذه القضية والتي تؤكد كلها بطريقة واضحة لا لبس فيها، دعم حركة عدم

الانحياز لحق الشعب الصحراوي غير القابل للتصرف أو التقادم في تقرير المصير والاستقلال، وفقا لقرارات الأمم المتحدة ذات الصلة.

وأضاف أن مواقف الجزائر الثابتة التي تتماشى تماما مع عقيدة حركة عدم الانحياز ستبقى على الدوام خير سند لقضيتي الصحراء الغربية وفلسطين، وجميع القضايا العادلة عبر العالم، مشددا بقوله "نحن الجزائريون، نعتبر أن هذا واجبا ونفخر بذلك فخرا كبيرا لأنه جزء من هويتنا وحمضنا النووي".

واستمر قائلا أنه فيما يتعلق بفلسطين، فإن موقف الجزائر معروف من قبل القاضي قبل الداني، ويبقى داعما للشعب الفلسطيني الأبي الذي يقاسي الاحتلال الإسرائيلي منذ 75 عاما، الاحتلال الذي دأبت حركة عدم الانحياز على إدانته والمطالبة بإنهائه.

وأضاف في نفس السياق أنه وبالنسبة للصحراء الغربية، فإن موقف الجزائر واضح كذلك ويبقى رافضا لاحتلال الأراضي الصحراوية من قبل المغرب، شأنها في ذلك شأن بقية الدول الأعضاء في حركة عدم الانحياز. وأنهى بالمطالبة بإنصاف الشعب الصحراوي الذي يكافح ببسالة من أجل تحقيق حقه في اختيار مصيره بكل حرية من خلال استفتاء تشرف عليه الامم المتحدة وفقا لعقيدها الثابتة في مجال إنهاء الاستعمار

لمساهمة في إعادة إعمار مدينة جنين

رئيس الجمهورية يقدم 30 مليون دولار للسلطة الفلسطينية

على المساهمة المالية العاجلة التي قدمها رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، لإعادة إعمار ما دمر الاعتداء الهجمي الاجرامي الذي شنته قوات الاحتلال الاسرائيلي الغاشم على مدينة ومخيم جنين.

وقال الرئيس عباس في رسالته: "إننا وشعبنا نحتفظ للجزائر وشعبها وحكومتها مواقفنا الثابتة تجاهنا ودعمها السياسي والاقتصادي الذي تواصلون تقديمه نصرة للقضية الفلسطينية العادلة على طريق نيل الحرية والاستقلال".

وخلص إلى القول: "تجدد شكرنا ونسأل الله لفخامتكم والصحة والعافية واستمرار النجاح والتوفيق في قيادة الجزائر وشعبها العظيم نحو تحقيق المزيد من التقدم والرخاء".

■ محمد ج

تبون يتلقى رسالة شكر وتقدير من نظيره الفلسطيني

وتلقى رئيس الجمهورية خطية من نظيره الفلسطيني، رئيس السلطة الفلسطينية، محمود عباس، أعرب له فيها عن شكره على المساهمة المالية العاجلة التي قدمها لإعادة إعمار ما دمره الاعتداء الهجمي الاجرامي الذي شنته قوات الاحتلال الاسرائيلي الغاشم على مدينة ومخيم جنين، حسب ما أفاد به، أمس الجمعة، بيان لرئاسة الجمهورية، وجاء في البيان: "تلقي رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، رسالة خطية من نظيره الفلسطيني رئيس السلطة الفلسطينية، محمود عباس، أعرب له فيها عن شكره الجزيل و عن شكر وعرفان أبناء الشعب الفلسطيني

أكد أنه السبيل لاستكمال مسيرة بناء الجزائر الجديدة

بن قرينة يدعو لتعزيز التلاحم بين الشعب ومؤسساته

بفضل جهود كل الشركاء ووعيمهم بمسؤوليتهم الوطنية".

من جهة أخرى، أشاد ب"سياسة الاعتماد على الذات"، معتبرا إياها السبيل لتحقيق الأمن الشامل للبلاد من أجل حماية الأمن القومي، والذي حماه الشعب الجزائري المتلاحم مع جيشه ومع شبابه ونخبه.

كما دعا إلى مواصلة تطوير المنظومة الإعلامية "لتساهم في تسويق صورة الجزائر و حمايتها من الاستهداف، سيما أن الإعلام سلاح المستقبل".

■ ق. و

مؤكدًا على ضرورة استغلال تلك النجاحات في ظل المنتظم الدولي غير المستقر. وأضاف أن "الجزائر كانت وستبقى قوية بوحدة شعبها وصلابة جبهتها الداخلية التي تتحطم عليها كل مخططات استهدافها"، مبرزا أن "هذه الوحدة يجليها اليوم وحدة وانسجام القرار الوطني". وفي السياق ذاته، ذكر رئيس حركة البناء الوطني ب"المبادرة الوطنية لتعزيز التلاحم وتأمين المستقبل"، التي -كما قال- "نجحت في خطواتها الأولى وتسير نحو تحقيق غايتها النهائية

دعا رئيس حركة البناء الوطني، عبد القادر بن قرينة، أول أمس الخميس بالجزائر العاصمة، إلى الحفاظ على مكتسبات الوطن من خلال تعزيز التلاحم بين الشعب ومؤسساته، بغية استكمال مسيرة بناء الجزائر الجديدة. وفي كلمته الافتتاحية خلال تجمع للحركة بمناسبة الذكرى الـ61 لاسترجاع السيادة الوطنية، عدد بن قرينة نجاحات الجزائر التي تمكنت من الحفاظ على أمنها وسيادتها في مختلف المجالات إلى جانب توسع محورية البلاد في الساحتين الإقليمية والدولية،

تعزيز فرص الشراكة الواعدة بين البلدين
رئيس الجمهورية يتلقى دعوة من نظيره
الأذربيجاني

أجرى وزير الشؤون الخارجية والجمالية الوطنية بالخارج، أحمد عطاق، أمس الأول الخميس بباكو في ختام مشاركته في الاجتماع الوزاري لدول حركة عدم الانحياز، لقاءات ثنائية مع كبار المسؤولين في البلد المضيف، حيث تم استقباله من قبل رئيس أذربيجان، الإهام علييف، وكذا من قبل رئيسة البرلمان، صاحبة غافاروفا، وكانت له محادثات مطولة مع نظيره الأذري، جيهون بيراموف، حسب ما افاد به بيان للوزارة.

واوضح البيان انه خلال المقابلة الرئاسية، نقل الوزير أحمد عطاق إلى الإهام علييف تحيات أخيه رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، وتهانيه على نجاح الرئاسة الأذرية لحركة عدم الانحياز التي كرست الأولويات التي وضعها الرئيسان في صلب اهتماماتها على غرار الشباب والعنصر النسوي والبعد البرلماني للعمل متعدد الأطراف". كما جدد عطاق - بحسب ذات المصدر - التعبير عن حرص الرئيس تبون على مواصلة الجهود بغية تعزيز العلاقات الجزائرية - الأذرية على كافة الأصعدة. ومن جانبه، ثمن الرئيس الإهام علييف عاليا التفاتة أخيه الرئيس عبد المجيد تبون بدعوته ضيف شرف خلال القمة العربية التي استضافتها الجزائر العام الماضي، وكذا الدعم الذي تلقاه من الجزائر طوال فترة رئاسته لحركة عدم الانحياز، كما جاء في البيان.

و اعرب الرئيس الأذربجي عن تطلعه لتكثيف التواصل والتنسيق البيني بغية الارتقاء بالعلاقات بين البلدين إلى أعلى المراتب، ولهذا الغرض، وجه الإهام علييف دعوة لرئيس الجمهورية للقيام بزيارة دولة إلى أذربيجان في أقرب فرصة متاحة تتناسب والتزاماته وارتباطاته".

وقد سمحت المحادثات بالتأكيد على توافق قائدي البلدين حول أهمية تفعيل وتعزيز الدور المنوط بحركة عدم الانحياز في ظل الظروف "العصيبة" التي تجتازها العلاقات الدولية، مع تجديد "الإرادة القوية والطموح الكبير" اللذان يحدوهما في استكشاف الأفاق الواعدة للتعاون الثنائي في مختلف المجالات، يضيف نفس

المصدر. في هذا الإطار، تم التتويه على وجه الخصوص بأهمية التعاون بين الجزائر وأذربيجان في مجال الطاقة على المستويين الثنائي ومتعدد الأطراف في إطار تجمع أوليك بلاس، وكذا بالفرص الواعدة للشراكة التي يوفرها اقتصادا البلدين في مجالات الفلاحة وصناعة الأدوية والتعاون التقني والاستثمار والتجارة.

من جانب آخر، وخلال الاستقبال الذي حظي به أحمد عطاق من قبل رئيسة البرلمان، صاحبة غافاروفا، شكل موضوع التعاون البرلماني بين البلدين المحور الرئيسي للمحادثات بين الطرفين اللذين أشادا بما تم تحقيقه في هذا المجال من "خطوات إيجابية وبما قدمه برلمانا البلدين عبر تعاونهما، من مساهمات نوعية وبناءة نحو التقريب بين البلدين والشعبين الشقيقين بما يخدم مصالحهما الجوهرية وأهدافهما المشتركة في المجالات الاقتصادية والسياسية"، كما جاء في البيان.

و أخيرا، وخلال اجتماعهما، اتفق السيد عطاق ونظيره جيهون بيراموف على سالعمل معا وفق خطة عمل طموحة" تهدف إلى انشاء الآليات المؤسساتية الضرورية، وفي مقدمتها اللجنة المشتركة للتعاون ومجلس الأعمال الجزائري-الأذري.

كما اتفقا على "استكمال وضع القاعدة القانونية المستقبلية للعلاقات الاقتصادية الجزائرية-الأذرية والمتمثلة في سبعة نصوص قيد الدراسة، وكذا تحديد واعتماد أولويات الشراكة في المرحلة المقبلة بما يضمن مردودية النشاطات الاقتصادية المرتقبة وعودتها بالمنفعة الأكيدة على المنظومة التجارية والاستثمارية للبلدين الشقيقين".

وفي ختام محادثتهما، وجه عطاق دعوة لنظيره الأذري للقيام بزيارة رسمية إلى الجزائر لمواصلة متابعة وتقييم الأشواط المقطوعة على درب العلاقات الثنائية بين البلدين، وقد رحب هذا الأخير بالدعوة وواعد بتجسيدها في أقرب الأجل، حسب المصدر ذاته.

■ ق. و

بعد الانتهاء من دراسة التعديلات المقترحة التصويت على قانوني منح العقار الاقتصادي والصفقات العمومية الثلاثاء المقبل

بالصفقات العمومية، وكذا منح المجلس للجنة الثالثة من هذه العهدة".

وعقب ذلك -يضيف البيان- "درس المكتب التعديلات المقترحة على النصين المذكورين أعلاه، ثم أحال تلك التي استوفت الشروط القانونية، على اللجنة المختصة لدراستها مع مندوبي أصحابها".

كما تضمن جدول أعمال هذا الاجتماع، أيضا، "دراسة اقتراح قانون يعدل القانون رقم 02-09 المؤرخ في 25 صفر عام 1423 الموافق 8 ماي سنة 2002 المتعلق بحماية الأشخاص المعوقين وترقيتهم"، يتابع المصدر ذاته.

و في الأخير، "نظر المكتب في الأسئلة الشفوية والكتابية المودعة لديه، وقرر إرسال تلك التي استوفت الشروط المطلوبة قانونا إلى الحكومة"، مثلما تضمنه البيان.

■ ياسمين. ب

بعض التعديلات المقترحة التصويت على قانوني منح العقار الاقتصادي والصفقات العمومية الثلاثاء المقبل

بالصفقات العمومية، وكذا منح المجلس للجنة الثالثة من هذه العهدة".

وعقب ذلك -يضيف البيان- "درس المكتب التعديلات المقترحة على النصين المذكورين أعلاه، ثم أحال تلك التي استوفت الشروط القانونية، على اللجنة المختصة لدراستها مع مندوبي أصحابها".

كما تضمن جدول أعمال هذا الاجتماع، أيضا، "دراسة اقتراح قانون يعدل القانون رقم 02-09 المؤرخ في 25 صفر عام 1423 الموافق 8 ماي سنة 2002 المتعلق بحماية الأشخاص المعوقين وترقيتهم"، يتابع المصدر ذاته.

و في الأخير، "نظر المكتب في الأسئلة الشفوية والكتابية المودعة لديه، وقرر إرسال تلك التي استوفت الشروط المطلوبة قانونا إلى الحكومة"، مثلما تضمنه البيان.

■ ياسمين. ب

درست مدى تقدم العملية في اجتماعها الأسبوعي

لهذه الأسباب قررت الحكومة فتح رأسمال البنوك العمومية

• فتح تكوينات جامعية جديدة في الهيدروجين الأخضر

درست الحكومة خلال اجتماعها الأسبوعي، المنعقد أول أمس الخميس، برئاسة الوزير الأول، أيمن بن عبد الرحمان، مدى تقدم فتح رأسمال البنوك العمومية.

■ ياسمين . ب

وجاء في بيان لمصالح الوزير الأول أن وزير المالية قدم خلال هذا الاجتماع عرضا حول مدى تقدم فتح رأسمال البنوك العمومية.

ويندرج هذا المشروع في إطار "تكييف هذا القطاع الذي يعد ركيزة الاقتصاد الوطني مع التحولات الدولية في هذا المجال، ويرمي إلى تحسين فعالية إدارة البنك وتعزيز حوكمته، والمساهمة في إرساء ثقة المستثمرين تجاه السوق".

كما يرمي المشروع إلى "تنشيط البورصة وإعادة بعث نشاطها بهدف رفع مساهمتها في تعبئة الأذخار وتمويل الاقتصاد"، يضيف البيان.

وفي مجال الرقمنة استتمت الحكومة إلى عرض مشترك قدمه كل من وزير المالية و وزيرة الرقمنة والإحصائيات حول مدى تقدم مشروع رقمنة قطاع المالية، لاسيما مصالح الضرائب والجمارك والأملاك الوطنية.

وقد تم خلال هذا العرض الوقوف على التقدم المحرز في مختلف المشاريع المسجلة في إطار رقمنة مصالح قطاع المالية، وكذا الجهود والموارد البشرية والمادية المسخرة من أجل تجسيد خارطة الطريق المسطرة من قبل السلطات العمومية. وبهذا الشأن، أشير إلى استحداث آلية للمتابعة الدائمة من أجل تجسيد المرحلة الأولى في الأجل المحددة، لاسيما إطلاق منصات رقمية مختلفة من شأنها إضفاء تسهيلات أكبر لإيداع واستلام الوثائق الرقمية والدفع الإلكتروني لمختلف الأتاوى والرسوم



جويلية 2022 الذي يحدد القواعد المنظمة للمناطق الحرة، وبهذا الشأن، تمحور العرض حول الأعمال يخص بعض الجامعات والمدارس العليا المتخصصة، بالتعاون مع مؤسسات جامعية أجنبية. ودوفي مجال التجارة قدم وزير التجارة وترقية الصادرات عرضا حول التقدم المحرز في الملف المتعلق بإنشاء المناطق الحرة، المقترحة بموجب القانون رقم 22 - 15 المؤرخ في 20

من خلال توفير الخدمات العمومية عبر الأنترنت للمواطنين والمهنيين. وأما في مجال التعليم العالي فقد استتمت الحكومة إلى عرض قدمه وزير التعليم العالي والبحث العلمي حول إطلاق تكوينات جامعية جديدة في مجال الهيدروجين الأخضر. وقد تمحور العرض حول مشروع إنشاء تكوين جامعي في مجال الهيدروجين الأخضر في شكل شبكة موضوعاتية، مع ضمان التكوين

المتواصل لفائدة عمال المؤسسات الاقتصادية. وتجدر الإشارة إلى أن هذا المشروع يخص بعض الجامعات والمدارس العليا المتخصصة، بالتعاون مع مؤسسات جامعية أجنبية. ودوفي مجال التجارة قدم وزير التجارة وترقية الصادرات عرضا حول التقدم المحرز في الملف المتعلق بإنشاء المناطق الحرة، المقترحة بموجب القانون رقم 22 - 15 المؤرخ في 20

دعا لإشراك الشباب في الديناميكية الاجتماعية والاقتصادية

حداوي يلح على أهمية العمل الجوّاري

وسعنا لإثبات وجودنا على الميدان ولأن نكون على اتصال مباشر مع المجتمع، ولا سيما الشباب مع الاستمرار في التجند". و ذكر بالمناسبة بالجهود التي تبذلها السلطات العليا قصد إشراك الشباب في الديناميكية التي تشهدها البلد. كما دعا السيد حداوي أعضاء الهيئات المحلية للمجلس الأعلى للشباب إلى استكريس مبدأ الحوار والتشاور والتواصل في أي إجراء من أجل توفير كل الظروف المواتية للتكفل بالمشاكل التي يطرحها المواطن والنجاح في كسب ثقته.

■ ق. و

مختلف المجالات وفرت ظروفًا مواتية لانضمام الشباب إلى برنامج التنمية الاقتصادية للبلد وشجعتهم على الانخراط بشكل أكبر في الحركة الاجتماعية والاقتصادية الحالية". وأكد أن نشاطات هيئته تدرج ضمن إجراء تشاركي منسجم مع نشاطات شركائها، موضعا أن الهدف المنشود هو النجاح في ضمان التكفل بطموحات مكونات المجتمع وبشكل خاص الشباب الذي يمثل مستقبل الوطن مع إشراكهم في تشييد البلد. ويتابع بالقول: "إن الاهتمام الذي توليه سلطات البلد للشباب ينبغي أن يشجعنا، كمجلس، على بذل كل ما في

أكد رئيس المجلس الأعلى للشباب، مصطفى حداوي، أول أمس الخميس بالمدينة على أهمية العمل الجوّاري من أجل إشراك الشباب بشكل أكبر في الديناميكية الاجتماعية والاقتصادية التي يشهدها البلد.

وفي تدخل له خلال لقاء جمع المندوبين البلديين للمجلس الأعلى للشباب في ولاية المدية، ألح حداوي على أهمية العمل الجوّاري الذي "يجب أن يتم بشكل دائم ومنتظم بالتشاور مع ممثلي الإدارة المحليين ليتمكن هذا العمل من إيجاد حلول لانشغالات وشكاوي المواطنين".

وأشار إلى أن الإجراءات التي أقرتها الحكومة في

التطبيق خاص بدفع الفواتير

BNA يعلن عن تحويلات مالية هامة عبر "ويمباي"

بيانات في الجزائر تضمن تأمين بيانات الزبائن والتدفقات المالية". في هذا الإطار، لفت السيد لبو إلى أن مراكز البيانات الخاصة بالبنك ستتوفر على المساحة اللازمة لاستقبال المزيد من المتعاملين الاقتصاديين الذين يرغبون في الاستفادة من خدمات البنك". للإشارة، بلغت التحويلات المالية في إطار التجارة الإلكترونية على مستوى البنك الوطني الجزائري السنة الماضية قرابة 960 ألف عملية (+88 بالمائة مقارنة ب2021) بقيمة مالية قدرها 3,52 مليار دج (+149 بالمائة مقارنة ب2021).

أما بخصوص اتفاقية الشراكة مع "واد كنيس"، وهي شركة جزائرية مختصة في اعلانات البيع والشراء عبر الأنترنت، فأوضح لبو أنها تتضمن دمج العمليات التجارية للشركة على مستوى البنك، لافتا إلى أن هذه الشركة ستسمح للطرفين "بتوسيع أكثر للعمليات

كشف المدير العام للبنك الوطني الجزائري، محمد أمين لبو، أول أمس الخميس بالجزائر العاصمة، عن تسجيل تحويلات مالية "هامة" عبر تطبيق الدفع الإلكتروني عبر الهاتف المحمول "ويمباي". وفي تصريح صحفي أدلى به عقب التوقيع، بمقر المديرية العامة للبنك، على اتفاقية شراكة مع شركة "واد كنيس"، تهدف إلى تطوير وسائل الدفع الإلكتروني، أكد لبو أن البنك "يسجل من خلال تطبيق "ويمباي" الخاص بالدفع الإلكتروني، تحويلات مالية هامة". كما لفت إلى أن التطبيق الذي أطلقه هذا البنك العمومي في شهر مارس 2021، يسمح للزبائن بدفع العديد من الفواتير على غرار فواتير الماء، الكهرباء والغاز، اتصالات الجزائر، الهاتف النقال وسككات البيع بالإيجار "عدل".

وأوضح المدير العام، أن البنك الوطني الجزائري يحصي يزيد من 2 مليون حساب بنكي، وأن لديه "مراكز

دعا لضرورة الاستفادة من تجارب البرامج السكنية السابقة.. بلعربي:

وزارة السكن تدرس ملف "عدل3"

• توزيع أكثر من 150 ألف وحدة سكنية من مختلف الصيغ

كما طمأن الوزير أن وتيرة الانجاز ستكون "سريعة" مع احترام معايير الجودة، ليمت، حسب، "طي ملف عدل 2 نهائيا"، مشيرا الى انه مع نهاية السنة الحالية، "ستنصل الى 90 بالمائة من مكنتبي برنامج عدل 2 الذين تحصلوا على سكناتهم و 92 بالمائة تحصلوا على شهادة التخصيص".

وفي هذا السياق، أعلن انه سيتم تسليم 7 الاف شهادة تخصيص خلال الشهر الجاري، على ان يتم خلال شهر فتح المجال لأصحاب الطعون لاختيار مواقع سكناتهم، ليقوموا بعدها بدفع مستحقات الشطر الثاني.

وفي رده على سؤال حول احتمال إطلاق برنامج "عدل3"، قال الوزير أن "عدل3 ليست أمرا مستحيلا، ونعمل على هذا الملف في الوزارة"، مذكرا بتصريحاته سابقا "لا يمكن فتح هذا الملف ونحن لم نطو بعد برنامج عدل 2".

كما أكد الوزير في نفس السياق أنه "لا يجب ان نرتكب الأخطاء نفسها التي ارتكبت في الماضي، حيث سنفكر بشكل أحسن وسنستفيد من التجارب السابقة"، مشيرا ان هذا الملف "مفتوح وسيكون بطريقة أخرى". كما لفت بلعربي الى ارتفاع اسعار البناء، وبالتالي، "نفكر بطريقة لا تؤثر هذه الاسعار على قيمة السكن"، حسب.

وبخصوص وسائل انجاز السكنات، أكد الوزير أن القطاع وصل الى انتاج سكن جزائري 100 بالمائة، مبرزا اهمية القرار الذي اتخذته رئيس الجمهورية، "حين أمر بمنع استيراد مواد البناء" و هو ما دفع، يقول الوزير، "المستثمرين الجزائريين للاستثمار في هذا المجال بشكل ادى الى وفرة هذه المنتجات وإنجاز مختلف البرامج بمنوتج جزائري 100 بالمائة.

■ أحلام، ص

تم إطلاقه بمناسبة الذكرى الـ 61 للاستقلال

موقع إلكتروني جديد للصفقات العمومية

بسهولة وسرعة كافة الوثائق اللازمة بإعداد ملف يتم دراسته عن بعد، دون عناء التنقل الى المديرية الجهوية أو الفروع التابعة لها وكذلك متابعة كل جوانب الملف بعد الحصول على الضمان المطلوب، إضافة الى مزايا أخرى.

ويهدف الصندوق من خلال إطلاق هذا الموقع الإلكتروني الجديد، حسب البيان، ل ستوفير بيئة رقمية آمنة وفعالة لزيائته وجميع الراغبين في الاطلاع على خدماته، تتماشى مع متطلبات العصر، مشيرا انسه خصص لزيائته ايضا، عبر هذه المنصة، فضاء يتضمن اجابة على معظم الأسئلة المتداولة عن نشاطه.

ويعد هذا الموقع الإلكتروني الجديد "خطوة أولى نحو تجسيد مشروع صندوق ضمان الصفقات العمومية المتمثل في إطلاق وكالة افتراضية رقمية خاصة بالصفقات العمومية وجعل الموقع الإلكتروني المتمثل في مجال وتكويين ومركز اشعاعي في مجال الطلبيّة العمومية، وهذا تحت اشراف وزارة المالية، يقول البيان.

كما يعد هذا الموقع الإلكتروني الجديد، الذي تم إطلاقه وفقا لتوجيهات السلطات العليا للوطن، وتحويله الرقمية لعصرنة وتحقيق التحول الرقمي لقطاع المالية وكذا جعل المؤسسات والادارات العمومية، حسب ذات المصدر.

■ ياسمين، ب

تم الشروع الخميس في عملية توزيع كبرى لأزيد من 150 ألف وحدة سكنية بمختلف الصيغ، عبر مختلف ولايات الوطن، بمناسبة الاحتفال بالذكرى الـ 61 للاستقلال، حسبما أفاد به، وزير السكن والعمران والمدينة، محمد طارق بلعربي.

وأوضح الوزير في تصريح للتلفزيون الجزائري أن حصة الاسد في هذه العملية تعود إلى السكن الاجتماعي بمجموع 51,579 وحدة، تليه سككات البيع بالإيجار (عدل) بأزيد من 41 ألف وحدة سكنية، ثم السكن الريفي ب 27 ألف وحدة و 16 ألف وحدة سكنية بالنسبة لصيغة الترفوي المدعم.

وذكر الوزير بعض الولايات المعنية بهذه العملية، كالجزائر العاصمة بأكثر من 15 ألف وحدة سكنية، سيكدة بأكثر من 9,000 وحدة وبجاية بأكثر من 4000 وحدة، مضيفا أنه يتم التحضير أيضا لعملية توزيع أخرى شهر نوفمبر القادم.

كما أكد بلعربي ان قطاع السكن بلغ مرحلة "التحكم في وتيرة الانجاز مع احترام معايير الجودة"، حيث اصبحت المشاريع تسلم في غضون 24 شهرا، مستدلا بولاية مستغانم التي عرفت، "انجاز 780 وحدة سكنية في مدة 10 أشهر". وفيما يخص استكمال برنامج البيع بالإيجار "عدل2"، ذكر بلعربي، أن رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، قام الارباء الفارط خلال زيارته الميدانية التفقدية لعدد من المشاريع التنموية والحيوية بكل من ولايات الجزائر وبومرداس وتيزازة، وذلك بمناسبة الاحتفالات المخلدة للذكرى الـ 61 لعيد الاستقلال والشباب، بوضع حجر الأساس للانطلاق في انجاز آخر حصة من هذا البرنامج والمقدرة ب 14,442 وحدة سكنية على مستوى العاصمة).

خلال المؤتمر الوزاري لحركة عدم الانحياز

التأكيد على الحق الثابت للشعب الصحراوي في تقرير المصير

الى الأمم المتحدة واللجنة الدولية للصليب الأحمر وغيرهما من المنظمات الحقوقية الدولية، من أجل "العمل الجاد" لفرض آلية أممية لحماية حقوق الإنسان في الصحراء الغربية والمساهمة الفعالة في الانتهاء الفوري لمأساة الشعب الصحراوي من خلال تمكينه من ممارسة حقه في تقرير المصير والسيادة على ثرواته الطبيعية والكشف عن مصير المختطفين وإطلاق سراح كافة المعتقلين السياسيين الصحراويين.

واستعرض الاجتماع تقارير مفصلة عن وضعية حقوق الإنسان وخصوصا بالجزء المحتل من الصحراء الغربية وجرائم الإبادة المرتكبة من طرف الاحتلال المغربي خلال الثلاثي الثاني من السنة الجارية ضد المدنيين الصحراويين المطالبين بالحرية والاستقلال، الى جانب أوضاع المعتقلين السياسيين بمختلف السجون المغربية.

ودعت الآلية الوطنية الصحراوية لتنسيق العمل المتعلق بحقوق الإنسان -وفق ما أفادت به وكالة الأنباء الصحراوية- الى "ضرورة رصد الصفوف وترتيب الأولويات من أجل مواجهة وإفشال وفضح جرائم وخروقات الاحتلال المغربي"، مناشدة المجتمع الدولي الضغط على المملكة لوقف جرائمها المرتكبة بحق المدنيين الصحراويين.

وذكرت في بيانها أن الرئيس الصحراوي والأمين العام لجبهة البوليساريو، ابراهيم غالي، أشرف على اختتام الاجتماع الدوري العادي للآلية، وأصدر خلاله تعليمات بخصوص "المتابعة المكثفة والمستمرة للوضعية الخطيرة التي تشهدها الأرض المحتلة"، متوقفا عند معاناة وظروف المعتقلين السياسيين الصحراويين في سجون الاحتلال المغربي. وبعد اطلاعه على نتائج الاجتماع، أقر الرئيس غالي الخطة الوطنية لتفعيل المرافعة عن حقوق الشعب الصحراوي في التعبير عن ارادته الحرة في الحرية والاستقلال الوطني الكامل.



النشامل تجاه المؤسسات والأشخاص المتورطين".
 يشار إلى أن الندوة تم تنظيمها في إطار الأنشطة التي تقوم بها مجموعة جنيف لسفراء الدول المتضامنة مع كفاح الشعب الصحراوي على هامش الدورة الحالية لمجلس حقوق الإنسان، والتي تضمنت لقاءات مع كبار المسؤولين الأميين ومسؤولي منظمة الصليب الأحمر الدولي، بالإضافة إلى ندوة يتم تنظيمها من طرف منظمات المجتمع المدني من أجل الصحراء الغربية.

إيجاد آلية أممية لحماية حقوق الإنسان في الصحراء الغربية
 دعت الآلية الصحراوية لتنسيق العمل المتعلق بحقوق الإنسان، المجتمع الدولي الى إيجاد آلية أممية لحماية حقوق الإنسان في الصحراء الغربية المحتلة. ووجهت الآلية في بيان توج اجتماعها، دعوة

شدد على أن "الصحراء الغربية تشكل أبرز حالة مؤهلة لأن تكون نطاق تطبيق لهذا القانون (نظام العقوبات الأوروبية) بسبب الانتهاكات الخطيرة التي ترتكبها قوة الاحتلال -المملكة المغربية- والتي تبدأ من الإبادة التي ارتكبت بدايات النزاع، مروراً بالجرائم ضد الإنسانية وأبرزها الاستيطان الذي تشكل أوروبا وشركائها الاقتصادية أكبر شريك فيه وصولاً الى كل أشكال الانتهاكات الحالية والمرتكبة من طرف الاحتلال وأشخاص بأسماء معروفة لدى جميع المنظمات الدولية".

وتابع الدبلوماسي الصحراوي قائلاً "إن تقارير المنظمات الأوروبية والشخصيات والمراقبين والصحفيين الأوروبيين الذين تم طردهم من الإقليم بشكل ممنهج يجب أن تشكل مبرر انشغال للاتحاد الأوروبي وقاعدة لتفعيل مقتضيات نظام العقوبات الأوروبية

الثقة الحقيقي والضروري بين طرفي النزاع قبل الحديث عن إطلاق المسار السياسي الهادف الى تسوية النزاع وتصفية الاستعمار في آخر مستعمرة في افريقيا.
 واعتبر أبي بشرايا البشير في مداخلة أمام الندوة المنظمة، الخميس، في مقر مجلس حقوق الإنسان التابع للأمم المتحدة في جنيف على هامش دورته الـ 53 حول الصحراء الغربية ونظام العقوبات الأوروبية الشامل ضد انتهاكات حقوق الإنسان، أن استمرار عجز الأمم المتحدة عن توفير أدنى شروط الحماية للمدنيين الصحراويين ومحاربة أوروبا للمغرب بعمق إحباط الشعب الصحراوي وأصدقائه عبر العالم، ويشكل سببا مباشرا لاستمرار التوتر والدفع به نحو تصعيد أكثر خطورة".
 الدبلوماسي الصحراوي، وفي مداخلة التي أوردتها وكالة الأنباء الصحراوية (واص)،

أكد المؤتمر الوزاري لحركة عدم الانحياز مجددا، في ختام أشغاله بباكو، عاصمة أذربيجان، موقف الحركة الثابت بخصوص دعم حق الشعب الصحراوي في تقرير مصيره وفقا لمبادئ ميثاق الأمم المتحدة وقرارات الشرعية الدولية ذات الصلة بإنهاء الاستعمار.

■ عامر ب.

وشددت حركة عدم الانحياز في الوثيقة الختامية المعتمدة في نهاية أشغال الاجتماع الوزاري المنعقد تحت رئاسة جمهورية أذربيجان على ضرورة تمكين الشعب الصحراوي من ممارسة حقه في تقرير المصير وفقاً لأحكام القرار 1514 للجمعية العامة للأمم المتحدة الذي يتضمن إعلان منح الاستقلال للبلدان والشعوب المستعمرة. وقد تضمنت الوثيقة الختامية عدة فقرات حول قضية الصحراء الغربية تصب كلها في اتجاه التذكير بقرارات الجمعية العامة ومجلس الأمن والتمسك بالمسار السياسي الذي تقوده الأمم المتحدة للبحث عن حل سياسي يقبله الطرفان ويكفل حق الشعب الصحراوي في تقرير مصيره.

ويأتي هذا الموقف ليفند بطريقة قطعية وواضحة الادعاءات المغربية التي تزعم أن قضية الصحراء الغربية غير مدرجة على جدول أعمال حركة عدم الانحياز. والأدهى من ذلك، أن الوثيقة الختامية قد تم اعتمادها بإجماع الدول الأعضاء في الحركة، بما فيها المغرب الذي كان ممثلاً بسفيره لدى منظمة الأمم المتحدة بنيويورك.

احترام ومراقبة حقوق الإنسان في الصحراء الغربية إجراء ضروري
 أكد ممثل جبهة البوليساريو بسويسرا ولدى الأمم المتحدة والمنظمات الدولية بجنيف، السفير أبي بشرايا البشير، أن احترام ومراقبة حقوق الإنسان في الصحراء الغربية وما يترتب عنه من إطلاق لسراح جميع المعتقلين السياسيين وفتح الإقليم أمام المراقبين والصحافة الدولية يعتبر "إجراء

المدير العام لمؤسسة "حق" الفلسطينية:

الاحتلال الصهيوني لا يقيم وزناً للقانون الدولي

الصهيوني ضد الشعب الفلسطيني، مشيرة الى انه ورغم رفع الجانب الفلسطيني لملفات جرائم الاحتلال أمام المحكمة الجنائية الدولية، "لازال الموضوع مع الأسف وحتى الان ميسر من قبل المحكمة ولم يباشر المدعي العام اي تحقيق جدي". وطالبت في هذا الاطار بضرورة ستوجيه اتهامات واصدار مذكرات اعتقال بحق مجرمي الحرب الصهاينة لردع الاحتلال".

آلاف الفلسطينيين يؤدون صلاة الجمعة في الأقصى

أدى عشرات الآلاف من الفلسطينيين، صلاة الجمعة في المسجد الأقصى المبارك، رغم الإجراءات العسكرية المشددة التي فرضتها قوات الاحتلال على أبواب البلدة القديمة في القدس المحتلة ومدخلها.

قدرت دائرة الأوقاف الإسلامية في القدس، حسب ما نقلته وكالة الأنباء الفلسطينية، أن نحو 50 ألف مصل أدوا الصلاة في رحاب المسجد الأقصى، وأقيمت صلاة الغائب على أرواح شهداء فلسطين. وانتشرت قوات الاحتلال في شوارع المدينة ومحيط المسجد الأقصى، وتمركزت عند بواباته، وأوقفت المصلين ودققت في بطاقاتهم الشخصية، ومنعت العديد منهم من دخول المسجد.



لممتلكات المواطنين وسط تدرج الاحتلال بحجة البحث عن اسلحة، كما عودنا في كل مرة وكما جرى خلال استهدافه للمخيم عام 2002"، مؤكدة ان هذه الهجمة على الممتلكات وعلى البنية التحتية والتدمير المنهجي، سياسة ينتهجها المحتل في كافة العمليات التي يقوم بها. وأدانت السيدة سحر فرنسيس صمت المجتمع الدولي وعلى رأسه الأمم المتحدة ومجلس الأمن ازاء جرائم الاحتلال

ومصادرة الارض والسماح للمستوطنين بتنفيذ هجماتهم والاعتداء على المواطنين الفلسطينيين وممتلكاتهم والتي اوضحت أحداث يومية في الارض المحتلة. واوضحت ان هدف الاحتلال من الهجوم العسكري على جنين هو "ارسال رسالة مفادها انه بإمكانه رد المقاومة الفلسطينية والحد منها والمضي في سياسة التوسع والاستيطان والسيطرة على الارض". واعتبرت ما جرى بجنين "استهداف مباشر

قتل واعتقال ومدهامات للمدن والمخيمات والتجمعات الفلسطينية"، يقول شعوان جبارين مؤكدا في هذا السياق على انه لا توجد للكيان الصهيوني أية نية في التوصل الى سلام مع الفلسطينيين.
 وأوضح المتحدث ان هذه هي "السياسة الراسخة والأيدولوجية العميقة للمستعمرين الصهاينة في فلسطين، الذين يعتقدون أنهم ومن خلالها سيهجر الفلسطينيون مرة أخرى" مبرزا أن قوة الشعب الفلسطيني بكل اطيافه في التصدي والمقاومة ستجهد احلام المستعمر رغم الاساليب البشعة التي يستعملها من اجل تحقيق هدفه هذا.

واكد ان الاحتلال الصهيوني "لم يبق على أي شيء من الاتفاقيات مع منظمة التحرير الفلسطينية"، وعليه "فقد حان الوقت لتمتين الجبهة الداخلية والوحدة الفلسطينية وانهاء الانقسام حتى نحمي الجيل الفلسطيني في نضاله ضد الاستعمار". من جانبها، سلطت سحر فرنسيس، المدير العام لمؤسسة الضمير الفلسطينية لرعاية الاسير وحقوق الانسان، الضوء على الاوضاع المتوترة في الاراضي الفلسطينية المحتلة، خاصة بعد الهجوم الصهيوني على جنين ومخيمها، مؤكدة ان مثل هذه الجرائم دأب الاحتلال على تنفيذها الى جانب جرائم الهدم والاعتقالات

أكد المدير العام لمؤسسة "حق" الفلسطينية لحقوق الإنسان، شعوان جبارين ان الاحتلال الصهيوني لا يقيم وزناً للقانون الدولي وينتهك كل قواعده ويستمر في ارتكاب جرائمه ضد الإنسانية وجرائم الحرب بحق الفلسطينيين، وسط صمت دولي وفي ظل اندمام أي خطوة عملية من قبل المجتمع الدولي لمحاسبة المجرمين. وقال شعوان جبارين، في تصريح أن الاحتلال مستمر في جرائمه منذ 75 سنة من تهجير وقتل وتدمير للممتلكات، فقد هجر نصف الشعب الفلسطيني عام 48 و لا يزال الذين هجروا من منطقة بئر السبع و صحراء النقب الى منطقة الضفة الغربية يتعرضون للتهجير من مكان الى اخر.

واستهجن صمت المجتمع الدولي حيال ما يقترفه الاحتلال الصهيوني بالأرض الفلسطينية ويشعبها، وضربه عرض الحائط كل المواثيق والقوانين الدولية ومواصلة جرائمه ضد ابناء الشعب الفلسطيني. و اعتبر عدم مواجهة الاحتلال لأي خطوة عملية من قبل المجتمع الدولي يعتبر ضوء أخضر له للاستمرار في جرائمه وغطاء يشجعه على التمادي في تنفيذ مشاريعه الاستعمارية التوسعية العنصرية على حساب الحق الفلسطيني. زلاد من مساهلة الاحتلال ومجرميه وفرض عقوبات لصد جرائمه من

في إطار إحياء الذكرى الـ 61 لعيد الاستقلال

توزيع 11 ألف و 410 وحدة سكنية بمختلف الصيغ بالعاصمة

تم بالجزائر العاصمة، تسليم مفاتيح 11 ألف و 410 وحدة سكنية بمختلف الصيغ لمستحقيها على مستوى عدد من بلديات الولاية، وذلك في إطار الاحتفالات المخدلة للذكرى الـ 61 لعيد الاستقلال.



■ نوال.ل

وتم التسليم خلال حفل أقيم بمقر الولاية، تحت إشراف والي ولاية الجزائر، محمد عبد النور رابحي، بحضور مدير البنك الوطني للإسكان، أحمد بليعاظ، ممثلا لوزير السكن و العمران و المدينة، مصطفى بلعربي، ورئيسة المجلس الشعبي الولائي، نجية جيلالي، وأعضاء من المجلس الشعبي الوطني والولائي والمجلس الأعلى للشباب.

و أوضح رابحي أنه "تم تسليم هذه الحصص السكنية تبعا لتعليمات رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، الذي اختار هذا اليوم المبارك، لإدخال الفرحة والسرور على العائلات الجزائرية المستفيدة من هذه السكنات". وبالمناسبة، تم تسليم مفاتيح 9090 وحدة سكنية بصيغة البيع بالإيجار التابعة للوكالة الوطنية لتحسين السكن وتطويره "عدل"، و 602 وحدة سكنية بصيغة اجتماعي تساهمي، و 124

وحدة سكنية ترقية إضافة الى 1594 وحدة بصيغة العمومي الإيجاري.

وبلغ مجموع السكنات الموزعة بولاية الجزائر في الفترة الممتدة من 2022 الى يوليو الجاري 34 الف و 411 وحدة سكنية، حسب رابحي الذي أكد على "تجنيده وجاهزية مصالحه من أجل

عبر ولايات الجنوب

توزيع حصص هامة من السكنات من مختلف الصيغ

وبولاية جانت، تسلم زهاء 524 مستفيد مقررات الاستفادة من البناء الريفي والتجزئات الاجتماعية. ويتعلق الأمر بتوزيع 464 مقرر استفادة من البناء الريفي بالإضافة إلى 60 مقرر استفادة من التجزئات الاجتماعية.

وبالمناسبة جدد والي الولاية بن عبد الله شايب الدور لدى إشرافه على حفل توزيع السكنات، مواصلة مصالحه بذل جهودها لتسليم الحصص السكنية المنجزة لمستحقيها بمنحهم سكنات لائقة تتوفر على شروط العيش الكريم بما يترجم مجهودات الدولة في هذا الشأن.

وبولاية الأغواط أشرفت السلطات الولائية على التوزيع الرمزي لـ 1300 وحدة سكنية وإعانة مالية بمختلف الصيغ

وتتكون هذه الحصص السكنية من 120 وحدة سكنية من صيغة العمومي الإيجاري بعاصمة الولاية و 80 من نفس الصيغة بمدينة أقلو و 600 إعانة مالية موجهة للمستفيدين من قطع أرضي مخصصة للبناء الذاتي بمدينة الأغواط و 500 إعانة مالية خاصة بالبناء الريفي بمختلف بلديات الولاية.

وتهدف عملية توزيع هذه السكنات والإعانات المالية لمستحقيها إلى تحسين الإطار المعيشي للمواطنين والاستجابة لانشغالاتهم لاسيما الحق في الحصول على سكن لائق على مستوى المراكز الحضرية الكبرى والمناطق الريفية، إستنادا لمسؤولي القطاع.

■ نيل.ل

للقوف على مدى تقدم أشغال الانجاز

مشاريع التهيئة الحضرية والتنمية تحت المجرر بالبلدية

بوفاريك ومدى تنفيذ التعليمات المسداة خلال الزيارة السابقة، والقوف على مدى تقدم انجاز مركب التمس و الحرص على متابعة التحضيرات الخاصة بإحتضان المنافسة الدولية التي ستقام به خلال الأيام القادمة.

وخلال معاينة كل من الملعب البلدي لكرة السلة وكرة اليد بمدينة بوفاريك والاستماع إلى انشغالات طاقم النادي الرياضي الذي ينشط به، وجه الأمين العام تعليمات لرئيس الدائرة لأعداد بطاقة تقنية لاعادة تهيئة الملعبين.

■ طارق.ق

لرفع طاقة التخزين وتعزيز الأمن الغذائي
إنجاز مخزن إستراتيجي لتجميع الحبوب قريبا بخنشلة

تم بولاية خنشلة وضع حجر الأساس لمشروع إنجاز مخزن إستراتيجي لتجميع الحبوب بسعة 1 مليون قنطار. وقد أشرف الوالي يوسف محيوت رفقة المدير المحلي للمصالح الفلاحية السعيد تامن في إطار البرنامج الاحتفالي بالذكرى الـ 61 لعيد الاستقلال والشباب (5 يوليو من كل سنة) تحت شعار سجنائر الانتصارات.. مكاسب وإنجازات" على عملية وضع حجر أساس هذا المشروع الذي جاء تسييدا للاستراتيجية الوطنية الرامية لرفع طاقة تخزين الحبوب وتعزيز الأمن الغذائي. وحسب الشروح التقنية المقدمة من طرف زكرياء هزيل، المدير المحلي لتعاونية الحبوب ويقول الجافة بعين المكان "سيتم ببلدية بغاي إنجاز مخزن إستراتيجي لتجميع مختلف أنواع الحبوب يترقب على مساحة تقدر بـ 5 هكتار وتبلغ سعته الإجمالية 1 مليون قنطار".

و أضاف ذات المتحدث بأنه "عند اختيار أرضية المشروع تم الأخذ بعين الاعتبار قرب هذه المنشأة من شبكة الطرقات الوطنية لاسيما الطريق الوطني رقم 32 وكذا مشروع خط السكك الحديدية خنشلة- عين البيضاء بأم البواقي الذي تدعمت به الولاية في الأونة الأخيرة في إطار البرنامج التكميلي للتنمية الذي أقره رئيس الجمهورية لفائدتها".

كما سيتم حسب ذات المصدر عما قريب إطلاق أشغال إنجاز وحدات جوارية لتجميع وتخزين الحبوب ببلديات متوسة والرميلة وعين الطويلة و انسيغة و طامة و بابر و أولاد رشا و الحمل بمساحة 2,5 هكتار لكل وحدة و طاقة تخزين إجمالية تقدر بـ 100 ألف قنطار من الحبوب.

و أرفد ذات المسؤول أن إنجاز مخزن إستراتيجي لتجميع الحبوب إضافة إلى 3 وحدات تخزين أخرى انطلقت أشغال إنجازها مؤخرا بالحيطات الفلاحية فوجيل والميتة وتاقرات بصحراء النمامشة أقصى جنوب الولاية (سعة كل واحدة منها 60 ألف قنطار) والوحدات الجوارية لتجميع والتخزين التي ستطلق بها الأشغال قريبا بالمنطقة الشمالية (100 ألف قنطار) سيسمح برفع طاقة التخزين بولاية خنشلة من 560 ألف قنطار إلى 1 مليون و 840 ألف قنطار.

من جهته، اعتبر والي خنشلة يوسف محيوت في تصريح صحفي هذا المشروع بمثابة مكسب تنموي حظيت به الولاية في إطار إنجاز المشاريع القاعدية الكبرى لزيادة قدرات تخزين محاصيل الحبوب ضمن سياسة الدولة الهادفة إلى تعزيز الأمن الغذائي مؤكدا بأنه سيحظى بتابعة وعناية كبيرة لإنجازه في أقرب الأجل نظرا لبعده الاستراتيجي. ■ لين.ي

على مستوى خط بشار - وهران
استئناف نشاط نقل المسافرين
عبر قطار "كوراديا" السريع

استؤنف نشاط نقل المسافرين عبر قطار "كوراديا" السريع (ذهابا وإيابا) على مستوى خط بشار - وهران رسميا هذا الأربعاء انطلاقا من محطة القطار بشار، وذلك خلال حفل لرحلة ذهاب أشرف عليه كل من والي بشار محمد السعيد بن قامو والدبير العام للشركة الوطنية للنقل بالسكة الحديدية عاج بوعوني.

وأوضح في هذا الصدد بوعوني "أن استئناف نشاط هذا الخط للنقل بالسكة الحديدية لهذا النوع من القطارات يأتي بعد تكفل شركتنا بالأعطاب التقنية المسجلة سابقا في هذا النوع من القطارات السريعة والتي توفر للمسافرين أفضل شروط الراحة والأمان". وأشار من جهتهم إطرار من الشركة الوطنية للنقل بالسكة الحديدية المتواجدين بشار بذات المناسبة بأن استئناف نشاط نقل المسافرين بواسطة هذا الصنف من القطارات سيكون له انعكاسا كبيرا بخصوص تدعيم النقل بالسكة الحديدية للمسافرين من الجنوب نحو الشمال ومن الشمال نحو جنوب البلاد".

و للإشارة فإن رحلات قطار "كوراديا" على خط بشار - وهران ذهابا وإيابا قد برجت خلال الفترة الصيفية على مدار ثلاثة أيام في الأسبوع (الأحد والثلاثاء والخميس)، بالإضافة إلى رحلات يومية عبر ذات الخط تضمنها قطارات أخرى.

يذكر أن قطار "كوراديا" هو نوع من القطارات السريعة للخطوط الطويلة هو قطار هجين (ديازال/طاقة كهربائية) والذي تصل سرعته إلى 160 كلم/ساعة، يتكون من 6 عربات التي توفر طاقة استيعاب تصل إلى 254 مسافرا من بينهم 60 مسافرا درجة أولى. ■ عمر.ر

بعد توقف دام خمس سنوات
دخول المحطة البحرية الجديدة
حيز الخدمة بعنابة

تم بعنابة وضع حيز الخدمة لمحطة بحرية جديدة بطاقة معالجة، تتجاوز 200 ألف مسافر و 100 ألف مركبة سنويا لتعود بذلك حركة المسافرين عبر الملاحية البحرية من وإلى عنابة بعد توقف دام خمس سنوات.

أشرف جمال الدين بريحي والي ولاية عنابة رفقة الرئيس المدير العام لجمع الخدمات المينائية "ساربول س محمد كريم الدين حركاتي. وبحضور السلطات العسكرية والمدينة وإطارات الولاية. وذلك في إطار البرنامج الاحتفالي بالذكرى الـ 61 لعيد الاستقلال والشباب (5 جويلية من كل سنة). على وضع هذه المنشأة الهيكلية والهامة بالنسبة للنقل البحري للمسافرين بالجهة الشرقية من البلاد وأنجزت المحطة البحرية الجديدة لعنابة في إطار استثمار مؤسسة ميناء عنابة. التابعة لجمع الخدمات المينائية - ساربولس بلفاف مالي قيمته ستة ملايين دج. كما جهزت المحطة الجديدة ذات الطراز المعماري المعاصر بأحدث الوسائل التكنولوجية الخاصة بإتقار إجراءات السفر ومعالجة المسافرين والركبات والأمتعة في ظروف مريحة و آجال قصيرة مثلما تم إيضاحه. ■ ق.م

لما تشكله من مخاطر على صحة المستهلك تحذيرات من تكرار القلي لعدة مرات في الزيت

حذرت منظمة حماية المستهلك من المضار الصحية لتكرار القلي في الزيت نفسه عدة مرات وذلك نتيجة الأمراض الخطيرة التي قد تنتج عنها جراء إعادة تسخين الزيت أكثر من مرة، حيث أنه يتكون ما يعرف بالجدور الحرة، وهي جزيئات مسببة للعديد من الأمراض، أبرزها السرطان. إضافة إلى العديد من المشكلات الصحية الأخرى، مثل القلب، والسكر، وارتفاع ضغط الدم. هذا وان استخدام الزيت أكثر من مرة حسبا نشرته المنظمة فإنه يفقده قيمته الغذائية والفيتامينات التي يحتوي عليها، مثل فيتامين هـ، نتيجة لتعرضه لبعض التفاعلات الكيميائية التي تؤدي إلى تطله.

وعند تكرار إعادة تسخين الزيوت النباتية التي تحتوي على أحماض دهنية، مثل: زيت الذرة ودوار الشمس والصويا تتكون مادة سامة تسمى (4-هيدروكسي-ترانس-2-نونينال) التي تزيد من خطورة الإصابة بالقلب وتصلب الشرايين والزهايمر، وبعض أمراض الكبد.

كما تزيد من خطورة التسمم الغذائي لاعتبار الزيت المستخدم أكثر من مرة يصبح بيئة خصبة لتكوين البكتيريا الضارة، التي تتغذى على بقايا الطعام القلي، ما قد يتسبب في الإصابة بالتسمم الغذائي مع إعادة استخدامه مرات عديدة.

نظير الجهود المبذولة لنظافة المحيط والخدمة العمومية "يجياتن" يكرم عمال مؤسسة سمدانيات والإدارة المحلية

كرم يحيى يحياتن والي ولاية بومرداس برفقة رئيس المجلس الشعبي الولائي بعض العمال كل من مؤسسة مادينات والإدارة المحلية، أين قام بزيارة إلى مقر العمل لتشجيعهم على الجهد المبذول خلال تقديمهم الخدمة العمومية اتجاه المواطن والولاية ككل وتجنيدهم في كل المناسبات والزيارات الرسمية، للحفاظ على نظافة المحيط والتي اعطت صورة مشرفة للولاية، خاصة خلال زيارة رئيس الجمهورية لولاية بومرداس، لوضعه حجر الأساس لمشروع حيوية بمناسبة الاحتفال بعيد الاستقلال والذي اثنى على جهود الولاية في ترقية بعض القطاعات على غرار قطاع الزراعة. والاحتفال بالذكرى 61 لعيد الاستقلال والشباب كانت مناسبة لتكريم والشكر والثناء على الجهود لكل من ساهم في ترقية الولاية من حيث النظافة واعطائها الوجه الاجمالي.

في الذكرى الـ 61 لعيد الاستقلال والي تبسة يكرم الأسرة الثورية

أشرف " سعيد خليل " والي ولاية تبسة بمناسبة إحياء الذكرى الـ 61 لعيد الاستقلال المجيد، بمدينة تبسة ببعينة رئيس المجلس الشعبي الولائي، الأمين العام للولاية، المنسوب الجهلي لوسط الجمهورية، نواب البرلمان، السلطات المدنية، القضائية، الأمنية والعسكرية، أعضاء المجلس الأعلى للشباب، والفعاليات المجتمعية، على إهداء تكميمات إلى الأسرة الثورية بالولاية والمنظمات والجمعيات المرتبطة بها والي الولاية وفي كلمة وجهها بالمناسبة، حيا من خلالها آباءنا المجاهدين، وكامل الأسرة الثورية، مشيدا بتضحياتهم، مثنيا مسارهم الكفاحي، وملاحمهم الجهادية، من أجل أن نعيش - يضيف - والي الولاية هذه اللحظة الفارقة، في جزائر حرة سيادة ومستقلة، مترحما بخشوع على أرواح شهدائنا الأمجاد، الذين قاوموا الاستعمار البغيض عبر الأزمان والحقب والسنوات، ووقف إجلا وتعتظيما أمام تضحياتهم الجسام.

ببلدية عين العلوي. تم إنتشال الضحية من طرف عناصر الحماية المدنية. الضحية طفل يبلغ من العمر 11 سنة تم تحويله إلى مصلحة حفظ الجثث بمستشفى عين بسام.

وفي ظل هذا الواقع الذي بات كسيناريو يتكرر كل سنة مع حلول موسم الصيف وجهت مديرية الحماية المدنية نداءها الوقائي لفائدة الأولياء بهدف تحسيس أبنائهم بخطورة هذه الأماكن وخطورة السباحة فيها، خاصة تزامنها مع ارتفاع درجة الحرارة.

ولاية مستغانم والولايات المجاورة. وبالنعامة جرى تدشين المقر الولائي لتعاونية الحبوب والبقول الجافة ووضع حيز الخدمة لمقر الفرع الولائي للبنك الوطني للإسكان ومركز توزيع وإيداع البريد التابع ل"بريد الجزائر" إلى جانب وضع حجر الأساس لمشروع إنجاز 50 مسكنا عموميا إيجاريا. كما تم بنفس المناسبة بقرية تيركونت التابعة لبلدية عين الصفاء وضع حجر الأساس لإنجاز متوسطة ب 300 مقعد بيداغوجي. وشهدت مراسم إحياء ذكرى عيد الإستقلال والشباب بسبيدي بلعباس إعطاء بمتحف المجاهد إشارة انطلاق قافلة لزيارة المجاهدين وذوي الحقوق بالتنسيق مع مديرية النشاط الاجتماعي فضلا عن زيارة المجاهد مسعودي مخفي بمنزله وتكريمه بالمناسبة. كما تم وضع حجر الأساس لعدة مشاريع منها إنجاز 40 مسكن ترقوي مدعم بحي الجزيرة ببلدية سيدي بلعباس و500 مسكن عمومي إيجاري ببلدية تلموني ومشروع إنجاز منشأة تخزين الحبوب بلدية تسالة. أما بمعسكر فقد قامت السلطات الولائية بزيارة اطمئنان للمجاهد فريمهيدي هاشمي بمقر سكنه بعاصمة الولاية. وتيارات شملت الاحتفالات تكريم المجاهد بن عودة أحمد وأرملة الشهيد مهدي بن نورين وإعادة فتح مقر المكتب الولائي للمنظمة الوطنية لأبناء الشهداء بعد ترميمه. كما استلم رؤساء المجالس الشعبية لبلديات مدرسة والجيلالي بن عمار ومادنة والرشايقا وسيدي بختي سيارات إسعاف طبية فيما سيتم تزويد أربعة بلديات أخرى بسيارات مماثلة، وفق ما أشار إليه والي

مع حلول كل موسم اصطياف برك الموت تهدد حياة المئات من الأطفال

• إنتشال جثتي غريقين في البرك المائية بالبويرة وأم البواقي

تشكل ظاهرة السباحة في البرك والمجمعات المائية، أحد أكثر المظاهر الخطيرة التي تتسبب سنويا في حصد أرواح الأطفال والشباب في العديد من المناطق خلال الفترة الصيفية.



من إنتشال جثة غريق من بركة مائية بلدية ودائرة عين فكرون. وأفاد بيان للحماية المدنية ان الحادث وقع في حدود الساعة بالمكان المسمى مشته الزهراوية بأم البواقي. وتمثل في غرق شاب يبلغ من العمر 21 سنة. وتم تحويل الضحية إلى مصلحة حفظ الجثث.

لتفادي أي خطر قد يلحق بهم، سيما وان هذه الأيام يسجل ارتفاع محسوس في درجات الحرارة يلجأ الأطفال بمختلف أعمارهم وبعض المواطنين خاصة منهم القاطنين من المناطق الجنوبية وغيرها، إلى السباحة في الوديان والبرك والمجمعات المائية، وهو ما يؤدي أحيانا إلى ما لا يحمد عقباه وهو ما سجلته مصالح الحماية المدنية خلال هذه الأيام بعدة ولايات على غرار البويرة وأم البواقي أين تمكنت مصالح الحماية المدنية بأم البواقي

بشري ر. هذا ويبرز بعض الشباب من مرتادي هذه المواقع سبب لجوئهم إلى هذه المناطق بالارتفاع الكبير لدرجات الحرارة الذي تشهده العديد من المناطق خاصة تلك التي لا تملك مسابح، الامر الذي يدفع بهم إلى السباحة في البرك والمجمعات المائية مواجهين بذلك خطر الموت وعليه تحذر مديرية الحماية المدنية كل سنة المواطنين وخاصة الأطفال من السباحة في الوديان والبرك المائية في فصل الصيف

بمناسبة الاحتفال بالذكرى الـ 61 للاستقلال تدشين وتسمية عديد المرافق بولايات غرب الوطن

بن عمر بمقبرة الشهداء ببلدية الحناية (تلمسان). وقد ولد الشهيد سنة 1929 ببلدية تيرني بني هديل بذات الولاية والتحق بجيش التحرير الوطني سنة 1957 وشارك في عدة معارك ضد جيش المستعمر الفرنسي وقد ألقى عليه القبض وقتل رميا بالرصاص في 1958. كما تم وضع حيز الخدمة للمحطة الحموية لبلدية حمام بوغراة التي شهدت أشغال تهيئة والمركز الترفيهي العلمي ببلدية مغنية ووضع حجر الأساس لبناء مسجد بذات البلدية وزيارة المجاهد تحاف بوجمعة ببلدية السواني إضافة إلى ربط 200 مسكن بحيي "مغاغة" و"سالحرشة" بذات الجماعة المحلية بشبكة الكهرباء. والبيض أطلقت أشغال إنجاز 300 مسكن عمومي إيجاري ووضع حجر الأساس لإنجاز مدرسة ابتدائية بحي الشيخ بوعمامة بعاصمة الولاية فضلا عن تدشين ووضع حيز الخدمة لعيادة متعددة الخدمات بحي الإخوة حسيني. كما أعطيت إشارة استئناف أشغال إنجاز وحدة لتخزين الحبوب تابعة لتعاونية الحبوب والبقول الجافة بقدرة تخزين تقدر ب100 ألف قنطار وذلك على مستوى منطقة مريس بعاصمة الولاية.

أما بمستغانم فقد جرى وضع حجر الأساس لإنجاز 5 مخازن كبرى لتخزين الحبوب والبقوليات الجافة بسعة إجمالية تقدر ب 250 ألف قنطار ببلديات سيدي علي وبوقيرات واستيدية وسيدي بلعطار ووادي الخير فضلا عن استئناف مشروع إنجاز 12 صومعة للتخزين ببلدية ماسرة بطاقة 250 ألف قنطار مما يساهم في تغطية احتياجات الفلاحين

أقيمت عبر ولايات غرب الوطن عدة نشاطات متنوعة بمناسبة الاحتفال بالذكرى الواحدة والستين لعيد الاستقلال والشباب على غرار تدشين وتسمية مرافق ومشاريع في قطاعات مختلفة. وقد أشرفت السلطات المحلية المدنية والعسكرية والأسرة الثورية على مراسم إحياء هذه الذكرى التاريخية برفع العلم الوطني والاستماع للنشيد الوطني وقراءة فاتحة الكتاب ترحما على أرواح الشهداء ووضع أكاليل من الزهور على النصب التذكارية. ويوهران تم تدشين بالقطب العمراني "أحمد زبانة" بمسرغين ثانوية تتسع ل 1000 مقعد تحمل اسم المجاهد الراحل شريف عثمان إضافة إلى مكتبتين بريديين يحملان اسمي المجاهدين لورقيوي رايح وبن دادة محمد إضافة إلى تسمية المعهد الوطني لتكوين مستخدمي الجماعات المحلية باسم والي وهران السابق الراحل ميرازي رشيد. كما تضمن البرنامج المسطر بالمناسبة أيضا تدشين حديقة سلامة العربية" (القنطرة سابقا) بعد إعادة تهيئتها بصفة كاملة. ويرمى المسرح الجهوي "عبد القادر علولة" عرض مسرحي "ما قبل النور" من تأليف وإخراج يحيى بن حمو تتناول جريمة منظمة الجيش السري الفرنسية الإرهابية بساحة الطحطاحا بحي الشعبي المدينة الجديدة في يوم 28 فبراير 1962 بتفجير سيارتين مفخختين راح ضحيتها العشرات من الجزائريين و"132 سنة" للمسرحي الراحل ولد عبد الرحمان كاكلي التي تبرز مقاومة الشعب الجزائري وجرائم المستعمر الفرنسي. ويتلمسان أعيد دفن رفات الشهيد شافع

عرض عليه راتبا يقدر بـ 410 آلاف جنيه إسترليني أسبوعيا

هل يرضخ محرز لإغراءات "الراقي"؟

• "ذا صن": الدولي الجزائري أبلغ السيبي برغبته في الرحيل



أفاد تقرير صحفي بأن نادي الأهلي السعودي لكرة القدم قد أبدى رغبته بشكل رسمي لضم الدولي الجزائري رياض محرز، لاعب مانشستر سيتي، لصفوف "الراقي" خلال فترة الانتقالات الصيفية الحالية.

■ سمير ب.

ونشر حساب "منبر الأهلي" على منصة "تويتر" رد نائب الرئيس، خالد الهندي، على الجماهير قوله "والله نشتغل ليل نهار من أجل إرضائكم"، حيث يأتي كلامه جوابا على مطالبة جماهير النادي بالتعاقد مع رياض محرز.

وأكدت صحيفة "ذا صن" البريطانية، يوم الخميس، أن رياض محرز وافق على الانضمام إلى صفوف نادي أهلي جدة، وسيحصل على راتب يقدر بـ 410 آلاف جنيه إسترليني أسبوعيا. وأشارت الصحيفة البريطانية إلى أن محرز حريص على الانتقال إلى الشرق الأوسط، حيث يعتقد بأنه الوقت المناسب لذلك، كما اتفق بالفعل على جميع الشروط الشخصية

مع النادي السعودي. وأشارت "ذا صن" إلى أن الإسباني، بيب غوارديولا، مدرب مانشستر سيتي، حريص على استمرار محرز معه، خصوصا مع احتمال رحيل

النجم البرتغالي برناردو سيلفا، إلا أنها أكدت أن المهاجم الجزائري أبلغ الإدارة برغبته في الرحيل. وانضم رياض محرز (32 عاما) إلى صفوف نادي مانشستر سيتي صيف

عام 2018، قادما من ليستر سيتي، حيث شارك مع السيبي في 236 مباراة في جميع البطولات، ونجح في تسجيل 78 هدفا، كما قدم 59 تمريرة حاسمة.

الألعاب الرياضية العربية 2023 في الجزائر

رفع الأثقال: "تحصيل خمس ميداليات بهدف إعادة الجزائر للواجهة"

تهدف الاتحادية الجزائرية لرفع الأثقال إلى حصد خمس ميداليات مختلفة، خلال الألعاب الرياضية العربية (الجزائر-2023) المقررة من 5 إلى 15 يوليو، وذلك بهدف إعادة الجزائر إلى الواجهة في هذه الرياضة، حسبما أكده المدير الفني الوطني، جمال بولحية.

وصرح بولحية لـ "قائلا": "تراهن على حصد خمس ميداليات مختلفة الألوان خلال العرس العربي، وذلك بهدف إعادة الجزائر إلى الواجهة في رياضة رفع الأثقال من جديد". وأضاف "نتنظر منافسة قوية سيما من البلدان المتواجدة في القارة الآسيوية، على غرار سوريا والعراق والسعودية لدى الرجال، كونها تتمتع بمستوى عالي، فضلا عن تونس ومصر خصوصا عند السيدات".

وتجرى منافسات رفع الأثقال من 11 إلى 14 يوليو بالقاعة متعددة الرياضات ببرج الكيفان، حيث وحسب البرنامج المسطر، يخص كل يوم لثلاثة أوزان بين الذكور والإناث. وتحسبا لهذا الموعد، أجرت العناصر الوطنية تريبا تحضيريا بكل من المنستير التونسية وبالشرافة بالعاصمة، وفق ما أورده ذات المصدر.

وفيما يتعلق بالذكور، فقد أجرى الرباعون الجزائريون معسكرا إعداديا بالمنستير (تونس) من 8 يونيو إلى 6 يوليو، أما السيدات فقد حضرن بالمركب الرياضي "سفييتس" بالشرافة بالعاصمة ما بين 8 يونيو و 8 يوليو. وستشارك الجزائر في الموعد العربي 11 عنصرا (6 ذكور- 5 إناث)، على أن يتم تقليص عدد الذكور إلى 5، بقيادة طاقم فني مكون من خمسة مدربين.

بالمقابل، ستعرف التشكيلة الوطنية غياب الرباع بيداني وليد (+ 102 كلغ) بسبب الإصابة، والذي سيخضع للعلاج استعدادات للبطولة العالمية المقررة بالرياض (السعودية) من 4 إلى 14 سبتمبر القادم.

وتراهن لجنة التنظيم، بالتنسيق مع الاتحادية الجزائرية لرفع الأثقال، على تنظيم "يشرف الجزائر"، وجعلها "منافسة ذات معايير دولية بمواصفات تقنية دقيقة بهدف تنظيم دورات دولية مستقبلا" حسب المدير الفني الوطني.

وحول عدد البلدان المشاركة، فستكون 13 دولة معنية بمنافسات رفع الأثقال، ممثلين بـ 62 رباع ورباعية.

ويتعلق الأمر بكل من: الجزائر (البلد المنظم)، السعودية، تونس، مصر، البحرين، الكويت، العراق، سوريا، المغرب، ليبيا، فلسطين، الامارات، سلطنة عمان، في انتظار الاعلان الرسمي عن عدد المشاركين بالضبط، والذي سيكون يوم 2 يوليو من قبل لجنة التنظيم.

الجزائر بـ 14 لاعبا ولاعبة (6 ذكور - 8 إناث) بقيادة طاقم فني مكون من أربعة مدربين.

المنتخبان السوداني والعماني بشعار "لا بديل عن الفوز"

سيكون المنتخبان الأولمبيان السوداني والعماني لكرة القدم مجبرين على تحقيق نتيجة إيجابية في المباراة التي ستجمعهما سهرة السبت (التاسعة ليلا) بملعب الشهيد حملاوي بقسنطينة برسم الجولة الثالثة للمجموعة الأولى للألعاب الرياضية العربية الجارية بالجزائر، وذلك في إطار مسعى كل واحد منهما لاقتطاع تأشيرة التأهل للدور المقبل. فبعد فوزه في المقابلة الافتتاحية أمام الفريق الأولمبي اللبناني بنتيجة (0-3) بملعب 19 ماي 1956، اصطدم منتخب السودان بالمنتخب الوطني الجزائري القوي في ثاني خرجة لكليهما سهرة الأربعاء الماضي، الذي انهزم امامه بنتيجة (2-1).

وبعد هذه الهزيمة أصبح من الضروري على أشبال المدرب السوداني محسن سيد عثمان مراجعة حساباتهم وتصحيح الأخطاء التي وقعوا فيها في مباراتهم أمام الجزائر و تدارك الوضع في لقاءهم بالمنافس العماني القوي الذي تعادل في مباراته الأولى أمام المنتخب الجزائري بنتيجة (0-0) و فاز في ثاني خرجة له أمام المنتخب الأولمبي اللبناني بنتيجة (1-0).

وبخصوص هذه المواجهة، قال مدرب المنتخب الأولمبي السوداني محسن سيد عثمان عقب الخسارة أمام الجزائر: "في رصيدنا ثلاث نقاط وليس أمامنا سوى الفوز في المباراة المقبلة يوم 8 يوليو أمام الفريق العماني لكي نضمن التأهل للدور المقبل" مضيفا "نملك تشكيلة تمكننا من وضع خيارات عديدة لإجراء التغييرات التي نراها مناسبة".

من جهته، سيسعى المنتخب العماني للدفاع عن حظوظه أمام السودان للتأهل للدور المقبل من المنافسة مما ينبئ بمباراة حامية الوطيس بين تشكيلتين ستلعب كل واحدة منهما من أجل هدف واحد ووحيد هو الفوز.

ولحساب دورة كرة القدم للألعاب الرياضية، سيحتضن ملعب الشهيد حملاوي اليوم السبت مباراة المنتخبين السعودي والفلسطيني عن المجموعة الثانية وذلك بداية من الخامسة والنصف مساء.

وبعد الجولة الثانية من منافسات المجموعة الأولى، يحتل المنتخب الأولمبي الجزائري صدارة ترتيب المجموعة بأربع نقاط متقدما على نظيره العماني بفارق الأهداف يليه منتخب السودان في المرتبة الثالثة فيما يقبع المنتخب اللبناني في مؤخرة الترتيب بدون رصيد و يقصى بذلك من المنافسة.



بالإضافة للجزائر (البلد المنظم)، يشارك 12 بلدا عربيا في دورة الجزائر بمشاركة الملاكمة النسوية لأول مرة في تاريخ الألعاب العربية. و يشارك المنتخبان الجزائريان بـ 19 ملاكما (13 لدي الرجال و 6 لدى السيدات) تحت إشراف المدربين أحمد دين ونورالدين تويليبي (رجال) و عبد الهاني كنزي و محمد شوية (سيدات). للتذكير، في الدورة الأخيرة التي جرت عام 2011 بالدوحة (قطر)، أنهت الجزائر المنافسة في المركز الخامس في رياضة الملاكمة برصيد 7 ميداليات (فضيتان و 5 برونزيات).

الجزائريان حامق و معمري يتأهلان للربع النهائي

تأهل، أمس الثنائي الجزائري لرياضة كرة الريشة حامق عادل و معمري تتينة إلى الدور ربع النهائي لمنافسات الفردي (رجال وإناث) التي تقام بالمدرسة العليا للفندقة والأطعام بعين البنيان، لحساب النسخة الـ 15 من الألعاب الرياضية العربية التي تحتضنها الجزائر من 5 إلى 15 يوليو الجاري.

وتأهل لاعبا المنتخب الوطني للبادمينتون، حامق عادل للدور ربع النهائي بعد أن فاز على العراقي الغامدي معاذ صلاح. من جهتها، ضمنت مواظنته معمري تتينة التأهل للدور ربع النهائي بعد أن تغلبت على الاماراتية بلوشي مريم.

بالمقابل، أقصى من المنافسة كل من سامي خلدي الذي تعثر أمام العراقي الغامدي معاذ صلاح ولعرايوي سيف الدين أمام السوري احمد الجلال و شفون عزيز أمام الاردني عز الدين سامي محمود و نعامه دنيا امام الاردنية مرص عبد الغاني.

ويشارك في الألعاب الرياضية العربية للبادمينتون التي انطلقت الخميس وتواصل فعالياتهما إلى غاية يوم الاثنين المقبل 66 لاعبا ولاعبة يمثلون 10 دول.

وتعرف هذه المنافسات مشاركة 66 لاعبا منهم 25 لاعبة يمثلون 10 دول عربية، وهي: البحرين، العراق، الاردن، الكويت، قطر، السعودية، سوريا، تونس، الامارات بالإضافة إلى الدولة المستضيفة الجزائر. وتشارك

وسط غموض حول مستقبله.. مباني يظهر في الكاميرون

وصل نجم كرة القدم الفرنسية كيليان مباني إلى الكاميرون وسط ترحيب حار من الجماهير. في رحلة تشمل أعمالاً خيرية مع أطفال صم وزيارة إلى قرية والده.

ارتدى المنادى المشجعين قميص فريقه باريس سان جيرمان لاستقبال المهاجم البالغ 24 عاماً.

سبقت قائد منتخب فرنسا خلال زيارته التي تستمر عدة أيام في مجمع فنادق تابع لعائلة بطل كرة المضرب الفرنسي السابق يانك نواه الذي يعيش في باوندي.

من المقرر أن يزور مدرسة للصغار الذين يعانون من الصمم وضعف في السمع في ضواحي العاصمة.

كما أنه من المقرر أن يشارك في مباراة لكرة السلة من المتوقع أن يشارك فيها لاعب دوري كرة السلة الأميركي السابق يواكيم نواه، نجل يانك. كما سيشارك في مباراة كرة القدم ضد نادي فان ديتودي من الدرجة الثانية.

يتوجه السبت إلى جبال، قرية والده ويلفريد مباني الذي غادر الكاميرون في سن مبكرة إلى فرنسا حيث أصبح مدرباً لكرة القدم. تأتي زيارة مباني في ظل غموض حول مستقبله في الميركاتو الصيفي الحالي.

وفيما يرتبط هدف موندريال قطر 2022 بعقد مع الفريق المملوك قطريا حتى 2024، غير الشهر الماضي عن عدم رغبته بتفعيل خيار التمديد لعام إضافي، وسط ترقب ريال مدريد الإسباني.

وقال رئيس النادي ناصر الخليفي إنه يتعين على مباني توقيع عقد جديد إذا أراد البقاء في سان جيرمان الموسم المقبل.

وأضاف: لا يمكننا السماح برحيل أحد أفضل اللاعبين في العالم بشكل حر. هذا واضح. قال (مباني) بنفسه إن أرحل مجاناً. إذا غير أحدهم رأيه فليست غلطتي.

350 فوزاً لديوكوفيتش في البطولات الكبرى..

حقق الصربي نوافك ديوكوفيتش فوزه الـ350 في البطولات الأربع الكبرى يوم الأربعاء ليبلغ الدور الثالث من بطولة ويمبلدون التي يحمل لقبها، على غرار البولندية إيفا شفيونتيك المصنفة أولى عالمياً، في يوم استمرت فيه الأمطار بزعة جدول المباريات.

وتغلب ديوكوفيتش المصنف ثانياً عالمياً على الأسترالي جوردان تومسون (70) بنتيجة 6-3، 7-6، (47) 5-7 ليبلغ الدور الثالث.

فقط السويسري روجيه فيدرر (369) والأميركية سيرينا وليامز (365) اللذان اعتزلا العام الماضي، يملكان عدداً أكبر من الانتصارات في البطولات الكبرى من الصربي.

وقال ديوكوفيتش الذي حقق فوزه الـ41 توالياً على الملعب الرئيسي والـ30 توالياً في ويمبلدون عن مواجهة القوية مع الأسترالي "لا أعرف ما إذا أردت مواجهته في هذا الوقت المبكر من البطولة.. كان غير محظوظ في المجموعة الشانية، قدم مباراة كبيرة ويستحق التصفيق". يلتقي تالياً مع السويسري ستانيسلاس فافرينكا أو الأرجنتيني توماس إتشيفيري.

ولم يخسر ديوكوفيتش في الملعب الرئيسي للبطولة منذ نهائي 2013، كما أنه لم يخسر في ويمبلدون منذ سقوطه في ربع النهائي في عام 2017.

أتيا من لقب ثالث في رولان غاروس جعله صاحب الرقم القياسي في عدد ألقاب البطولات الكبرى لدى الرجال (23)، يطمح ديوكوفيتش للمزيد من الإجازات في ويمبلدون، إذ أن لقباً ثامناً له سيجعله شريكاً في الرقم القياسي لفيدرر في العاصمة الإنجليزية.



ريال مدريد يضم الموهبة التركية أردا غولر

أعلن ريال مدريد، وصيف بطل الدوري الإسباني لكرة القدم، الخميس تعاقد مع لاعب وسط فنربخشة التركي الواعد أردا غولر لمدة ستة مواسم حتى عام 2029. ولم يتم الإعلان عن قيمة صفقة التعاقد مع اللاعب البالغ من العمر 18 عاماً، لكن وسائل الإعلام الإسبانية قدرت بها 20 مليون يورو إضافة إلى مكافآت بقيمة 8 ملايين يورو لصالح الفريق التركي. وقال ريال مدريد في بيان إن "نادينا يضم إلى صفوفه أحد اللاعبين الشباب الواعدين في العالم. يبلغ من العمر 18 عاماً ويصل إلى مدريد بعد تتويجه بلقب كأس تركيا مع فنربخشة، حيث اختير أفضل لاعب في المباراة النهائية".

ولفت غولر الأنظار في كرة القدم التركية على مدار العام ونصف العام الماضيين حيث غالباً ما يقارن بالنجم الألماني التركي الأصل الدولي السابق مسعود أوزيل زميله السابق في فنربخشة.

وبات غولر خامس صفقة للنادي الملكي خلال فترة الانتقالات الصيفية بعد المهاجم خوسيلو القادم على سبيل الإعارة من إسبانيول، لاعب الوسط الدولي الإنجليزي جود بيلينغهام المنضم من بوروسيا دورتموند الألماني، المدافع فران غارسيا المنتقل من رايو فايكانو، وبراهيم دياز العائد إلى صفوفه بعد انتهاء إعارته من ميلان الإيطالي. وسيتم تقديم غولر ظهر الجمعة في المركز التدريبي لمدريد.

سيكون لويس كاسترو مدرب نادي النصر الجديد ثاني برتغالي يشرف على الأسطورة كريستيانو رونالدو في مسيرته مع الأندية طوال 21 عاماً بعد مواطنيهما جوزيه مورينيو والذي درب "سي آر 7" في 3 مواسم مع ريال مدريد.

وأصبح لويس كاسترو مدرباً لنادي النصر السعودي يوم الخميس بعقد يمتد حتى 2025، إذ انضم إلى معسكر الفريق التحضيري المقام في أفرار البرتغالية. وكان جوزيه مورينيو أول برتغالي يدرّب الفائز بالكرة الذهبية 5 مرات، إذ لعب الأخير تحت قيادة المدرب الشهير 164 مباراة سجل فيها 168 هدفاً وتوجاً سوبيا ببطولة الدوري 2011-2012 وكأس إسبانيا 2010-2011 والسوبر الإسبانية 2012-2013. ويقود كريستيانو رونالدو خط المقدمة لنادي النصر منذ يناير الماضي عندما تعاقد معه الفريق العصامي وخاض نصف موسم 2022 _ 2023 الثاني من دوري روشن السعودي تحت المديرتين الفرنسي رودري غارسيا والكرواتي دينكو يليشييتش. وفي 21 عاماً خاضها رونالدو أشرف عليه عدة مدربين من جنسيات مختلفة منهم الأسكتلندي السير أليكس فيرغسون والإنجليزي مايكل كاريك والهولندي إريك تن هاغ والفرنسيان زيدان ورودي غارسيا والكرواتي دينكو يليشييتش والتروجي أولي غونار سولشاير والروماني لازلو بولوني والنمساوي رالف رانغننيك والإسباني رافائيل بينيتيز والتشيلي مانويل بيلغريني.

لويس كاسترو.. ثاني برتغالي يتولى تدريب الأسطورة رونالدو



جناح ريال مدريد السابق أسينسيو ينضم إلى سان جيرمان

أعلن باريس سان جيرمان بطل الدوري الفرنسي لكرة القدم يوم الخميس تعاقد مع جناح ريال مدريد الإسباني الدولي ماركو أسينسيو حتى عام 2026 في صفقة انتقال حر، بعد ساعات قليلة من إبلاغه عن ضم قلب دفاع إنتر ميلان الإيطالي الدولي السلوفاكي ميلان شكرينيار.

وانتقل أسينسيو البالغ من العمر 27 عاماً إلى فريق العاصمة بسجل حافل بالألقاب بعد عشر سنوات مع ريال مدريد حيث توج معه بـ17 لقباً بينها دوري أبطال أوروبا ثلاث مرات، وخاض 285 مباراة سجل خلالها 61 هدفاً. وعلق أسينسيو الذي أعلن رحيله عن ريال مدريد منذ أيام عدة: إنه لشرف كبير أن أكون جزءاً من هذا النادي الرائع الذي هو باريس سان جيرمان. أتطلع بفرح الصبر إلى الانضمام إلى زملائي الجدد والعمل معهم لتحقيق أهداف كبيرة. يأتي هذا الإيضاء الرسمي بعد ساعات قليلة من وصول شكرينيار في صفقة انتقال حر أيضاً بعد ستة مواسم مع إنتر ميلان.

وعين باريس سان جيرمان الأربعة مدربه الجديد الإسباني لويس إنريكي الذي كان أسينسيو أساسياً معه في تشكيلة "لا روخا" في موندريال قطر 2022، وسجل هدفاً. وانضم اللاعب الأعسر والذي يدير أعماله الوكيل البرتغالي جورج منديش، المقرب من مستشار كرة القدم في سان جيرمان مواطنه لويس كامبوس، إلى النادي الملكي في عام 2014 قادماً من ريال مايوركا. بقي مع الأخير موسماً إضافياً على سبيل الإعارة (2014-2015)، ثم لعب معاراً مع إسبانيول موسم (2015-2016)

أتلتيكو مدريد يعلن تعاقد مع أزيبليكويتا



أعلن نادي أتلتيكو مدريد الإسباني تعاقد مع اللاعب الدولي السابق سيزار أزيبليكويتا يوم الخميس بعد انتهاء مشواره مع تشيلسي الإنجليزي الذي دافع عن أوانه طيلة 11 عاماً، وذلك عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

ويأتي إعلان ابن الـ33 عاماً بعد يومين من رحيل لاعب هام آخر في النادي اللندني هو مايسون ماوفت الذي التحق يوم الأربعاء بمانشستر يونايتد.

وقال المدافع ولاعب الجناح في حسابه على تويتر "إنها من دون شك أصعب رسالة أكتبها، لكني أردت أن أكون من يعلن ذلك، بعد 11 عاماً على رفع الراية الزرقاء بفخر، حان الوقت لمغادرة تشلسي".

ونشر النادي اللندني في موقعه الرسمي مقطع فيديو لأزيبليكويتا وهو يبكي خلال إعلانه الرحيل عن النادي الذي انضم إليه عام 2012 من مرسييليا الفرنسي مقابل أقل من 9 ملايين يورو.

ولعب الإسباني 508 مباريات بقميص تشلسي، محرراً خلال هذا المشوار تسعة ألقاب كبرى، أبرزها دوري أبطال أوروبا عام 2021 و"يوروبا ليغ" مرتين عامي 2013 و2019 وكأس العالم للأندية عام 2021، إضافة إلى تتويجه بطلاً للدوري الممتاز مرتين والكأس الإنجليزية أربع مرات.

رئيس المجلس الاستشاري الصحراوي : الأطماع التوسعية راسخة في أذهان النخب السياسية بالمغرب

أكد رئيس المجلس الاستشاري الصحراوي، محمد لمين أحمد، بالجزائر العاصمة، أن المغرب جار لا يؤتمن، كون الخيانة و الأطماع التوسعية راسخة في أذهان نخبه السياسية. وخلال ندوة تحت عنوان "الحقيقة التاريخية وتطورات القضية الصحراوية"، نظمها حزب جبهة التحرير الوطني بمقره، في إطار سلسلة الندوات الثقافية والسياسية التي دأبت التشكيلة السياسية على تنظيمها، قال محمد لمين أحمد أن المغرب "جار لا يؤتمن جواره، فالخيانة كانت ولا زالت مسألة وراثية عنده، حيث نقض كل العهود التي قطعها من قبل مع جيرانه وأضحى أطماعه التوسعية عقيدة راسخة في أذهان النخب السياسية". و أرجع الوزير الصحراوي السابق والعضو الحالي للأمانة الوطنية لجبهة البوليساريو، سبب تجذر هذا الفكر التوسعي لدى النخب السياسية اليوم إلى إدراج السلطات المخزنية هذه الأفكار في كل البرامج والمناهج التربوية والتعليمية، فأضحت "إيديولوجية وعقيدة توارثتها الاجيال"، كما قال المحاضر. و في معرض حديثه عن المسار الاممي للتسوية في الصحراء الغربية، عرج السيد أحمد على العديد من الحقائق التاريخية فيما يخص تنصل الامم المتحدة وتماطلها في تمكين الشعب الصحراوي من تنظيم استفتاء تقرير المصير، بدء من 1956 حينما طالبت الهيئة الاممية، المستعمر الاسباني بصياغة تقرير عن مستعمراته في افريقيا، مروراً بأول توصية للجمعية العامة للأمم المتحدة حول الصحراء الغربية سنة 1964، وصولاً الى سنة 1968 عندما ألح الأمين العام للأمم المتحدة آنذاك، يو ثانت، على ضرورة ارسال بعثة اممية لتقصي الحقائق الى الصحراء الغربية، وهو القرار الذي قال المسؤول الصحراوي انه لم يطبق الا في سنة 1975. كما تطرق المحاضر إلى مسألة المفاوضات التي ترعاها الامم المتحدة، وهنا أكد انه على الرغم من تمسك جبهة البوليساريو بهذا المسار مع الجانب المغربي لإيجاد تسوية عادلة للقضية، تنصف الشعب الصحراوي، غير انها وصلت الى سحالة من التشاؤم "حول مسار المفاوضات التي لا تعتبر -كما قال- هدفا في حد ذاته، ف"الهدف هو الوصول الى حل للنزاع". و عليه يقول المتحدث، فإن جبهة البوليساريو فقدت اليوم الثقة في المسار الاممي للتسوية في الصحراء الغربية الذي ظل حبيس الرفوف، وتأكد لديها أكثر من أي وقت مضى ان الحل يكمن في امتشاق البندقية، "فما اخذ بالقوة لن يسترجع الا بالقوة". من جهته، دعا الأمين العام لحزب جبهة التحرير الوطني، ابو الفضل بعجي، الى ضرورة توثيق الوقائع التاريخية التي تضمنتها المحاضرة لفائدة الطلبة، لتكون مرجعا تاريخيا للأجيال الصاعدة، مضيفاً أن الشعب الصحراوي هو الوحيد الذي لديه الحق في تقرير مصيره. و يرى السيد بعجي أن "هناك تشابه كبير بين الاحتلال المغربي للصحراء الغربية والاحتلال الصهيوني للأراضي الفلسطينية، حيث يستخدمان نفس الطرق لإدارة النزاع في المنطقة". ■ **ق.د**

يصلون إلى مصر عبر الحدود البرية تراجع أعداد اللاجئين السودانيين

قالت مفوضية شؤون اللاجئين التابعة للأمم المتحدة، إن أعداد الوافدين عبر معبري قسطل وأرقين البريين بين مصر والسودان، انخفضت خلال شهر جوان بنسبة 86، وذلك بعد تطبيق السلطات المصرية إجراءات جديدة تخص دخول السودانيين إلى البلاد. وأوضح تقرير للمفوضية أنه في الفترة بين الأول والتاسع من جوان، دخل نحو 25 ألفاً و500 سوداني إلى مصر عبر هذين المعبرين، بينما بلغ عدد العابرين في الفترة ما بين العاشر والثلاثين من الشهر نفسه، قرابة 7300 شخص فحسب. وكانت مصر قد أعلنت في العاشر من الشهر الماضي، اعتماد تأشيرات دخول لجميع السودانيين الراغبين في العبور إلى أراضيها، بغض النظر عن النوع أو الفئة العمرية، وذلك بعدما كانت التأشيرات تُفرض سابقاً على الرجال فقط، ممن هم بين سن 16 عاماً و50 عاماً. ■ **وكالات**

منذ خروجها من الاتحاد الأوروبي انهيار الاستثمار الأجنبي في بريطانيا

أظهرت بيانات أممية أن المملكة المتحدة تشهد انهياراً للاستثمارات الخارجية خلال العامين الماضيين، مما يوضح تراجع جاذبيتها كمقصد تجاري عالمي منذ خروجها من الاتحاد الأوروبي. وذكرت وكالة "بلومبيرغ" للأنباء أن إجمالي الاستثمارات الأجنبية كان سلبياً خلال عام 2021، مما يعني أن الشركات الأجنبية سحبت المزيد من الاستثمارات من المملكة المتحدة مقارنة بالتي قامت بضعها. وتعافت التدفقات خلال عام 2022، مع ذلك كانت الاستثمارات التي بلغت 14,1 مليار دولار، أقل من خمس المتوسط خلال 3 أعوام قبل جائحة كورونا. ويظهر التقرير الذي نشر يوم الأربعاء التأثير على الشعور نحو المملكة المتحدة، حيث تكيفت الشركات المحلية والأوروبية مع التكاليف التجارية الجديدة والعوائق الناجمة عن تقليص تجارتها. وتزامن الانخفاض الحاد للاستثمارات عام 2021 مع تفشي متحور أوميكرون، الذي دفع السلطات لفرض إجراءات إغلاق خلال معظم العام. وتجاوزت فرنسا العام الماضي بريطانيا من حيث مشاريع الاستثمارات الأجنبية الجديدة لأول مرة منذ عام 20 عاماً، بحسب استطلاع شبكة "ايرنست أند يانغ" للجاذبية خلال عام 2023. ■ **وكالات**

في الوقت الذي تتعنت فيه الحكومة المخزنية

سلسلة جديدة من الاحتجاجات الغاضبة بالمغرب

أضحت الاحتجاجات في المغرب محطة نضالية مفصلية للتأكيد بالتضيق والقمع وانتهاك حقوق الإنسان والفساد، حيث تتواصل الأزمات الاجتماعية والاقتصادية بالملكة وتعيش جل القطاعات على غرار الصحة والتعليم والنقل، على وقع الإضرابات الغاضبة، في الوقت الذي تتعنت فيه الحكومة المخزنية، منتهجة سياسة الأذان الصماء واللامبالاة.



التداول حول مطالب موظفي وموظفات الجماعات الترابية، والتي ساهمت في إهدار الزمن ولا تهدف لتحسين أوضاع موظفي القطاع. وسجلت النقابة، الامتناع عن تسوية الوضعيات الإدارية للعديد من الموظفين، "ما يجعلهم في حالة عدم الرضا والارتياح في العمل الذي لم ينصف ستوياتهم"، مطالبة وزارة الداخلية بالعودة إلى طاولة المفاوضات والاستجابة للمطالب المشروعة والعدالة لموظفي وموظفات الجماعات الترابية من أجل وضع مهني أفضل، "تؤخذ فيه بعين الاعتبار الوظيفة العمومية الترابية وتشمين دور الموارد البشرية داخل القطاع وتحسين أوضاعهم المادية والمعنوية، ورفع كل أشكال الحيف واللامساواة والتمييز السلبى عنهم". من جهتهم، يستعد التقنيون في المغرب للإضراب عن العمل كل يوم أربعاء طيلة شهري يوليو و أغسطس، احتجاجاً على تهميش الحكومة لمطالب فئتهم من أجل تحسين وضعيتهم، إذ عبرت الهيئة الوطنية للتقنيين بالمملكة، في بيان لمجلسها الوطني، عن "استنكارها لاستهداف فئات عريضة من الشعب المغربي، جراء السياسات الحكومية الرامية إلى تعميم الفقر والتضحية بالطبقة الوسطى، في ظل استمرار طحن القدرة الشرائية لدى كل التقنيين". وسجل المجلس الوطني للهيئة الوطنية للتقنيين بالمغرب، استمرار غياب أي تجاوب للحكومة مع مطالب التقنيين، "في ظل فشلها في الالتزام بوعودها في الإصلاح وتحسين أوضاع المواطنين بصفة عامة".

البلدة القديمة بمدينة نابلس بعد اقتحامها، وسط إطلاق نار كثيف. وتأتي هذه العملية بعد أيام قليلة من شن قوات الاحتلال أكبر عدوان لها منذ سنوات على مدينة جنين ومخيمها والذي أدى إلى استشهاد 12 فلسطينياً، بينهم أطفال وإصابة أكثر من 100 آخرين. ■ **وكالات**

الاحتقان المتصاعد. من جهتها، دعت الجمعية المغربية لحماية المال العام إلى المشاركة في الوقفة الاحتجاجية المزمع تنظيمها يوم 15 يوليو أمام البرلمان بالرباط، للتأكيد بتفشي الفساد والرشوة والإفلات من العقاب. ووجهت الجمعية نداء عبر رئيسها محمد الغلوسي للاحتجاج على عدم توفر الحكومة على الإرادة لمحاربة الفساد والرشوة والقطع مع الإفلات من العقاب، وهو ما يؤكد إقبارها للاستراتيجية الوطنية لمكافحة الفساد ولتجريم الإثراء غير المشروع وعدم مراجعة قانون التصريح بالامتلاك. وأكد "حماة المال العام" أن البرلمان والحكومة لم يفكرا في وضع ترسانة قانونية ومنظومة تشريعية منسجمة مع المواثيق الدولية للوقاية والحد من الفساد والرشوة ونهب المال العام. ويعيش المغرب على وقع إضرابات متتالية نتيجة غياب حلول حكومية عاجلة وناجعة لمشاكل المواطنين، وهو الأمر الذي من شأنه تأجيج الاحتقان الاجتماعي ودفع المغاربة الى تصعيد حدة الاحتجاج من أجل انتزاع حقوقهم. وكانت المنظمة الديمقراطية للجماعات المحلية قد دعت الى خوض إضراب وطني عن العمل يوم الأربعاء، بجميع الأقسام والمصالح ومجالس العمالات والأقاليم ومجالس الجهات وشركات التدبير المفوض، مؤكدة أن هذه الخطوة تم اتخاذها تنديداً بقرارات وزارة الداخلية الأخيرة، ممثلة في المديرية العامة للجماعات المحلية، بخصوص الحوار القطاعي. ونددت المنظمة التابعة للكونفدرالية الديمقراطية للشغل ب"سياسة التقسيط في شمالي الضفة الغربية المحتلة

وأضافت الوكالة أن مواجهات اندلعت بين المواطنين وقوات الاحتلال أسفرت عن إصابة شابين، أحدهما أصيب بالرصاص في ظهره وقدمه والآخر بقنبلة غاز في وجهه نقلاً إثرها للمستشفى. من جهتها أفادت وزارة الصحة الفلسطينية، أنها انتشلت الشهيدان من داخل أحد المنازل التي حاصرتها قوات الاحتلال في

■ **عامر ب.** و في هذا الإطار، خاضت الجمعية الوطنية لمتقاعدي ومنتقاعدي أطر الإدارة التربوية بالمغرب، الخميس، وقفة احتجاجية أمام مديرية الموارد البشرية التابعة لوزارة التربية الوطنية بالرباط، تنديداً بالإقصاء. و في سياق هذا الغضب الشعبي المتزايد، شجب المحتجون استمرار "الإقصاء المنهج" لهم من حقوق مشروعة ومستحقة، مع الإمعان في عدم الإصغاء والانصاف وجبر الضرر الذي لحق بهم، "بدء من عدم الالتزام بمخرجات اتفاق 26 أبريل 2011 ومروراً بالإقصاء التمييزي في اتفاق 18 يناير 2022 و انتهاء باستمرار اللامبالاة وعدم الاكتراث في اتفاق 14 يناير 2023". و قال متقاعدو أطر الإدارة التربوية إنه ورغم اعتمادهم لأسلوب الاتصال والتواصل من خلال المراسلات المتعددة الموجهة للإدارة المسؤولة عن القطاع والشركاء الاجتماعيين وعديد المؤسسات الدستورية ذات الصلة بمسؤولية الملف والشطط الإداري المرتكب، إلا أن حقوقهم لا تزال مهضومة. وانتقدت الجمعية ب"شدة، سيادة الصمت المريب والتعامل الباهت" لكل الأطراف المتدخلة في "الحيف" المرتكب بحق متقاعدي ومنتقاعدي أطر الإدارة التربوية، وعدم إدراج مطلبهم ضمن الملفات العالقة وطرحه للحل والتسوية. وحمل المحتجون، وزارة التربية الوطنية مسؤولية تعاطيها المزدوج مع ملفات الفئات التعليمية بالتمييز والانتقائية في الادمج والترقية، عوض المناصفة وتكافؤ الفرص، داعين لتدارك الخلل وتجنب الساحة عواقب

استشهد شابان فلسطينيان وأصيب اثنان آخرا برصاص قوات الاحتلال الصهيوني أمس في البلدة القديمة من مدينة نابلس شمالي الضفة الغربية المحتلة. وأفادت وكالة الأنباء الفلسطينية وفا أن قوات الاحتلال اقتحمت البلدة القديمة وحاصرت أحد المنازل في حي الحبلبة قبل أن تعدم الشابين.

تابعونا

على الموقع الإلكتروني

المشوار
السبسي
ALSEYASSI



e-mail: michouaralsseyassi@gmail.com



جريدة المشوار السبسي



لإعلاناتكم اتصلوا بـ :

المشوار
السبسي
ALSEYASSI

معنا ستحظون بخدمة متميزة
وأسعار معقولة



العنوان : جى الزواتة رقم 94 الطابق الأول - القبة 16108

هاتف / الفاكس

023.53.46.60

العنوان الإلكتروني www.alseyassi-dz.com

فكّلوا مما رزقكم الله حلالاً طيباً

خير الغافرين عند النوم

أنت ولينا فاغفر لنا وارحمنا وأنت خير الغافرين لك الحمد والشكر يا رب العالمين. فمن رحمة الله عز وجل من حيث كونه خير الغافرين أنه جعل أعظم العبادات التي تغفر الذنوب جميعاً في ساعات جميلة في ساعات راقية ساعات راحة ساعات مجيبة إلى الإنسان والساعات التي يفعلها كل يوم ومنها ساعة النوم. عندما نأوي إلى فراشنا بالليل بعد يوم شاق أو غير شاق متعب أو متعب المهم أننا لا بد أن ننام والنوم هذا سبات والنوم من رحمة الله عز وجل (وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ آيَاتٍ (12) الإسراء) في تلك الدقائق التي تسبق النوم كلنا في تلك الدقائق نشعر براحة واطمئنان وهدوء واسترخاء جميل جداً. في تلك الدقائق الجميلة يخطر على بالك أشياء سارة حصلت في اليوم ترد على خاطرك مرة أخرى، إياك أن تنسى أن الله سبحانه وتعالى عينه عليك في تلك الساعة ينظر منك أن تقول واحدة من عدة صيغ قبل أن تنام فيغفر لك ما تقدم من ذنبك كما قال _ من قال حين يأوي إلى فراشه _ اللهم إني أسئبت أشهدك وأشهد حملة عرشك وملائكتك وجميع خلقك أنك أنت الله لا إله إلا أنت وحدك لا شريك لك _ أربع مرات أصتقمه الله من النار. ثانياً من قال _ استغفر الله العظيم الذي لا إله إلا هو الحي القيوم وأتوب إليه _ ثلاث مرات غفر له ما تقدم من ذنبه. ثلثاً أن كرم الله لا تحيط به العقول ما صدقنا أنه بهذه العبادة بأقل من دقيقة يغفر لك ما تقدم من ذنبك إذن لماذا هو خير الغافرين؟ لأنه خير الغافرين فهذا من آثار كونه خير الغافرين الجواد الكريم السخي الذي السخاء خلقه الأعظم وحيأزه خلقه الأعظم. صيغة الثالثة قبل أن تنام قل _ اللهم إني أسئبت وجهي إليك وفوض أمري إليك وألجأت ظهري إليك ورجية رهبة إليك لا ملجأ ولا منجى منك إلا إليك أمنت بكتابتك الذي أنزلت وبنيبك الذي أرسلت. غفر لك ما تقدم من ذنبك. وإذا أردت أن تستيقظ للتهجد أو الصلاة أو لعمل ما تقول: أيها الملك الموكل أيقظني في الساعة كذا _ بعد أن تقرأ دعاء الاستيقاظ (اللهم لا تؤمني مكرك ولا تنسي ذكرك ولا تكشف سترك ولا تولني غيرك) تستيقظ طيب النفس مغفوراً لك في غاية الجمال في غاية الراحة وفي غاية الأمل وكل هذا من نضجات ربنا سبحانه وتعالى وهو خير الغافرين ولأنه خير الغافرين يسر لك هذا الذي تسمعه في كل حلقة مما تفرح له القلوب وتطرب له الأذان ولا يصدر إلا من رب عظيم كريم حقاً هو خير الغافرين.

زمرة أهل القرآن

(إن الذين يتلون كتاب الله وأقاموا الصلاة وأنفقوا مما رزقناهم سراً وعلانية يزوجون تجارة لئن تبور (29) فاطر)

كلنا نقرأ القرآن ولكن المقصود بزمرة أهل القرآن هم الذين يتخصصون به بشكل كامل أو بشكل قريب من الكمال كما قال تعالى (ثم أوردنا الكتاب الذين اصطفينا من عبادنا فهمنهم ظالم لنفسه ومنهم مقصد ومنهم سابق بالخيرات باذن الله ذلك هو الفضل الكبير (32) فاطر). المطلوب أن تكون من السابقين في القرآن قراءة وحفظاً وتفسيراً وتعلماً وتعليماً وتطبيقاً. أهل القرآن هم الذين يتخصصون به قولاً وفعلًا علماً ودرية وتطبيقاً كما قال: _ إن لله أهلين من الناس، قالوا: من هم يا رسول الله؟ قال: أهل القرآن أولئك أهل الله وخاصته _ والقرآن يأتي شافعاً لصاحبه يوم القيامة ويلبسه تاجاً. فإذا أردت أن تكون من أهل القرآن يوم القيامة والتي تكون في أعلى الجنة نقول: _ يقال لصاحب القرآن اقرأ وارتقي ورتل كما كنت ترتل في الدنيا فحيثما تنتهي فذلك مكانك. إن آيات القرآن الكريم على عدد درجات الجنة فأهل القرآن بكل شروطهم من حيث الحفظ والدراسة والتدريس كما قال تعالى (ما كان ليشتر أن يؤتية الله الكتاب والحكم والنبوة ثم يقول للناس كونوا عباداً لي من دون الله ولكن كونوا ربانيين بما كنتم تعلمون الكتاب وبما كنتم تدرسون (79) آل عمران) وفي رواية تدرسون فمن تعلم القرآن وعلمه تلاوة وقراءة علماً وعملاً فقد أصبح من زمرة عظيمة هم أهل الله وخاصته كما قال تعالى (ويزيدهم من فضله) وناهيك بهذا كرمًا وعطاءً ماذا يمكن لمعلمك الديني أن يحيط بهذه الزيادة التي وعدنا تعالى لعباده الصالحين عندما قال (ولدينا مزيد) ونص على المزيد لأهل القرآن وحدهم. إذن إذا أردت أن تكون من أهل القرآن أو على الأقل إن فاتك أن تكون من أهل القرآن فلا يفوتك أن تجعل أحداً من أولادك منهم لأنه من كان له ولد من أهل القرآن يلبس والداه تاجاً على غرار ما يلبسه هو يوم القيامة. فالوالدان لهم نفس الفضل والزمرة إذا كان لهم ولد بعثه الله تعالى مع زمرة أهل القرآن فلا بد أنظمة يوم القيامة أن يحشر لك آباءهم وأزواجهم وذرياتهم من أجلهم إن كانوا في زمرة عظيمة.

نسأله تعالى أن يجعلنا أو أحداً من ذريتنا بهذه المسؤولية العظيمة كما هو المفروض في تعلمه وتعليمه وتطبيقه والإبداع فيه وكل عصر من عصور المسلمين شهد واحداً أو أكثر من هؤلاء العلماء الذين كانوا من أهل القرآن ففتح الله تعالى عليهم بما لم يفتح على من سبقهم

ولا يستجاب لي قال أطب مطعمك. كل حلالاً _ إن الرجل يطيل السفر يقول يا رب يا رب أشعث أغبر وأكله حرام وشربه حرام وغذي بالحرام فإني يستجاب له _ قطعة الحلال هذه عظيمة كما يقول عليه الصلاة والسلام ما من عبد من عباد الله يتصف بصدق أمانة ويحسن خليقة وبعضة طعمة إلا كان من أفضل الناس في ساحة الحساب يوم القيامة، أعظم الأعمال لما يكون عندك أمانة وتؤديها ولما تتكلم أنت صادق لا تكذب، أخلاقك حسنة ولتقمتك حلال (عمّة طعمة) عفيف اللسان والمعدة. حينئذ ما على المؤمن بعد هذا شيء إذا كان عفيفاً في بطنه وإذا كان صادقاً في كلامه وإذا كان أميناً يؤدي الأمانة وإذا كانت أخلاقه حسنة هذا جماع الأخلاق في هذه الأمة أكثرها أهمية للقيمة الحلال عفة الطعمة أن يكون طعامك حلالاً هذا يجعلك مستجاب الدعوة تبتعد عنك الأمراض النفسية والبدنية عمك مقبول وحينئذ عليك أن تعلم أن الله لما ذكر لنا هذه المدينة أو الدولة أو المجتمع (وضرب الله مثلاً قرية كانت آمنة مطمئنة يأتيها رزقها رغداً من كل مكان فكفرت بأنعم الله فأذاقها الله لباس الجوع والخوف بما كانوا يصنغون) أعطاه الله الخير لكنها طعمت في أكثر كما حصل في التاريخ دول استولت على دول صغيرة ونهبت ثرواتها وزراعتها ومعادنها فابتلاها الله بالفقر والحروب والزلازل. قال (الحل) فكّلوا مما رزقكم الله حلالاً طيباً واشكروا نعمت الله (القناعة كنز لا يفنى، رب العالمين رزق الطير رزق الأسماك في البحر رزق النمل في الصخر إذن عليك أن تعلم أن الأكل الحلال والرزق الحلال وعدم الاستيلاء على أموال الآخرين ظلماً هو الذي يجعلك سعيداً في الدنيا والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الحياة هناك حرب القوي على الضعيف امبرطوريات فرس وغيرهم وإلى يوم القيامة هذا موجود (ولو لا دفع الله الناس بعضهم ببعض لفسدت الأرض ولكن الله ذو فضل على العالمين (251) البقرة) هذه الدول التي تستولي على الآخرين دول كفرت بنعمة الله أعطاه الله خيراً وأعطاه أماناً فطورت أسلحتها وما حصل في اليابان من هذه الأسلحة المدمرة ورب العالمين سلط عليهم من الجوع والخوف وفعلت الدول التي تملك الذرة أكثر الدول جوعاً وخوفاً بدأت شعوبها تخاف من هذا العصف النووي؟ فكّلوا مما رزقكم الله حلالاً طيباً واشكروا نعمت الله (114) النحل) عليك أن تكون شاكراً للنعمة بما قسم الله لك إذا شكرت النعمة يكون فيها بركة يكون فيها رزق ويكون فيها شيء من السعادة وراحة النفس والصحة العامة والقضاء على الأوبئة والأمراض فكّلوا مما رزقكم الله حلالاً طيباً اللقمة الحرام عجيبة أصحاب الأمراض والسرطانات لما تنتشر وأصحاب الأمراض العقلية والنفسية والبدنية كلها من الأكل الحرام _ إن الرجل ليأتي يوم القيامة بأعمال كالجبال وقد أخذ قسطاً من الليل ثم لا يجد عند الله منها شيئاً قالوا به يا رسول الله؟ قال باللقمة الحرام يقذفها في جوفه _ جاء للرجل إلى النبي صلى الله عليه وسلم قال أنا فقير قال أطب مطعمك، آخر قال أنا ادعو

بسم الله الرحمن الرحيم. (وضرب الله مثلاً قرية كانت آمنة مطمئنة يأتيها رزقها رغداً من كل مكان فكفرت بأنعم الله فأذاقها الله لباس الجوع والخوف بما كانوا يصنغون (112) النحل) قرية في القرآن الكريم يعني دولة، كلمة قرية مجتمع كبير، دولة. هناك دول تخيف الآخرين

تستعمرهم تكفر بنعمة الله وتنهب ثرواتهم لكي تعيش عليها في كل التاريخ منذ فجر

إن لله تسعة وتسعين اسماً

تعرف أن هذه الأسماء لو فلسفتها تعلمتها وتعلمت فقها وهذا موضوع كامل فكما تعرف الفقه الإسلامي وفقه العقيدة الإسلامية تعرف فقه هذه الأسماء بإحصائها لا بعدها اقتربت من الله عجباً وكلما اقتربت إلى الله شبراً اقترب منك باعاً وإذا اقتربت منه باعاً اقترب منك ذراعاً وإذا جنته قمشي جاءك يهرول. إن لله تسعة وتسعين اسماً من أحصاها دخل الجنة فاحصوها فإن فيها أجر عظيم. والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

وهو القرض إذا أقرضت واحداً ألف درهم فإن الله يضاعف لك الحسنات في رواية 18 وفي رواية 15 وكلها خير وهناك خمسين حسنة عندما تكون ماشياً في الصحراء من بلد إلى بلد ثم تحكم صلاة أحد الأوقات فتوقف السيارة وتصلي بأرض القبي _ من صلى بأرض القبي _ تجتمع حولك الملائكة إلى السماء، بخمسين صلاة. وهناك بخمس وعشرين إذا صليت الصلاة جماعة في المسجد وهناك بسبعمئة كل جهد من هود الحرب التي تفرض على بلادك وتحتل بلادك فتقوم بجهد سواء بجهاد أو بنفقة أو دفع أذى أو إغاثة الناس أو مداواة الجرحى، الحسنات بسبعمئة. وهناك عمل لا يعلم مضاعفاته إلا الله عز وجل وهو الصوم _ الصوم لي وأنا أجزى به _ لو أحضرت كل حاسبات الدنيا واضربها تطلع تريليونات الصوم أكثر. إذن رب العالمين رؤوف رحيم فعليك

بسم الله الرحمن الرحيم. يقول عليه الصلاة والسلام _ إن لله تسعة وتسعين اسماً مائة إلا واحد من أحصاها دخل الجنة _ وأحصاها ليس عندها. العذ الله الرحمن الرحيم، الخ، الإحصاء كل اسم من هذه الأسماء ماذا يعني فاسفته أعاده بأي حالات ينفع، هذا الإحصاء، عليك أن تفرق بين اسم واسم. هناك لله تعالى صفات وأسماء جلال وهناك أسماء وصفات جمال. صفات الجلال الجبار العزيز القهار المنتقم وتعرف هذه أين يذهب ومتى تستعمل وما هي مواضعها ومواضعها. وصفات الجمال الرحمن الرحيم الغفور الرؤوف فلما تسمع الرؤوف الرحيم إبحث ماذا تعني؟ الرؤوف هو الذي يدفع العقاب أو المشقة أو العذاب عن من يستحقه يبعده عن من يستحقه هذه رافة به والرحمن يضاعف

له الأجر أجره خمسة يعطيه عشرة يزيد في إكرامه له وإفضاله عليه وإنعامه حوله، فالرؤوف الرحيم هذا هو موضوعها. وإذا تأملت بالرؤوف الرحيم متى يكون رؤوفاً متى يكون رحيماً وفعلت كل هذا مع الصفات والأسماء التسعة والتسعين دخلت الجنة بهذه العبادة ما دمت من أهل القبلة. رب العالمين رؤوف لأنه يذكرك في هذا البرنامج، بدعة بالليل، بركعتي تهجد، بقضاء حوائج الناس، بإغاثة لهفان، بالصبر على أذى جار، بالصبر على أذى قريب أو صديق أو زوج أو زوجة، ببر والدين، وقس على هذا مما لا حصر له، رب العالمين عندك تقصير وعندك ذنوب جعل لك عبادات بالمئات تغفر لك هذه الذنوب جميعاً وهذا هو موضوع هذا البرنامج. الرحيم يزيدك إنعاماً يضاعف لك الحسنات رب العالمين يعطيك على بعض العبادات عشر حسنة، كل عبادة تفعلها الحسنات بعشر أمثالها وهناك بثمانية عشر





يوتيوب تختبر ميزة تسهّل مشاهدة قائمة من المقاطع على الجوال

بدأت خدمة مشاركة الفيديو يوتيوب حديثاً اختبار ميزة -الإضافة إلى قائمة المحتوى التالي_ Add to queue لاستخدامي الأجهزة المحمولة العاملة بنظامي أندرويد وأي أو إس -

وتتيح يوتيوب هذه الميزة لمستخدمي نسخة الويب من منصتها منذ سنوات، كما أنها توفرها لتطبيق يوتيوب على الأجهزة المحمولة تحت ظروف محددة، مثل: التحكم بأجهزة البث كروم كاست Chromecast باستخدام الهواتف.

والآن، بدأت يوتيوب اختبار الميزة مع مستخدمي النسخة المدفوعة Premium الذين يختارون الموافقة على تجربة الميزات التجريبية، وهي تتيح لهم إضافة مقاطع الفيديو إلى قائمة مشاهدتها معاً.

وبعد تفعيل الميزة، سيرى المستخدمون بالنقر على النقاط الثلاث التي تُعرض أسفل كل فيديو إلى جانب العنوان، خياراً جديداً، هو: تشغيل آخر فيديو في قائمة المحتوى التالي_ Play last in queue، وبالنقر عليه فإن الفيديو يُضاف إلى أسفل القائمة، أو يُنشئ قائمة جديدة إن لم يكن المستخدم يشاهد مقطع فيديو.

وبعد انتهاء كل مقطع فيديو في القائمة، فإن يوتيوب يُشغل المقطع التالي حتى انتهاء المقاطع كلها. وتتيح الميزة أيضاً إمكانية إعادة ترتيب المقاطع في القائمة، أو حذفها. ويمكن حذف القائمة جميعها من خلال الخروج من تطبيق يوتيوب أو النقر على زر الإغلاق x في الشريط السفلي.

وإن كنت مشتركاً في خدمة يوتيوب المدفوعة، ولم تر الميزة الجديدة، فيمكنك تفعيلها من خلال النقر على صورة الملف الشخصي في الزاوية العليا اليمنى، ثم الذهاب إلى الإعدادات Settings، ثم تجربة الميزات الجديدة Try New Features، ثم التمرير إلى ميزة قائمة المحتوى التالي_ Queue ثم خيار تجربتها_ Try it Out.

وبحسب شاشة الإعدادات، فإن اختبار الميزة سيبقى متاحاً حتى 28 كانون الثاني/يناير المقبل.

يُشار إلى أن خدمة يوتيوب المدفوعة YouTube Premium، المتاحة مقابل نحو 12 دولاراً أمريكياً شهرياً، تقدم للمشاركين العديد من الميزات، مثل: المشاهدة بدون إعلانات، والمشاهدة في الخلفية، وتنزيل مقاطع الفيديو لمشاهدتها بدون إنترنت، بالإضافة إلى إمكانية الوصول إلى خدمة الموسيقى YouTube Music Premium.

نتفليكس سوف تمنع مشاركة كلمات المرور أوائل عام 2023

كانت خدمة البث الشهيرة نتفليكس تخسر الكثير بسبب قيام مشتركها بمشاركة كلمات المرور لحساباتهم مع أشخاص آخرين.

لكن الزيادة في الاشتراكات والأرباح جعلت الشركة تتفاوض عن الأمر. ولكن مع انخفاض الإيرادات هذا العام وخسارة نتفليكس لأول مرة منذ 10 سنوات. قرر الرئيس التنفيذي للشركة ريد هاستينغز، أن الوقت قد حان للتصرف بشأن هذه المشكلة التي تم تأجيلها لفترة طويلة جداً. ولعلاج تلك المشكلة، قررت الشركة تضيق الخناق على مستخدميها ووضع حد لمشاركة كلمات السر بدءاً من العام القادم 2023.

وفقاً لتقرير من صحيفة وول ستريت جورنال، تعتزم خدمة البث فرض رسوم إضافية على المستخدمين. الذين يشاركون كلمات المرور الخاصة بهم مع أشخاص خارج المنزل.

واختبرت خدمة البث نتفليكس تلك الطريقة في أمريكا اللاتينية، حيث فرضت 3 دولارات لكل أسرة إضافية على الحساب. ووفقاً للصحيفة، قد تفرض الشركة رسوماً أقل بقليل من 6,99 دولارات للخطة المدعومة بالإعلانات. عند محاولة إضافة أسرة أخرى إلى الحساب. وتهدف خدمة نتفليكس من تلك الخطوة، تشجيع المستخدمين على إنشاء حسابات خاصة بهم بدلاً من استخدام حسابات مشتركة. وسوف تستخدم الشركة بعض الحيل لمعرفة من يقوم بمشاركة كلمة سر حسابه. وهذا سوف يشمل رؤية عناوين الأي بي IP ومعرفات الأجهزة وأنشطة الحساب الأخرى. وعلى ما يبدو، لا تريد الشركة تنفيذ

المستخدمين منها ولهذا قد تقوم بالتخلص بشكل تدريجي من مشكلة مشاركة كلمة المرور بدلاً من وضع حد لها مرة واحدة. كانت خدمة البث قد أعلنت عن ميزة جديدة لمستخدميها. يطلق عليها اسم ميزة نقل الملف الشخصي. وتتيح للأشخاص الذين يستخدمون حساب الآخرين، نقل بيانات ملفهم الشخصي. وهذا يشمل التوصيات وسجل العرض والألعاب والإعدادات الأخرى في حساب جديد على نتفليكس. أخيراً، تسعى شركة نتفليكس لزيادة إيراداتها عبر القضاء على مشاركة كلمات المرور. بجانب خطتها الرخيصة المدعومة بالإعلانات لزيادة عدد المشتركين. في ظل المنافسة المشتعلة مع خدمات البث الأخرى وعلى رأسهم ديزني.

واتساب يُطلق ميزة الحذف العرضي للتراجع عن حذف الرسائل

أصدر واتساب ميزة الحذف العرضي حيث تتيح لك التراجع عن حذف الرسائل التي قمت بحذفها من عندك فقط، وإتاحة خيار تعديل الحذف بحذف للجميع. لقد عانيتنا في السابق صعوبة استرجاع رسالة تم حذفها بالخطأ من محادثة عبر تطبيق واتساب، الأمر الذي قد يسبب الكثير من الحرج والمشكلات في بعض الأحيان خاصة لو تم إرسالها بالخطأ للطرف الآخر وحذفها من عندك، وقتها كان من المستحيل حذفها من عند الطرف الآخر.

لكن واتساب أدرك تلك الثغرة التي يعاني منها مستخدمو التطبيق، وبالفعل قدمت الآن ميزة جديدة تُسمى الحذف العرضي، وهي عبارة عن نافذة مدتها خمس ثوانٍ تسمح لك بعكس إجراء حذف رسالة، بحيث يمكنك حذفها للجميع بدلاً من حذفها من عندك فقط.

الآن مع التحديث، إذا نقرت بالخطأ على خيار الحذف من أعلى، ستظهر رسالة منبثقة في الجزء السفلي بجوار إشعار حذف الرسائل تسألك عما إذا كنت تريد التراجع عن الإجراء.

وكانت واتساب قد أضافت ميزة حذف الرسائل للجميع أول مرة عام 2017، حينها تنضت مستخدمو التطبيق الصعداء لأنه أصبح بإمكانهم حذف الرسائل التي تم إرسالها بالخطأ، وعمل التطبيق على زيادة المدة التي يمكنك حذف الرسائل خلالها أكثر من مرة لتوفر مهلة كافية للمستخدمين لمراجعة ما يرسلونه.

وفي عام 2020 أضاف التطبيق تحديث آخر من شأنه أن يجعل محادثات أكثر راحة وذلك من خلال ميزة الرسائل ذاتية الاختفاء في محادثات واتساب.

والآن أضاف التطبيق ميزة الحذف العرضي. وتشير التقارير أنه سيعمل على إضافة المزيد من الميزات وحل المشكلات التي قد تواجه مستخدميها في المستقبل، ومن ضمنها ميزة تعديل الرسائل بعد إرسالها.

تم تفعيل ميزة الحذف العرضي في كل أنواع الدردشة الفردية والجماعية وفي متوفرة على كل أجهزة الأندرويد والآيفون، ويجري هذا التحديث على الرسائل المحذوفة من عندك فقط حيث أنه لا يمكن استرجاع الرسالة المحذوفة للجميع.

The Fastest Rollout With ColorOS 13



نظام تشغيل ColorOS 13 الأسرع انتشاراً في تاريخ أوبو

أعلنت أوبو رسمياً اليوم عن تحقيق نظام تشغيل ColorOS 13 أسرع انتشاراً وتحميل من قبل المستخدمين مقارنة بكافة الإصدارات السابقة من أنظمة التشغيل الخاصة بها.

وعززت أوبو أيضاً سياسة التحديث الخاصة بنظام تشغيل ColorOS لتضمن أربعة تحديثات رئيسية على نظام أندرويد إلى جانب خمس سنوات من تعزيزات الأمان لمجموعات مختارة من هواتفها في عام 2023.

وبعد نظام ColorOS 13، أحدث نظام تشغيل من أوبو قائم على نظام أندرويد، تم تصميمه ليضمن البساطة والراحة والدقة في الاستخدام مع تصميم Aquamorphic الجديد كلياً.

ويتضمن نظام التشغيل الجديد سلسلة من الميزات الرائعة مثل خاصية Smart Always-On Display، التي تتيح للمستخدمين التحكم في التطبيقات والتحقق من المعلومات الإضافية دون إلغاء قفل الشاشة، وخاصية Multi-Screen Connect التي تتيح توصيل هاتف أوبو بالكمبيوتر، بالإضافة إلى ميزة إدارة الشاشة الرئيسية، وذلك لضمان تجربة استخدام سهلة ومتكاملة للمستخدمين في جميع أنحاء العالم.

وجاء إصدار نظام ColorOS 13 في 18 أغسطس 2022، على 33 طرازاً من هواتف أوبو الذكية حول العالم، مما يجعله أسرع وأكبر تحديث في تاريخ ColorOS على الإطلاق. ومنذ ذلك الحين، أصبحت أكثر من 50% من الهواتف متوافقة مع ColorOS 13، حسب ما أشارت إليه البيانات من 18 أغسطس إلى 18 ديسمبر 2022، وذلك مقارنة بالفترة الزمنية ذاتها لـ ColorOS 12 (من 11 أكتوبر 2021 إلى 11 فبراير 2022). ومن الجدير بالذكر أن الإطلاق العالمي لـ ColorOS 13 كان لديه 3 أضعاف المستخدمين مقارنة بـ ColorOS 12 خلال الفترة نفسها.

كما أعلنت أوبو عن سياسة تحديث ColorOS الجديدة، التي تضمن الالتزام بأربعة تحديثات رئيسية لـ ColorOS إلى جانب 5 سنوات من تعزيزات الأمان للمستخدمين حول العالم على طرازات رئيسية مختارة من هواتف أوبو بدايةً من عام 2023، وذلك بهدف تقديم تجربة استخدام أكثر ذكاءً واستقراراً على المدى البعيد والتزاماً من أوبو بوضع مستخدميها على قائمة أولوياتها دوماً.

طرق رائعة للاستمتاع بحركة جنينك



- إن تناول كمية كبيرة من الماء يحفز الجنين بشكل كبير على الركل والحركة.
- الطفل يتفاعل بشكل كبير مع الأصوات المرتفعة لذلك يمكنك أن تجري سماع موسيقى صاخبة وستشعرين بحركات طفلك تزداد مع الموسيقى.
- عليك تجربة تناول أطعمة تحتوي على السكريات كالشوكولا أو تناول قطعة من الحلوى وتنتظري بعض الوقت حتى تشعر بحركة كبيرة تصدر عن جنينك.
- استلقي على ظهرك لبعض الوقت ثم قومي بتغيير الوضعية، فهذه الوضعية ستحثه على الحركة بشكل كبير.
- اضغطي برفق على جانب بطنك الذي تشعرين أن جنينك يرقد به وكأنك تدفعينه إلى الجانب الآخر، فهذه الطريقة تحفزه كثيرا على الحركة.
- يمكنك تكرار سماع أغنية أو موسيقى معينة حتى تعود على سماعها، وستشعرين بحركته وتفاعله لدى سماعه لها في أي وقت.

القولون العصبي



لا زالت الأسباب التي يمكن أن ينشأ عنها مرض القولون العصبي غير معروفة، ولكن يُعتقد أنه خلل وظيفي ناتج عن زيادة في تحسس الأعصاب المسؤولة عن التحكم في حركة الأمعاء تؤدي إلى استجابة جسدية قوية تجاه محتويات الأمعاء من أطعمة أو إفرازات غازية، وقد يؤثر التوتر والاجهاد سلباً في الحالة بشكل عام.

الأعراض :
ومن الأعراض المعروفة لمرض القولون العصبي التي شخصها أطباء الاختصاص الألام أو عدم الارتياح في البطن . وعادة ما يكون ذلك لمدة شهور أو سنوات تكون مصحوبة بنوبات من الإمساك أو الإسهال . وقد يكون الاثنان بشكل متبادل، وفي بعض الحالات يحس المصاب بالانتفاخ المزعجة في البطن، وغالبا ما يعاني المصابون بالقولون العصبي من بعض المشاكل النفسية مثل التوتر والقلق والاكتئاب .

وهناك أعراض يجب التأكد من خلو المريض منها، لأنها عادة لا تكون مصاحبة لمرض تهيج الأمعاء مثل نقص الوزن وفقدان الشهية والدوار المصاحب لفقر الدم، أو ملاحظة خروج الدم عند التبرز. علما أنه يجب على الطبيب المختص التأكد من خلو المريض من الأمراض العضوية، وخصوصا في مثل هذه الحالات، وايضا عند تواجد تاريخ عائلي بأمراض معينة مثل امراض الأمعاء الالتهابية (مرض كرون أو التهاب القولون التقرحي) أو السرطان، أو ان يكون المريض فوق سن الخمسين، وذلك بإجراء الكشف السريري، وبعض الفحوصات والأشعات. وقد يستدعي الأمر إجراء التنظير الداخلي حسب ما يراه الطبيب مناسبا.

توجهات غذائية :
ونظراً لعدم وجود علاج قطعي لمرض القولون العصبي يرى الأطباء أن الخطوة الأولى في العلاج هي التعرف على العوامل المحفزة ومحاولة التقليل منها، على أن تكون خطة دائمة لحياة الفرد وليست حلاً مؤقتاً، وهذا قد يتطلب جهداً ليس سهلاً على عاتق المريض، لكن ثماره تكون جيدة في كثير من الأحيان.

وهنا بعض التوجيهات التي يراها هؤلاء الأطباء قد تساعد في الحد من أعراض القولون العصبي حيث نلاحظ تغيرات جذرية تحدث لنمط الحياة ونوعية وموعد الوجبات الغذائية الرئيسية، وأوقات النوم والعمل بما يؤثر سلباً في الشخص العادي، فما بالك بمرضى القولون العصبي. وكل هذه التغيرات يكون لها تأثير مباشر على القولون؛

7 الاكثار من شرب السوائل في فترة الافطار لمن

يشتك من حالات الامساك المزمن للتعويض عن فترة الصيام .
7 التدرج في كميات الطعام عند الافطار .
7 زيادة نسبة الأطعمة النباتية والألياف بشكل تدريجي (الأنه في بعض الحالات قد تزيد الألياف من أعراض المرض بسبب الغازات الناتجة عن تخمرها).
7 التقليل من النشويات (مثل الارز والخبز وكل انواع المعجنات والبطاطا) لأنها تنتج كميات كبيرة من الغازات في الأمعاء اثناء عمليات الهضم.
7 التقليل من الدهون حيث تكثر انواع الاطعمة المقلية على مائدة رمضان .
7 عدم الاكثار من المشروبات الغازية والكافيين لأنها تزيد من هيجان القولون .
7 تناول الوجبات وفقاً لمواعيد محددة خلال ساعات الافطار يساعد على انتظام عملية الهضم ويقلل من تقلصات الأمعاء .
7 ممارسة الرياضة بمعدل نصف ساعة ثلاث

إلى أربع مرات في الأسبوع يساعد على تحفيز تقلص الأمعاء ويقلل من الأعراض المصاحبة. كما يجد من الشعور بالتوتر والاكتئاب .
7 وهناك بعض الأدوية التي يمكن استعمالها بدون وصفة طبية إلا أنه يجب عدم الإكثار منها أو الاعتماد عليها لما قد تسببه من مضاعفات جانبية . وهذه الأدوية منها مضادات الاسهال (لوبيراميد _ بزموث) اما الألياف الطبيعية فتستعمل للتخلص من الامساك، ولكن يجب أن يصاحب ذلك أخذ كميات كبيرة من الماء حتى لا تؤدي إلى الإمساك، وذلك لقوة امتصاصها للسوائل . علماً بأن استشارة الطبيب المختص أمر ضروري حتى يتم التأكد من التشخيص أولاً، ومن ثم متابعة العلاج ببعض الأدوية الموصوفة من ملينات مالحة والمسهلات المنبهة كما أن هناك بعض الأدوية مثل (الألدوسيترون) وهو مضاد للمستقبلات العصبية حيث يزيد من استرخاء عضلات القولون.

بكتيريا تسبب السكري، ولكن كيف تصل إلينا؟



لأن هذا السلوك غالباً يدفع إلى استعمال كميات أكبر من الأكل من دون وعي .
14. مضغ الطعام جيداً قبل بلعه، فالتهور في الأكل والشرب يقود إلى التهام المزيد من الطعام لأن مركز الشبع في الدماغ يحتاج إلى بعض الوقت كي يتم إبلاغه بالرسائل المطلوبة من قبل الجهاز الهضمي .
15. الحد من الشوربة لأن بعضها يحتوي مواد دسمة (زبدة، كريما، زيت)، لا تساعد في نجاح برنامج خفض الوزن.
16. تناول الدجاج من دون جلده، لأن الأخير يحوي الكثير من المواد الدسمة .
17. عدم المبالغة في استخدام الملح على الطعام، فزيادة استهلاك الملح تسهم في احتباس السوائل في الجسم وبالتالي إلى زيادة الوزن .
18. عند الشعور بالجوع بين الوجبات يمكن مضغ الكرفس أو شرب الشاي الأخضر فهما يساعدان في حرق السعرات الحرارية .
19. طلب الأغذية الصحية في المطاعم

3. البدء في أكل السلطات الخضراء في بداية وجبات الغداء والعشاء، فهي تملأ المعدة وتسرع الشبع وتقلل كمية الطعام المتناولة .
4. استبدال الحليب ومشتقاته الكاملة الدسم، بأخرى قليلة الدسم تعطي سعرات حرارية أقل .
5. التوقف عن الأكل بمجرد الشعور بالشبع .
6. استبدال الخبز الأبيض السريع الامتصاص بالخبز الأسمر البطيء الامتصاص .
7. عدم استعمال سكر الطعام في تحلية المشروبات، مثل: القهوة والشاي والشوكولاته، أو العمل على استخدام بدائل أخرى للتحلية .
8. الحد من المشروبات الغازية التي تحتوي كمية عالية من سكر الطعام فالبعبوة الواحدة منها يوجد فيها ما يعادل 10 ملاعق من السكر التي تعطي سعرات حرارية فائضة .
9. اعتماد الأغذية الكاملة قدر المستطاع، والابتعاد عن الأغذية المكررة (الصفارة) التي تفتقر إلى الكثير من العناصر الغذائية نتيجة المعاملات الطارئة وغير الطارئة التي طاولتها .
10. الابتعاد عن الأطعمة المقلية لصلحة الأطعمة المسلوقة، أو المشوية .
11. استعمال التوابل لتطبيب الطعام نيابة عن الصلصات (المايونيز والكاتشاب وغيرهما) .
12. الابتعاد عن الأطعمة المعلبة أو الجاهزة .
13. عدم التهام الطعام أمام جهاز التلفاز،

ولكن وجد علماء الأحياء المجهرية في جامعة ولاية ايووا (University of Iowa) أن تأثير السمعة على ميكروبيوم (وهو النظام البكتيري والميكروبيات الأخرى التي تعيش في أجسادنا وتؤثر على صحتنا) يمكن أن يساهم في تطوير مرض السكري .
الدراسة التي نُشرت في مجلة (mBio) وجدت أنه عندما تتعرض الأرناب بشكل مزمن لمادة سامة تنتجها بكتيريا المكورات العنقودية الذهبية (Staphylococcus aureus)، فإن علامات مرض السكري من النوع الثاني تظهر، مثل مقاومة الأنسولين، الحساسية المفرطة تجاه الجلوكوز والالتهابات .
والعلاقة بين هذه النتيجة والسمعة هي أن السمعة بعد ذاتها تعمل على تغيير ميكروبيوم الجسم واحدى هذه التغيرات زيادة في استعمار بكتيريا المكورات العنقودية الذهبية للجسم والتي أشارت النتائج إلى دورها في ظهور مرض السكري .
إن التغييرات التي تحدثها السمعة على أجسادنا لا تقتصر على المظهر الخارجي، إنها تعمل في الخفاء في الداخل لتؤدي إلى العديد من الأمراض التي يعد مآلها سيء جداً .
ولتخفيف الوزن يُوصى بضرورة التزام عدد من الخطوات الرئيسية ومنها :
1. شرب الماء عند الإحساس بالجوع بين الوجبات الرئيسية، فهذا من شأنه أن يمنع الانغماس في التهام أغذية تضيف إلى الجسم سعرات حرارية لا لزوم لها .
2. عدم إهمال وجبة الضهور، لأنها تجعل الشخص أقل جوعاً في الوجبات التالية .

السمعة هي ارتفاع نسبة الدهون الكلية في الجسم المتسبب في زيادة وزن الجسم بمعدل 20% أو أكثر من الوزن الطبيعي الملائم للعمر والطول . تظهر علامات السمعة بشكل تدريجي نتيجة لتناول الدهون بمعدل يفوق استهلاكها أو حرقها .
تعد السمعة احد عوامل الخطر الرئيسية للاصابة بالامراض المزمنة كالسكري، امراض القلب والاعوية الدموية والأورام .
يعتبر الشخص سميناً إذا كان مؤشر كتلة الجسم لديه أكثر من 30، تحدث السمعة عادة بسبب استهلاك سعرات حرارية أكثر من حرقها على مدى الوقت مما يؤدي لتراكم المزيد من الدهون وبالتالي السمعة .
خسارة ما يعادل 5-10% من الوزن قد تلعب دور كبير في تقليل نسبة خطر الإصابة بالأمراض المرتبطة بالسمعة .
وبالحديث عن الأمراض المرتبطة بالسمعة قد يكون مرض السكري من النوع الثاني -حيث أن النوع الأول جيني المنشأ في الغالب- أحد أهم الأمراض المرتبطة بالسمعة حيث تتضمن طرق الوقاية من هذا المرض المحافظة على الوزن الصحي وذلك بتناول الغذاء الصحي الغني بالخضراوات والفاكهة وتقليل السعرات الحرارية والالتزام بممارسة التمارين الرياضية بشكل منتظم .
ومن بعض الآليات المقترحة سابقاً والتي تشرح كيفية تأثير السمعة على تطوير مرض السكري أن الخلايا الدهنية تساهم في تطور المرض عن طريق تغييرات في التمثيل الغذائي والالتهابات المزمنة .

بدلاً من اعتماد تناول الأطعمة الجاهزة التي تكون مرتفعة السعرات الحرارية .
20. عدم ملء خزائن المطبخ بالماكولات، خصوصاً المكسرات والحلويات والبسكويت والشوكولاته... الخ، وذلك لقطع الطريق على الإغراء واحتمال تناولها بين الوجبات .
21. القيام بأعمال منزلية من شأنها أن تبعد صاحبها عن التفكير بالأكل، وبالتالي تكون له حافزاً لتخسيس وزنه .
22. استبدال اللحم بالسلم لأنه يحتوي على كمية أقل من السعرات الحرارية .
23. تسوق الإحتياجات الغذائية بذكاء من دون مبالغيات، وحيداً لو تمت كتابة لائحة بالمشتريات، لتفادي شراء مواد غذائية تزيد عن الحاجة .
24. الذهاب إلى السوق والمعدة مملوءة، فهذا يحد من الاستسلام للإغراءات والميل إلى (الوجبات المسلية) لا لزوم لها .
25. عدم التسرع في خفض الوزن، لأن هذا الأسلوب سيجعل من استرداد الكيلو غرامات المفقودة بأسرع من البرق .
26. المشي يومياً مدة لا تقل عن نصف ساعة، لأنه يساعد في إنقاص الوزن ويرفع من معنويات الشخص للمواظبة على البرنامج التخسيس .
27. استخدام الدرج عوضاً عن المصعد الكهربائي كلما سمح الأمر بذلك، فهذا يعين على حرق عدد من السعرات الحرارية .
28. عدم استعمال السيارة للمسافات القصيرة .
29. الاستغناء عن جهاز التحكم عن بعد في تشغيل التلفزيون أو لدى تغيير المحطات.

دعا لضرورة الاستفادة من تجارب البرامج السكنية السابقة.. بلعربي: وزارة السكن تدرس ملف "عدل 3"



• توزيع أكثر من 150 ألف وحدة سكنية من مختلف الصيغ

درست مدى تقدم العملية في اجتماعها الأسبوعي لهذه الأسباب قررت الحكومة فتح رأس مال البنوك العمومية

• فتح تكوينات جامعية جديدة في الهيدروجين الأخضر

ص03

المنتوار السياسي

السبت 08 جويلية 2023 م الموافق لـ 20 ذو الحجة 1444 هـ
العدد: 3842 ■ السنة الثانية عشر ■ الثمن: 10 دج
www.alseyassi-dz.com
طالعوا المشوار السياسي على موقعها الإلكتروني،
www.alseyassi-dz.com
e-mail: michouaralseyassi@gmail.com

حركة عدم الانحياز تثنى مبادرات الرئيس تبون نجاح دبلوماسي جديد للجزائر



• الجزائر
• شككت أبواب المخزن
• في باكـو

• تبون يتلقى رسالة
• شكر وتقدير من
• نظيره الفلسطيني

• رئيس الجمهورية
• يتلقى دعوة من
• نظيره الأذربيجاني

في الوقت الذي تتعنت فيه الحكومة المخزنية



سلسلة جديدة من الاحتجاجات الغاضبة بالمغرب

تم إطلاقه بمناسبة الذكرى الـ 61 للاستقلال موقع إلكتروني جديد للصفقات العمومية

درجات الحرارة تقارب الـ 44 درجة



موجة حرّ شديدة تضرب عدة ولايات

وفياة 15 شخصا وجرح 449 آخرين خلال أسبوع حوادث المرور تحصد ضحايا جدد

عرض عليه راقبا يقدر بـ 410 آلاف جتية إسترليني أسبوعيا هل يرضخ محرز لإغراءات "الراقي"؟

• "ذا صن": الدولي الجزائري أبلغ السي تي برغبته في الرحيل



مع ارتفاع درجات الحرارة برك الموت تهدد حياة آلاف الأطفال

• انتشار جثتي غريقين في البرك المائية بالبويرة وأم البواقي

