

AKHBARELYOUM

أخبار اليوم

www.akhbarelyoum.dz

على يد أساتذة باحثين ومفتشين متخصصين وخبراء

رسمياً.. إعادة النظر في برامج الدراسة

03

صادرات الجزائر خارج المحروقات تقارب الـ13 مليار دولار

الرئيس يأمر باستحداث المجلس الأعلى للمُصدِّرين

03

تكريم رئاسي لـ14 مؤسسة و"إيريس"
تفوز بـ"الوسام الشرفي للتصدير"



في أقرب فرصة تسمح
بها الالتزامات



بليكن يدعو عطف
لزيارة أمريكا

03

منذ بداية موسم
الاصطياف..

19 غريقاً.. و5500 تدخل
للمدينة المدنية

05

سلمت "إيني" أول شحنة
من الغاز المسال



سوناطراك تحضر
لإطلاق مشاريع هامة

04

تعد امتحانا قوياً
للهياكل الطاقوية

ذروة تاريخية جديدة
في استهلاك الكهرباء

03

درجات حرارة قياسية

العالم "يحترق"

07

ديوان الأرصاد الجوية يحذر:

موجة الحر تستمر..

04

لقاء مرتقب بين تبون والسيدي



أجرى رئيس الجمهورية، السيد عبد المجيد تبون، يوم الاثنين، مكالمات هاتفية مع أخيه رئيس جمهورية مصر العربية الشقيقة، السيد عبد الفتاح السيسي، تبادلًا فيها الآراء حول مسائل تهم البلدين الشقيقين واتفقا على لقاء يجمعهما، حسب ما أفاد به بيان لرئاسة الجمهورية.

وجاء في البيان: "أجرى، رئيس الجمهورية، السيد عبد المجيد تبون، مكالمات هاتفية مع أخيه فخامة رئيس جمهورية مصر العربية الشقيقة، السيد عبد الفتاح السيسي، تبادلًا فيها الآراء حول مسائل تهم البلدين الشقيقين واتفقا على لقاء يجمعهما".

كما تناول الرئيسان "قضايا إقليمية ودولية ذات الاهتمام المشترك"، وفقا لذات البيان.

هذا سبب موجة الحر

لارتفاع شديد في درجات الحرارة القصوى، حسب المتحدثة ذاتها.

وتوقعت ذات المسؤولة تسجيل تراجع طفيف في درجات الحرارة القصوى بداية من هذا الأربعاء على المناطق الوسطى، في حين يُرتقب أن تتواصل درجات الحرارة المرتفعة على المناطق الغربية والشرقية إلى غاية يوم الخميس، حسب هوارية بن رقطة.

تحدثت مسؤولة مركز التنبؤات بالديوان الوطني للأرصاد الجوية هوارية بن رقطة، عن سبب موجة الحر الحالية وموعد انخفاض درجات الحرارة.

وقالت بن رقطة في تصريح للإذاعة الجزائرية إن موجة الحر التي تشهدها العديد من الولايات تعود إلى تركز مرتفع للضغط الجوي بحوض البحر الأبيض المتوسط، وهو ما يجعل معظم مناطق الوطن معرضة



وفاة الصحفي محمد بوزيان



انتقل إلى رحمة الله أمس الثلاثاء الصحفي بالتلفزيون الجزائري، محمد رضا بوزيان، عن عمر ناهز 51 عاما إثر مرض عضال، حسب ما علم لدى المؤسسة العمومية للتلفزيون.

وقد بدأ التقيد مشواره المهني بالإذاعة المحلية لولاية تبسة سنة 2005 قبل أن يلتحق بالتلفزيون الجزائري، حيث عمل بقسم الروبورتاج ثم بالقسم السياسي قبل أن يصبح مقدا لنشرات إخبارية ومنتظا لبرامج وحصص.

ومن المقرر أن يوارى جثمان الفقيد الثرى هذا الأربعاء بعد صلاة الظهر بالجزائر العاصمة.

الأمن الوطني يعلن عن توظيف



أعلنت المديرية العامة للأمن الوطني - في بيان تلقت "أخبار اليوم" نسخة منه - عن فتح مسابقة لتوظيف المستخدمين الشبهيين على أساس الشهادة، بعنوان سنة 2023، ضمن تخصص شعبية الصحة العمومية (طبيب عام ونفسي عيادي) وكذا شعبة البيطرة (طبيب بيطري)، لفائدة كل من: "مصالح الشرطة بأمن الولايات الجنوبية التالية: تيميمون، برج باجي مختار، أولاد جلال، بني عباس، إن صالح، إن قزام، جانت، الغدير والمنيع (حسب احتياجات المصلحة).

*الوحدات الجمهورية للأمن بكل من ولايات بجاية، تيزي وزو ويومرداس (حسب احتياجات المصلحة).

* المركز السيئوتقني للأمن الوطني بعين تموشنت (حسب احتياجات المصلحة).

يودع ملف الترشيح على مستوى المصالح المحلية للشرطة (المصالح الولائية للموارد البشرية المعنية بعملية التوظيف).

ويمكن تحميل وطبع استمارة المشاركة في المسابقة والاطلاع على شروط التوظيف، عبر الموقع الإلكتروني ومنصات التواصل الرقمي للشرطة الجزائرية (فايسبوك، إنستغرام وتويتر).

صهاينة يقتحمون الأقصى



اقتحم عشرات المستوطنين الصهاينة، أمس الثلاثاء، باحات المسجد الأقصى المبارك، من جهة باب المغاربة، بدعم من قوات الاحتلال الصهيوني، حسب ما أوردته وكالة الأنباء الفلسطينية (وفا).

ونقلت (وفا) عن دائرة الأوقاف الإسلامية في القدس، بأن عشرات المستوطنين اقتحموا الأقصى على شكل مجموعات ونفذوا جولات استفزازية في باحاته وأدوا طقوسا تلمودية قرب أبوابه. وتشهد القدس القديمة وبواباتها، إجراءات أمنية مشددة، تتمثل في التفتيش الدقيق للسكان والمصلين في الأقصى، إضافة إلى جملة من الاستفزازات التي تقوم بها قوات الاحتلال بحق الشبان الفلسطينيين.

ويشهد المسجد الأقصى سلسلة انتهاكات واقتحامات من المستوطنين، عدا الجمعة والسبت، بدعم من قوات الاحتلال، في محاولة لفرض السيطرة الكاملة عليه وتقسيمه زمانيا ومكانيا.

قالوا

■ "يكذب الفرنسيون إذ يدعون أنهم يريدون إقامة علاقة صداقة وتعاون مع الشعب الجزائري، وفي الوقت ذاته يحضنون إرهابيا، شكل حكومة كارتونية في فرنسا، هدفها تمزيق وحدة الجزائر شعبا وترابيا.. فموتي يا فرنسا بغصة اسمها الجزائر الجاهدة، وأنا نعلم أن الجرم دغول قال: لن نترك الجزائر تغيب عن أعيننا، وسنقتطع هذه الأعين بإذن الله، وأنا نعلم أن الجرم سوستيل كتب كتابا عنوانه: الصلحة لم تطلو. ولكننا سنمزقها بإذن الله، ويا فرنسا قد مضى وقت العتاب.."

محمد الهادي الحسني

■ "المكاسب الإحقة في سياق تعزيز الديمقراطية التشاركية لا سيما من خلال تأسيس مجلس أعلى للشباب تفرض فتح المجال لكل الشباب للتعبير عن طموحاته واهتماماته.."

رئيس المجلس الأعلى للشباب مصطفى حيدايوي

■ "مستدى المجتمع المدني للحوار والمواطنة والتنمية المحلية سيصبح مدرسة لتكوين القيادات الشبابية القادرة على إنتاج مشاريع على المستوى الاقليمي والعربي والإفريقي"

رئيس المرصد الوطني للمجتمع المدني، نور الدين بن براهيم

■ "بالغ بعض الناس في التذمر من الحر وشدته الذي هو من أمر الله، فانت على من تعترض؟! وإن تدمرت! لن يتغير الجو من أجلك، أجدادنا عاشوا في لهيب الحر بلا مكيفات ولا تلاجت وغير ذلك كثير؛ فلنحمد الله على ما نحن فيه من نعم.."

تدوينة على موقع الفيسبوك

■ "جلست على العشاء مع زعيم كوريا الشمالية قرابة الساعتين ونصف، وانبهرت بمدى ذكائه، والشائعات بكونه رجل مجنون غير صحيحة.."

رجل الأعمال المصري نجيب ساويرس

زوروا



السباح جواد صيود يحقق مشاركة رائعة جدا ومثالية في الألعاب العربية، حيث أنهى منافسات السباحة بالعلامة الكاملة، إذ توجّ بـ 11 ميدالية ذهبية في 11 سباقا شارك فيه.. في انتظار التألق في بطولة العالم..

هذا موعد زيارة مبابي للجزائر



ينتظر أن يقوم كيليان مبابي، بزيارة إلى الجزائر، مسقط رأس والدته فائزة العماري، وفقا لما صرحت به، بعد أن زار مسقط رأس والده في الكاميرون.

ووصل مبابي إلى الكاميرون الخميس الماضي، حيث شملت زيارة قائد المنتخب الفرنسي لمسقط رأس والده، جولة عبر المدارس التي تمولها مؤسسة "انسبايرد باي كيليان مبابي" الخيرية التابعة له، التي تهتم، بالإضافة لإجالات أخرى، بتعليم الأطفال ضعيفي السمع.

وتلقى مبابي ترحيبا حارا في الكاميرون، حيث يتوقع أن يزور الجزائر موطن والدته فائزة، التي قالت أمام وسائل الإعلام الكاميرونية: "من المهم بالنسبة لنا أن نبدأ ببلدنا الأصلية، أي الكاميرون والجزائر، إنه فرنسي ويستخر بكونه كذلك، لكنه أيضا فخور بجذوره.. أن نساعد في المجال القريب من قلوبنا، أي التعليم، والسماح لهؤلاء الأطفال بأن يكبروا بطريقة هادئة". وكشفت العماري أن مبابي سيزور الجزائر العام المقبل.

وفي ختام زيارته إلى الكاميرون التي استمرت ثلاثة أيام، شكر مهاجم باريس سان جيرمان ومنتخب فرنسا، الكاميرونيين على حفاوة الاستقبال، أملا في أن يتكرر اللقاء معهم قريبا.

وتأتي زيارة مبابي إلى الكاميرون في ظل غموض حول مستقبله في الميركاتو الصيفي الحالي.

وفيما يرتبط هدف مونديال قطر 2022 بعقد مع الفريق الباريسي حتى 2024، عبر الشهر الماضي عن عدم رغبته بتفعيل خيار التمديد لعام إضافي، وسط تريبص ريال مدريد.

الطباعة:
شركة الطباعة للجزائر
المنطقة الصناعية العالية، باب الزوار / الجزائر
ص.ب: 410. 5 جويلية / الدار البيضاء

التوزيع: أخبار اليوم

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

تنبيه: الجريدة غير ملزمة بإعادة كل الوثائق والمقالات التي تصلها.

المدير مسؤول النشر: بن خليفة شيخ
عنوان الإدارة والتحرير:
حي العناصر 04، القبة / الجزائر العاصمة
الهاتف / الفاكس: 023 70 54 31

أخبار اليوم
يومية إخبارية وطنية مستقلة
تصدر عن شركة أخبار اليوم للنشر والإعلام والتوزيع (ش.م.م)
www.akhbarelyoum.dz
البريد الإلكتروني: akhbarelyoum1@gmail.com

صادرات الجزائر خارج المحروقات تقارب الـ13 مليار دولار

الرئيس يأمر باستحداث المجلس الأعلى للمصدرين

أمر رئيس الجمهورية، السيد عبد المجيد تبون، أمس الثلاثاء بالجزائر العاصمة، الحكومة باستحداث المجلس الأعلى للمصدرين في "اقرب وقت" للمساهمة في تحسين التكفل بانشغالات المصدرين وتحفيزهم، مشيراً إلى أن صادرات الجزائر خارج المحروقات تقارب الـ13 مليار دولار.



وهي حرة في قراراتها السياسية والاقتصادية". وقال بهذا الخصوص أنه "بفضل السياسة الاقتصادية الجديدة بدأت صادراتنا في الارتفاع وما حققناه يعد معجزة حيث ارتفعت هذه النسبة بخمس مرات عما كنا نسجله منذ 40 سنة"، مبرزا أن ما تم تحقيقه اليوم من إنجازات كبيرة في مجال التصدير والاستثمار واقتصاد المعرفة مبني على مقاربة متكاملة وشاملة لتطوير الاقتصاد وتحسين بيئة الأعمال". وفي تطرقه إلى مسعى الجزائر في تنويع الاقتصاد والخروج من التبعية لمنتج وحيد يتم تصديره (المحروقات)، أكد رئيس الجمهورية ان الجزائر "دخلت مرحلة جديدة بعيدة عن منطق الاقتصاد الريعي الذي يقتل المبادرة ويقوم على الاتكال على برميل النفط ودخلنا سياسة الابتكار". وأعرب في هذا الشأن عن تفاؤله بقدرات المؤسسات الجزائرية في مجال التصدير مستقبلا، مبرزا دور المؤسسات الناشئة في هذا الإطار. وحثّ الرئيس تبون بالمناسبة بشكل

بين الجزائر واديس ابابا "العاصمة الإفريقية" وداكار وكوت ديفوار". **قفزة كبيرة في الصادرات خارج المحروقات** من جانب آخر، أكد رئيس الجمهورية ان الجزائر حققت "إنجازات اقتصادية كبيرة" خلال السنوات الأخيرة ضمن مقاربة جديدة تشجع المبادرة والتصدير، مضيفا ان صادرات البلاد خارج المحروقات بإمكانها أن ترتفع في غضون سنة إلى ما نسبته 22 بالمائة من مجموع الصادرات، مقابل 3 بالمائة فقط قبل سنوات قليلة. وأوضح ان الجزائر "التي لم تتجاوز صادراتها خارج المحروقات في 2018 و2019 ما نسبته 3 بالمائة من إجمالي الصادرات تحقق اليوم 11 بالمائة وبنهاية 2023 أو بداية 2024 متصل هذه النسبة إلى 16 بل إلى 22 بالمائة". وأضاف ان رقم 13 مليار دولار كصادرات غير نفطية والمسطر كهدف للسنة الجارية هو على "وشك التحقيق" ما يعني أن "الأمر رجعت لنصاها كون الجزائر لا مديونية لها

في كلمة بمناسبة اشرافه على افتتاح الطبعة الأولى لـ"الوسام الشرقي للتصدير" التي أقيمت تحت شعار "التزام، إنجازات وأفاق" صرح رئيس الجمهورية قائلا: "أطلب من السيد الوزير الأول استحداث، في اقرب وقت، المجلس الأعلى للمصدرين الذي يتكفل بكل مشاكل المصدرين والحوافز والتسهيلات الموجهة لهم". وجدد الرئيس تبون، في هذا الإطار، حرص الدولة على الدعم المستمر ومرافقة المتعاملين الاقتصاديين الخلائق للثروة، خصوصا بالذكر المصدرين الذي "تعتبرهم سفراء الاقتصاد الوطني". وبعد أن نوه بنوعية المنتجات الجزائرية في كافة القطاعات، حثّ رئيس الجمهورية جهود مجمع "سيفتال" التي "كلت بفتح أول مصنع جزائري 100 بالمائة لإنتاج زيت المائدة" والذي سيتبع -كما قال- بإنجاز وحدة صناعية تنتج سكر جزائري محلي. ولدى توقفه عند التطور الذي تشهده صادرات فرع مواد البناء، لا سيما الاسمنت، قال رئيس الجمهورية ان

المجاهدان قمعون صالح وغنيمي عبد الله في ذمة الله

انتقل إلى رحمة الله المجاهدان وعضوا جيش التحرير الوطني، قمعون صالح (83 عاما) وغنيمي عبد الله (93 عاما)، حسب ما علم أمس الثلاثاء لدى وزارة المجاهدين وذوي الحقوق.

وقد التحق المجاهد قمعون صالح الذي هو من مواليد 3 ديسمبر 1940 بولاية خنشلة، بصوف جيش التحرير الوطني مع اندلاع الثورة التحريرية الجيدة بالولاية الأولى التاريخية، حيث شارك في العديد من المعارك والكمائن، مما جعله محل بحث من طرف جيش الاستعمار الفرنسي ليتم القبض عليه في العديد من المرات دون أن يوقف ذلك من عزيمته واصراره على مواصلة الكفاح إلى أن تم استرجاع السيادة الوطنية سنة 1962.

أما المجاهد غنيمي عبد الله الذي هو من مواليد 22 نوفمبر 1930 ببلدية الوجة (ولاية خنشلة)، فقد التحق بصوف جيش التحرير الوطني مع اندلاع الثورة التحريرية الجيدة بالولاية الأولى التاريخية، حيث شارك في عدة معارك ضد العدو الفرنسي إلى غاية تحقيق الاستقلال واسترجاع السيادة.

وأمام هذا الصواب الجليل، يتقدم وزير المجاهدين وذوي الحقوق، العيد ربيقة، بالخالص الغم والمواساة إلى عائلات التقديين وإلى رفاقهم في الجهاد، سائلا المولى عز وجل أن يتقدم روحهما بواس رحمة وأن يلهم أهلها جميل الصبر والسلوان.

وزارة الصحة تعيي اليوم العالمي للسكان

نظمت وزارة الصحة، أمس الثلاثاء، بالتنسيق مع مكتب صندوق الأمم المتحدة للسكان بالجزائر، لقاء بمناسبة إحياء فعاليات اليوم العالمي للسكان المصادف لـ11 جويلية من كل سنة تحت شعار "تعزيز المساواة الاجتماعية والاقتصادية ورفع صوت مختلف فئات السكان من أجل بناء مستقبل أكثر إنصافا وازدهارا".

وبالتزامن، أوضح مدير السكان بوزارة الصحة، عمر والي، أن الجزائر "تعمل على تجسيد المساواة في المجالين الاجتماعي والاقتصادي، خاصة ما تعلق بتسليط الضوء على بعض الفئات الاجتماعية حتى تتمكن من تحقيق مستقبل مزدهر في جميع المجالات". مضيفا أن هذا اللقاء يعد بمثابة "فرصة إضافية لتحليل وفحص ما تم تحقيقه في هذا المجال".

من جانبها، منحت رئيسة مكتب صندوق الأمم المتحدة للسكان بالجزائر، فايزة بن دريس، الجهود التي تبذلها الجزائر في مجالات الصحة والتعليم وضمان العيش الكريم لكل فئات المجتمع، مشيرة إلى أن مثلي مختلف هيئات الأمم المتحدة في الجزائر "يعملون بالتنسيق مع الجهات المعنية في سبيل تحقيق أهداف التنمية

الاستدامة".

على يداً أساتذة باحثين ومفتشين متخصصين وخبراء

رسميا.. إعادة النظر في برامج الدراسة

أكد وزير التربية الوطنية، السيد عبد الحكيم بلعابد، يوم الاثنين، أن الدراسة الجزائرية تقوم بدور أساسي في تعليم التاريخ وترسيخ الذاكرة الوطنية لدى الناشئة من خلال المناهج الدراسية الموجهة لتكوين شخصيتهم، وأعلن وزير القطاع بصفتها رسمية عن إعادة النظر في برامج الدراسة.

وذكر السيد بلعابد خلال إشرافه على احتفالية نظمتها الوزارة بقصر الثقافة صغدي زكريا (الجزائر العاصمة) بمناسبة إحياء الذكرى الـ61 لعيد الاستقلال والشباب، أن الدراسة الجزائرية تعمل على "ترقية التاريخ وتلقيته للأجيال الناشئة"، مبرزا أن ترسيخ الذاكرة الوطنية لدى هذه الأجيال سيبني لها على الدوام ترقية الحس الوطني لديها وتشتتها على احترام رموز الثورة وصون ذاكرة الشهداء وكرامة المجاهدين".

كما تسعى الوزارة من خلال هذه البرامج التعليمية. يضيف السيد بلعابد: "إلى ترسيخ قيم ثورة أول نوفمبر ومعانيها النبيلة"، لا سيما وأن الجزائر -مثلا قال- "جعلت من الحفاظ على الذاكرة الوطنية واجبا وطنيا مقدسا مثلما شدد عليه رئيس الجمهورية، السيد عبد المجيد تبون".

واعتبر أن تنظيم هذه الاحتفالية وغيرها من النشاطات التربوية عبر الوطن، إحياء لعيد الاستقلال والشباب، تهدف إلى التعريف بمعامل التاريخ والذاكرة الوطنية لدى الأجيال الناشئة، مشيراً إلى أن المجلس الوطني للبرامج الذي يتشكل من أساتذة باحثين ومفتشين متخصصين وخبراء في التربية يكف على "إعادة النظر في البرامج التعليمية ومراجعتها وفق خطة مدرسية لواجبة المرحلة الجديدة التي يشهدها المجتمع الجزائري".

• ف. زيتب

تسهيل التسجيلات لإحمالي البكالوريا الجدد

استحداث آليات توجيه إدارية وبيداغوجية

استحدثت وزارة التعليم والبحث العلمي آليات توجيه إدارية وبيداغوجية بهدف تسهيل التسجيلات لإحمالي البكالوريا الجدد للموسم الجامعي 2023-2024، حسب ما كشف عنه المدير العام للتعليم والتكوين بوزارة التعليم العالي، علي شكري.

وأوضح السيد شكري في تصريح لوكالة الأنباء الجزائرية أن الوزارة عملت على توسيع استراتيجيتها "صفر ورق" لتشمل كل مسار تسجيل وتوجيه الطلبة، إلى جانب المرافق والخدمات المتعلقة بالنقل والإطعام والإيواء، مشيراً إلى أن حامل شهادة البكالوريا سيحصل على بطاقة تسجيل إلكترونية بمجرد دفع مستحقات التسجيل.

وأضاف أن مصالح القطاع أقرت "آليات تسجيل وتوجيه جديدة أكثر مرونة تعزز الفرص أمام حاملي شهادة البكالوريا الجدد للتسجيل في التخصصات التي يرغبون فيها من خلال اللجوء إلى احتساب المعدل العام للبكالوريا في حال ما إذا لم يسجّل المعدل الموزون لطلاب من تخصص التخصص الذي يرغب فيه، وهو ما يرفع -كما قال- من نسبة تلبية الرغبات.

ويحدد المنشور الوزاري المتعلق بتوجيه حاملي شهادة البكالوريا الجدد انطلاق من المرحلة الأولى من التسجيلات بداية من 19 جويلية لتستمر إلى 1 أوت، حيث تم برمجة إجراء التسجيلات الأولية عبر المنصة من 19 إلى 22 جويلية، يليها تأكيد التسجيلات يومي 23 و24 من الشهر الجاري ثم معالجة الرغبات ما بين 25 جويلية و1 أوت، ليتم عندها إعلان نتائج التوجيهات.

"إيريس" تفوز بـ"الوسام الشرقي للتصدير" تكريم رئيسي لـ14 مؤسسة

(مؤسسة ناشئة) للمؤسسة الناشئة "يسير" Yassir Statrt-UP وجائزة "أفضل مصدر للقارة الإفريقية" لـ"شركة توزيع مواد البناء التابعة لمجمع جيكا" (Sodismac). وحاز أمير بن حمادي، رئيس مجلس إدارة مؤسسة كوندور الإلكترونيك Condor Electronics على جائزة "أفضل مصدر شاب" فيما حازت مسيرة مؤسسة "إكسيو كوير" Cuir Expo على جائزة "أفضل مصدر امرأة".

وتم منح جائزة "أفضل شركة مصدرة أجنبية أو مختلطة ناشطة في الجزائر" لمؤسسة "السويدي كابل أجزيرا" El Sewedy Cables Algeria.

مؤسسات هي "ميديتيرائين فلوت غلاس.أم.أف.جي Mediterranean Float Gl assmfg و"فاداركو" Faderco (فـرع وراك - Warak)، و"سوميغوس" Somiphos، ومنح جائزة "أفضل مصدر للصناعة الصيدلانية" لمؤسسة "إي.أم.سي" IMC وجائزة "أفضل مصدر للمنتجات الفلاحية" لمؤسسة "بولنزة اغرو المونتر" "Boublenza Agro Alimentaire". كما تم منح جائزة "أفضل مصدر تمور" لمؤسسة "بيودات أجزيري" Biodattes Algérie وجائزة "أفضل مصدر لزيت الزيتون" لمؤسسة "كياراد" Etablissement Kiared وجائزة "أفضل مصدر خدمات

وصدرت "إيريس" خلال الفترة المعنية منتجانها، من أجهزة الكترونية وكهرومنزلية وإطارات العجلات، بقيمة اجمالية قدرها 45 مليون دولار إلى 8 بلدا. وتطمح الشركة، التي تشغل 3455 عاملا، إلى تصدير 146 مليون دولار آفاق سنة 2029.

وتم اجمالا منح أوسمة شرفية تكريم 11 فئة من المصدرين، لفائدة 13 مصدرا، فضلا عن وسام آخر تم منحه لشركة "تصدير"، فرع الشركة الجزائرية للمعارض والتصدير (صافكس) كأفضل هيئة مرافقة للمصدرين خلال الفترة المعنية.

فأى جانب "الوسام الشرقي للتصدير"، تم منح جائزة "أفضل مصدر للمنتجات الصناعية" لـ3

أشرف رئيس الجمهورية، أمس الثلاثاء بالعاصمة، على تكريم 13 مصدرا منهم مؤسسة "إيريس" Saterex-IRIS، التي حازت على "الوسام الشرقي للتصدير"، إلى جانب تكريم فرع لمؤسسة "صافكس" كأحسن هيئة مرافقة للتصدير.

وتم التكريم خلال اشراف رئيس الجمهورية على افتتاح الطبعة الأولى لـ"الوسام الشرقي للتصدير" التي نظمت بالمركز الدولي للمؤتمرات عبد اللطيف رحال، تحت شعار "التزام، إنجازات وأفاق" بهدف تكريم أفضل المصدرين خلال السنوات الثلاثة الأخيرة (2020-2022) والتعريف بالسياسة الجديدة للجزائر لتشجيع الصادرات خارج المحرقات.

موجهة لمشروع منجم الزنك والرصاص

إلغاء تصنيف قطعة أرض فلاحية بجاية

آخر، يتضمن إلغاء تصنيف أراضي فلاحية لازدواج وتحديث وتصحيح خط السكة الحديدية المنجمي شرق. وحسب المرسوم رقم 23-233 المؤرخ في 20 جوان 2023، تبلغ المساحة الإجمالية لقطع الأراضي الفلاحية المعنية 617 هكتارا و57 أرا و75 سنتيارا الواقعة في ولايات الطارف، قالمة، سوق أهراس وتبسة.

والمضمن إلغاء تصنيف قطعة أرض فلاحية واقعة ببلدية ثالة حمزة (ولاية بجاية)، موجهة لإنجاز قاعدة لوجيستية وممر لمنجم الزنك والرصاص بثالة حمزة واميزور. وتعين حدود قطعة الأرض المعنية بمساحة قدرها 6 هكتارات و30 أرا و11 سنتيارا، حسب نفس المصدر.

وصدر في العدد نفسه من الجريدة الرسمية، مرسوم تنفيذي

صدر في العدد 44 من الجريدة الرسمية مرسوم تنفيذي يتضمن إلغاء تصنيف قطعة أرض فلاحية بغرض إنجاز قاعدة لوجيستية وممر لمنجم الزنك والرصاص بثالة حمزة واميزور (ولاية بجاية).

ويتعلق الأمر بالمرسوم التنفيذي رقم 23-231 الذي وقعه الوزير الأول، السيد أيمن بن عبد الرحمن في 20 جوان الماضي

في أقرب فرصة تسمح بها الالتزامات

بليتكن يدعو عطاتاف لزيارة أمريكا

التجارية والاستثمارية ولاسيما في مجالات المحروقات والبتروكيماويات والطاقات الجديدة والمتجددة، والمناجم، يضيف البيان.

وأضاف البيان أنه تم خلال هذا اللقاء التطرق للتحضيرات المتعلقة بالمنتدى الأعمال الجزائري-الأمريكي حول الاستثمار، والمقرر عقده في واشنطن في الفترة من 10 إلى 12 أكتوبر 2023، والذي سيحضره وفد كبير يضم كبار المسؤولين في قطاع الطاقة والمناجم، بهدف بحث، مع الطرف الأمريكي، مجموعة من المسائل ذات الاهتمام المشترك.

• ف. هـ

عراقب يستقبل رئيس مجلس الأعمال الجزائري-الأمريكي استقبال وزير الطاقة والمناجم، محمد عراقب، أمس الثلاثاء بالجزائر العاصمة، رئيس مجلس الأعمال الجزائري-الأمريكي، اسماعيل شيخون، حيث بحث معه سبل وآفاق تعزيز علاقات التعاون بين الشركات في القطاع والشركات الأمريكية في مجال الطاقة والمناجم، حسب ما أفاد به بيان للوزارة. وتركزت المحادثات، التي جرت بمقر الوزارة، على "حالة علاقات التعاون بين الشركات في القطاع والشركات الأمريكية في مجال الطاقة والمناجم، وكذا آفاق تعزيز وتطوير العلاقات

أقرب فرصة تسمح بها التزامات وارتباطات كل منهما"، حسب ما أفاد أمس الثلاثاء بيان للوزارة. وستشكل هذه الزيارة، كما جاء في البيان، فرصة لعقد الدورة السادسة للحوار الاستراتيجي الجزائري-الأمريكي، من جهة، ومن جهة أخرى وبشكل أعم، لتقييم واقع التعاون متعدد الأبعاد بين الجزائر والولايات المتحدة الأمريكية. وفي هذا السياق، "سيولي الطرفان اهتماما خاصا لمسائل الأمن الإقليمي، وجهود مكافحة الإرهاب، والشراكة الاقتصادية المتطورة باستمرار، وكذا مجالي الثقافة والتعليم اللذين تتوسع مكانتهما في العلاقات بين البلدين"، يضيف ذات المصدر.

في وفاة الصحفي محمد رضا بوزيان

المديرية العامة للاتصال برئاسة الجمهورية تعزي

إلى أسرة الفقيد المغفور له بإذن الله، الصحفي بمديرية الأخبار للمؤسسة العمومية للتلفزيون الجزائري، محمد رضا بوزيان، وإلى الأسرة الإعلامية، بأصدق التعازي وعميق المواساة، مع التضرع إلى المولى عز وجل أن يتقدمه بواس رحمته ويسكنه فسيح جناته. إننا لله وإنا إليه راجعون".

تقدمت المديرية العامة للاتصال برئاسة الجمهورية بتعازيها في وفاة الصحفي بالتلفزيون الجزائري، محمد رضا بوزيان، الذي انتقل إلى جوار ربه أمس الثلاثاء.

وجاء في نص التعزية: "تتقدم المديرية العامة للاتصال برئاسة الجمهورية

تلقى وزير الشؤون الخارجية والجمالية الوطنية بالخارج، أحمد عطاف، رسالة من نظيره الأمريكي، كاتب الدولة أنتوني بليكن، يدعوهم من خلالها للقيام بزيارة عمل إلى واشنطن "في

تعد امتحانا قويا للهيكل الطاقوية ذروة تاريخية جديدة في استهلاك الكهرباء

سجلت الجزائر ذروة تاريخية جديدة شالته ومنتالية في استهلاك الكهرباء أمس الثلاثاء على الساعة 14سا و19 د فيما يخص استهلاك الكهرباء تقدر بـ18377 ميغاواط، حسب ما أفاد به الناطق الرسمي باسم شركة "سونلغاز"، خليل هدنة. وسجلت هذه الذروة بعد الأولى المسجلة يوم الأحد 9 جويلية والمقدرة بـ17508 ميغاواط. والثانية الاثنين 10 من نفس الشهر المقدرة بـ17905 ميغاواط وأكد ذات المتحدث، أنه بالرغم من الحرارة العالية التي سجلت أرقاما قياسية إلا أن هذه الحالة الاستثنائية تعد امتحانا جيدا وناجحا للهيكل الطاقوية والشبكة الكهربائية الوطنية الذين اشتهوا النجاعة العالية بالتفاعل الإيجابي مع ثلاثة أرقام قياسية متتالية في الاستهلاك للكهرباء في مدة زمنية متقاربة.

رصدت غلافاً مالياً معتبراً لتغطية الاحتياجات الوطنية

سوناطراك تُحصر لإطلاق مشاريع هامة

كشف الرئيس المدير العام لمجمع سوناطراك توفيق حكار عن التحضير لإطلاق عدة مشاريع بتر وكيميائية ضخمة ضمن مساعي الرفع من مستويات تئمين المحروقات، مؤكداً أن سوناطراك تعمل على إطلاق جملة من المشاريع البتر وكيميائية في إطار الاستراتيجية المسطرة لتطوير الصناعات التحويلية التي أعلنت عليه السلطات العليا للدولة، والرامية لخفض فاتورة الاستيراد وخلق القيمة المضافة محليا.

تطرق المسؤول الأول لمجمع سوناطراك توفيق حكار خلال ندوة صحفية نشطها بمقر المديرية العامة لمجمع سوناطراك خصصت لتقديم حصيلة المجمع لسنة 2022 والأشهر الخمسة الأولى لسنة 2023 إلى مشروعين هامين للبتر وكيميائيات قيد التحضير، حيث سيتم إطلاق المناقصة المتعلقة بالمعرض التقني والمالية خلال السنة الجارية 2023، ويتعلق الأمر بمشروع إنتاج المازوت (وقود الديزل) على مستوى مصفاة سكيكدة والذي رصد له غلاف مالي معتبر من أجل ضمان تغطية الاحتياجات

المشروع الثاني يتمثل في توسعة مصفاة ارزوي لإنتاج مادة البنزين وذلك في إطار رفع من قدراتها الإنتاجية من 600 ألف طن إلى 1,2 مليون طن سنويا مما سيساهم في تلبية الاحتياجات الوطنية إلى غاية 2036، كما أشار إلى مشروع آخر لإنجاز وحدة إنتاج أحد المواد الأولية المستخدمة في صناعة المنظفات، مبرزا أن لجنة تقييم العروض التقنية لهذا المشروع سنتهي من أعمالها خلال السنة الجارية متوقعا التوقيع على عقد الانجاز قبل نهاية ديسمبر المقبل.

إطلاق أشغال إنجاز مشروع هام في قطاع البتر وكيميائيات

كما ذكر الرئيس المدير العام لمجمع سوناطراك توفيق حكار بإطلاق أشغال إنجاز مشروع هام في قطاع البتر وكيميائيات نهاية

سنة 2022 بأرزوي، لإنتاج ميثيل ثلاثي بوتيل الإيثر (MTBE)، المستخدم كمادة مضافة لتحسين تصنيع البنزين الخالي من الرصاص على مستوى المصافي والاستغناء عن استيرادها، بالإضافة إلى مشروع آخر يتعلق بإنجاز مركب بتر وكيميائي جديد لإنتاج البولي برويلين بأرزوي والذي تم التوقيع عليه مؤخرا مع تحالف شركتي "بيتروفاك" البريطانية و"اش.كيو.سي" الصينية والذي يعتب أضخم مشروع بتر وكيميائي منذ السبعينات، كاشفا عن تخصيص مبلغ يقدر بـ 30 مليار دولار لتمويل أنشطة الاستكشاف والإنتاج، مشيرا أن الحصنة معتبرة من هذه الاستثمارات ستوجه للمحافظة على حقول الإنتاج وتحديث المنشآت.

الجزائر غير معنية بتسقيف أسعار الغاز

كشف الرئيس المدير العام لمجمع سوناطراك توفيق حكار أنه لا يوجد بلد أوروبي طالب الجزائر بتسقيف أسعار الغاز ونحن غير معنيين بذلك، مصرحا بخصوص عقد اجتماع مع المفوضية الأوروبية بشأن الغاز الطبيعي: "أوضحنا وجهة نظرنا بهذا الخصوص، مشيرا إلى وجود تفاوض مع شركتين أمريكيتين لدخول السوق الجزائرية. وقال الرئيس المدير العام لمجمع سوناطراك توفيق حكار أننا بحاجة إلى رؤية واضحة في السوق للأمد المتوسط والبعيد وأي توجه آخر فيه مخاطرة، ونحن من المؤسسات التي ترى أن التحول الطاقوي في العالم لا يزال غير

مدروسا، ونؤمن أن الغاز الطبيعي يحتل مكانة مهمة في المستقبل الطاقوي العالمي، توجه بعض الدول نحو الطاقات البديلة متسرع وغير مدروس.

عودة مرتقبة إلى ليبيا

وحول الحقول النفطية والغازية المكتشفة في ليبيا فقد أكد الرئيس المدير العام أن مجمع سوناطراك في تواصل مستمر مع السلطات الليبية للعودة إلى ليبيا، معلنا عن زيارة له قريبا إلى طرابلس من أجل بحث سبل توفير الظروف المناسبة لاستئناف سوناطراك لنشاطها في هذه الحقول، كاشفا عن تحقيق سوناطراك لحصيلة إيجابية في البيرو في مجال الاستكشاف والإنتاج، فضلا عن تحقيق عدة اكتشافات في شمال النيجر

وفي رده على سؤال حول إعلان شركة "إيني" الإيطالية، مؤخرا استحوذها ضمن صفقة عالمية على أصول شركة سنيتون إنترجي (Neptune Energy) بما فيها مشروع "توات غاز" في الجنوب فقد أكد المسؤول ذاته أن الشركة لم تتصل إلى يومنا بالسلطات، مضيفا بقوله كما تعلمون هناك إجراءات قانونية يستوجب احترامها. عند تقديمهم بعرضهم إلى وزارة الطاقة ستكون هناك دراسة الملف بكافة تفاصيله من قبلها ومن سوناطراك للنظر في ممارسة حق الشفعة من عدمه، كما لفت أن سبب توقف الإنتاج في حقل توات يعود إلى تغير تركيبة الغاز بعد الدخول في مرحلة الإنتاج، حيث ظهرت مادة

الزئبق ما حتم وضع منشآت جديدة لتصفيتها.

سوناطراك تسلم ل"إيني" أول شحنة من الغاز المسال

سلمت الشركة الوطنية للمحروقات سوناطراك لشركة "إيني" الإيطالية أول شحنة تجارية من الغاز الطبيعي المسال على مستوى الميناء العائم الجديد لإعادة تحويله إلى غاز بيومينو بإيطاليا، حسب ما أعلن عنه، أمس الثلاثاء، بيان للشركة.

وجاء في البيان، انه "في إطار تعزيز صادراتها من الغاز، سلمت سوناطراك لشركة إيني بتاريخ 7 جويلية 2023 شحنة من الغاز الطبيعي المسال قدرها 90 مليون متر مكعب من الغاز على مستوى الميناء العائم الجديد لإعادة تحويل الغاز المسال إلى غاز طبيعي بيومينو في إيطاليا".

وتم نقل هذه الشحنة التي تم تعبئتها على مستوى مركب التميع GL3Z - بطبوة في الجزائر، بواسطة ناقلة الغاز المسال المملوكة للشركة الفرعية Hyproc.

ويعتبر هذا التسليم "أول شحنة تجارية بهذا الميناء بعد نهاية المرحلة التجريبية، وهو ما يعتبر الانطلاقة الفعلية للاستغلال التجاري"، وفقا للمصدر ذاته.

وتعتزم سوناطراك رفع كمياتها نحو هذا الميناء الجديد على أساس منتظم، مما يعزز بالتالي دورها المركزي في تأمين الإمدادات نحو أوروبا، وإيطاليا على وجه الخصوص.

بندوة علمية حول الرقمنة

جامعة البليدة 02 تختم سنتها الجامعية

هذا السياق تعهد مدير الجامعة بأن الطلبة الذين تنشر أعمالهم البحثية في مجالات "سكوبس" ستقوم الجامعة بتكريمهم بجوائز معتبرة.

وأفاد من جانبه نائب مدير الجامعة المكلف بالبحث العلمي البروفيسور نصر الدين بوحساين أن جامعة البليدة 02 تسعى إلى تقديم تكوين نوعي لطلبة الدكتوراه، وفي هذا السياق تم تنظيم هذه الندوة التي سلطت الضوء حول تكنولوجيات الإعلام والاتصال وكيفية استخدام منصة مودل.

• ب. حنان



طلبة الدكتوراه في استخدام تقنيات ومنصات التعليم عن بعد كمنصة مودل والمنصات العالمية الأخرى، والنشر في المجلات المصنفة عالميا كمجلات "سكوبس"، وهو ما يعمل على ترقية مرتبة الجامعة. في

الإفتتاحية أن موضوع الندوة العلمية يندرج في إطار الفصول الأربعة التي تسعى الوزارة الوصية إلى تطويرها وترقيتها داخل المؤسسات الجامعية. وبدورها تسعى جامعة البليدة 02 في هذا الصدد جاهدة إلى ترجمة التحول الرقمي إلى واقع يمس كل الجوانب البيداغوجية والإدارية للجامعة. وأضاف البروفيسور عادل مزوغ بأن التطوع في المستقبل يستوجب مجارة مكتسبات والتحكم في تكنولوجيات الرقمنة. كما حث طلبة الدكتوراه إلى التفكير رقما، وهو ما يستدعي ضرورة تحكم مدير الجامعة بالنجاية أكد في كلمته

قام مدير جامعة البليدة 02 بالنجاية البروفيسور عادل مزوغ أمس بافتتاح فعاليات الندوة العلمية لفائدة طلبة الدكتوراه والموسومة تحت عنوان: "تكنولوجيات المعلومة والاتصال في ظل التحول الرقمي" بقاعة المحاضرات الكبرى سعيد عيادي.

الندوة حضرها كلا من نواب مدير الجامعة، عمداء الكليات ونوابهم، رؤساء الشعب والتخصصات، مسؤولي ميادين التكوين في الدكتوراه، أساتذة جامعة البليدة 02 وطلبة الدكتوراه.

مدير الجامعة بالنجاية أكد في كلمته

الجزائر-تشاد:

وضع برنامج عمل لتعزيز التعاون في مجال النقل

وأضاف بأن برنامج العمل هذا يتضمن التحضير لاستئناف الرحلات على الخط الجوي الرابط بين نجامينا والجزائر العاصمة.

وتم الاتفاق على عقد اجتماع للجنة المشتركة بين القطاعين نهاية السنة الجارية أو بداية 2024، من أجل تجسيد ورقة الطريق المسطرة بين الطرفين.

من جهتها، اعتبرت الوزيرة التشادية أن هذا

فاطمة فوكوني ويدي، التي تقوم بزيارة عمل تدم يومين إلى الجزائر، أن هذا اللقاء "سمح بوضع برنامج عمل فيما يتعلق بالتعاون في مجال النقل البري للبضائع والمسافرين، ومرافقة المؤسسات التشادية في مجال النقل وفي المراقبة التقنية، وفي انجاز وتسيير محطات نقل المسافرين على مستوى تشاد، وهذا تئمينا للتجربة الجزائرية في هذه المجالات".

أعلن وزير النقل، يوسف شرفة، يوم الاثنين بالجزائر العاصمة، عن وضع برنامج عمل للتعاون بين الجزائر وتشاد في مجال النقل لاسيما النقل البري للبضائع والمسافرين، والذي سيكفل بالتوقيع على اتفاقية بين البلدين في سبتمبر القادم.

وأوضح السيد شرفة، في تصريحات صحفية على هامش اللقاء الذي جمعه بوزارة النقل البري وسلامة الطرق لجمهورية تشاد،

مجلس الأعلى للشباب: "نعمل على جعل الشباب قوة اقتراح في البناء الوطني"

المجلس الأعلى للشباب: "نعمل على جعل الشباب قوة اقتراح في البناء الوطني"

أكد رئيس المجلس الأعلى للشباب مصطفى حيداي يوم الاثنين بالجزيرة أن المجلس يعمل على إيصال رسالة الشباب وجعله قوة اقتراح من أجل البناء الوطني. وفي كلمة ألقاها خلال لقاء جمع المنديين البلديين للمجلس الأعلى للشباب على مستوى ولاية الجلفة، شدد السيد حيداي على ضرورة انخراط الشباب في المجلس الأعلى للشباب لتمكينهم من سماع صوته وإيصال رسالته ليكون قوة اقتراح في البناء الوطني. وأضاف رئيس المجلس الأعلى للشباب أن المكاسب الحقيقية في سياق "تعزيز الديمقراطية التشريكية" لا سيما من خلال تأسيس مجلس أعلى للشباب ترض فتح المجال لكل الشباب للتعبير عن طموحاته واهتماماته.

وقال أن المجلس يراهن على الإنفتاح على كل الشباب دون إستثناء مؤكدا أن الامر لا يقتصر على أعضائها المنتخبين والمعينين.

وأشار السيد حيداي إلى أن هذا اللقاء يهدف على غرار اللقاءات الأخرى التي ينظمها المجلس عبر ولايات الوطن، إلى "فتح نقاش عميق وحقيقي لبلوغ آلية تمكين الشباب من صناعة مشهده وجعله فاعلا ومساهما في ما يطمح إليه من تحسين وضعه".

واعتبر أن التحدي الراهن بالنسبة للمجلس هو جعله "مؤسسة قوية تعبر عن لسان حال الشباب بتعليم مهيكلي يحقق الغاية المرجوة في ظل الأرضية اللامنة التي تترجمها الجهود المبذولة من طرف السلطات العليا، قصد إشراك الشباب في الديناميكية التي تشهدها البلاد".

فايد يتراأس الجمعية العامة للمجلس الوطني للمحاسبة

انعقدت، يوم الاثنين بالجزائر العاصمة، جلسة للجمعية العامة للمجلس الوطني للمحاسبة، برئاسة وزير المالية، لعزیز فايد، والذي أكد خلالها على ضرورة بناء قاعدة متينة تحوي جميع الإصلاحات الخاصة بالمحاسبة المالية، حسب ما أفاد به بيان للوزارة.

ويجسد هذا اللقاء الذي جرى بحضور كل أعضاء المجلس وإطارات قطاع المالية، استئناف النشاطات المنتظمة لهذه الهيئة، حسب البيان الذي لفت إلى أنه وفقا لأحكام المادة 15 من المرسوم التنفيذي المؤرخ في 27 يناير 2011، ينبغي أن يجتمع المجلس على الأقل مرتين في السنة، غير أن هذا الشرط ظل معلقا منذ سنة 2018 بسبب القيود التنظيمية والأزمة الصحية العالمية الناجمة عن جائحة كوفيد-19.

وسمحت هذه الدورة بتجديد التزام السلطات العمومية باحترام التنظيمات المعمول بها، وتحقيق المزيد من الصرامة والانتظام في تسيير الجمعيات العامة لهذه الهيئة.

وبعد التذكير بالجهود المبذولة من طرف مصالح المجلس رغم التحديات التي واجهتها خلال هذه المرحلة الصعبة، أعرب الوزير عن امتنانه ودعمه لها، كما أكد عزمه على مرافقتها من أجل بلوغ الأهداف المسطرة من خلال اعتماد نهج جديد في إدارة المهام والمسؤوليات التي يضطلع بها المجلس، فضلا عن تنفيذ خطة عمله.

قدرات المجتمع المدني وذلك بهدف تعزيز قدرات الحركة الجمعوية على المستوى الوطني، مشيرا إلى أنه سيتم التركيز على ثلاثة نقاط تتعلق بتدريب وبناء القدرات ودراسة اتجاهات المجتمع المدني والرقمنة.

وبخصوص قانون الجمعيات الذي سيصدر قريبا، أبرز رئيس المرصد الوطني للمجتمع المدني بأن "هناك بند كامل مخصص للمجتمع المدني".

من جهة أخرى، أكد السيد بن براهيم بأن عدد الجمعيات على المستوى الوطني تقدر بـ 136 ألف.

المواطن من خلال التكفل باحتياجاته اليومية".

وذكر نفس المسؤول بأن المرصد وضع في منصته الرقمية خمسة محاور أساسية وهي تمويل الجمعيات و"قانون الجمعيات" وموقع الجمعيات على مستوى الحكامة المحلية (البلدية والولاية) و"تكوين وبناء قدرات الجمعيات" وموقع الجمعيات في الديناميكية الإقليمية والدولية".

وأعلن بن براهيم من جهة أخرى، بأن المرصد الوطني للمجتمع المدني سيقبل أواخر شهر نوفمبر القادم أول مركز وطني لتنمية وتطوير

الشبابية القادرة على إنتاج مشاريع على المستوى الاقليمي والعربي والإفريقي".

وذكر بأن "المنتدى أحد مشاريع المرصد الوطني للمجتمع المدني الذي نسعى إلى تعزيزه لتحقيق الانسجام الوطني الذي يأتي من خلال تقديم المعلومة واكتشاف القدرات التي تحتاج إلى مساحات للبروز لتصبح قيادات في المستقبل".

ودعا بن براهيم إلى "العامل المشترك بين المؤسسات الحكومية وجمعيات المجتمع المدني والقطاع الاقتصادي العام والخاص لإحداث قيمة مضافة وتغيير ايجابي لصالح

أكد رئيس المرصد الوطني للمجتمع المدني، نور الدين بن براهيم، أمس الثلاثاء بوهرا أن منتدى المجتمع المدني للحوار والمواطنة والتنمية المحلية سيصبح "مدرسة لتكوين القيادات الشبابية القادرة على إنتاج مشاريع نقدمها على المستوى العربي والإفريقي".

وأبرز بن براهيم في كلمته خلال منتدى المجتمع المدني للحوار والمواطنة والتنمية المحلية المنظم بقاعة المحاضرات بالمسجد القطب "عبد الحميد بن باديس" أن المنتدى "سيصبح مدرسة لتكوين القيادات

متفرقات

حوادث المرور

وفاة 41 شخصا واصابة 1724 آخرين خلال أسبوع

توفي 41 شخصا وجرح 1724 آخرون في 1301 حادث مرور سجلت بعدة ولايات من الوطن خلال الفترة الممتدة من 2 إلى 8 جويلية الجاري حسب حصيلة أسبوعية أوردتها أمس الثلاثاء مصالح الحماية المدنية التي سجلت أشقل حصيلة بولاية برج بوعريج بوفاة 8 أشخاص وجرح 95 آخرين على إثر 39 حادث مرور، كما قامت وحدات الحماية المدنية بإخماد 1410 حريق منها منزلي، صناعي وحراني مختلف، أهمها سجلت بالجزائر العاصمة (119 حريق)، ومستغانم (63) وعنتابا (59)، كما قامت وحدات الحماية المدنية خلال نفس الفترة ب7065 تدخل من أجل إنقاذ 361 شخص في حالة خطر وتنفيذ 5997 عملية إسعاف.

تيارات

ارتفاع عدد ضحايا حادث المرور

أعلن مدير المؤسسة الاستشفائية الطاهر ميموني بالسوق بولاية تيارت بشير هروات عن ارتفاع عدد ضحايا حادث المرور الذي وقع صباح أول أمس بمنطقة المطرونية بإقليم بلدية توسنية على الطريق الوطني رقم 90 تسبب في إصابة 9 أشخاص توفي اثنان منهما في عين المكان وشالاة آخرون بمستشفى مدينة السوق.

وقال المسؤول ذاته إن ضحيتين لقيتا حتفهما على الفور نتيجة مضاعفات الإصابات التي تعرضا لها، حيث توفي الأول (67 سنة) بمصلحة الإنعاش، فيما توفي الثاني (34 سنة) بعد خضوعه لعملية جراحية، فيما لا يزال أربعة مصابين بكسور يتلقون العلاج.

أمن ولاية ورقلة

الإطاحة بجماعة إجرامية دولية

فككت المصلحة المركزية لمكافحة الاتجار غير المشروع بالخدرات التابعة للمديرية العامة للأمن الوطني شبكة إجرامية تنشط في تهريب الخدرات تتكون من 4 أشخاص. وأفاد بيان للشرطة الجزائرية أن العملية أسفرت عن توقيف المشتبه فيه الرئيسي صاحب 25 سنة، وشريكه صاحب 37 سنة، المنحدران من ولاية ورقلة، فيما يبقى شخصين آخرين في حالة فرار، من بينهما الرأس المدير للشبكة التواجد بالغرب حيث تترامح أعوامهم بين 25 و45 سنة، كما تم حجز 95 كيلوغرام من الكيفي والمعالج وتقديم المشتبه فيهم أمام وكيل الجمهورية لدى محكمة ورقلة عن جنائية حيازة ونقل وتخزين وشراء قصد البيع وعرض الخدرات، وتبييض الأموال، في إطار جماعة إجرامية دولية منظمة.

أمن ولاية تندوف

حجز 72442 كبسولة

من المؤثرات العقلية

تم حجز ما لا يقل عن 72442 كبسولة من المؤثرات العقلية وأكثر من 3 كلغ من الخدرات خلال السداسي الأول من السنة الجارية من قبل الشرطة القضائية بأمن ولاية تندوف، حسب حصيلة أوردتها خلية الاتصال والعلاقات العامة بذات الجهاز الأمني التي أشارت إلى أن عمليات الحجز تندرج في إطار معالجة 68 قضية متعلقة بالخدرات والمؤثرات العقلية بقطاع اختصاص الأمن الوطني مع حجز 17 مركبة كانت تستعمل في نقل تلك البضاعة المحظورة. كما عالجت ذات المصالح الأمنية في تلك الفترة أكثر من 290 قضية إجرامية متنوعة تورط فيها 504 شخصا، ووضع منهم 164 شخصا رهن الحبس، كما نفذت مصالح الشرطة القضائية في ذات الفترة 25 مدهامة و10 مدهامات أمنية مشتركة (شرطة-دراسة وطني) في إطار جهود مكافحة الجريمة في الوسط الحضري.

مديرية أمن ولاية بومرداس

ضبط شخصين بصدد ترويج

المخدرات بالأربعاش

أوقفت مصالح الشرطة القضائية بالأمن الحضري ببلدية الأربعاش بولاية بومرداس شخصين مشتبه فيهما بصدد ترويج قطع من الخدرات صنف القنب الهندي وكمية من المؤثرات العقلية، حيث تمّت العملتين بناء على معلومات وتبليغات لمواطني تقيّد بقيام هؤلاء المشبوهين بعمليات بيع للأقراص المهلوسة، ما جعل مصالح الأمن تتحرى في القضية وتلقي القبض على شخصين يبلغان من العمر 20 سنة و35 سنة مع حجز كمية من الخدرات صنف القنب الهندي قدر وزنها بـ04 غرام وأقراص مهلوسة مع استرجاع سلاح أبيض محظور عثر عليه أثناء التفتيش.

بومرداس

سولناغان تنظم حملة تبرع بالدم

تحت إشراف الرئيس المدير العام المؤسسة "سولناغان" والتزاما منها بمبدأ المواطنة، تطلق الشركة الجزائرية للكهرباء والغاز وبالتعاون مع الوكالة الوطنية للدم حملة تبرع بالدم خلال الفترة ما بين 06 و27 من شهر جويلية الجاري ليكون الموعد بمديرية التوزيع لبومرداس اليوم الأربعاء على مستوى حظيرة المديرية الكائن مقرها بالطريق الوطني رقم 24 بومرداس (حي كنفاز).

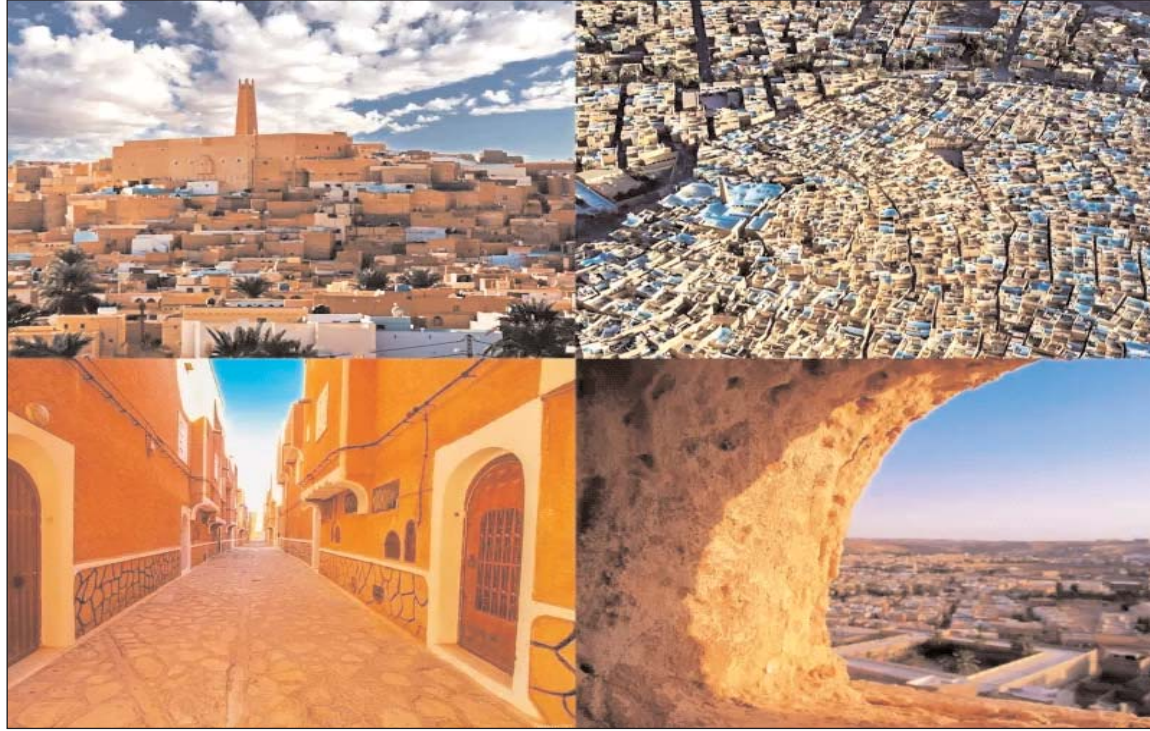
وتجدر الإشارة إلى أن هذه المبادرة التي تنظمها الشركة تهدف إلى ترسيخ ثقافة التبرع بالدم وزرع سلوك حضاري وإنساني عام لدى الجميع خاصة في أوساط العمال والعمالية مفتوحة للجمهور الراغب في المشاركة في هذه الحملة.

• ي. تيشات

ضمن قائمة التراث الوطني

اقتراح تصنيف 12 معلماً تاريخياً بگرداية

اقترحت مديرية الثقافة والفنون بولاية گرداية، يوم الاثنين، تصنيف وتسجيل 12 معلماً تاريخياً ونقوش صخرية منتشرة عبر إقليم ولاية گرداية ضمن قائمة التراث الوطني.



ومتطلبات حماية البيئة، كما تحصي گرداية نحو 200 موقع ومعلم تاريخي بالإضافة إلى تراث عالمي مصنف ضمن لائحة التراث العالمي الإنساني لمنظمة الأمانة للتربية والعلوم والثقافة (اليونيسكو) على غرار سهل وادي ميزاب وقصور المدن المحصنة الشاهدة على هندسة معمارية فريدة من نوعها وكذا نظام الري التقليدي لسقي بساتين النخيل الواقعة بسهل وادي ميزاب.

لا تقدّر بثمن وزيادة عن كونها ذاكرة المنطقة التي تعبر عن مختلف مظاهر الحياة الإنسان والحيوان التي تعود إلى حقبة الليبية البربرية القديمة مادة مرجعية للأبحاث الأكاديمية والتاريخية حول المنطقة، فضلاً عن دورها في تنمية السياحة الداخلية. وتزخر ولاية گرداية بتراث مادي ولامادي يمنحها مكانة محورية في استراتيجية تنمية السياحة المستدامة التي تلبى المتطلبات الاقتصادية للسكان

الحضاري وضمان حمايته والحفاظ عليه.

مواقع أثرية.. متجلية

وشيّدت منطقة گرداية على مواقع أثرية لا تزال تجلي آثارها في عديد النقوش الحجرية التي تشهد، وفقا لمتخصصين في فن النقوش الصخرية، على وجود حياة بشرية بالمنطقة منذ آلاف السنين والتي تظل في حاجة إلى اهتمام أكثر لتطوير سياحة ثقافية وعلمية، كما تشكل تلك المواقع الأثرية والنقوش الصخرية والتي

مركز مكافحة السرطان ببشار

اقتناء أجهزة كشف الأوردة الدموية بالأشعة تحت الحمراء

بطاقة 140 سريرا سنة 2019، وهو يستقبل المرضى القادمين من ولايات جنوب غرب البلاد وآخرين من مناطق أخرى في شمال البلاد، وذلك بفضل ما يقدمه من خدمات طبية متنوعة على غرار العلاج الشعاعي والتصوير الشعاعي للشدي وبالموجات فوق الصوتية بالإضافة إلى توفره على ثلاث أجنحة للعمليات الجراحية وعديد المرافق الأخرى.

• ي. تيشات

مجموعه 3724 مريضاً سواء لأغراض الاستشارات الطبية أو العلاج التخصصي لمختلف أنواع السرطان وقد جهز مطلع السنة الجارية بوحدة الأورام الجينية وذلك في إطار المخطط الوطني لمكافحة السرطان، مما يجعل من الممكن إجراء التحاليل والتشخيص بسرعة من خلال فحص الدم للبحث عن الطفرات لدى الأشخاص الذين لديهم استعداد وراثي للإصابة بالسرطان. وقد فتح مركز مكافحة السرطان ببشار

بما في ذلك المخبر المركزي وفزرز المرضى والعلاج الكيميائي، تسهل الآن الكشف عن أوردة المرضى وعرضها بالصور سواء كانت ملونة أو بالأبيض والأبيض، كما يتعلق الأمر بتقليص الوقت في محاولات البحث المتكررة عن الأوردة وكذا تجنب طوابير الانتظار وخطر تلوث الدم.

وقد استقبل هذا المركز الاستشفائي ذو البعد الجهوي الذي دشّن خلال السداسي الأول من السنة الجارية، ما

تم تزويد مركز مكافحة السرطان ببشار بأربعة أجهزة كشف الأوردة الدموية بالأشعة تحت الحمراء منها دخلت حيز الاستغلال، وذلك في إطار عمليات تجهيز المؤسسات الصحية المتخصصة، حسب ما أفاد به مدير المركز أحمد شوقي بلباي الذي أوضح أن اقتناء هذه المعدات الطبية الجد حديثة سيتيح رعاية أفضل للمرضى وتحسين ظروف عمل الأخصائيين، حيث أن هذه المعدات الجديدة التي زودت بها ثلاثة مصالح،

أوقف 240 شخصا محل بحث في جوان

أمن عين الدفلى يشن 200 مدهامة لأوكار الجريمة

آخر لأجل قضايا إجرامية أخرى تتعلق بالقاتنون العام. الجرمية بشتي أشكالها، تم تجسيد عدة عمليات مدهامة مشتركة خلال الشهر المذكور أسفرت عن توقيف مطلوبين وكذا ضبط أشخاص متلبسين بجرائم مختلفة، تم اتخاذ الإجراءات القانونية بشأنهم، بحيث سيستمر هذا التنسيق لتحقيق الأهداف المرجوة أفادت ذات المصالح.

• ب. حنان

وتم خلال هذه العمليات، تفقد هوية أكثر من 5400 شخص من مختلف الفئات العمرية ومن الجنسين، أسفرت عن توقيف 327 شخصا، 240 منهم تبين أنهم محل بحث من طرف مصالح العدالة بموجب أوامر وأحكام وقرارات قضائية، 79 شخص ضابطوا متلبسين بحيازة مخدرات وأقراص مهلوسة، 13 شخصا أوقفوا متلبسين بحيازة أسلحة بيضاء دون سند شرعي، إلى جانب 71 شخصا

وقامت قوات الشرطة بأمن ولاية عين الدفلى بتنفيذ 200 عملية شرطة خلال شهر جوان 2023، استهدفت عدة أماكن عبر بلديات الولاية، تمثلت في ساحات عامة، شوارع وأحياء، بعض الأسواق وكذا محطات النقل البري للمسافرين وكافة الأماكن التي توصف ببؤر إجرام.

تيازاة

إخماد حريق في غابة "الارهاط"

نشب حريق مهول في غابة دوار خروية ببلدية لارهاط بولاية تيازاة، حيث تدخلت مصالح ووحدات الحماية المدنية من أجل إخماد الحريق، وهو ما أفادت به المديرية الولائية للحماية المدنية التي أوضحت أن وحداتها تدخلت في حدود الساعة 304 صباحا من أجل إخماد الحريق، حيث تم إخماد الحريق نهائيا على الساعة 507، مشيرة إلى أنه تم تقييد 28 شاحنة إطفاء من مختلف الأحجام و5 سيارات إسعاف للحماية المدنية و4 شاحنات تابعة لإحفاة الغابات من أجل إخماد الحريق.

• ي. تيشات

بومرداس: إخماد حريق تسبب في احتراق هكتارين

تدخلت الوحدة الثانوية للحماية المدنية لدائرة يسر بولاية بومرداس لأجل إخماد حريق بقرية تاعوينت بإقليم بلدية تيمزريت وتم السيطرة على الحريق وإخماده ومنعه من الانتشار إلى البيوت البلاستيكية والمسكن المجاورة دون تسجيل أي خسائر بشرية مع تسجيل احتراق حوالي 2 هكتار أدغال وأحراش.

هذا وقدمت مصالح الحماية المدنية، جملة من النصائح مع دخول فصل الصيف وارتفاع درجة الحرارة. حيث دعت إلى الرفع من درجة الحيطة والحذر بالنسبة للمواطنين والفلاحين لتفادي مثل هذه الحرائق والحفاظ على الثروة النباتية.

• ي. تيشات

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة السكن والعمران والمدينة
ديوان الترقية والتسيير العقاري لولاية بجاية
الرقم الجبائي 001006018693331

إعلان عن منح مؤقت طلب الاستشارة رقم 014 / د ت م / 2023

طبقا لأحكام المادة: 65 الفقرة 02 من المرسوم الرئاسي رقم: 247/15 المؤرخ في: 16/09/2015، المتضمن تنظيم الصفقات العمومية وتوضيات المرفق العام، يعلن ديوان الترقية والتسيير العقاري لولاية بجاية، أنه في إطار طلب للاستشارة رقم: 014 / د ت م / 2023 الذي نشر يوم 28/05/2023 والمتعلقة بأشغال إنجاز 100 مسكن عمومي إيجاري ببلدية برياشة بكل هياكل الدولة ما عدا الطرق والشبكات المختلفة، لبرنامج 500 مسكن عمومي إيجاري سنة 2019.

بعد تقييم العروض التقنية والسالية وفقا للمعايير المنصوص عليها في دفتر الشروط، تم منح النتائج التالية:

المشروع	المتعهد المتحصل على الصفقة مؤقتا	النقطة المتحصل عليها	مبلغ العرض المالي (مع كل الرسوم) دج	مدة الإنجاز المقترحة (أشهر)	التصنيف	معايير التقييم
100 مسكن عمومي إيجاري ببلدية برياشة	مقاوله بطوم فريد NIF: 196319190074915	60/40	267 922 000.00 دج	16	IV	- عرض مقبول - أقل عرض

المتعهدون مدعوون للتقرب من مصالح ديوان الترقية والتسيير العقاري لولاية بجاية في أجل أقصاه ثلاثة (03) أيام ابتداء من صدور هذا الإعلان في النشرة الرسمية للمتعامل العمومي أو بإحدى الصحف الوطنية من أجل التعرف على النتائج المفصلة لعروضهم التقنية والسالية.

كلالمتعهدين يمكنهم إيداع الطعون لدى لجنة الصفقات العمومية لديوان الترقية والتسيير العقاري لولاية بجاية في أجل أقصاه عشرة (10) أيام بعد صدور هذا الإعلان في النشرة الرسمية، طبقا للمادة 82 من المرسوم الرئاسي رقم 247/15 بتاريخ 16/09/2015 المتضمن تنظيم الصفقات العمومية وتوضيات المرفق العام. إذا كان هذا التاريخ يصادف يوم عطلة أسبوعية فتؤجل فائدة إيداع العروض لتمدد إلى غاية اليوم الموالي.

ANEP 2316017315

أخبار اليوم: 2023/07/12

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

ولاية: المدية
دائرة: السواقي
بلدية: جواب
رقم التعريف الجبائي: 098426375025616

إعلان عن المنح المؤقت للصفقة

طبقا لأحكام المادة 65 من المرسوم الرئاسي رقم 15-247، مؤرخ في 16 سبتمبر سنة 2015 يتضمن تنظيم الصفقات العمومية وتوضيات المرفق العام .
ينهي رئيس المجلس الشعبي البلدي لبلدية جواب إلى علم جميع المؤسسات والأشخاص المشاركين في طلب عروض مفتوح مع اشتراط قرارات دنيا رقم 02 / 2023 الخاصة بمشروع: "إنجاز شبكة الصرف الصحي لفرقة الوصيات ببلدية جواب"، أنه بعد تقييم العروض التقنية والمالية بتاريخ 2023/06/27، تم منح الصفقة على أساس النتيجة التالية *

المتعهد الحائز على الصفقة / رقم التعريف الجبائي	مبلغ العرض ب: دج كل الرسوم قبل التصحيح	مبلغ العرض ب: دج/كل الرسوم بعد التصحيح	آجال الانجاز	النقطة التقنية	ملاحظة
بوزياني يوسف - مؤسسة الأشغال العمومية الكبرى والري - حي أول نوفمبر - بلدية بني سليمان - المدية - NIF: 182263700232130	27.200.000,00	25.703.940,50	03 أشهر	70/	مؤهل تقني وأقل عرض مالي

طبقا للمادة 82 من المرسوم الرئاسي رقم 15-247، مؤرخ في 16 سبتمبر سنة 2015 يتضمن تنظيم الصفقات العمومية وتوضيات المرفق العام يمكن للمتعهدين في طلب العروض هذا والراغبين في الإطلاع على النتائج المنصلة لتقييم ترشيحاتهم وعروضهم التقنية الاتصال بالملصحة التقنية للبلدية خلال ثلاثة (03) أيام الموالية ابتداء من اليوم الأول لنشر إعلان المنح المؤقت للصفقة .
يمكن للمتعهد الذي يعارض الاختيار المعتمد من قبل الملصحة المتعاقدة في إطار طلب العروض المذكور أعلاه أن يتقدم بظن أمام اللجنة البلدية للصفقات وذلك في أجل عشرة (10) أيام ابتداء من أول نشر لهذا المنح المؤقت للصفقة في الجرائد الوطنية أو النشرة الرسمية لصفقات المتعامل العمومي BOMOP .

ANEP 2316017252

أخبار اليوم: 2023/07/12

لإعلانناكم إتصلوا بـ:

أخبار اليوم
www.akhbaralyoum.dz

معنا
ستحفظون
بأفضل الأسعار
وأفضل الخدمات



حي العناصر 04،
القبة / الجزائر
العاصمة

023 70 54 31



درجات حرارة قياسية

العالم "يحترق" درجات حرارة قياسية

صنف مرصد "كوبرنيكوس" لتغير المناخ بالاتحاد الأوروبي جوان الماضي بأنه "الأكثر دفئا" على كوكب الأرض خلال العام الجاري وتتوقع المنظمة العالمية للأرصاد الجوية ارتفاع درجات الحرارة العالمية إلى "مستويات قياسية في السنوات الخمس المقبلة" نتيجة لزيادة غازات الاحتباس الحراري وظاهرة النينو المناخية.



المجاورة 43,5 درجة مئوية (3, 110 فهرنهايت) في ماي الماضي. وارتفعت درجات الحرارة إلى 44,1 درجة مئوية (38, 111 فهرنهايت) في مدينة هوي شوان الفيتنامية في مايو أيضا، ليكون بذلك الشهر "الأكثر دفئا" في تاريخها، متجاوزة الرقم القياسي السابق للبلاد البالغ 43,4 درجة مئوية (3, 110.3 فهرنهايت) المسجل في 2019. كما سجلت كمبوديا أيضا رقما قياسيا في ارتفاع درجات الحرارة في مايو، حيث بلغت 41,6 درجة مئوية (9, 106.6 فهرنهايت) في مقاطعة كراتي ومنطقة بونهييا كريك الجنوبية. وفي سنغافورة، شهد مايو درجات حرارة قياسية وصلت إلى 37 درجة مئوية (6, 98 درجة فهرنهايت) لأول مرة في البلاد منذ 4 عقود. وفي جوان ارتفعت درجات الحرارة في العاصمة الصينية بكين إلى ما فوق 40 درجة مئوية (104 فهرنهايت) للمرة الأولى منذ عام 2014، بينما تجاوزت درجات حرارة المناطق الجنوبية لبكين في الشهر ذاته 40,6 درجة مئوية. ومؤخرا، قال مركز المناخ الوطني الصيني في بيان إن البلاد تشهد "أكثر أيامها حرارة منذ 6 عقود"، حيث تصل الحرارة في معظم المناطق إلى 40 درجة مئوية "104 فهرنهايت".

مشكلات الطقس تلاحق أوروبا وفقا لتقرير صدر مؤخرا عن المنظمة العالمية للأرصاد الجوية WMO، شهدت أوروبا ارتفاعا في درجات الحرارة بشكل أسرع من أي قارة أخرى في العقود الأخيرة، حيث ارتفعت درجات الحرارة بمعدل "ضعف" متوسط المعدل العالمي. وسجلت درجات الحرارة في المملكة المتحدة ارتفاعا غير مسبوق بنحو 2,5 درجة مئوية عن

سجلت دول العالم يومي 3 و4 جويلية الجاري أعلى درجات حرارة في تاريخها، في حين اعتبر جوان الماضي "الأكثر دفئا" على كوكب الأرض 2023. وبلغ متوسط درجة الحرارة العالمية في 4 جويلية 18, 17 درجة مئوية (9, 62 درجة فهرنهايت)، متجاوزا الرقم القياسي السابق البالغ 17,01 درجة مئوية (6, 62 فهرنهايت) الذي تم تسجيله في اليوم الذي يسبقه. وتتبع مرصد "كوبرنيكوس" لتغير المناخ بالاتحاد الأوروبي الارتفاع العالمي في درجات الحرارة، مصنفا جوان الماضي بأنه "الأكثر سخونة وارتفاعا في درجات الحرارة على الإطلاق". وأشار في بيان أن "درجات الحرارة في جوان ارتفعت بهامش كبير عن الرقم القياسي السابق الذي تم تسجيله في 2019". وأوضح المرصد أن درجات حرارة سطح المحيطات كانت أيضا الأكثر دفئا على الإطلاق في الشهر الماضي، نتيجة لارتفاع درجة الحرارة في شمال المحيط الأطلسي، وظاهرة النينو العاصفة في المحيط الهادئ، التي تحدث عندما ترتفع درجات حرارة سطح البحر في المنطقة الاستوائية الشرقية من المحيط بما لا يقل عن 0,5 درجة مئوية. * أرقام قياسية في آسيا

وعلى النحو ذاته، شهدت العديد من البلدان في آسيا درجات حرارة شديدة الارتفاع على مدار العام الجاري، محطمة بذلك جميع الأرقام القياسية السابقة. وشهدت تايلاند أكثر أيامها حرارة في التاريخ في 15 افريل الماضي، حيث ارتفعت الحرارة إلى 45,4 درجة مئوية (114 فهرنهايت)، في حين سجلت مدينة لوانغ برابانغ في لاوس

إيغاد تشدد: لا حل عسكري في السودان

أزمة الخرطوم تستنفذ فريقيا

يوسف، ومستشار رئيس جمهورية جنوب السودان بنجامين بول ميل. كما حضر الاجتماع ممثلون عن مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية، والاتحاد الأوروبي، ومصر، والسعودية، والإمارات، والولايات المتحدة، والمملكة المتحدة. وفي 15 جوان الماضي، أعلنت الخارجية السودانية، رفضها رئاسة كينيا للجنة شكلتها المنظمة الحكومية الدولية للتنمية في شرق إفريقيا "إيغاد" في 12 يونيو المنصرم، لبحث إنهاء القتال ومعالجة الأزمة في السودان.

وإيغاد منظمة حكومية إفريقية شبه إقليمية تأسست عام 1969، تتخذ من جيوتي مقرا لها، وتضم أيضا كلا من: إثيوبيا وكينيا وأوغندا والصومال، وإريتريا، والسودان وجنوب السودان. ويتبادل الجيش السوداني وقوات الدعم السريع اتهامات ببدء القتال منذ منتصف افريل الماضي، وارتكاب خروقات خلال سلسلة هجمات لم تقف في وضع نهاية لاشتباكات خلفت أكثر من 3 آلاف قتيل، أغلبهم مدنيون، وما يزيد على 2,8 مليون نازح داخل وخارج أفقر إحدى دول العالم، بحسب وزارة الصحة والأمم المتحدة.

ودعا البيان الدول المجاورة للسودان إلى تكثيف الجهود من أجل إيصال المساعدات الإنسانية واتخاذ التدابير اللازمة، لتسهيل ورفع أي حواجز لوجستية أمام تسليم المساعدات الإنسانية بما في ذلك متطلبات التأشيرات والجمارك. وفي السياق، أشار البيان إلى غياب الجيش السوداني عن الاجتماع وهو ما وصفه المشاركون بأنه "غياب مؤسف رغم الدعوة وتأكيد الحضور".

يذكر أن البيان الختامي لإيغاد، تحدث أيضا عن الاجتماع المنتظر بشأن السودان، والذي تستضيفه مصر في 13 جويلية الجاري. ورحبت إيغاد في بيانها بـ"الدور التكميلي الذي ستلعبه هذه المبادرة في دعم الأهداف المشتركة من أجل السلام والاستقرار في السودان". وترأس الرئيس الكيني وفد لجنة "إيغاد" الرباعية في مباحثات أديس أبابا، والرامية إلى التوصل لاتفاق يضمن وقف الأعمال العدائية في السودان، وتسهيل وصول المساعدات الإنسانية، واتخاذ خطوات ملموسة لدعم الانتقال السلمي. وشارك في المباحثات رئيس وزراء إثيوبيا أبي أحمد، ووزير خارجية جيوتي محمود علي

وركز البيان على ضرورة التزام الأطراف المتصارعة في السودان بإعلان وقف غير مشروط لإطلاق النار، والتوافق على إنشاء منطقة إنسانية لتسهيل دخول المساعدات. ومؤكدا أنه "لا يوجد حل عسكري للصراع في السودان"، طالب البيان بعقد لقاء مباشر بين قادة الأطراف المتحاربة يهدف في النهاية إلى "وقف العنف بشكل فوري، والتوقيع على اتفاق غير مشروط وغير محدد المدة".

وأقر الجهود المتواصلة التي تبذلها الأمم المتحدة والشركاء الإقليميين والدوليين الرئيسيون، بما في ذلك الولايات المتحدة والسعودية من أجل تحقيق السلام في السودان. وفي السياق، نقل البيان قلق المشاركين في الاجتماع إزاء تأثير الحرب الدائرة، والتي أودت بحياة الآلاف حتى اليوم وتسببت في تشريد ما يقرب من 3 ملايين شخص، بما في ذلك 2,2 مليون نازح وحوالي 615 ألف لاجئ عبروا الحدود إلى البلدان المجاورة.

كما أبرز مخاطر تصاعد النزاع والانتهاكات المتكررة لاتفاقيات وقف إطلاق النار المختلفة، فضلا عن انتشار العنف خارج العاصمة الخرطوم، إلى أجزاء أخرى من السودان، بما في ذلك دارفور، وكردفان.

رئيس الوزراء السوداني:

حققنا خطوة كبيرة نحو عضوية حلف الأطلسي

في المنطقة الأوروبية-الأطلسية". وأشار إلى أنه "يتطلع إلى انضمام السويد لتصبح الدول الثانية والثلاثين في الحلف. وقال البيت الأبيض إن الرئيس بايدن عقد اجتماعا ثنائيا مع نظيره التركي أردوغان في أثناء وجوده في ليتوانيا لحضور قمة حلف شمال الأطلسي. وأعلن الأمين العام لحلف شمال الأطلسي (الناتو) ستولتبرغ، مساء الإثنين، أن أردوغان وافق

حصلنا على رد جيد جدا اليوم واتخذنا خطوة كبيرة جدا نحو العضوية". ورحب الرئيس الأمريكي جو بايدن الذي وصل الإثنين إلى فيلنيوس للمشاركة في قمة حلف شمال الأطلسي، بموافقة الرئيس التركي على انضمام السويد إلى الناتو الذي كان يعطله منذ أكثر من سنة. وأكد بايدن في بيان "أنا مستعد للعمل مع الرئيس أردوغان وتركيا لتعزيز الدفاع وقوة الردع

قال رئيس الوزراء السويدي أولف كريسترسون، إن بلاده اتخذت خطوة كبيرة نحو نيل عضوية حلف شمال الأطلسي بعد التوصل لاتفاق مع الرئيس التركي رجب طيب أردوغان للسماح لسوتوكولم بالانضمام إلى الحلف. وأضاف كريسترسون في مؤتمر صحفي بعد اجتماع مع أردوغان والأمين العام لحلف شمال الأطلسي ينس ستولتبرغ: "أشعر بارتياح كبير، لقد كان هذا هدفي منذ فترة طويلة، وأعتقد أننا

كوريا الشمالية تهدد بإسقاط أي طائرة تجسس أمريكية

هددت كوريا الشمالية بإسقاط أي طائرة تجسس أمريكية تنتهك مجالها الجوي ونددت بخطط واشنطن لتشر غواصة صاروخية نووية قرب شبه الجزيرة الكورية. وقال المتحدث باسم وزارة الدفاع الكورية الشمالية إن الولايات المتحدة "كشفت أنشطة التجسس أكثر من مستويات فترة الحرب" من خلال طلعات "استفزازية" أجرتها طائرات تجسس أمريكية على مدى ثمانية أيام متتالية هذا الشهر، وخرقت طائرة استطلاع مجالها الجوي فوق البحر الشرقي "عدة مرات".

ونقلت وكالة الأنباء المركزية الكورية الرسمية عن المتحدث قوله "ليس هناك ما يضمن عدم وقوع حادث يثير صدمة مثل إسقاط طائرة استطلاع استراتيجي تابعة لسلاح الجو الأمريكي في البحر الشرقي لكوريا". وأشار المتحدث إلى حوادث سابقة عندما أسقطت بيونغ يانغ طائرة أمريكية محذرا من أن الولايات المتحدة ستدفع ثمن تجسسها الجوي "المنظم بشكل محموم".

وليل الإثنين، أشارت كيم يو جونج، شقيقة الزعيم كيم جونج أون ومستشارته المقربة، إلى أن طائرة تجسس أمريكية خرقت المجال الجوي الشرقي لكوريا الشمالية مرتين صباح اليوم نفسه. وأشارت في بيان إلى أن بيونغ يانغ لن ترد مباشرة على النشاطات التجسس الأمريكية خارج نطاق منطقتها الاقتصادية الخاصة. لكنها حذرت من اتخاذ "خطوة حاسمة" إذا تجاوز الجيش الأمريكي الخط العسكري لحدودها البحرية.

وفي بيان آخر أوردته وكالة الأنباء الرسمية الكورية الشمالية، حذرت كيم يو جونج من أن أي خرق أي طائرة أمريكية مجددا الأجواء الكورية الشمالية سيكون "محفوفا بقدر كبير من الخطورة". وكان المتحدث باسم وزارة الدفاع انتقد في بيانه النشر المزمع لأصول نووية استراتيجي أمريكية في شبه الجزيرة الكورية معتبرا أنه "أكثر ابتزازا نوي سافر" لكوريا الشمالية، مضيفا أنه يشكل تهديدا خطرا للأمن الإقليمي والعالمي.

وأضاف البيان أن "الوضع الحالي يثبت بوضوح أن الوضع في شبه الجزيرة الكورية يقترب أكثر من عتبة صراع نووي بسبب النشاطات العسكرية الاستفزازية الأمريكية". وكانت واشنطن قد أعلنت في أفريل عزمها إرسال غواصة بالستية مسلحة نوويا في أول زيارة لميناء كوري جنوبي منذ عقود، دون تحديد موعد لذلك.

مساعداً أممية تدخل إلى سوريا

أفادت المصادر بأن قافلة مساعدات أممية دخلت الإثنين مناطق شمال غربي سوريا عبر معبر باب الهوى الحدودي مع تركيا.

ونقلت المصادر أن القافلة هي الأخيرة بموجب القرار الأممي رقم 2672 الذي انتهى العمل به الإثنين. ويأتي ذلك في وقت تسود فيه أجواء من الترقب وسط ناشرين سوريين شمالي البلاد، بالتزامن مع عقد جلسة لمجلس الأمن الإثنين للتصويت على قرار جديد يسمح بإدخال المساعدات من معبر بري واحد هو باب الهوى ومن دون موافقة النظام السوري.

وتدخل مساعدات الأمم المتحدة إلى سوريا عبر طريقتين فقط، هما معبر باب الهوى الحدودي مع تركيا، بموجب قرار مجلس الأمن الدولي (2672)، ومن مناطق سيطرة النظام السوري. ويقطن في المناطق الخارجة عن سيطرة النظام السوري (شمال غرب) أكثر من 4 ملايين شخص، نحو نصفهم من النازحين. ويعتمد 90 منهم على المساعدات الإنسانية. ووافق أعضاء مجلس الأمن الدولي بالإجماع في التاسع من جانفي الماضي على تمديد آلية إيصال المساعدات الإنسانية إلى ملايين السوريين عبر معبر باب الهوى على الحدود مع تركيا 6 أشهر، ورحبت واشنطن بالقرار، في حين أكدت موسكو أن موافقتها لا تعني تغيير موقفها. ويسمح القرار بإدخال المساعدات الإنسانية عبر معبر باب الهوى من دون إذن من النظام السوري.

الأمم المتحدة تعلن عن "أحز أسبوع" في 2023

أظهرت بيانات أولية نشرتها المنظمة العالمية للأرصاد الجوية أن الأسبوع الأول من شهر يوليو هو أشد الأسابيع حرا على الإطلاق هذا العام. وقالت المنظمة العالمية للأرصاد الجوية في بيان، "شهد العالم لثمة الأسبوع الأشد حرا على الإطلاق، وفق بيانات أولية". بعدما تسبب تغير المناخ والمراحل الأولى من ظاهرة "ال نينو" في أن يكون شهر جوان الماضي الأشد حرا على الإطلاق.

وهذه البيانات هي أحدث حلقة في سلسلة من السجلات القياسية منذ مطلع العام، تشمل جيفا في إسبانيا وموجات حر شديد في الصين والولايات المتحدة. وأكدت المنظمة العالمية للأرصاد الجوية أن درجات الحرارة تصد تجاوز المستويات القياسية على اليابسة وفي المحيطات، مع "أثار مدمرة محتملة على النظم الإيكولوجية والبيئة".

وقال مدير خدمات المناخ في المنظمة كريستوفر هيويت، "نحن في الجبهول ويمكن توقع تجاوز المزيد من المستويات القياسية مع تطور ظاهرة إل نينو، وستمدت هذه التأثيرات حتى عام 2024. هذه أخبار مقلقة للعالم". وأشارت المنظمة العالمية للأرصاد الجوية إلى أنها اعتمدت بيانات مختلفة من شركاء حول العالم. وقالت خدمة "كوبرنيكوس" لمراقبة المناخ في أوروبا إن بياناتها أظهرت أنه من المرجح أن يكون الأسبوع الماضي الأشد حرا منذ بدء توثيق درجات الحرارة عام 1940.

عشرة قتلى في هجومين مسجلين بالإكوادور

قتل عشرة أشخاص وجرح عشرة آخرون بينهم أطفال في هجومين مسجلين وقعا الأحد في مدينة غواياكيل الإكوادورية الساحلية والتي تشهد أعمال عنف دموية بين عصابات المخدرات، وفق ما أعلن مسؤولون. ووقعت عمليات إطلاق النار في اثنين من الأحياء الفقيرة للمدينة التي شهدت منذ أبريل ثلاثة اعتداءات مماثلة على الأقل.

وأعلنت النيابة العامة أن عملية إطلاق النار الأولى وقعت في حيير سييتي لاغو في جنوب المدينة وأسفرت عن مقتل أربعة أشخاص وجرح عشرة بينهم أطفال يبلغون عامين و13 و14 عاما. أما عملية إطلاق النار الثانية فوالت في شمال غواياكيل، وقتل فيها ستة أشخاص.

رجاء

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

من ثمرات المراقبة

■ د. أيمن مهدي

المراقبة هي معرفة العبد أن الله مطلع على ظاهره وباطنه في كل وقت، وهي ثمرة علم العبد بأن الله معه وأن الله بكل شيء عليم، وأنه ما يلفظ من قول إلا لديه رقيب عتيد.

الطريق إلى الله

هل أحفك الشر يمرح في الأرض؟ هل أحسست بهزة الغضب وأنت ترى الظلم يقع عليك وعلى غيرك من بني البشر؟ هل رأيت أنه لا يجوز لك أن تسكت، وأنه ينبغي أن تتحرك وأنك أنت - أنت قبل غيرك - ينبغي أن تقول لهذا الشر مكانك، فقد جاوزت حدك؟ وهل علمت أنك لا شك متعرض لتلاذي حين لا تسكت على الظلم، وحين تأخذ على عاتقك أن تقاومه وتعرض سبيله؟ وهل علمت أن الأذى قد يشتد عليك حتى ليسلك الراحة والأمن وورغد العيش.. وقد يسلك الحياة.. ثم ظلت تنسك على غضبها، وعلى عزيمتها في الوقوف للظلم وصد العدوان؟ إنها الطريق إلى الله.

* المفكر محمد قطب رحمه الله



ومن ثمرات المراقبة في الدنيا؛ ترك الذنوب في السر والعلن، وإحسان العمل وإتقانه، والإخلاص في القول والعمل. ومن ثمراتها في الآخرة؛ دخول الجنة، قال تعالى: ﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ. فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ﴾.

راع من الجبل، فقال له: يا راعي، بعني شاة من هذه الغنم؟ فقال: إني مملوك. فقال - مختبراً إياه -: قل لسيدك: أكلها الذئب؟ قال: فأين الله؟ فبكى عمر رضي الله عنه ثم غدا إلى المملوك فاشتراه من مولاه، وأعتقه وقال: "أعتقتك في الدنيا هذه الكلمة، وأرجو أن تمتك في الآخرة".

قال الله تعالى: ﴿وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ﴾، وقال تعالى: ﴿وَأَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي أَنْفُسِكُمْ فَاحْزَنُوا﴾. وفي حديث جبريل المشهور أنه سأل رسول الله صلى الله عليه وسلم عن الإحسان، فقال: "أن تعبد الله كأنك تراه، فإن لم تكن تراه فإنه يراك" رواه مسلم.

فمتى علم العبد أن الله معه في كل وقت، وهو عالم بسرّه وعلنه؛ راقبه واستحيا منه، وأقلع عن المعاصي والذنوب حياءً من الله وخوفاً منه، فيستقيم أمره، فينال عز الدنيا وسعادة الآخرة. قال تعالى: ﴿وَمَا تَكُونُ فِي شَأْنٍ وَمَا تَتْلُو مِنْهُ مِنْ قُرْآنٍ وَلَا تَعْمَلُونَ مِنْ عَمَلٍ إِلَّا كُنَّا عَلَيْكُمْ شُهُودًا إِذْ تُفِيضُونَ فِيهِ وَمَا يَعْزُبُ عَنْ رَبِّكَ مِنْ مِثْقَالِ ذَرَّةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَلَا أَصْغَرَ

الكشف الأعظم

اللهم ارزقني ييقين طفل.. هتفت طفلتني: يا رب أريد مطراً.. تساقطت حبات اللؤلؤ النقية على وجهها البريء. رددت: زيادة.. صار المطر أقوى، زيادة.. استمر، صاحت: شكراً.

دعائه أن يسامحه الله ويبين له علامة تدل على رضاه عنه، رجع إلى لندن وهو ينتظر ويبحث عن هذه العلامة دون أن يعرف كنهها.. خرج إلى الجمعة فوجد رجلاً أسود عند باب المسجد في حالة غضب، سأله: لم؟ أجاب: طلبت من الإمام أن يعلمني الإسلام لأدخل فيه فاشترط عليّ أن أتعلم الأوردية، وما شأنني أنا بها؟ أخذته أبو صالح إلى مجلسه وتعلما معاً قراءة الفاتحة وتشهد شهادة الحق، في هذا المجلس أعلن عشرات دخولهم في الإسلام.. على يد رجل بسيط مثلي.

غسلت وجهي وعبوني، وعدت من جديد إلى العيادة، فوجدت الأطباء في حالة انبهار، لقد تغير حال البنت واستعادت بعض حيويتها وجاوزت مرحلة الخطر، لم يطل بها المقام في المستشفى، وهي الآن بكامل صحتها تقيم في اليابان. كان هذا الموقف الذي هداه إلى الله، ثم إلى الإسلام.

ولديه مؤلفات قيمة في نقد الأنجيل، ومنها روايته: "اللفافة الثامنة"، وسألته عن قصة إسلامه؟ فقال: بحثت في الأديان كلها حتى وصلت إلى الإلحاد، رزقت طفلة مريضة بالقلب، وبعد أيام أخبرني الأطباء بأنها حالة ميؤوس منها، ورأيت جسمها أزرق اللون، خرجت والدموع في محارجي، وذهبت إلى غرفة العبادة، ووجدتني أنجبي الخالق بلهفة وأقول: إن كنت تسمعي فساعدني، وكن معي، وسوف أشكرك وأبحث عنك وأعبدك..

■ د. سلمان العودة

كانت تعتقد أن الذي يحدث هو تجاوب فوري مع التماسها، ما الذي يمنع من تصور كهذا؟ - زارني د. لورنس براون؛ (وهو طبيب عيون أمريكي مقيم في المدينة النبوية،

خطان متوازيان

■ د. جمال الباشا

دعوة نبينا عليه الصلاة والسلام تقوم على ساقين: "يزكيهم ويعلمهم". فالترزية لن تكون بغير علم، والعلم النافع لا يتحصل إلا بالترزية، وهكذا فالعلاقة بينهما طردية، زيادة أحدهما تؤثر في زيادة الآخر، ونقصانه يؤثر في نقصانه، وإرتقاء سلم الصلاح إنما يكون بتناوب الخطوتين ومحال أن يكون بقدّم واحدة. إن الانشغال بالعلم المجرد عن تهذيب السلوك يورث آفات قلبية باطنية هي أخطر من آفات الجوارح الظاهرة.

والانشغال بالثاني عن الأول ضلالٌ يورث صاحبه سبيل التيه والعمى. والناس هنا أربعة: أكملهم، من جمع بين العلم والترزية، وهو سبيل أهل الهدى والرشاد، فهو يعلم، ويعمل بما يعلم فيورثه الله علم ما لم يعلم، فهو يقني الله ويعلمه الله. وشهرهم من فقد الثنتين، فلا رشاد عقل ولا صلاح نفس، وأولئك كالأنعام بل هم أضلّ. والثالث، وهو حال طالِب المسائل والفروع العلمية، الذي حظّه منها

هل كان اسم محمد موجوداً قبل النبي الكريم؟

محمد هو أشهر أسماء النبي -صلى الله عليه وسلم-، وقد سمي بعض العرب أبناءهم بهذا الاسم لما سمعوا من الكهان ومن أخبار اليهود أن نبياً سيبعث في هذا الزمان اسمه محمد، فرجوا أن يكون منهم، ولكن لم يدع واحد من هؤلاء النبوة قط.

وقد اختلف العلماء في تعداد من تسمى من أبناء الجاهلية بهذا الاسم، فذهب الإمام السهيلي صاحب الروض إلى أنهم ثلاثة، فقال في "الروض الأنف" (2/96 ط. دار إحياء التراث العربي-بيروت): لا يعرف في العرب من تسمى بهذا الاسم قبلة - صلى الله عليه وسلم - إلا ثلاثة طمخ آبائهم حين سمعوا بذكر محمد -صلى الله عليه وسلم- ويغرب زمانه وأنه يبعث في العجاز أن يكون ولداً لهم. ذكرهم ابن قورق في كتاب الفصول، وهم: محمد بن سفيان بن مجاشع، جد جد الفرزدق الشاعر،

وآخر: محمد بن أحيحة بن الجلاح بن الحرش بن جمح بن كلفة بن عوف بن عمرو بن عوف بن مالك بن الأوس، والآخر: محمد بن حمران بن زبيعة، وكان أباء هؤلاء الثلاثة قد وفدوا على بعض الملوك، وكان عنده علم من الكتاب الأول، فأحبرهم بمبعث النبي - صلى الله عليه وسلم - وبأسمه، وكان كل واحد منهم قد خلف امرأته حاملاً، فنذر كل واحد منهم إن ولد له ذكر أن يسميه محمداً، ففعلوا ذلك.

وقد تعقب الحافظ ابن حجر في "فتح الباري" (6/556 ط. دار المعرفة-بيروت) السهيلي في ذلك، فقال: وسبق خالوي في كتاب ليس وهو حصر مردود وذهب القاضي عياض إلى أن تعدادهم ستة لا سابع لهم، فقال في "الشفاء بتعريف حقوق المصطفى" (1/446 ط. دار الفيحاء-عمان): وكذلك: "محمد"

اعتبر الرجل أن هذه رسالة موحية بقبوله وفتح الباب له، وهو باب مفتوح أبداً لا يغلق حتى تطلع الشمس من مغربها!

حين تملك قلباً حياً يستشعر الوجود الإلهي في كل حركة وسكنة -أو يحاول-

فسوف تتغير رؤيتك للحياة وأحداثها، وتختلف موازينك وقيمك ومعايير القبول والرد عندك..

حين تتعامل مع

الصبر على الأذى

درجاتهم، ويكفر من سيئاتهم، وليزداد بذلك إيمانهم، ويتم به إيقانهم، فإنه إذا أخبرهم بذلك ووقع كما أخبر قالوا هذا ما وعدنا الله ورسوله، وصدق الله ورسوله، وما زادهم إلا إيماناً وتسليماً.

ومنها: أنه أخبرهم بذلك لتتوطن نفوسهم على وقوع ذلك، والصبر عليه إذا وقع؛ لأنهم قد استعدوا لوقوعه، فيهون عليهم حمله، وتخف عليهم مؤنته، ويلجأون إلى الصبر والتقوى، ولهذا قال: ﴿وان تصبروا على ما نالكم في أموالكم وأنفُسكم، من الابتلاء والامتحان وعلى أذية الظالمين، وتتقوا الله في ذلك الصبر بأن تتوا به وجه الله والتقرب إليه، ولم تتعدوا في صبركم الحد الشرعي من الصبر في موضع لا يحل لكم فيه الاحتمال، بل وظيفتكم فيه الانتقام من أعداء الله.

﴿فإن ذلك من عزم الأمور﴾ أي: من الأمور التي يعزم عليها، وينافس فيها، ولا يوفق لها إلا أهل العزائم والهمم العالية كما قال تعالى: ﴿وما يلقاها إلا الذين صبروا، وما يلقاها إلا ذو حظ عظيم﴾.

قال الله تعالى: ﴿لَتُبْلَوُنَّ فِي أَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ وَلَتَسْمَعُنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذًى كَثِيرًا وَإِنْ تَصَبَرُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ﴾ (آل عمران: 186).

قال الشيخ عبدالرحمن السعدي في تفسيره:

يخبر تعالى ويخاطب المؤمنين أنهم سيبتلون في أموالهم من النفقات الواجبة والمستحبة، ومن التعريض لإتلافها في سبيل الله، وفي أنفسهم من التكليف بأعباء التكليف الثقيلة على كثير من الناس، كالجهد في سبيل الله، والتعرض فيه للتعب والقتل والأسر والجراح، وكالأمراض التي تصيبه في نفسه، أو فيمن يجب.

ولتسمعن من الذين أوتوا الكتاب من قبلكم، ومن الذين أشركوا أذى كثيراً من الطعن فيكم، وفي دينكم وكتابكم ورسولكم.

وفي إخباره لعباده المؤمنين بذلك، عدة فوائد:

منها: أن حكيمته تعالى تقتضي ذلك، لتمييز المؤمن الصادق من غيره.

ومنها: أنه تعالى يقدر عليهم هذه الأمور، لما يريد بهم من الخير ليعلي

رجاء

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

أفضل طريقة لاغتنام دقيقة



26. تميط الأذى عن الطريق في دقيقة.
27. اغتنام الدقيقة الواحدة يبعث على اغتنام غيرها من الأوقات الطويلة المهدرة « للشيخ الدكتور محمد بن إبراهيم الحمد

قصة من مرّق المصحف فأهلكه الله بعد أيام
حكى المأوردي في كتاب (أدب الدنيا والدين) أن: الوليد بن يزيد بن عبد الملك تفاعل يوماً في المصحف فخرج له قوله عز وجل: «وَأَسْتَفْتَحُوا وَخَابَ كُلُّ جَبَّارٍ عَنِيدٍ فَمَرَّقَ الْمُصْحَفَ وَأَشْأَ يَقُولُ: أَتَوَعِدُ كُلَّ جَبَّارٍ عَنِيدٍ فَهَذَا أَنَا ذَلِكَ جَبَّارٌ عَنِيدٌ إِذَا مَا جِئْتُ رَبِّكَ يَوْمَ حَشْرٍ فَقُلْ يَا رَبِّ مَرَّقَنِي الْوَلِيدُ فَلَمْ يَلْبَثْ إِلَّا أَيَّامًا حَتَّى قُتِلَ شَرًّا قَتْلَةً، وَصَلِبَ رَأْسُهُ عَلَى قَصْرِهِ، ثُمَّ عَلَى سُورِ بَلَدِهِ» الجامع لأحكام القرآن (350/9)».

• إعداد: أبو عبد العزيز الجزائري

16. في دقيقة واحدة ينبعث قلبك إلى شكر الله ومحبه، وخوفه، ورجائه والشوق إليه، فتقطع مراحل في العبودية، وقد تكون حينئذٍ مستلقياً على فراشك أو سائراً في طريقك.
17. في الدقيقة الواحدة تستطيع أن تقرأ أكثر من صفحتين من كتاب مفيد يسير الفهم.
18. في الدقيقة الواحدة تستطيع أن تصل رحمك عبر الهاتف.
19. ترفع يديك وتدعو بما شئت من جوامع الدعاء في دقيقة.
20. تسلم على عدد من الأشخاص وتصافحهم في دقيقة.
21. تنهى عن منكر في دقيقة.
22. تأمر بمعروف في دقيقة.
23. تقدم نصيحة لأخ في دقيقة.
24. تشفع شفاعة حسنة في دقيقة.
25. تواسي مهموماً في دقيقة.

«فيما يلي من أسطر ذكر لمشاريع استثمارية تستطيع إنجازها في دقيقة واحدة بإذن الله: 1. في دقيقة واحدة تستطيع أن تقرأ سورة الفاتحة (7) مرات سرداً وسراً، وحسب بعضهم حسنات قراءة الفاتحة فإذا هي أكثر من (1400) حسنة؛ فإذا قرأتها (7) مرات يحصل لك بإذن الله أكثر من (9800) حسنة، وكل هذه في دقيقة واحدة. 2. في دقيقة واحدة تستطيع أن تقرأ سورة الإخلاص (قل هو الله أحد) (20) مرة سرداً وسراً، وقرأتها مرة واحدة تعدل ثلث القرآن، فإذا قرأتها (20) مرة فإنها تعدل القرآن (7) مرات، ولو قرأتها كل يوم في دقيقة واحدة (20) مرة لقرأتها في الشهر (600) مرة، وفي السنة (7200) مرة، وهي تعد في الأجر قراءة القرآن (2400) مرة. 3. تقرأ وجهاً من كتاب الله في دقيقة. 4. تحفظ آية قصيرة من كتاب الله في دقيقة. 5. في الدقيقة الواحدة تستطيع أن تقول: لا إله إلا الله وحده لا شريك له، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير (20) مرة، وأجرها كعتق (8) رقاب في سبيل الله من ولد إسماعيل. 6. في دقيقة واحدة تستطيع أن تقول: سبحان الله ويحمده (100) مرة، ومن قال ذلك في يوم غفرت ذنوبه وإن كانت مثل زبد البحر. 7. في دقيقة واحدة تستطيع أن تقول: سبحان الله ويحمده سبحان الله العظيم (50) مرة، وهما كلمتان خفيفتان على اللسان، ثقيلتان في الميزان، حبيبتان إلى الرحمن، كما روى البخاري ومسلم. 8. قال (: «لأن أقول: سبحان الله، والحمد لله، ولا إله إلا الله، والله أكبر أحب إليّ مما طلعت عليه الشمس» رواه مسلم، وفي الدقيقة الواحدة تستطيع أن تقول هذه الكلمات جميعاً أكثر من

لماذا تقرأ سورة الكهف يوم الجمعة؟

عَبَّاتُكَ عَمَّهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَا تَطْعُ مَنْ أَعْمَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا (الكهف: 28).
2- معرفة حقيقة الدنيا: (واضرب لهم مثل الحَيَاةِ الدُّنْيَا كَمَا أَنزَلْنَاهُ مِنَ السَّمَاءِ فَاخْتَلَطَ بِهِ نَبَاتُ الْأَرْضِ فَأَصْبَحَ هَشِيمًا تَذْرُوهُ الرِّيَّاحُ وَكَانَ اللَّهُ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ مُّقْتَدِرًا).
3- التواضع: (قال ستجدني إن شاء الله صابراً ولا أعصي لك أمراً).
4- الإخلاص: (قُلْ إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ يُوحَى إِلَيَّ أَنَّمَا إِلَهُكُمُ إِلَهُ وَاحِدٌ فَمَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا).

فهل عرفتم سر قراءة سورة الكهف يوم الجمعة ودورها في الوقاية من فتن الدنيا وفي العصمة من المسيح الدجال!!
(اللهم نجنا من الفتن ما ظهر منها وما بطن).

حاول تحريف القرآن
قصة اليهودي الذي أسلم بعد
أن حرق التوراة والإنجيل

كَانَ لِلْمَأْمُونِ - وَهُوَ أَمِيرٌ إِذْ ذَلِكَ - مَجْلِسٌ نَطَرَ، فَدَخَلَ فِي جُمْلَةِ النَّاسِ رَجُلٌ يَهُودِيٌّ حَسَنَ النَّوْبِ حَسَنَ الْوَجْهِ طَيِّبَ الرَّائِحَةِ، قَالَ: فَتَكَلَّمَ فَأَحْسَنَ الْكَلَامَ وَالْعِبَارَةَ، قَالَ: فَلَمَّا أَنْ تَقَوَّضَ الْمَجْلِسُ دَعَاهُ الْمَأْمُونُ فَقَالَ لَهُ: إِسْرَائِيلِيُّ؟ قَالَ نَعَمْ. قَالَ لَهُ: أَسْلِمْتَ حَتَّى أَفْعَلَ بِكَ وَأَصْنَعُ، وَوَعْدَةٌ، فَقَالَ: دِينِي وَدِينُ آبَائِي، وَأَنْصَرَفَ. قَالَ: فَلَمَّا كَانَ بَعْدَ سَنَةٍ جَاءَنَا مُسْلِمًا، قَالَ: فَتَكَلَّمَ عَلَيَّ فَقَسَمَ بِاللَّحْمِ، فَلَمَّا تَقَوَّضَ الْمَجْلِسُ دَعَاهُ الْمَأْمُونُ وَقَالَ: أَلَسْتَ صَاحِبًا بِاللَّامِسِ؟ قَالَ لَهُ: بَلَى. قَالَ: فَمَا كَانَ سَبَبَ إِسْلَامِكَ؟ قَالَ: أَنْصَرَفْتُ مِنْ حَضْرَتِكَ فَأَحْبَبْتُ أَنْ أَمْتَحِنَ هَذِهِ الْأَدْيَانَ، وَأَنْتَ مَعَ مَا تَرَانِي حَسَنَ الْخَطِّ، فَعَمَدْتُ إِلَى التُّورَةِ فَكَتَبْتُ ثَلَاثَ نُسُخٍ فَزِدْتُ فِيهَا وَنَقَصْتُ، وَأَدْخَلْتُهَا الْكَنِيسَةَ فَاشْتَرَيْتُ مِثِّي، وَعَمَدْتُ إِلَى الْقُرْآنِ فَعَمَلْتُ ثَلَاثَ نُسُخٍ وَزِدْتُ فِيهَا وَنَقَصْتُ، وَأَدْخَلْتُهَا الْوَرَقَاتِ فَتَصَفَّحْتُهَا، فَلَمَّا أَنْ وَجَدُوا فِيهَا الرِّيَادَةَ وَالنَّقْصَانَ رَمَوْا بِهَا فَلَمْ يَشْرُوهَا، فَعَمَلْتُ أَنَّ هَذَا كِتَابٌ مَحْفُوظٌ، فَكَانَ هَذَا سَبَبَ إِسْلَامِي «الجامع لأحكام القرآن (10/6)».

رغم تذكرة صاحبه... هلاك الزرع والثمر... الندم حين لا ينفع الندم إقارب النجاة منها: (معرفة حقيقة الدنيا).
3- موسى والخضر
فتنة العلم
عندما سئل موسى من أعلم أهل الأرض فقال أنا؛ فأوحى الله إليه أن هناك من هو أعلم منك فسافر إليه موسى ليتعلم منه كيف أن الحكمة الإلهية قد تغيب أحياناً ولكن مدبرها حكيم.. مثال: السفينة.. الغلام
قارب النجاة منها: (التواضع).
4- ذي القرنين _ فتنة السلطة
قصة الملك العظيم الذي جمع بين العلم والقوة وطاف الأرض يساعد الناس

وينشر الخير في ربوعها.. تغلب على مشكلية بأجوج ومأجوج ببناء السد واستطاع توظيف طاقات قوم لا يكادون يفقهون قولاً إقارب النجاة منها: (الإخلاص).
في وسط السورة يظهر أن إبليس هو المحرك الأساسي للفتن (أفتتخذونه وذريته أولياء من دوني وهم لكم عدو بشئ للظالمين بدلاً)
ما علاقة سورة الكهف بالمسيح الدجال؟
سيظهر الدجال قبل القيامة بأربع فتن: 1- يطلب من الناس عبادته من دون الله (فتنة الدين).
2- سيأمر السماء بالمطر ويقتن

سورة الكهف تشمل:
4 قصص _ 4 فتن _ 4 قوارب نجاة
1- أصحاب الكهف
فتنة الدين
قصة شباب مؤمنين كانوا يعيشون في بلدة كافرة فعمروا على الهجرة والفرار بدينهم بعد مواجهة بينهم وبين قومهم؛ كإفهام الله برحمة الكهف ورعاية الشمس... استيقظوا فوجدوا القرية مؤمنة بكاملها إقارب النجاة منها: (الصحة).
2- صاحب الجنتين _ فتنة المال والولد
قصة رجل أنعم الله عليه فنسى إهوان النعمة فطغى وتجراً على ثواب الإيمان بالطلعن والشك ولم يحسن شكر النعمة

رسالة إلى كل زوج
نصائح من ذهب..

اختارتك على أهلها فإنها ستبقى في كمد تنقل عدواها، حياتك اليومية.
والسابعة:
إن المرأة خلقت من ضلع أعوج وهذا سر الجمال فيها، وسر الجذب إليها وليس هذا عيباً فيها "فالحاجب زينته العوج"، فلا تحمل عليها إن هي أخطأت حملة لا هوادة فيها تحاول تقييم المعوج فتكسرهما وكسرهما طلاقها، ولا تتركها إن هي أخطأت حتى يزداد اعوجاجها وتتوقع على نفسها فلا تلتن لك بعد ذلك ولا تسمع إليك، ولكن كن دائماً معها بين بين.
أما الثامنة:
إن النساء جبلن على كُفر العشير وجُحَدان المعروف، فإن أحسنت لإحداهن دهرًا ثم أسأت إليها مرة قالت: ما وجدت منك خيراً قط، فلا يحملتك هذا الخلق على أن

وأما الرابعة:
إن النساء يُحِبْنَ من الزوج ما يحب الزوج منهن من طيب الكلام وحسن المنظر ونظافة الثياب وطيب الرائحة فكن في كل أحوالك كذلك.
أما الخامسة:
إن البيت مملكة الأنثى وفيه تشعر أنها متربعة على عرشها وأنها سيدة فيه، فإنك إن تهدم هذه المملكة التي تعيشها، وإياك أن تحاول أن تزيجها عن عرشها هذا، فإنك إن فعلت نازعتها ملكها، وليس لملك أشدّ عداوة ممن ينازعه ملكه.
أما السادسة:
إن المرأة تحب أن تكسب زوجها ولا تخسر أهلها، فإنك إن تجعل نفسك مع أهلها في ميزان واحد، فإنما أنت وإمّا أهلها، فهي وإن

هذه وصية الإمام الشيخ ابن حنبل لابنه يوم زواجه، رحمة الله، وهي وصية تستحق أن تكون رسالة إلى كل زوج أو مقبل على الزواج:
قال الإمام الشيخ ابن حنبل مخاطباً ولده:
أي بني: إنك لن تتال السعادة في بيتك إلا بعشر خصال تمنحها لزوجك فاحفظها عني واحرص عليها:
أما الأولى والثانية:
إن النساء يحببن الدلال ويحببن التصريح بالحب، فلا تبخل على زوجتك بذلك، فإن بخلت جعل بينك وبينها حجاباً من الجفوة ونقصاً في المودة.
وأما الثالثة:
إن النساء يكرهن الرجل الشديد الحازم ويستخدمن الرجل الضيف اللين فاجعل لكل صفة مكانها فإنه أدعى للحب وأجلب للطمأنينة.

ظالمعوا جريدة

AKHBARELYOUM
أخبار اليوم

على الموقع

الإلكتروني

www.akhbarelyoum.dz

ضرورة للوقاية من ضربات الشمس

موجة الحر تنعش تجارة القبعات الصيفية



تلك الأماكن، فهي تحمي فروة الرأس والوجه من وهج الشمس وأضرارها، كما ينصح الأطباء بضرورة الاحتفاء بالقبعات بالنسبة للجنسين معا ومختلف الفئات العمرية في ظل موجة الحر الشديدة التي تشهدها مختلف ربوع الوطن في هذه الايام.

لون البشرة واسمرار بعض الأجزاء منها، وتعرضها للالتهاب والترهل أحيانا. ومن الضروري في فصل الصيف وفي خضم انطلاق الرحلات والنزهات والذهاب للشاطئ، تحضير كل ما يلزم من ملابس مناسبة وكريمات للبشرة والشعر، كما تعتبر القبعات الصيفية قطعة ضرورية في

لم يعد ارتداء القبعة مقتصرًا على الرجال بل زحفت موضة ارتداء القبعات إلى النسوة، بحيث ومع ارتفاع درجات الحرارة انتعشت تجارة القبعات الصيفية النسوية منها والرجالية، إذ اصطفت عبر المحلات وطاولات البيع لاسيما وأنها وسيلة ضرورية للاحتفاء من أشعة الشمس وتجنب ضرباتها وأعراضها الخطيرة.

القبعة التي طفت في الفترة الحالية لاسيما مع الطقس الحار في فصل الصيف، بحيث تنوعت أشكالها وألوانها وقالت إنها تملك قبعتين ولا تستغني عن ارتداء القبعة في فصل الصيف ليس فقط لغرض جمالي وإنما لدواعي صحية وحماية الرأس والعينين وجلد البشرة من أشعة الشمس الحارقة.

أنافة وصحة

القبعة من الإكسسوارات الصيفية التي لا تستغني عنها المرأة، سواء خلال الخرجات اليومية أو عند الذهاب إلى الشاطئ، وعلى الرغم من أنها ضرورة لتكلمة الأنافة إلا أن هناك حاجة صحية ماسة لارتدائها، فهي تحمي البشرة من التعرض المباشر لأشعة الشمس، الأمر الذي يتسبب في تلف خلايا البشرة، وشيخوخة الجلد، وظهور التجاعيد وتغير

السكرى والضغط الدموي، اقتربنا من بعض النسوة وهن يشتري القبعات لمعرفة دوافع اقبالهن المتزايد على القبعة على الرغم من أنها كانت فيما سبق تعرف اقبالا محتشما، فأجمعن على أنها صارت ضرورية للحماية من الشمس. تقول السيدة ربيعة، وهي في العقد الخامس، إنها وجدت نفسها تسارع إلى اقتناء قبعة من المحل في ظل الحرارة المرتفعة من أجل حماية رأسها من ضربة الشمس، فالخمار لا يكفي، كما أنها تعاني من ارتفاع الضغط وتتحوف من اي طارئ يلحقها عبر الشارع وهي تسير، كالإغماء أو عدم التوازن ووجدت ان القبعة صارت أكثر من ضرورة ووجب لبسها من طرف الجميع نسوة ورجال للاحتفاء من الشمس.

النسوة ريمة طالبة قالت إنها واكبت موضة

ارتداء قبعة نسوية لم يعد موضة بل أضحت ضرورة حتمية في ظل الحرارة المرتفعة بحيث تنتعش تجارتها صيفا وأضحت من الإكسسوارات الملزمة خاصة في ظل الحرارة المرتفعة التي تشهدها هذه الايام.

إقبال كبير

اصطفت القبعات النسوية عبر المحلات وطاولات البيع ومنها حتى تلك المخصصة للأطفال من جنس الإناث، بحيث تنوعت وكان الأقبال عليها كبيرا في ظل حرارة شديدة تستدعي ارتداء القبعة على الكل رجالا ونساء وأطفالا.

وعلى الرغم من ان القبعة هي موضة جديدة بين النسوة في مجتمعنا الا انها اضحت اجبارية لدواعي صحية وللوقاية من اشعة الشمس خاصة بالنسبة المصابين بالأمراض المزمنة على غرار

أخطاء تتسبب في رفع مستويات الغلوكوز في الدم..

منها إهمال النوم

يؤدي عدم الحصول على قسط كافٍ من النوم إلى إعاقة الوظائف الهرمونية المؤدية إلى المتلازمات الأيضية. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يؤدي النوم السيئ أيضًا إلى عدم انتظام الساعة البيولوجية واختلالات هرمونية، مما يؤثر بشكل مباشر على مستويات الغلوكوز لديك.

عدم ممارسة الرياضة

يمكن أن يكون لممارسة الرياضة يوميًا لمدة 30-40 دقيقة آثار طويلة المدى على مستويات الغلوكوز لديك. يحتاج جسمك إلى طاقة إضافية من سكر الدم أو الغلوكوز عند ممارسة الرياضة. يمكن أن يساعدك المشي السريع أو الهولة بعد وجباتك على خفض ارتفاع الغلوكوز بعد الوجبة..

عدم شرب ما يكفي من الماء

الحفاظ على رطوبتك هو المفتاح لمنع العديد من المشكلات الصحية. يلعب الماء دورًا حيويًا في إدارة هرمونات الغلوكوز. يجب أن تشرب 8-12 كوب من الماء كل يوم. شرب كمية كافية من الماء يقي معدل الأيض تحت السيطرة ويقلل من تقلبات مستوى الغلوكوز بعد الوجبة. يساعد ترطيب نفسك بشكل صحيح أيضًا في إنقاص الوزن وهو أمر ضروري لمستويات السكر في الدم وصحة التمثيل الغذائي.

ذلك، تشير دراسة إلى أن الإجهاد يعطل مستويات الغلوكوز وأنشطة التمثيل الغذائي. علاوة على ذلك، فإن نفس الشيء يثبت أن عدم اتخاذ الخطوات المناسبة لإدارة الإجهاد والصحة العقلية يمكن أن يؤدي إلى أمراض مزمنة مثل ارتفاع السكر في الدم.

عدم الحفاظ على وزن الجسم السليم

تعد السمنة أو زيادة الوزن أحد أكبر أسباب التقلبات في مستويات السكر في الدم. يمكن أن يؤدي وزن الجسم الزائد إلى اختلالات التمثيل الغذائي المختلفة وارتفاع الغلوكوز بعد الوجبة. يساعد الحفاظ على جسم صحي في خفض ارتفاع الغلوكوز بعد الوجبة. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يساعد فقدان ما لا يقل عن 5-10 أرطال من وزن الجسم على إدارة مرض السكري بشكل أفضل والحفاظ على مستويات السكر في الدم تحت السيطرة.

إهمال نومك

عدم الحصول على قسط كافٍ من النوم يمكن أن يجعلك تشعر بالخمول طوال اليوم. من الضروري الحصول على ما لا يقل عن 7-8 ساعات من النوم لجسمك وعقلك للعمل بفعالية. تؤثر مدة نومك على استجابة مستويات الغلوكوز لديك. يمكن أن

الأطعمة المختلفة مستويات مختلفة من تقلبات الغلوكوز في جسمك. يمكن أن تمنحك مراقبة مستويات الغلوكوز لديك باستخدام نظامًا غذائيًا مناسبًا لما يمكنك تضمينه واستبعاده من نظامك الغذائي المتوازن. لا يمكن أن يكون النظام الغذائي هو نفسه بالنسبة للجميع لأن كل شخص لديه محفزات مختلفة من أطعمة مختلفة. لذلك، فإن استشارة أخصائي التغذية واستخدام جهاز المراقبة المستمرة للسكري سيسمحك بمعلومات مدعومة بالبيانات ونصائح مناسبة حول الحفاظ على مستويات السكر في الدم. ومع ذلك، يمكنك اتباع بعض الإرشادات الغذائية مثل تناول أطعمة نشوية أقل، واستهلاك كميات أقل من السكر الاصطناعي أو المحليات، والتخلص من الأطعمة الزيتية والمكررة، والحد من تناول الكربوهيدرات الزائدة، وما إلى ذلك.

تجنب الإجهاد وقضايا الصحة العقلية

تعتبر إدارة الإجهاد أمرًا مهمًا جدًا لجسمك ليعمل بشكل صحيح، وليس فقط مستويات الغلوكوز لديك. بالإضافة إلى

الحفاظ على مستوى ووزن صحي للغلوكوز. لذلك من الضروري معرفة الفرق بين الدهون الصحية وغير الصحية.

الدهون الصحية هي دهون متعددة غير مشبعة وحيدة غير مشبعة. هذه الدهون مفيدة جدًا في الوقاية من مرض السكري من النوع 2، وارتفاع مستويات السكر في الدم، واضطرابات التمثيل الغذائي الأخرى. بالإضافة إلى ذلك، تعتبر الدهون الصحية مفيدة لصحة القلب ومستويات الكوليسترول.

بعض أفضل مصادر الدهون الصحية هي الأفوكادو والسلمك وبذور الشيا والشوكولاتة الداكنة والبيض.

عدم وجود وجبات متوازنة

يلعب النظام الغذائي دورًا حيويًا في مكافحة أي مرض. وتعتمد التقلبات في مستويات الغلوكوز إلى حد كبير على ما تأكله، يمكن أن يؤدي عدم تضمين الفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة الضرورية في نظامك الغذائي إلى تقلب مستوى الغلوكوز وإبطاء عملية التمثيل الغذائي. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تسبب

سكر الدم أو غلوكوز الدم هو نوع من السكر الذي ينقله مجرى الدم إلى خلايا الجسم وهو ضروري لتزويد الطاقة، ينظم سكر الدم العديد من الوظائف في جسمك. لذلك، فإن الحفاظ على مستويات السكر في الدم في نطاق ثابت أمر ضروري للحفاظ على عمل جسمك بشكل صحيح.

الطريقة الأكثر فعالية للحفاظ على مستوى الغلوكوز الصحي هي مراقبة تقلبات الغلوكوز وكمية السكر التي ينقلها الدم في لحظة واحدة.

فيما يلي بعض الأخطاء التي يجب عليك تجنبها أو البحث عنها للحفاظ على مستويات الغلوكوز لديك تحت السيطرة:

القضاء التام على الدهون

غالبًا ما يعتقد الناس أن التخلص من جميع أنواع الدهون من نظامهم الغذائي سيساعدهم في الحفاظ على وزنهم وارتفاع مستوى الغلوكوز. هذا صحيح جزئيًا لأنه يجب عليك تناول الدهون المطلوبة للحفاظ على مستويات الغلوكوز والوزن.

ومع ذلك، ليست كل الدهون سيئة، ويسيساعدك تناول الدهون الجيدة في

حيل للتخلص من رائحة السمك

تدابير منزلية



بالمنز، كما ينصح باستخدام الليمون في تنظيف السمك أيضاً.

أوراق الميرمية

تعمل أوراق الميرمية على التخلص من الروائح الكريهة بشكل فعال، فقومي بوضع وعاء من الماء وقومي بوضع أوراق الميرمية واتركي الوعاء حتى الغليان. ثم قومي بعدها بتهدئة النار ستجدين أن رائحة السمك الكريهة قد اختفت.

القرفة

تعد القرفة هي الأشهر في التخلص من الروائح الكريهة بشكل كبير، قومي بوضع حوالي 5 أعواد من القرفة في وعاء به ماء وتركها حتى تغلي وتتبخر. حيث يعمل هذا البخار على التخلص من رائحة السمك الكريهة بالمنزل.

التي قمتي باستخدامها في الطهي، ولا تجعلها تتراكم، لأنها تحتوي على بقايا السمك والزيت مما تجعل الروائح الكريهة منتشرة بشكل أكبر.

الخل

يتم استخدام الخل كثيراً للتخلص من الروائح الكريهة بشكل آمن جداً، اتركي وعاء من الخل على سطح المطبخ لمدة 12 ساعة حيث يعمل الخل على امتصاص الروائح الكريهة كرائحة السمك.

الليمون

ضعي وعاء به ماء وليمون طازج دون التخلص من قشر الليمون على النار واتركيه حتى يغلي. حيث أن بخار الليمون ذو الرائحة الذكية يعمل على امتصاص الروائح الكريهة

يعتبر السمك من الوجبات التي يفضلها الكثير، لأن طعمه شهوي، وسهل التحضير وله أكثر من طريقة للتحضير.

كما انه من الأطعمة التي تترك رائحة شهية عند وضعها على مائدة الطعام، ولكنها تترك روائح سيئة بعد تحضيرها خصوصاً في فصل الصيف حيث أن حرارة الجو تجعل رائحة السمك نفاذة بشكل كبير.

وتظل هذه الروائح عالققة في المنزل ويصعب التخلص منها، وهي من الأمور التي تزعجك دائماً أنت وأسرتك.

ففي حال كنت تحاولين دائماً التخلص من هذه الروائح ولا تعرفين كيف، نقدم لك بعض الطرق والنصائح للتخلص من رائحة السمك.

تهوية المنزل

يجب أن قومي بتهوية منزلك للتخلص من هذه الرائحة سريعاً، فقومي بفتح نافذة المطبخ وقومي بتشغيل شفاط المطبخ لجذب الروائح الكريهة خارجاً.

وإذا كان يتوفر لديك مكيف الهواء في المنزل قومي بفتحه، كل هذه الطرق ستساعدك على التخلص من رائحة السمك الكريهة سريعاً.

تنظيف المطبخ وقت تحضير السمك

نظفي البقع المتطايرة على المطبخ والفرن، وقومي بتنظيف الصحن والأواني

حمية اللحوم.. ماذا تعني وهل تفيد الجسم؟

المتبعة، واختلفت اليوم من حيث التسميات التي تطلق عليها فقط. - تقوم حمية اللحوم على تناول اللحوم الحمراء فقط وبعض الأسماك والدجاج، إضافة إلى الألبان والألبان قليلة اللاكتوز وكاملة الدسم وتغيير البقول والخضار.

- تختلف حمية الكيتو عن حمية اللحوم الحمراء باحتوائها على نسبة عالية من الدهون إضافة إلى البروتينات.

- الإكثار من تناول البروتين قد يتسبب في أضرار بالجسم.

- ينصح خبراء التغذية باتباع حمية البحر المتوسط، التي تعتمد أساساً على استهلاك نسب عالية من زيت الزيتون والبقوليات والحبوب والفواكه والخضراوات، وهي العناصر التي يحتاجها الجسم.

- رغم تجربة البعض لحميات عديدة، فإن بعضها يتطلب أن تكون تحت إشراف طبيب أو أخصائي التغذية.

- ضرورة القيام بالفحوصات اللازمة قبل الحمية للاطلاع على متطلبات الجسم من المواد الغذائية المختلفة والفيتامينات.

- أهمية التواصل مع الجسم ومع احتياجاته قبل وأثناء الحمية، وإيجاد البديل إن لزم الأمر.

قد يعتقد البعض أن اتباع نظام غذائي نباتي هو الأفضل للحفاظ على الصحة والرشاقة، إلا أن الخبراء ينفون ذلك ويوصون بتناول منتجات الألبان كاملة الدسم، ويعتبرونها واحدة من 6 أطعمة أساسية تعمل على تقليل الإصابة بأمراض القلب والسكري الدماغية.

ويوصي الخبراء بتناول اللحوم الحمراء، وأطلقوا على هذا النظام الغذائي اسم "بيور دايت" واعتبروه النظام المثالي.

ويتضمن هذا النظام أسبوعياً 3 حصص كاملة من البقوليات، و7 من المكسرات، وحصتين أو 3 من الأسماك، و14 حصة من منتجات الألبان كاملة الدسم.

فهل يمكننا الآن تناول أطعمتنا المفضلة بدسماها الكامل ببال مرتاح؟

- ظهور العديد من الدراسات الجديدة التي تحدد أنواع حميات غذائية معينة.

- ضرورة الاعتدال في الكميات المتناولة من اللحوم أو الألبان عند اتباع الحمية.

- يجب الالتزام بالكميات المحددة التي لا تتعدى كحد أدنى 70 غراماً من اللحوم و90 غراماً كحد أقصى يوميا.

- تعد حمية اللحوم من أولى الحميات

جولة السفراء في جنين طبخة بحص أم خطة عمل

الاعتقال والقتل والاعتقال والتضييق والهدم والمصادرة. إلا أنه ينبغي عدم التقليل من هذه الجولات أو الاستخفاف بها، بل يجب العمل على تنظيم المزيد منها، وتفعيلها واقتراح البرامج لها، وتسهيل جولاتها وتنظيم اللقاءات الشعبية لها، وتوفير الصور والوثائق الشواهد التي تؤيد الرواية الفلسطينية وتدعمها، فهذه الجولات وإن كانت تبدو منحازة وغير منصفة، وتوالي العدو وتحاييه، وتؤيده وتتفهم مخاوفه، وقد لا يكون جدوى منها إلا حجة وفداحة العدوان الإسرائيلي، لا تملك إلا أن تقف مع الشعب الفلسطيني، وتتعاطف معه وتؤيده في مواقفه، وتحمل الحكومة الإسرائيلية المسؤولية عن سياساتها وسلوكيات مستوطنيتها الموقلة في التطرف والعنصرية. وهو ما يغيظ الإسرائيليين ويزعجهم، ويفضح سياساتهم ويحرجهم، وقد سبق لهم أن قاموا باستدعاء عدد من سفراء بعض الدول الأجنبية المعتمدين لديهم، وسلموهم مذكرات استنكار وشجب لمواقفهم وتصريحاتهم التي يرونها تسيء إليهم وتحملهم المسؤولية عما يلحق بالفلسطينيين من أذى، ولعلنا نستطيع البناء على مواقف بعض الدول الأوروبية التي يبدو أنها تستطيع الخروج ولو نسبياً عن النمط القديم والإطار الأمريكي الغاشم الظالم المنحاز ظلماً للمكان الصهيوني.

تقوم بتنظيمها وزارة خارجية الكيان، بالتعاون مع الأجهزة الأمنية والمؤسسات الإعلامية، وتدعو إليها سفراء الدول الأجنبية لزيارة مستوطنات الغلاف والاستماع إلى شكاوى المستوطنين، والوقوف على ظروفهم الأمنية والتعرف على حالتهم النفسية، وتوظف مع الجولة فريقاً كبيراً من المرافقين الإعلاميين والأمنيين، الذين يوجهونهم ويسهلون تعميم ونشر مواقفهم، خاصة تلك التي تبرز مواقفهم الإنسانية المؤيدة للمستوطنين، وتلك التي تتفهم السياسات والمخاوف الإسرائيلية بسبب التهديدات الفلسطينية لهم. لا يبدو أن جولات السفراء المتعددة على المناطق الفلسطينية المنكوبة تجدي نفعاً، أو تثمر عن مواقف دولية صارمة ضد الحكومة الإسرائيلية، بل دليل أن الجرائم الإسرائيلية تكرر بصورة شبه يومية، واعتداءات المستوطنين الإسرائيليين لا تنتهي ولا تتوقف، بل أصبحت تتزايد بصورة لافتة وتنتقل من منطقة إلى أخرى، كما أن حملات سلطات الاحتلال الأمنية والعسكرية لا تتوقف، بل تواصل وتشتد، وتوغل أكثر في الدماء الفلسطينية، وتتمادي في سياسات

اجتياح ومداهمة، وقد رأوا عياناً حجم الدمار الذي خلفته قوات الاحتلال في المخيم، الذي تعرض للقصف من الجو بواسطة الطائرات الطوافة والمسيرة، واستمعوا إلى شهادات السكان وشكوى المواطنين الفلسطينيين وجلهم من اللاجئين، الذين أجبر عدد كبير منهم على مغادرة المخيم، ولمس السفراء حجم المعاناة الإنسانية التي يكابدها ويعاني منها سكان المخيم. من المؤكد أن سلطات الاحتلال الإسرائيلي غير راضية عن جولة السفراء، ولا تريد أي تعاطف منهم مع الفلسطينيين، ولا تمنى أن تصدر منهم مواقف تدنيها وتحملها المسؤولية عما يتعرض له الفلسطينيون، أو تستنكر عمليات الجيش والأجهزة الأمنية في المناطق الفلسطينية، وهي تحاول دائماً عرقلة جولاتهم، ولا تمنحهم الإذن بالقيام بها بسهولة، وتتنذر دائماً بخطورة الأوضاع الأمنية، وأنها تخشى على حياتهم وسلامتهم الشخصية، إلا أنها تخضع غالباً لرغبة السفراء الذين يتمتعون بالحصانة ولديهم بعض السيادة التي توفرها لهم القوانين الدبلوماسية المعمول بها والمتعارف عليها. بالمقابل تلجأ قوات الاحتلال الإسرائيلي إلى القيام بجولات معاكسة،

المستوطنين باجتياحها وإشعال النار في بيوتها وسيارات أهلها، وحرق أشجار البلدة وإتلاف حقولها ومحاصيلها، وإحداث دمار مهول فيها، وقد قدرت الخسائر المادية في حينها بأكثر من مائة مليون دولار، وأعلن السفراء خلال جولتهم أن ما رأوه جريمة ضد الإنسانية، ودعوا حكومات بلادهم إلى اتخاذ مواقف صارمة، وتوجيه تحذيرات وإنذارات مباشرة إلى الحكومة الإسرائيلية، التي تسمح للمستوطنين بالبعث والتخريب، وتقوم بحمايتهم والدفاع عنهم، ولا تحاول منعهم أو صدهم ومواجهتهم كما تفعل مع الفلسطينيين، الذين تستخدم ضدهم القوة المفرطة وتتعامل معهم بخشونة كبيرة، بينما تكون لطيفة مع المستوطنين وتسكت عن جرائمهم وتقوم بحمايتهم.

كانت زيارة مخيم جنين بعد العدوان الإسرائيلي الأخير عليه، هي آخر الجولات التي قام بها سفراء بعض الدول المعتمدين لدى الكيان الصهيوني، وكان قد سبق لهم زيارة المخيم نفسه أكثر من مرة، كما زاروا مخيم بلاطة ومدينة نابلس، وهما إلى جانب مخيم جنين من أكثر المناطق الفلسطينية تضرراً، التي تتعرض دائماً لعمليات



بقلم: مصطفى يوسف اللداوي

ليست المرة الأولى التي ينظم فيها بعض سفراء الدول الأوروبية وغيرها جولة على المناطق الفلسطينية المنكوبة جراء العدوان الإسرائيلي عليها، الذي يخلف وراءه دماراً واسعاً وخراباً كبيراً، فقد اعتادوا بعد كل اجتياح أو قصف على تنظيم جولات ميدانية، يطوفون فيها على المدن والبلدات والمخيمات الفلسطينية المتضررة، ويصطحبون معهم وسائل إعلامية محلية وعالمية، ومنذوبين عن مؤسسات دولية وهيئات رقابية أممية، إلا أنهم لا يصدر عن مواقف إعلامية، ولا ينددون بالممارسات الإسرائيلية، ولا يستنكرون عدوانهم، ولا يحملون سلطات الاحتلال المسؤولية عما أصاب المناطق الفلسطينية وأهلها، ويكتفون كما يقولون - برفع تقارير خاصة إلى مرجعياتهم في بلادهم، التي تقوم بتقدير الموقف واتخاذ القرارات المناسبة.

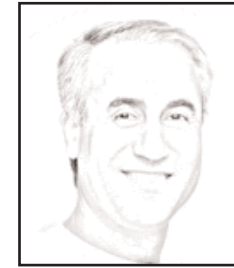
وقد سبق لهم القيام بجولة واسعة على بلدة حواره في نابلس، بعد قيام قطعان

65 ألف رجل أمن فلسطيني لم يطلقوا رصاصة واحدة!

12590، العميد 9874، العقيد 7841، المقدم 6093، الرائد 5097، النقيب 4355، الملازم الأول 3968، والملازم 3500. أما رواتب ضباط الصف والجنود بالشيفل فهي على النحو التالي: مساعد أول 3190، مساعد 2878، رقيب أول 2608، رقيب 2333، عريف 2142، الجندي 1943. وتبلغ ميزانية الداخلية والأمن - التي تأتي تحت برنامج باسم "ترسيخ الأمن وسيادة القانون" - في العام 2018 حوالي 3,5 مليار شيقل، منها 2,9 مليار شيقل رواتب وأجور، و19 مليون شيقل سفر ومهمات رسمية، و165 مليون شيقل نفقات تشغيلية، و21 مليون شيقل إيجارات، و60 مليون شيقل تحت بند أخرى (تشغيلية)، و150 ألف شيقل مكافآت للموظفين، و300 مليون شيقل المساهمات الاجتماعية، و4,5 مليون شيقل الأصول الثابتة، و5,3 مليون شيقل مخزون.

المخابرات والأجهزة الأمنية التي يعرفون دورها في اعتقال المقاومين وفي تزويدي استخبارات الاحتلال بآماكن تواجد المقاومين. ورغم ذلك فالمقاومة لا ترى على أن معركتها ليست السلطة الفلسطينية رغم أن السلطة تريد جر المقاومة للاشتباك مع عناصرها وإطلاق النار عليهم، تبقى بوصلة أسلحة المقاومة موجهة نحو الاحتلال. ولعلم فقط من بين الأجهزة الأمنية في السلطة يوجد 200 لواء، 410 عمداء، 2592 عقيدا، 4727 مقدا، 6107 رائد، 6402 نقيب، 5852 ملازم أول، 4689 ملازم، 3384 محسوبين على منظمة التحرير والصندوق القومي، والبقية تتراوح رتبهم من مساعد أول وحتى جندي، علماً أن عدد الجنود 4278 جندياً. وحول رواتب الضباط، فهي بالشيفل (دينار أردني يساوي خمسة شيقل إسرائيلي) على النحو التالي: اللواء

جاهزة لاستقبال أهالي مخيم جنين المتضررين في مقراتها. موقف يجعل المرء يحار ماذا عنه أو ماذا يفعل إزاء هذا الموقف المتخاذل المستفز، كنت تشاهد كل الجرائم التي ترتكب في المخيم ولديك كل هؤلاء العسكر والأسلحة ولم تتحرك فيك مشاعر الأخوة والدين والنخوة والوطنية. الآن أعريك في كل عواصم هذا الوطن العربي، كما قال الشاعر مظفر النواب، تتحرك دكة غسل الموتى أما أنتم لا تهتز لكم قصبه. تكروهون المقاوم الذي يحمل سلاحه دفاعاً عن الأرض والعرض وشرف الوطن والأمة، لأنه يعريك ويكشف سوءاتكم وعاركم. يتحصن الرجال الرجال ببنادقهم داخل المخيم، بينما تكثف جهود السلطة الفلسطينية والاحتلال لمطاردتهم وإلقاء القبض عليهم. لذلك لم يكن مستغرباً أن يكون أول رد فعل لأبناء مخيم جنين مهاجمة مقر



بقلم: علي سعادة

مخز جدا، هكذا فقط يوصف موقف الأجهزة الأمنية في السلطة الفلسطينية (الأمن الوقائي، الأمن الوطني، المخابرات العامة، الشرطة، الاستخبارات العسكرية، الحرس الرئاسي، الدفاع المدني، القوة التنفيذية) التي يزيد عددها عن 65 ألف عضو لم يطلقوا رصاصة واحدة على المحتل الذي مارس أمام أعينهم جميع جرائمه ضد شعبهم. والأخطر أنه مارس جرائمه في مناطق تخضع لحكم السلطة، نظرياً طبعاً، وتقع ضمن وظائفهم ومهامهم الأمنية، ومع ذلك لم يحاول ولا حتى شرطي واحد أن يطلق رصاصة واحدة ولو بطريق الخطأ. ويكل صلف وانعدام للمسؤولية يعلن مدير مخابرات جنين أن مخابرات جنين

مخيم جنين على خطى غزة



بقلم: عبد الله المجالي

أسفر العدوان الغاشم على مخيم جنين عن تدمير هائل في البيوت والبنى التحتية للمخيم الشاهد على النكبة الفلسطينية عام 1948، لكن المخيم بعد هذا العدوان لن يكون كما كان قبله. فشل العدوان في استئصال شأفة المقاومة، ويتحدث الإعلام الصهيوني عن زمان العملية القادمة!! ألا يذكركم هذا بشيء؟ أجل يذكر بـ"معضلة غزة"، تلك المعضلة التي أوجعت الصهاينة لدرجة أن أحد قادتهم تمنى أن يبتلع البحر غزة حتى يتخلص من هذا الصداق، لكن غزة ابتلعتها وابتلعت غيره، وبلغ الإحباط لديهم أن القرار الأفضل هو الهروب من هناك. نعم.. فشلت كل حلول الاحتلال العسكرية في غزة، لقد عمل على اقتحام مخيمات غزة كما يفعل الآن في جنين، لكنه في النهاية أعلن استسلامه وهرب. ستتستعيد المقاومة في مخيم جنين عافيتها سريعاً، وستراكم قوة على قوة، وستبذل أدوات جديدة، تماماً كما تستعيد المقاومة في غزة عافيتها بعيد كل عدوان غاشم، وربما يكرر الاحتلال حماقاته في المخيم، لكنه سيصطدم أخيراً بالمعادلة التي اصطدم بها في غزة. لا تستغربوا إذا استمرت المقاومة في جنين واشتد عودها وأثخن في العدو وصمدت أمام عمليات الاستئصال التي ستكرر وبأشكال مختلفة، أن يقرر الاحتلال الانسحاب منها كما انسحب من غزة.

هل تكسر "رام الله" ارتهاها للجدل الإسرائيلي الداخلي؟

تبحث عن أدوات اضافية تخفف من مستوى الضغط العسكري والسياسي والقانوني الناجم عن عملياتها التي ستفقد المزيد من الغطاء السياسي والقانوني المزعوم في حال تحييد وتغيب السلطة الفلسطينية. ختاماً.. ارتهان السلطة في رام الله للجدل الداخلي في الكيان الإسرائيلي لا يمكن كسر حلقاته المحكمة على رام الله الا بالتماهي مع مشروع المقاومة وتفعيل المؤسسات الشرعية عبر إعادة هيكلتها وعلى رأسها منظمة التحرير الفلسطينية الامر الذي لازال خياراً مستبعداً في رام الله رغم تقارب الزمان والمكان في الضفة الغربية بشكل يوحي بتغيرات محلية فلسطينية واخرى اسرائيلية لن تتمكن السلطة في رام الله مواكبتها بانتظار قرار من نتياهو وسموتريتش او منافسيهم في معسكر لايبيد وغانتس.

الغربية محل جدل كبير بين اليمين الفاشي والمؤسسة العسكرية من ناحية ومن ناحية اخرى بين اليمين الفاشي الديني بقيادة نتياهو واليمين المتطرف العلماني بقيادة غانتس ولايبيد. ورغم ان السلطة لازالت تحظى باهتمام المؤسسة العسكرية واليمين العلماني الا انه اهتمام اخذ بالتاكل والتراجع في مقابل رفض مطلق لهذ الدور من قبل اليمين الفاشي بقيادة بن غفير وسموتريتش وهو اتجاه يزداد تجذراً وقوة؛ ليعضاف الى سائر الازمات والاشكالات التي تواجهها السلطة والتي تتخذ طابع ذاتي وموضوعي يرتبط ببنيتها وهيكلها وبيئتها المحيطة سريعة التغير. مستقبل السلطة في رام الله بات رهينة الجدل والتدافع بين اقطاب اليمين الديني والعلماني وروية المؤسسة العسكرية التي

وتشغيل حقل الغاز مارينا في بحر غزة، وخصم بعض أموال الديون لصالح الحكومة الإسرائيلية مثل الكهرباء، و تسهيل خطوات حصول السلطة الفلسطينية على أموال الضرائب التي تجمعها سلطة الاحتلال لصالحها، واستعادة قيادات السلطة لتصاريح التنقل الخاصة التي تم الغائها في كانون الثاني الماضي قابلها سموتريتش و ايتمار بن غفير وزير الامن القومي بالرفض المطلق كشفت عن اتساع الفجوة بين المؤسسة السياسية والعسكرية حول الاستراتيجية الواجب اتباعها لمواجهة المشروع الاستيطاني والاحتلالي الذي يتبناه اليمين الإسرائيلي بكافة اطرافه. الخلاف حول دور السلطة في رام الله وامكانية الاعتماد عليها في فرض سياسة الامور الواقع الاسرائيلية في الضفة



بقلم: حازم عياد

نسف وزير مالية الاحتلال بتسليط سموتريتش اي امل ولو مؤقت للسلطة في رام الله للتعامل مع أزمة المالية؛ برفضه تقديم تسهيلات مالية؛ فلدى وصوله اجتماع الحكومة الفاشية صباح اليوم الاحد قال: "لن نقدم أي تسهيلات للفلسطينيين ولن يكون هناك أي شيء من هذا القبيل، نحن نرفض أي خطوات بهذا الشأن"، وأضاف: "لن يتم تحويل أغورة واحدة للسلطة، ولن يكون هناك أي إعفاء من الديون، سيدفعون كل ما عليهم". المقترحات التي أوصى بها الجهاز الأمني والعسكري بإقامة منطقة صناعية في "ترقوميا" بالقرب من مدينة الخليل

يتصدرها انتقال بول بوغبا

هذه أعلى 10 صفقات في تاريخ مانشستر يونايتد

يتربق عشاق نادي مانشستر يونايتد الإنجليزي، الصفقات الجديدة التي ستقوم بها إدارة الفريق من أجل دعم تشكيلة المدرب الهولندي، إريك تين هاغ، في فترة الانتقالات الصيفية الحالية، للمنافسة على الألقاب خلال الموسم الكروي المقبل، بما في ذلك الدوري الإنجليزي الممتاز ودوري أبطال أوروبا لكرة القدم.



سلّطت صحيفة "ذا صن" البريطانية، الضوء على ترتيب أعلى الصفقات التي قامت بها إدارة نادي مانشستر يونايتد عبر التاريخ، والتغيير الذي أحدثته قيمة انتقال الدولي الإنجليزي ماسون ماونت، إلى قلعة "أولد ترافورد"، في الميركاتو الصيفي الجاري.

بول بوغبا

تعتبر صفقة انضمام النجم الفرنسي بول بوغبا، إلى صفوف فريق "الشياطين الحمر"، في صيف 2016، قادماً من فريق جوفنتوس الإيطالي، الأعلى في تاريخ النادي الإنجليزي، وذلك بعدما بلغت قيمتها 89 مليون جنيه إسترليني، وكان يُنظر منه أن يساهم في إعادة الفريق إلى منصات التتويج من جديد، لكن تجربته التي استمرت لسنة مواسم لم تكن كما كان ينتظرها عشاق يونايتد، ليعود إلى جوفنتوس في صفقة انتقال حر، بعد نهاية عقده.

أنتوني

كانت ثاني أعلى الصفقات في تاريخ مانشستر يونايتد، في عهد المدرب الهولندي إريك تين هاغ، الذي قرّر التعاقد مع الجناح البرازيلي أنتوني، قادماً من صفوف فريق أجاكس أمستردام الهولندي، في الصيف الماضي، مقابل صفقة قياسية قدرت بحوالي 85,5 مليون جنيه إسترليني.

هاري ماغواير

بات النجم الإنجليزي هاري ماغواير، المدافع الأعلى في العالم، وفي المرتبة الثالثة كأعلى صفقات نادي مانشستر يونايتد، بعدما انضم إلى الفريق في العام 2019، قادماً من نادي ليستر سيتي الإنجليزي، مقابل 85 مليون جنيه إسترليني، لكن مستواه تراجع بشكل كبير

خاصة في الموسم الماضي، ومن المرجح أن يغادر الفريق خلال الميركاتو الصيفي الحالي.

روميلو لوكاكو

في المركز الرابع، حلّت الصفقة التي أبرمها نادي مانشستر يونايتد بالتعاقد مع المهاجم البلجيكي روميلو لوكاكو، في صيف 2017، مقابل 75 مليون جنيه إسترليني، إذ حظي ببداية جيدة كزميله ماغواير، قبل أن تنقلب الأمور رأساً على عقب، بمجرد إقالة المدرب البرتغالي جوزيه مورينيو، ووصول النرويجي أولي غونار سولشاير، ليتم بيعه إلى نادي إنتر ميلان الإيطالي بعد موسمين.

جادون سانشو

أما خامساً فتأتي صفقة تعاقد فريق مانشستر يونايتد مع الجناح الإنجليزي جادون سانشو، في العام 2021، قادماً من نادي بوروسيا دورتموند الألماني، مقابل 73 مليون جنيه إسترليني، ولا يزال المهاجم الشاب يحاول إثبات نفسه مع كتية فريق

"الشياطين الحمر"، والتأكيد على أنه يستحق البقاء داخل "أولد ترافورد".

كاسيميرو وماسون ماونت

تعاقدت إدارة نادي مانشستر يونايتد مع النجم البرازيلي كاسيميرو، الصيف الماضي، قادماً من نادي ريال مدريد الإسباني، مقابل 60 مليون جنيه إسترليني، وهي نفس القيمة التي دفعتها لفريق تشلسي الإنجليزي، مقابل التخلي عن خدمات نجم خط الوسط الإنجليزي ماسون ماونت، لتحلّ المرتبة السادسة بالتساوي في ترتيب أعلى الصفقات التي قام بها النادي الإنجليزي.

أنخيل دي ماريا

يأتي في الصف الثامن، تعاقد إدارة فريق مانشستر يونايتد مع الجناح الأرجنتيني أنخيل دي ماريا، صيف 2014، قادماً من نادي ريال مدريد الإسباني، في صفقة كلفت النادي حوالي 59,7 مليون جنيه إسترليني، ولكنه لم يستمر طويلاً، قبل رحيله صوب

من سانتياغو إلى أودريوزولا ..

نجوم ريال مدريد الحاصلون على تعليم عالٍ

يحملها، حيث نجح في دراسة اختصاصين، سانشيز، الذي أكمل دراسته العلمية، وحصل على شهادة في طب الأسنان من جامعة المكسيك الوطنية المستقلة. بدوره، برز فرناندو ريديونديو أسطورة منتخب الأرجنتين السابق مع ريال مدريد في نهاية حقبة التسعينيات وبداية الألفية الجديدة، لكنه كان أيضاً محباً للدراسة، وحصل على شهادة إدارة الأعمال، التي أفادته كثيراً بعد إعلانه اعتزاله. ومن الأسماء التي تتذكرها الجماهير في القرن الحالي، وهو ألفارو أربيلوا، الذي يعد أحد أبرز الأظهرة في نادي ريال مدريد، إلا أن المفاجأة في الشهادة الجامعية التي

يواجه نجم كرة القدم تحدياً كبيراً خلال مسيرته الاحترافية، عبر إكمال تعليمه، والحصول على شهادات علمية، جعله يواصل حياته الطبيعية في وظائف أخرى، عند قيامه بإعلان اعتزاله، وهو ما نجح به عدد من أبرز نجوم ريال مدريد الإسباني. ويعد سانتياغو بيرنابيو، أسطورة نادي ريال مدريد الإسباني بين أعوام 1913 حتى 1927، أحد أبرز نجوم "الملكي"، الذين أكملوا دراستهم، وعمل محامياً، بالإضافة إلى عمله مسؤولاً في وزارة المالية بالمملكة الإسبانية.

ولا يختلف حال رامون ماسال كثيراً عن سانتياغو، حيث أكمل أسطورة مرحلة الخمسينيات والستينيات من القرن الماضي في ريال مدريد دراسته، وحصل على شهادة في الهندسة الصناعية، وعمل بها خبيراً صناعياً في إسبانيا لإحدى الشركات الضخمة، بعد إعلان اعتزاله، بحسب صحيفة "أس" الإسبانية.

أما إميليو بوتراغوينو نجم ريال مدريد وهادفه في الثمانينيات وبداية التسعينيات في القرن الماضي، فحصل على شهادة البكالوريوس في الاقتصاد والتجارة، وأكمل دراسة الماجستير في إدارة الكيانات الرياضية من جامعة كاليفورنيا الأمريكية. ونبى في فترة الأسطورة إميليو بوتراغوينو، الذي لعب معه أحد أفضل

كاسيميرو يكشف أسباب رحيله عن ريال مدريد

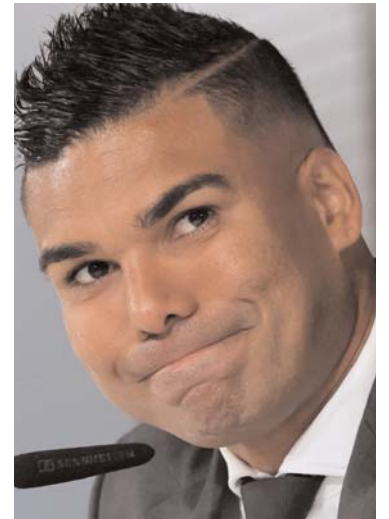
وختم كاسيميرو حديثه عن تجربته مع ريال مدريد والانتقال إلى مانشستر بقوله: "كنت أعلم أنّ فترتي مع ريال مدريد قد انتهت، كنت متفائلاً بشأن القدوم إلى هنا وخوض تحدٍ جديد، كنت أعلم أنّ الأمر لن يكون سهلاً، لكننا نعلم أنّ الطريق لا يزال طويلاً لنقطعه، في بداية المشروع لن نفوز بالألقاب بين ليلة وضحاها".

وخاض كاسيميرو مع تشكيلة فريق "الشياطين الحمر" 51 مباراة في جميع المسابقات، وساهم في إحراز الفريق للقب كأس الرابطة الإنجليزية، والتأهل إلى دوري أبطال أوروبا بعد احتلال المركز الثالث في جدول ترتيب البريميرليغ، وأيضاً الوصول إلى نهائي كأس الاتحاد الإنجليزي قبل الخسارة أمام مانشستر سيتي.

وأضاف: "الأفضل من ذلك كله هو الانتقال إلى الدوري الإنجليزي. لقد كان بالفعل كما كنت أعتقد بالضبط، الأمر المهم أنه لا توجد مباريات سهلة، يلعب المتصدر مع صاحب المركز الأخير ولن يكون واثقاً من الفوز، إذا لعبت باستخدام 90 بالمائة من قوتك، فستخسر".

واعترف لاعب خط الوسط البالغ من العمر 31 عاماً في حديثه، بأنه تفاجأ من الاستقبال الذي حظي به من طرف جماهير ومسؤولي و لاعبي فريقه، إذ قال في هذا الشأن: "لقد كان استقبالي جيداً للغاية من المشجعين والمسؤولين واللاعبين، وكان هذا الأمر مهماً في التأقلم بسرعة، لقد قيل لي إن الميش في مدينة مانشستر صعب، ولكنني أحبها".

تحدث النجم البرازيلي كاسيميرو، عن أسباب رحيله عن صفوف نادي ريال مدريد الإسباني، بعد مسيرة طويلة حقق من خلالها كل الألقاب الممكنة، والانتقال إلى مانشستر يونايتد الإنجليزي، الصيف الماضي، في صفقة كبيرة كلفت خزائن النادي الإنجليزي مبلغ 70 مليون جنيه إسترليني. وقال كاسيميرو، في تصريحات أوردتها صحيفة ميرور البريطانية: "أولاً، تحدثت إلى عائلتي حول الرحيل ووافقت على الفور، كانت فرصة لترك نادٍ كبير وأنا في القمة، لا يزال عمري يسمح لي باتخاذ مثل هذا القرار، إذا كانت قد مرت سنتان أو ثلاث سنوات فلن أترك ريال مدريد للذهاب إلى نادٍ كبير آخر، لن يكون لدي هذا الطموح لتغيير الدوري".



أزمة إدارية تضرب برشلونة

من مشاكله المالية رغم مرور أسابيع من انطلاق فترة الانتقالات الصيفية، بعدما انعكس التخطيط الإداري بقيادة الرئيس خوان لابورتا سلباً على الفريق الكتالوني، لدرجة عدم قدرته على تسجيل لاعبيه.

ووفقاً لما نشرته صحيفة "ريليفو" الإسبانية، الاثنين، لم يسجل نادي برشلونة لاعبيه الحاليين في لوائح رابطة كرة القدم الإسبانية باستثناء 13 نجماً، ويعود هذا العجز إلى قيمة الرواتب المرتفعة، وتفاصيل أخرى تتعلق بلوائح اللعب المالي النظيف.

وسجل نادي برشلونة حارسه الألماني أندريه تير شتيغن، والمدافعين جول كوندي، وإريك غارسيا والدنماركي أندرياس كريستensen، وهم أسماء من المرتقب استمرارها الموسم المقبل، مع التحفظ على غارسيا الذي لم يضمن بقاءه بشكل نهائي. كما ضمت قائمة المسجلين لاعب خط الوسط، بيدري، وغافي، وكيسيه ودي يونغ، ويضاف إليهم المهاجمون مثل فيران توريس، وأنسو فاتي، وليفاندو هسكي، وديمبيلي ورافيتيا.

ويبقى الإشكال في عجز برشلونة عن تسجيل لاعبيه الجدد، وبذلك فإنه بوسعهم الرحيل نحو فريق آخر، ويتعلق الأمر بالألماني الكاي غونودغان والإسباني إنيغو مارتينيز، كما يعجز الفريق عن حسم صفقة المهاجم البرازيلي الجديد فيكتور روكي.

وعن آخر مستجدات فترة "ميركاتو" برشلونة، عرض المدير الفني، تشافي هيرنانديز 8 أسماء للبيع من أجل تخفيف قيمة الرواتب، وجاء على رأس القائمة المدافعان كليمنت لينغلييت، وسيرجينيو ديست، ويضاف إليهم فرانك كيسييه، وفيران توريس، وإريك غارسيا، وأليكس كويادو، وبابلو توري ونيكو غونزاليس، وهذه القائمة لا تزال مفتوحة حتى التوصل لحل أزمة اللعب المالي النظيف.

توري يقارن بين برشلونة

2009 ومانشستر سيتي 2023

رسم النجم الأيفواري يايا توري لنفسه مسيرة مميزة، خصوصاً مع فريقه برشلونة الإسباني ومانشستر سيتي الإنجليزي، الذي لم تكن نهاية علاقته معه بالشكل المثالي.

وكشف توري في تصريحات نقلتها صحيفة "ديلي ميل" البريطانية، أنّ فريق برشلونة الإسباني لعام 2009 أفضل من الفريق الحالي لمانشستر سيتي الإنجليزي الذي تمكن من حصد 3 ألقاب تاريخية.

وجاء في تصريحات توري: "في التدريبات كانت مستوياتنا متقاربة وكل يوم هناك جديد، تخيل أنّ لديك فريقاً يمتلك انديستا في عمر 26، وتشافي عندما كان عمره 28، وليونيل ميسي في قمة مستواه، هؤلاء اللاعبون في تلك الفترة كانوا مذهلين، أعتقد أنّ ذلك الفريق كان بإمكانه الفوز على فريق ييب غوارديولا الحالي في مانشستر سيتي".

وأضاف اللاعب السابق لمنتخب ساحل العاج بشأن رحيله إلى نادي مانشستر سيتي: "عندما شاركت لأول مرة في مانشستر سيتي، قلت إنّ هذا النادي سيكون في يوم من الأيام هو كبير المدينة ويتفوق على فريق مانشستر يونايتد، كان الوقت مبكراً جداً وكان الناس يفكرون ويقولون، كيف تقول ذلك؟ ومعظم اللاعبين الكبار مثل غوييرو وسيلا لم يشاركا بعد".

وأختم حديثه قائلاً "في إسطنبول ونحن نشاهد مانشستر سيتي يتوج باللقب، كان أمراً لا يصدق، وقلت إنني توقعت ذلك منذ يومي الأول، حظي فريق مانشستر سيتي باحترام كبير في كرة القدم العالمية".

مانشستر يونايتد يحدد سعر

بيع ماغواير

حدد نادي مانشستر يونايتد، سعر مدافعه الدولي الإنجليزي، هاري ماغواير، تمهيداً لبيعه خلال فترة الانتقالات الصيفية الحالية. وأصبح ماغواير صاحب 30 عاماً، أعلى مدافع في تاريخ كرة القدم، بانتقاله إلى مانشستر يونايتد في 2019 مقابل 87 مليون يورو قادماً من ليستر سيتي.

ويرتبط ماغواير مع مانشستر يونايتد بعقد يمتد حتى العام 2025، لكن يعتقد أنّ النادي مستعد للسماح له بالرحيل هذا الصيف بعد تذبذب مستواه، حيث فقد المدافع الدولي الإنجليزي موقعه في تشكيلة يونايتد الأساسية الموسم الماضي مع المدرب إريك تين هاغ.

وقالت صحيفة "مانشستر إيڤنغ نيوز"، إن إدارة مانشستر يونايتد مستعدة لبيع ماغواير هذا الصيف مقابل 50 مليون جنيه إسترليني (58 مليون يورو).

وأشارت الصحيفة إلى أنّ المبلغ الذي حددته إدارة يونايتد لبيع ماغواير يبدو مرتفعاً، وأن هذا المقابل قد يمنع رحيله، حيث لا يوجد أي نادٍ مستعد لدفع هذا الرقم لضم المدافع الإنجليزي. وذكرت تقارير إنجليزية في وقت سابق، أنّ ماغواير سيخسر شارة القيادة في مانشستر يونايتد حتى لو بقي مع النادي الموسم المقبل.

وتجدر الإشارة إلى أنّ ماغواير مازال يحافظ على مكانته في التشكيلة الأساسية لمنتخب إنجلترا، حيث يمكن أن ترتفع أسهمه في حال مشاركته وتألقه مع "الأسود الثلاثة" في بطولة "يور 2024".

شاق ولكنه ممتع

طريق السعادة.. يبدأ بالرضا

السعادة.. والشقاء لفظان على طرفي نقيض، والذين عرفوا الشقاء هم أكثر من يقدرّون لحظة السعادة، تلك التي لا تحصل إلا بجهد، ولا ينالها إلا من أرادها وسعي إليها.. واجتهد في الحفاظ عليها.. إذ لا يحرص المرء غالبا إلا على ما يبدل فيه جهداً، أما الذي يأتيه بسهولة فمن الممكن أن يفرط فيه بسهولة أيضاً، وحين أخبر النبي صلى الله عليه وسلم بأن المرء يقدر له في الأزل أشقى هو أم سعيد، لم يعن ألا تأخذ بأسباب نيل السعادة، فنحن لا نعرف ما قدر لنا..

مؤمن وغير فطن، وذلك هو الخسران المبين. والذي لا يحاول أن يحقق السعادة لا يد أن يعرف ماذا سيخسر؟.. ستصيبه المشاعر السلبية، والأمراض الجسدية والنفسية، ويفرق في المشاكل الأسرية، ويورث لأسرته التعاسة، ويشارك في صنع مجتمع مضطرب وغير منتج.

أعلى درجات تلك السعادة أن يستشعر الإنسان الرضا في الدنيا، وينال الجنة في الآخرة، مصداقاً لقوله تعالى: ﴿وَأَبْتَعُ بِمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا﴾... (القصص: 77).

كيف نحقق السعادة؟

سؤال يصلح لأن يكون هدفاً لحياة كل منا، على أن يحيطه بسياج من المشروعية والضبط العقائدي بحيث لا يكون الإحساس بالسعادة مرادفاً لمتعة تتعارض مع ثوابت الدين، أو للذة لحظة يدفع المرء من عقيدته مقابلها لها.

أصناف الناس:

هذا السؤال.. حاول الإجابة عنه د. صلاح صالح الراشد - رئيس مركز الراشد للتنمية الاجتماعية والنفسية بالكويت، والحاصل على ماجستير في الدراسات الإسلامية، ودكتوراه في علم النفس - في كتابه: "100 فكرة للحصول على السعادة الحقيقية.. منهج حياتي مختصر لمن أراد العيش بسعادة ونجاح" الكتاب ليس مكوناً من فصول، وإنما من مجموعة أفكار.. لكل فكرة عنوان.. وبكل صفحة فكرة، وفي مقدمة الكتاب يشرح المؤلف للقارئ كيفية تحقيق أقصى استفادة منه، وذلك بالتهيؤ لاستقبال الأفكار الجديدة فيه، ومناقشة من يثق فيهم في أفكاره، والقراءة بتأمل وإمعان وتطبيق الأفكار العملية في الكتاب، والتركيز في التطبيق على الأفكار التي يشعر القارئ بأنها أقرب إلى عقله، وقبل كل ذلك ينصح المؤلف قراءه بصلاة ركعتين لله، والدعاء بأن يوفقهم في تطبيق ما في هذا الكتاب من أفكار مفيدة. يعرف المؤلف السعادة بأنها: شعور بالرضا داخل النفس، ولا يشترط أن تقترب بالنجاح، ولكن حيناً لو كان النجاح سعيداً أو السعيد ناجحاً.. والسعادة والنجاح معاً يجب أن يكونا هدفاً لكل منا.

ويصنف الدكتور الراشد الناس إلى:

- 1 - سعيد في الدنيا والآخرة.. فذلك المؤمن الفطن، وهو خير الناس.
- 2 - سعيد في الآخرة غير سعيد في الدنيا، وهو مؤمن غير فطن.
- 3 - سعيد في الدنيا.. غير سعيد في الآخرة.. وهو غير المؤمن.. الفطن.
- 4 - غير سعيد في الدنيا ولا الآخرة.. أي غير

• الخطوة الرابعة:

تحل بصفات السعيد، ومنها: "الاستفادة من الماضي.. والتحمس للحاضر.. والتشوق للمستقبل".

- مواجهة الأحداث على أنها تحمل رسالة، والنظر إلى المشاكل على أنها فرص للتغيير.

- حسن التعامل مع النفس والأخرين.

- الإيجابية والتطور وحب التعلم.

- عدم استنكار القليل من مشاعر القلق والشك والاضطراب ما دامت القاعدة هي التوازن واليقين.

• الخطوة الخامسة:

حقق محاور السعادة، فللحياة أربعة جوانب: الروحاني والاجتماعي والنفسي والجسدي. والسعيد هو من يعطي لكل جانب حقه بتوازن، وإن لم يكن يفعل ذلك، فليحلل وضعه، ويكمل نفسه، تطبيقاً للقاعدة النبوية "أعط كل ذي حق حقه".

ارتق روحانياً:

• الخطوة السادسة:

أحسن الظن.. واجتنب السعادة، فالإنسان حين يتشبث بفكرة صائبة مباشرة.. يحققها ويؤيد ذلك قول الله - سبحانه وتعالى - في حديث قدسي على لسان نبيه (صلى الله عليه وسلم): "أنا عند ظن عبدي بي فليظن بي ما يشاء".

وقد قال ابن القيم الجوزية: "إن الله لا يضع عمل عامل ولا يخيب أمل أمله".

ومن باب اجتذاب السعادة.. مصاحبة السعداء، وطرد الأفكار التعيسة.. واختيار اللفظ الحسن.

• الخطوة السابعة:

فكر فيما تريد.. لا ما لا تريد.. فبدلاً من أن تقول: أنا لا أريد القلق والتوتر، قل: أنا أريد الطمأنينة.. اجعل أهدافك وأفكارك إيجابية.

هذه الخطوات السبع.. تسير بالتوازي مع تطبيقات عملية يومية للحصول على السعادة.. يستعرضها المؤلف في:

- الالتزام بالصلوات الخمس يومياً حفاظاً

ويحدد المؤلف للسعادة شروطاً أربعة:

- أن تتبع من رغبة أكيدة في تحقيقها، فالذي يريد السعادة سيحققها - إن شاء الله - بل سيمتحنها للأخرين، فقيمة السعادة أن يكون الإنسان قدوة لغيره مني البشر، وأن يكون عطاؤه للأخرين متصلاً، ولو كان قليلاً، وخير عطاء هو نشر السعادة أينما حل.

- أن يتعلم الإنسان السعادة وطرقها ومهارات اكتسابها.

- ألا يسقط الإنسان إحساسه بالتعاسة على الآخرين، بل يحدد مسؤوليته عن هذا الإحساس.

- أن يكون الداخل منبعاً للسعادة، فغير السعيد داخلها لن تسعده أية مظاهر خارجية.

- ومن استقرأ أفكار الكتاب يمكن أن نتلمس إلى السعادة سبع خطوات هي:

• الخطوة الأولى:

على طريق السعادة أن يسأل الإنسان نفسه.. ما السعادة؟ 10 أو 20 مرة، ويكتب تعريفاته وقناعاته، ثم يستعرض الإجابات حتى يعرف سبب سعادته أو تعاسته، ويكتشف موضع الخلل، وليجرب كل منا أن يقلب أفكاره السلبية عن السعادة إلى إيجابية، فإذا كان يرى أن السعادة صعبة فليحولها إلى "هي ليست سهلة، ولكنها شعور أنا مصدره، وإذا اعتقد أن السعادة لمن يملك مالا، فليحول اعتقاده إلى.. السعادة مصدرها الداخل.. وهكذا.

• الخطوة الثانية:

استشعر المتعة في السعادة، وذلك بتسجيل آثار عدم السعادة في ورقة وأثار السعادة في أخرى، والمقارنة بين الورتقتين، فهذا يقوي الرغبة في السعادة.

• الخطوة الثالثة:

افنع نفسك بالقدرة على إسعادها، وقل لنفسك: "لقد نجحت في التغلب على غضبي.."



على الحبل المتين الذي يربطنا بالله.
- الدعاء.. وإلحاح، وأيضاً بيقين.. ويصدق توجه لله.. ويحسن طلبها للنفس والغير ويتحرر لأوقات الإجابة، وأيضاً بإتيان العمل الصالح الذي يبسر إجابة الدعاء.
- الحفاظ على الورد القرآني، ولو كان ربع حزب يومياً مع تعلم التجويد.
- تحسين النفس ضد الوسواس يوميًا بقراءة الموعودتين والإخلاص ثلاث مرات صباحاً ومساءً، والدعاء بـ "بسم الله الذي لا يضر مع اسمه شيء في الأرض ولا في السماء وهو السميع العليم" ثلاث مرات أيضاً مع عدم المبالغة في التحصين حتى لا تعزز الوسواس.
- رفع مستوى الوعي الروحاني بحضور مجالس العلم، وسماع الأشرطة، وقراءة كتب الرفائق.
- الاسترخاء ولو لدقائق يوميًا، وممارسة التأمل والتفكير في خلق الله.
- بر الوالدين حين، والدعاء لهما ميتين.
- صلة الأرحام، كفرضة إسلامية.
- مصاحبة من يتحلون بالإيجابية والسعادة.
- تخصيص يوم للعائلة.. يعطي فيه المرء لأهله حقه من الوقت، وليكن هذا اليوم محمداً سلفاً لا يخضع للظروف.
- الانخراط في نشاط اجتماعي تطوعي، بنية خالصة تورث الكثير من الحسنات.
- الحفاظ على صحة الجسد من خلال "طعام صحي، ماء نقي، رياضة يومية، تنفس هواء نقي، الاهتمام بالفحص الطبي الدوري".

مواقف السعادة:

ثم يرصد المؤلف مواقف السعادة التي يجب أن يتغلب عليها المرء فينصح ب:

- التغلب على القلق.. بالصبر، وتأجيل ردود

الفعل السلبية، وتفسير الأحداث تفسيراً إيجابياً، وحسن التوكل على الله.
- مواجهة المخاوف.. بتحليلها لمعرفة حجمها الحقيقي، واستشعار محبة الله.
- التفاؤل.. فكل سعيد متفائل، وهذا من الإيمان، ويمكن اكتسابه بالتعلم والمران.

واقعية وموازنة:

- مقاومة اليأس.. بالتصبر والرضا والتحكم في ردود الأفعال.

- الإيجابية.. بالعمل والحركة، وعدم تعجل النتائج.

- العزلة.. والخلطة بتوازن، فلا مخالطة الناس باستمرار وبذلة وتضييع للحقوق مطلوب، ولا الانشغال بالنفس، والترفع عن الخلطة مطلوب أيضاً.

- تحليل الأمور بواقعية.. والطموح إلى تغيير السيئ ببعض الخيال.

- الموازنة بين العلم والعمل، فالانقطاع للأول مضر.. والمبالغة في الثاني من دون زاد من العلم عميق للسعادة.

- الثقة بالنفس دون غرور.
- التسامح والتغافر..

فقد روي عنه (صلى الله عليه وسلم) أنه قال: "يدخل عليكم رجل من أهل الجنة الآن فدخل رجل لم يرف فيه الصحابة تميزاً فلققه عبد الله بن عمرو (رضي الله عنه) فمكث عنده ثلاثة أيام فلم ير منه شيئاً مميّزاً، فقال له ما سمع من النبي (صلى الله عليه وسلم) وسأله عن أفضل عمل يجره فقال الرجل: إنه لا يجد عملاً غير أنه إذا ذهب إلى فراشة قال: اللهم أيما امرئ شمتني أو آذاني أو نال مني، اللهم إني قد عفوت عنه اللهم فاعف عني".

الشك قد يكون بداية اليقين

هل الآخرون دائماً على خطأ؟

أهمية الحوار

لدينا ميل للردّ بطريقة مختلفة على المحاور في الجهة المقابلة لنا. غالباً ما نقبل أن نُشكك أشخاص يملكون سلطة معينة علينا في نظريتنا، أو شخصيات نعتبرها متفوقة فكرياً. بالتالي، يمكن تقدير رأي بروفسور جامعي أو الاقتناع به، أكثر من الاقتناع أو خوض جدال مع شخص لا نعتبره من مستوانا الفكري نفسه.

اليقين والإيمان

يجهل كثر الفرق بين هذين المفهومين. الأشخاص الذين هم على يقين بامتلاك الحقيقة يرفضون أن يشكّ أحد بما يقولون، أما الإيمان فهو غالباً الاقتناع بحقيقة قد يكون طوّرها الشخص نفسه وليست ثابتة، ما يقود إلى رفض أي رأي يخالف عن رأي الشخص المعني، بالتالي، يشير اقتناع المرء هنا بأنه على حق إلى نهاية الحديث أو النقاش، فتبدو أي محاولة للحديث أو المجادلة كمونولوج ذاتي، لأن هذا النوع من الأشخاص غير منفتح لا يعبر الآخر أي اهتمام. لا يبدو أن ثمة أمراً أشد سوءاً من ذلك، فغالباً ما يعجز هؤلاء عن قيادة حوار جيد أو حتى القراءة بشكل جيد، إلخ.

يذكر أن الذين لا يقتنعون بأي جدال طوّروا نوعاً من النرجسية في داخلهم، جعلهم يعتقدون بأنهم على حق في كل ما يقولونه أو يقومون به، وبأن الشخص الآخر في مرتبة متدنية منهم. في المحصلة، قد يعتبر هذا الأمر نتاج شعور بالفوقية ترسخ مع الوقت، أو نتيجة شك متكرر بالذات. وقد يصل الأمر إلى حد الاعتقاد بأنهم يشبهون المخلصين الذين يعاملهم محيطهم بعدائية، لذلك، حري بكم أن تبثوا متيقظين لهذا الأمر.

أي نوع من الشخصيات؟

ثمة أشخاص لديهم ثقة غير مسبوقة بالذات ويفرضون آراءهم، ولا يتركون للمحيطين بهم مجالاً للتعبير عن أنفسهم. كثر هم الذين يعتقدون أنهم يمتلكون الحقيقة في مواضيع مختلفة، سواء في وصفة طعام، أو حدث تاريخي أو عمل حسابي بسيط، وهذه أمور غالباً ما تكون الحقيقة واضحة فيها.

غالباً، يحتمل الأمر نقاشاً حول قضية ما، كالحديث عن الأزمة الاقتصادية، ارتفاع الضرائب، تربية الأطفال، اختيار منصب معين في حال كان أحد المحاورين مرناً، يمكن خوض نقاش في البحث عن حلّ ما أو التوصل إلى اتفاق حول رأي معين، أما إذا كان مقتنعاً برأيه، فيصبح النقاش عقيماً.

تمنى بعض الفلاسفة، وأبرزهم ديكارت، إزالة مصادر الخطأ بلوغ عقلانية مثالية، إلا أنهم لم يتوصلوا إلى أدلة تحقق لهم نظرية فلسفية ثابتة، كما في علم الرياضيات أو الفيزياء أو علم الفلك. في أعلى مستوياتها، تبقى هذه النظريات عرضة للشكّ والمسألة. حتى نظرية أينشتاين تخضع للمراجعة من حين إلى آخر.

العائلية وغيرها، كي لا ينتهي الأمر إلى "حوار طرشان".

والحب؟

يتولد يقين أو إيمان ما داخل الشخص أنّه عثر على الشخص المناسب، ناتج من تفكير طويل، تجربة بين الطرفين، فيؤذي القلب دوراً أساسياً ليصبح الجانب العاطفي في أقصى درجاته، فلا يتمكن أحد من التدخل لإبداء رأي في العلاقة.

الأمر نفسه ينطبق على العلاقة بين الأم وأطفالها. ألم تسمعوا أحداً يقول: "قد أختلف مع أمي، لكن لا أسمح بانتقادها أمامي". حتى لو لم تكن الرسالة الموجهة هنا على قدر من الأهمية، إلا أنها غالباً ما تكون إعماء عن الحقيقة، أكثر مما تكون يقيناً.

الأمر نفسه بالنسبة إلى الدين، إذ من الصعب المناقشة فيه. بغض النظر عن احترام القناعات الدينية لكل شخص، تكمن المشكلة عندما نرغب في تغيير قناعات شخص ما. لن يجدي هنا أن تكون لنا إجابات مقنعة، فالشخص المقابل لا يهتم فعلياً بالتحليل أو الاقتناع بقدر تمسكه برأيه.



5 4 3 2 1

التعريف: مفردة تدل على أول حروف الأبجدية اليونانية.

					للنهي مادة أساسية يتركب منها الزجاج				يابسة معبود جاهلي تلاستظام
		4	غاية أو مسافة ترديد الدواء أو الماء في الحلق						
	متشابهان اسم علم منكر من يسهل خداعه				2	تدابير متفرقة بمعنى لم يعد له وجود			العداوة والحقد الكامن البلد الذي أنشأ الألعاب الأولمبية
إتصاف معدن ثمين جداً فضي اللون لامع يتصهر بصعوبة								قادم (م) نفاقات دفن البنت حية	
			جواهر الشيء مادة مطاطية مدينة فرنسية						
					لحقت وحدة نضطية لون شديد الحمرة				
		3	صحيفة روسية يعني اسمها الحقيقة زقزق					نحب ونريد سطر	
	عزة النفس ضائع متشابهان		محل النية دين حرف نصب (م)					من خرج صوت كلامه من أنفه متشابهان	
								عشق وحب محدث وفقهيه مسلم له «رياض الصالحين»	
									داس برجله دورة عالمية لكرة المضرب تقام ببلندن

الكلمة الضائعة

ة	و	س	و	ي	س	ر	ا	د	ج	ف
ا	ل	ا	ا	هـ	ح	ط	س	ل	ي	ا
ل	ب	و	ا	ل	ر	ي	ن	ج	س	و
ن	ط	ح	د	م	ا	ل	ي	ة	ن	ر
م	ا	م	د	ز	ش	ر	ك	ا	ت	و
س	ط	ق	ك	خ	و	م	ف	ز	خ	ب
ا	ا	ر	ا	ع	ن	ص	ع	ة	ي	ا
ب	م	ن	ع	ر	ز	ت	ي	ت	ر	ف
ي	م	ي	ر	و	ي	هـ	ا	ل	د	ذ
ن	ز	ف	و	ا	ك	هـ	هـ	ي	ب	ل
ن	ي	ا	ت	ش	ن	ت	ش	ي	ل	ج

الكلمة الضائعة: عاصمة ليشتنشتاين.

ليشتنشتاين	وسويسرا	مركز	تزرع
هي	سطحها	شركات	قمح
دولة	جيلي	مالية	ذرة
في	يرويها	صنع	بطاطا
أوروبا	الرين	نسيج	فواكه
بين	مناخ	خزف	
النمسا	معتدل	جلد	

كلمات متقاطعة

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

أفقياً:

1 - المرض الذي قضى على نصف سكان أوروبا في القرن الحادي عشر. نصيب.
2 - للنهي. من شراب الجنة. صب الماء. 3 - وجيز. اندلع الحريق. 4 - جملة قرآنية غير كامل. 5 - نعل (م). متشابهان. 6 - دولة أوروبية كانت تعرف قديماً باسم «هلفيسشيا». نصف أعمى. 7 - إثنان بالإنجليزية. الشيء الذي حرّمه الله على نفسه. 8 - لازم للمشكلة. غير مطبوخ. معظم الشيء. 9 - سائل العين. البلد الذي يوجد به أفضل نظام صحي في العالم. 10 - الوفاة الكبرى. دق الجرس.

عمودياً:

1 - دولة أوروبية عُرّفت قديماً باسم هنغاريا. جبل قال عنه الرسول (ص) إنه يجننا ونحبه. 2 - أخو الأم (م). لا يباح (م). بمعنى عندما. 3 - صندوق الميت. مرض. 4 - أول من استخدم الوخز بالإبر في العلاج. 5 - درس وعظلة. لماذا بالإنجليزية (م). 6 - لا بالأجنبية (م). شفي من المرض. هضبة (م). 7 - أعلن الحرب. مخلوقات من نار وهناك سورة من سور القرآن باسمها. 8 - نوم طويل. جور وتعسف. 9 - كشط. حرب بالسلاح. بمعنى إلى الأمام. 10 - البلد الذي يعني اسمه النحاس. والد مريم العذراء.

أقوال وأمثال

- الحزين ينظر وراءه والحائر ينظر حوله والمؤمن ينظر فوّه.
- أكثر الناس كذباً.. أكثرهم حديثاً عن نفسه.
- الكلمات تشبه المفاتيح.. إذا استخدمتها بشكل صحيح تغلق بها فماً.. أو تفتح بها قلباً.
- من يناقش الأحمق عليه أن يتحمل جوابه.

عظماء ومشاهير

13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

صحابي جليل، هو أول مولود ولد في الأنصار بعد هجرة النبي (صلى الله عليه وسلم) إلى المدينة المنورة.

■ 13 + 1 + 11 + 10 = الولاية رقم 8.

■ 7 + 6 + 5 + 4 = عاصمة الملك عبد الله الثاني.

■ 2 + 12 + 8 + 3 = شريف.

■ 11 + 12 + 13 = كسوة الطائر.

01 - كسوة الطائر	01 - كسوة الطائر
02 - كسوة الطائر	02 - كسوة الطائر
03 - كسوة الطائر	03 - كسوة الطائر
04 - كسوة الطائر	04 - كسوة الطائر
05 - كسوة الطائر	05 - كسوة الطائر
06 - كسوة الطائر	06 - كسوة الطائر
07 - كسوة الطائر	07 - كسوة الطائر
08 - كسوة الطائر	08 - كسوة الطائر
09 - كسوة الطائر	09 - كسوة الطائر
10 - كسوة الطائر	10 - كسوة الطائر
11 - كسوة الطائر	11 - كسوة الطائر
12 - كسوة الطائر	12 - كسوة الطائر
13 - كسوة الطائر	13 - كسوة الطائر

تسليية

أخبار اليوم

www.akhbarelyoum.dz

على يد أساتذة باحثين ومفتشين متخصصين وخبراء

رسميا.. إعادة النظر في برامج الدراسة

03

صادرات الجزائر خارج المحروقات تقارب الـ13 مليار دولار

الرئيس يأمر باستحداث المجلس الأعلى للمصدرين

03

تكريم رئاسي لـ14 مؤسسة و"إيريس"
تفوز بـ"الوسام الشرفي للتصدير"



درجات حرارة قياسية

العالم "يحترق" ..

07

ديوان الأرصاد الجوية يحذر:

موجة الحر ستستمر ..

04

في أقرب فرصة تسمح
بها الالتزامات



بيلينكن يدعو عطف
لزيارة أمريكا

03

منذ بداية موسم
الاصطياف ..

19 غريقا.. و5500 تدخل
للمدينة المدنية

05

سلمت "إيني" أول شحنة
من الغاز المسال



سوناطراك تحضر
لإطلاق مشاريع هامة

04

تعد امتحانا قويا
للهياكل الطاقوية

ذروة تاريخية جديدة
في استهلاك الكهرباء

03