



"الجامع الكبير" .. سر عتيق في قلب «البهجة»

واحد من أقدم وأندر التحف المعمارية التي بقيت مخلدة للهندسة التي اشتهرت بها الدولة المرابطية، في مدينة الجزائر العاصمة أو كما يطلق عليها اليوم «البهجة»... إنه الجامع الكبير الذي اتفقت كل الدراسات أنه تم تشييده في القرن الخامس الهجري، وبالضبط في الأول من رجب عام 490 للهجرة... 11-10

الأيام New

https://elayemnews.dz
@elayemnews



منذ 22 عاما
تأسست عام 2000 (أسبوعية)
وتحوّلت إلى يومية عام 2005

سعر الصرف الرسمي للعملة الرئيسية مقابل الدينار الجزائري: USD 134.8639 | EUR 149.2674 | GBP 174.0180 | 83.04 USD | صخاري بلاند الجزائري

مختصون يجيبون عبر «الأيام نيوز»..

ما هو الحل لمأسي "إرهاب الطرقات"؟

مصالح الحماية المدنية خلال الأيام القليلة الفارطة، حين لقي 34 شخصا حتفهم وأصيب 12 آخرين بجروح متفاوتة الخطورة في حادث مرور خطير متبوع باحترق حافلة على مستوى الطريق الوطني رقم 01 منطقة أوتول بلدية تمنراست، وقد تمثل الحادث في اصطدام بين سيارة نفعية وحافلة لنقل المسافرين... 3

المعطيات، إلى أن أسباب هذه الحوادث، تعود بالدرجة الأولى إلى العنصر البشري بنسبة تفوق 90 في المائة، نتيجة عدم احترام قانون المرور وعدم التقيد بمسافة الأمان والإفراط في السرعة والإرهاق وعدم التركيز خلال القيادة، بالإضافة إلى أسباب تقنية تتعلق بالمركبات، وكانت أثقل حصيلة لحوادث المرور تلك التي سجلتها

تزايد وتيرة حوادث المرور بشكل لافت، مخلّفة - خلال الفترة الأخيرة - مجازر شبيهة يومية، وصل عدد الضحايا في بعضها إلى العشرات، خاصة تلك المتعلقة بمركبات النقل الجماعي للمسافات الطويلة ونصف الطويلة، سواء داخل المدن والمناطق الحضرية أو خارجها، حسبما تؤكد الأرقام والبيانات الرسمية. وتشير كل



عطاف يهاتف نظيره النيجري..

الجزائر تدين بشدة محاولة الانقلاب في النيجر

أدانت الجزائر بشدة محاولة الانقلاب الجارية في دولة النيجر، حسب ما أفاد به أمس بيان لوزارة الشؤون الخارجية والجمالية الوطنية بالخارج... 2

رسائل من مخيمات اللاجئين الفلسطينيين في لبنان..

هذه فلسطين يا أبنائي..

لَوْنُ القُدْسِ

أخطر الحالات التي قد تصيب الإنسان خلال الصيف..

"ضربة الشمس"

ما هي أعراضها ومخاطرها وما سبل الوقاية منها؟

"راقصو السامبا" ..

ما سر تألق وبراعة كرة القدم البرازيلية؟

كرة القدم أو الساحرة المستديرة - كما يُطلق عليها - هي لعبة نشأت في بريطانيا قبل عقود طويلة من انتشارها حول دول العالم، لكن على مر السنين أصبحت تلك اللعبة الشعبية جزءاً من تراث البرازيل، حتى أصبح يُطلق عليها بلد الكرة أو "pais do futebol" بالبرتغالية... 13-12

عطايف يهاتف نظيره النيجري..

الجزائر تدشن بشدة محاولة الانقلاب في النيجر



منير بن دادي

أدانت الجزائر بشدة محاولة الانقلاب الجارية في دولة النيجر، حسب ما أفاد به أمس بيان لوزارة الشؤون الخارجية والجمالية الوطنية بالخارج.

وجاء في البيان: «تتابع الجزائر بقلق بالغ تطورات الأوضاع في جمهورية النيجر وتدشن بشدة محاولة الانقلاب الجارية في هذا البلد الشقيق». وأكدت الجزائر من جديد «تمسكها بالمبادئ الأساسية التي توجه العمل الجماعي للدول الإفريقية داخل الاتحاد الإفريقي، بما في ذلك على وجه الخصوص الرفض القاطع للتغيرات غير الدستورية للحكومات»، داعية إلى وضع حد «فقري لهذا الاعتداء غير المقبول على النظام الدستوري وهذا الانتهاك الخطير لمقتضيات سيادة القانون».

كما تشدد -ضيف ذات البيان- على «ضرورة أن يعمل الجميع من أجل الحفاظ على الاستقرار السياسي والمؤسساتي لجمهورية النيجر، بما يضمن استدامة الأمن والاستقرار في هذا البلد الشقيق والجار، التي تجري في هذا البلد الشقيق والجار، كما جاء في البيان.

وخلال الاتصال، طلب عطايف - بحسب المصدر ذاته - من نظيره النيجري «أن ينقل إلى الرئيس محمد بازوم، دعم وتضامن الرئيس تبون، في هذه المحنة الصعبة التي تجتازها جمهورية النيجر الشقيقة». كما نقل عطايف تمنيات

الرئيس تبون بأن «تغلب جمهورية النيجر بسرعة على هذه المحنة وتعود بحزم وثبات إلى طريق الاستقرار السياسي والمؤسساتي»، يضيف البيان.

وفي وقت سابق من صباح أمس، أعلنت الرئاسة النيجرية أن الرئيس محمد بازوم، احتجز من قبل عناصر من الحرس الرئاسي «الذين بدأوا حركة مناهضة للجمهورية» و«حاولوا بدون جدوى الحصول على دعم من القوات المسلحة الوطنية والحرس الوطني».

وقالت الرئاسة النيجرية إن «الجيش والحرس الوطني مستعدان لهجوم عناصر الحرس الرئاسي المتورطة في هذه التقلبات المزاجية في حال عدم تراجعها»، مشيرة إلى أن «الرئيس وعائلته بخير».

مأسا حياة مع نظيره النيجري، مسعود حسومي، وذلك بتكليف من رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون، حسب ما أفاد به بيان للوزارة.

ويأتي هذا الاتصال الهاتفي، الذي ترزك حول تطورات الأوضاع في جمهورية النيجر، في أعقاب البيان الرسمي الذي أدانت فيه الجزائر بشدة محاولة الانقلاب التي تجري في هذا البلد الشقيق والجار، كما جاء في البيان.

وخلال الاتصال، طلب عطايف - بحسب المصدر ذاته - من نظيره النيجري «أن ينقل إلى الرئيس محمد بازوم، دعم وتضامن الرئيس تبون، في هذه المحنة الصعبة التي تجتازها جمهورية النيجر الشقيقة». كما نقل عطايف تمنيات

في ظرف أسبوع..

إحباط محاولات إغراق الجزائر ب5 قناتير من المخدرات المغربية

ضغط و3 أجهزة للكشف عن المعادن، بالإضافة إلى كميات من المتفجرات ومعدات تفجير وتجهيزات تستعمل في عمليات التنقيب غير المشروع عن الذهب، في حين تم توقيف 7 أشخاص آخرين وضبط 8 بناقد صيد وكميات من المواد الغذائية الموجهة للتهريب والمضاربة تقدر بـ 20 طنا بالإضافة إلى 1531 وحدة من مختلف المشروبات، وهذا خلال عمليات متفرقة عبر التراب الوطني.

وفي إطار مكافحة الإرهاب وبفضل استغلال المعلومات، أوقفت مفارز الجيش وقفا للبيان، عنصري دعم للجماعات الإرهابية خلال عمليات منفتحتين، فيما تم كشف وتدمير قبلة تقليدية الصنع بالبلدية. وبكل من تمنراست وبرج باجي مختار وعين قزام وإيليزي، أوقفت مفارز للجيش الوطني الشعبي (172 شخصا وضبطت 13 مركبة و160 مولدا كهربائيا و90 مطرقة

رانيا إفتان

تمكنت مفارز مشتركة للجيش الوطني الشعبي خلال عمليات نفذت عبر النواحي العسكرية من 19 إلى 25 جويلية الجاري، من إحباط محاولات إدخال أكبر من 5 قناتير من الكيف المعالج عبر الحدود مع المغرب مع توقيف 30 تاجر مخدرات، حسب حصيلة عملياته أوردتها أمس وزارة الدفاع الوطني.

وزير التربية الوطنية:

«رقمنة كل قرارات التمدرس خلال الدخول المدرسي المقبل»

وأما «سواة». ومن جهة أخرى، أكد لعابدي أنه سيتم أيضا خلال السنة الدراسية المقبلة «الرقمنة الكلية للتعاقد، حيث «سيتمكن المترشحين من التعاقد بطريقة آية وفق معايير وسلم معد لهذا الغرض». وبالمناسبة، نوه الوزير بدور المنصة الرقمية في تسهيل الحركة التنقلية للأساتذة، مؤكدا أن الرفع من عدد الاختبارات إلى 10 بدلا من 5، «مكن 50 بالمائة من الأساتذة من الحصول على اختيارهم الأول من بين 93 بالمائة الذين تحصلوا على إحدى رغباتهم العشر المسجلة».

أما بالنسبة للسكنات الوظيفية، أوضح أنه «سيتم تسهيل عملية هذه السكنات أليا» عقب إتمام عملية ترقيتها، للمرور إلى إجراء يتمثل في «إلغاء كل قرارات الاستفادة الحالية واستبدالها بقرارات جديدة صادرة عن النظام المعلوماتي للوزارة».



نهال ديلملي

كشف وزير التربية الوطنية، عبد الحكيم لعابدي، أنه سيتم رقمنة كل قرارات التمدرس عبر التراب الوطني واستخراجها حصريا من الأرضية الرقمية للوزارة خلال السنة الدراسية القادمة.

ولدى إشرافه على افتتاح ندوة وطنية أمس، خصصت لتقييم امتحان «تقييم مكتسبات مرحلة التعليم الابتدائي» وضبط جاهزية مديريات التربية للدخول المدرسي المقبل، والتي تمتد إلى غاية 29 من الشهر الجاري، أوضح الوزير أنه سيتم «مواصلة عمليات الرقمنة في مجالات متعددة وحسبها باستغلال النظام المعلوماتي لوزارة التربية الوطنية»، مؤكدا أنه «سيتم برسم السنة الدراسية المقبلة رقمنة كل قرارات

التمدرس وتعلق الأمر لا سيما بالتسجيل، إعادة التسجيل وإعادة التوجيه والطعن». ودعا بالمناسبة، القائمين على القطاع إلى «احترام كل الشروط القانونية المتعلقة بالأنظمة التربوية وتعداد التلاميذ، وتنظيمهم في أفواج، بغرض تسهيل مهام المسير التربوي، وضمان الشفافية والعدالة



حرائق الغابات..

إجبارية وضع مخططات نجدة للمخيمات الصيفية

أكدت أمس وزارة الفلاحة والتنمية الريفية، على إجبارية وضع مخططات نجدة للمخيمات الصيفية الواقعة بجوار الأوساط الغابية مع منع التخميم العشوائي داخل هذه الفضاءات، في إطار إجراءات الوقاية من حرائق الغابات.

نهال ديلملي

وأضافت الوزارة، أنه «يمنع كليا التنقل داخل أو بمحاذاة الفضاءات الغابية، أو التخميم العشوائي وكل نشاط من شأنه أن يتسبب في اندلاع النيران»، وتدرج هذه التدابير التي ستستمر «إلى غاية تاريخ 15 أكتوبر 2023»، ضمن الاحتياطات الواجب احترامها في ظل الظروف المناخية الحالية المتسمة بارتفاع درجة الحرارة، تنفيذ المخطط الوطني للوقاية ومكافحة حرائق الغابات.

وأوضح البيان أنه يتعين إجباريا على القائمين على المخيمات الصيفية وفضاءات الاستجمام، داخل أو بمحاذاة الأوساط الغابية، وضع مخطط للنجدة وللطوارئ أو الإخلاء الاستعجالي، يصادق عليه من طرف السلطات المحلية المختصة، ليتم نشره وتوزيعه على كافة المصطافين.

أشرف على تنصيب اللجنة المكلفة بتعويض المتضررين.. مراد:

«إخماد كافة الحرائق التي شهدتها العديد من ولايات الوطن»

عثمان تيروش

تنصيب أعضاء اللجنة متعددة القطاعات المكلفة بدراسة ملفات تعويض المتضررين من حرائق الغابات الأخيرة، إنه تم إخماد كافة الحرائق التي عرفتها عدة ولايات من الوطن، مضيف في هذا الصدد أن آخر حريق تم إخماده بعد ظهر أمس الأربعاء.

أعلن وزير الداخلية والجماعات المحلية والتنمية العمرانية، إبراهيم مراد، أمس الأربعاء، أنه تم إخماد كافة الحرائق التي شهدتها العديد من ولايات الوطن مؤخرا. وقال مراد، خلال إشرافه على

مجمع سونلغاز يعلن..

وضع حيز الخدمة أول محطة لشحن السيارات الكهربائية

تم أمس بمنتزه الصابلات بالعاصمة، وضع حيز الخدمة لأول محطة شحن للسيارات الكهربائية، ضمن خطة لسونلغاز ترمي من خلالها إلى تركيب 1000 عمود شحن بنهاية 2024.

رانيا إفتان

وتتم مراسم تدشين المحطة تحت إشراف وزير الطاقة والمناجم، محمد عرقاب، وبحضور وزير العمل والتشغيل والضمان الاجتماعي، فيصل بن طالب ووالي الجزائر محمد عبد النور راجي، والرئيس المدير العام لمجمع سونلغاز، مراد عجال وعدد من إطارات القطاع.

ويسعى مجمع سونلغاز من خلال هذا البرنامج إلى تركيب 300 عمود شحن بنهاية العام الجاري 2023 و700 عمود آخر العام المقبل ليصل العدد الإجمالي إلى 1000 عمود مع نهاية 2024، وفقا للشروحات المقدمة خلال مراسم

التدشين. ويتضمن البرنامج المسطر للعام الجاري 2023، تركيب أعمدة الشحن على مستوى محطات نفطال عبر الطريق السريع، وبالبلغ عددها 35 محطة، بمعدل عمودين لكل محطة، وعلى مستوى محطة نفطال في المدن الكبرى، بمتوسط 8 أعمدة في المحطة، وعلى مستوى محطة نفطال في المدن صغيرة، بمتوسط عمودين في المحطة. وتبلغ التكلفة المقدرة للمشروع 159073 مليار دج، حسب البيانات المعلنة عنها خلال مراسم التدشين، حيث تقدر تكلفة محطة الشحن «العادية» أكثر من 16,6 مليون دج، أما تكلفة محطة الشحن «المزدوجة» فتقدر بأكثر من 27,3 مليون دج.

الطبع:

مطبعة الوسط SIA
مطبعة الشرق SIE

التوزيع:

الوسط: مؤسسة الأيام الجزائرية
الشرق: مؤسسة SODI Presse

الإشهار:

الوكالة الوطنية للنشر والإشهار
01 شارع باستور، الجزائر

الهاتف:

021.73.71.28
021.73.76.78
021.73.95.59

الفاكس:

الموقع الإلكتروني:

https://elayemnews.dz

البريد الإلكتروني:

contact@elayemnews.dz

صفحة الفاييسبول:

@elayemnews

المقر:

تعاونية الاستقلال، رقم 58، طاهر
بوفات، بئر خادم، الجزائر

الهاتف:

0549.18.41.74
هاتف/فاكس: 023.59.77.95

المديرية العامة

نجاة مزور

مدير النشر

عزالدين بن عطية

رئيس التحرير
سفيان نسي يوسف

اليام New

يومية وطنية إخبارية
تصدر عن مؤسسة الأيام الجزائرية
للنشر والتوزيع والإنتاج التلفزيوني





سهام سعية سوماتي

تزايد وتيرة حوادث المرور بشكل لافت، مختلفة - خلال الفترة الأخيرة - مجازر شبه يومية، وصل عدد الضحايا في بعضها إلى العشرات، خاصة تلك المتعلقة بمركبات النقل الجماعي للمسافات الطويلة ونصف الطويلة، سواء داخل المدن والمناطق الحضرية أو خارجها، حسبما تؤكد الأرقام والبيانات الرسمية.

مختصون يجيبون عبر «الأيام نيوز»..

ما هو الحل لمأسي «إرهاب الطرقات»؟

الفحص النفسي والبيولوجي للتأكد من سلامتهم النفسية، إضافة إلى ضرورة إخضاعهم لدورات تكوينية تخص السياقة الدفاعية والوقائية، وكذا التركيز على تفعيل مسؤولي الأمن على مستوى الشركات والمحطات الخاصة بنقل المسافرين، لمراقبة سائقي الحافلات والحالة العامة بالنسبة للحافلة.



الباحث في السلامة المرورية
أمحمد كوش

في السياق ذاته، أشار محدثنا إلى إجبارية وجود سائقين اثنين أو أكثر بالنسبة لحافلات المسافات البعيدة، مع أهمية اقتناء حافلات في حالة جيدة تتوفر على مقومات السلامة، وكذا العمل بجديّة أكبر على الرفع من مستوى الخدمات المقدمة على مستوى الحافلات خاصة من حيث النظافة.

هذا، وأكد الخبير في السلامة المرورية، على الإلزامية مراقبة تاريخ سير الحافلة لتجنب وقوع الحوادث المأساوية، مع ضرورة وضع سجل خاص بسائقي المسافات الطويلة لمعرفة سيرتهم في السياقة وهل سبق لهم ارتكاب حوادث أو أخطاء فادحة في القيادة. وختاماً، شدد الخبير والباحث الدولي في السلامة المرورية، أمحمد كوش، على ضرورة اتباع استراتيجيات جديدة في مواجهة إرهاب الطرقات، وذلك استناداً إلى التجارب العالمية، من خلال ما يعرف بأولوية السلامة المرورية، وكذا فرض القانون والصرامة في تطبيقه، لأن الصرامة في تطبيق القانون هي من تفرض النظام، وتجسد مبدأ العدالة عبر الطرقات.

سائق الحافلة من صنف (د) عن 35 سنة وأن يكون رب لأسرة، حتى يتسنى له التفكير في أسرته والتخلي بمسؤولية أكبر تجاه الأشخاص الذين يقلمهم معه. وفي ختام حديثها لـ «الأيام نيوز»، أكدت نبيلة فرحات، على أهمية الاستناد إلى ممرنين متحليين على شهادة الكفاءة المهنية لتعليم السياقة في تقييم سائقي حافلات المسافات الطويلة، مع ضرورة التركيز على إدراج مادة التربية المرورية في المناهج الدراسية للأطوار التعليمية الثلاثة من خلال أحكام المرسوم 05 لـ 98-23 مارس 2023، الأمر الذي سيساهم وبشكل جدي في غرس الثقافة المرورية في الوسط المدرسي ومن ثم العمل ولو بشكل تدريجي على تقليص المجازر والمآثم التي تنجر عن حوادث المرور في بلادنا.

«ضرورة إخضاع سائقي الحافلات للفحص النفسي»

من جهته، أكد الخبير والباحث الدولي في السلامة المرورية، أمحمد كوش، أن ضعف التكوين وجهد السائق لما يعرف بالظروف الميكانيكية والأمر العلمية المتعلقة بالسياقة، قد يؤدي إلى وقوع الحوادث الخطيرة، خاصة في حالات السياقة ليلاً أو في ساعات الصباح الأولى حين تنخفض نسبة الرؤية وترتفع نسبة التعب والإرهاق لدى السائقين. وأوضح كوش في تصريح لـ «الأيام نيوز»، أن من بين الأسباب المادية لحوادث حافلات المسافات البعيدة، نجد كذلك غياب الصيانة الدورية للمركبات وعدم التحري الدقيق والعميق في أسباب حوادث المرور، ذلك أن محاضر الشرطة والدرك الوطني والحماية المدنية تنطبق فقط للأسباب السطحية كالسرعة المفرطة وعدم التحكم في المركبة، دون التعمق أكثر والبحث في الأسباب الحقيقية التي تتعلق غالباً بالعامل البشري.

أما بالنسبة إلى الحلول المقترحة لتقليل حوادث حافلات النقل الجماعي والمأسي التي تنجر عنها، دعا أمحمد كوش إلى ضرورة إخضاع سائقي الحافلات

وفتح نقاشات موسعة على جميع المستويات، بحثاً عن حلول جذرية تضع حداً لاستمرار إراقة دماء الأبرياء عبر مختلف الطرقات.

وأوضحت فرحات في تصريح لـ «الأيام نيوز»، أن العامل البشري يمثل 93 بالمائة من أسباب تكرار سيناريوهات الموت والمجازر شبه اليومية عبر طرقاتنا وما ينجر عنها من مآسي، خاصة تلك المرتبطة بحوادث حافلات النقل الجماعي للمسافات الطويلة والنصف طويلة بالنظر إلى عدد الضحايا الكبير الذي خلفه هذه الحوادث حيث قد يصل أحياناً إلى عشرات القتلى والجرحى. في السياق ذاته، أشارت المتحدث إلى ضرورة اتخاذ قرارات جادة وصرامة للحد من تواصل إرهاب الطرقات، وذلك من خلال العمل بجديّة أكبر على تفعيل المادة 02 من الأحكام العامة للمرور من القسم الأول لقانون 09-03 لسنة 2009، فمن خلال ذلك فقط يمكن إيجاد حلول إيجابية للمساهمة وبشكل فعلي في التقليص من عدد الحوادث المسجلة يومياً والتي تخلف مئات القتلى والجرحى سنوياً.

وفي هذا الإطار، يؤكد القانون على ضرورة حصول سائق الحافلات على شهادة الكفاءة المهنية لنقل الأشخاص والبضائع والمواد الخطرة، إضافة إلى تحديد السرعة القصوى بالمناطق الحضرية بـ 30 كلم/سا وذلك حسب قرارات الأمم المتحدة الأخيرة، وكذا تحديد مسافة 600 كلم في 24 ساعة مع راحة لكل ساعة مع التأكيد على ضرورة وجود سائق ثاني بديل، حيث تم تحديد مدة السياقة اليومية 9 ساء في 24/سا وراحة مدتها 30 دقيقة لكل 2 ساء و30 دقيقة، زيادة على ذلك تهئية فضاء خاص لفائدة السائقين خاصة بولايات جنوبنا الكبير، تقول نبيلة فرحات.

هذا، وأكدت رئيسة الجمعية الوطنية للممرنين المحترفين للسياقة، على ضرورة التخلص من الخلفيات السلبية لدى بعض السائقين غير المياليين، ومعالجتها من خلال تفعيل المواد التي ينص عليها القانون، خاصة في الشق المتعلق بعدم احترام السرعة القانونية، مسافة الأمان، والتجاوز الخطير، بالإضافة إلى عدم الالتزام بأخذ قسط من الراحة بالنسبة لسائقي المسافات الطويلة، مؤكدة في السياق ذاته، على أنه يجب أن لا يقل سن

وتشير كل المعطيات، إلى أن أسباب هذه الحوادث تعود بالدرجة الأولى إلى العنصر البشري بنسبة تفوق 90 في المائة، نتيجة عدم احترام قانون المرور وعدم التقيد بمسافة الأمان والإفراط في السرعة والإرهاق وعدم التركيز خلال القيادة، بالإضافة إلى أسباب أخرى تقنية تتعلق بالمركبات.

وكانت أثقل حصيلة لحوادث المرور تلك التي سجلتها مصالح الحماية المدنية خلال الأيام القليلة الفارطة، حين لقي 34 شخصاً حتفهم وأصيب 12 آخرين بجروح متفاوتة الخطورة في حادث مرور خطير متبوع باحترق حافلة على مستوى الطريق الوطني رقم 01 منطقة اوتول بلدية تمنراست، وقد تمثل الحادث في اصطدام بين سيارة نفعية وحافلة لنقل المسافرين.



رئيسة جمعية الممرنين المحترفين للسياقة
نبيلة فرحات

«العامل البشري» هو المتهم رقم واحد

وفي هذا الصدد، أبرزت رئيسة الجمعية الوطنية للممرنين المحترفين للسياقة نبيلة فرحات، أن حوادث المرور في بلادنا تشهد خلال الفترة الأخيرة ارتفاعاً محسوساً ولافئاً، بلغ نسبة 45 بالمائة خلال الـ 5 أشهر الأولى من السنة الجارية مقارنة بالفترة ذاتها من السنة الماضية، الأمر الذي يستدعي استنفار الجهات الوصية



رسائل من مَخيمات اللاجئين الفلسطينيين في لبنان..

هذه فلسطين يا أبنائي..

لوّن القدس



الشاعرة الفلسطينية نهي عودة

ومية، شعبة صيدا، شعبة إقليم الخروب، البرج الشمالي، الرشيدية، الجليل. وكان ختام فعالية «لوّن القدس» بورشة «مخيم البداوي» في العشرين من شهر جويلية لهذا العام. استهدفت «لوّن القدس» أطفال مخيمات اللاجئين الفلسطينيين من الفئة العمرية 10 إلى 16 سنة. وكان تنظيمها من طرف المكتب الحركي للأدباء والشعراء في منطقة «صيدا» ممثلاً بأمنية السر «ياسمينه عكا» الشاعرة «نهي عودة»، بالتعاون مع كرسي الألكسو في خدمة الطفولة الذي يرأسه المصري الدكتور «إيهاب القسطاوي»، والجمعية الفلسطينية لثقافة وفنون الطفل التي يرأسها الفنان الفلسطيني «سميح أبو زكية» الذي كان حاضراً بلوحاته ورسوماته المبهرة، وتحت رعاية سفير دولة فلسطين في لبنان «أشرف دبور» الذي لم يتوان يوماً عن خدمة قضيته وخدمة أبناء شعبه.

وقد كان التعاون شاملاً ومتممًا بين أبناء بسّ منظمة التحرير الفلسطينية وحركة التحرير الوطني الفلسطيني «فتح» في المناطق اللبنانية، وبين القائمين على هذا الواجب الوطني بدءًا بالدكتور «إيهاب القسطاوي»، الأستاذ «زيد فاعور»، الأستاذة «نهي عودة»، الأستاذة «فرح العطار» عضو مجلس إدارة كرسي الألكسو لخدمة الطفولة في لبنان، والصديقة «بتول مرترض».

هي ليست مجرد ألوان ولا صور عابرة، بل أنامل وقلوب وعيون ترسمُ الذّاكرة المُتقدّدة بوعي المعاناة وأمل العودة إلى الأرض التي ترحل إليها القلوب والعيون كل يوم.. فُدّس الأقداس وفلسطين الوطن. لم تكن ألوانًا بين أيدي أطفالنا وأشباننا وزهراننا.. إنّما كُنّا نراقب العيون التي انعكست فيها صورة فلسطين، وصورة القدس.. كُنّا نحرص على الغناء لهم، وأنّ تتمرّد على قهر اللجوء بين طبّات أمل العودة التي ستحدث يومًا ما رغم أنف الاحتلال.

هي القدس، نعلم كيف نُسافر إليها بالحنين. نعلم كيف نستحضرها في مخيماتنا رغم المسافة القريبة البعيدة. نعلم كيف نقول بصوت عالٍ: يا أُنتم.. أيّها الطّالمون المُستبَدون الغاصبون فلتقرّؤوا إصرار أطفالنا، فلترحلوا.. ليس لكم ماوى في بلادنا، ولتعلموا أنّنا أبناء التراب الفلسطيني وانتماءؤنا إليه فطرة تتوارثها أيّما كُنّا على خرائط اللجوء إلى أن يأتي موعدُ عودتنا إلى أحضان أُنّا فلسطين.

هذه الرّسالة التي قالها الكلام، عبّر عنها الأطفال بالألوان في الفعاليّة الفنيّة «لوّن القدس» التي جابت أرجاء المَخيمات والتّجمّعات الفلسطينية امتدادًا من جنوب لبنان حتى شماله، وذلك تحت شعار «هذه فلسطين يا أبنائي». انطلقت الورشة الأولى لفعالية «لوّن القدس» من «مخيم الصمود» (عين الحلوة) في الخامس من هذا الشهر، ثم تنقلت إلى مخيمات: المية

اخْتِمت فعاليات ورشة «لوّن القدس» تحت شعار «هذه فلسطين يا أبنائي» التي شهدت نشاطاتها، شهر جويلية الجاري»، كلّ مَخيمات اللاجئين الفلسطينيين في لبنان. وقد أعدت «ياسمينه عكا» الشاعرة الفلسطينية «نهي عودة» ورقة خاصة إلى قراء «الأيام نيوز» حول هذه الورشة.



ورشة لونية مسافرة في كل الدنيا

«لؤلؤ القدس» ورشة فنية تفاعلية فلسطينية موجهة إلى الأطفال من 6 إلى 16 سنة، «سافرت» إلى أقطار عربية كثيرة وكانت ضمن برامج فعالياتها الثقافية والفنية. كما أنها كانت نشاطاً مميزاً احتضنته مختلف المدن الفلسطينية. وآخر نشاط لورشة «لؤلؤ القدس» كان في مخيمات اللاجئين الفلسطينيين في لبنان، ولكنه سيظل نشاطاً مستمرًا ومتواصلًا في كل البلدان التي تناصر القضية الفلسطينية وتنتصر للشعب الفلسطيني وتناهض كل أشكال التمييز التي يمارسها الكيان الصهيوني في القدس وكل فلسطين.

ورشة «لؤلؤ القدس» أهدتها الفنان الفلسطيني «سميح أبو زكية» من أجل الأطفال في فلسطين والعالم العربي كمشراكة رمزية منهم في التضامن مع القدس العاصمة الفلسطينية، وللتعبير عن حُبهم لمدينة السلام، وكذلك للاحتفاء بالقدس عاصمة الثقافة العربية والإسلامية وعاصمة الشباب، وهي ورشة تستهدف، بالدرجة الأولى، أطفال المخيمات الصيفية في فلسطين، والأطفال في كل مكان من العالم.

قال الفنان الفلسطيني «سميح أبو زكية»: «الورشة الفنية (لؤلؤ القدس) هي من الأفكار الفنية البسيطة والعميقة والتي تعمل على تشجيع الأطفال وبشكل تفاعلي للتعبير بالفنون عن حُب القدس ومدينة السلام التي تعشقها جميعًا، وكذلك تحقق الهدف الخاص للمخيمات الصيفية بآتاحة الفرصة للأطفال في المشاركة وتُعزز أهمية القدس في وجدان الأطفال في فلسطين والعالم العربي».

وحول نسبة الورشة إلى «القدس»، قال الفنان «أبو زكية»: «لؤلؤ القدس هي مدينة المحبة والسلام والإخاء والصفاء، والقدس هي الزهرة التي يسفوح منها عطر وأريج المحبة، وهي عروس المَدِين وأجملها، والقدس مدينة فلسطينية عربية تعشق قُبلها كل شيء: حجارتها، شوارعها، أزقتها، أبوابها، قبائرها، أشجارها، هواءها، مآذنها، أجراس كنائسها، والقدس رمز نضالنا وأساس حريتنا، ورمز وحدتنا وأساس وجودنا، والقدس جوهرة وجوهرة القضية، وبدون القدس لا مستقبل لنا، وبدون القدس لا سلام، فمنها نستمد الحياة والمستقبل والحريّة والسلام».

تقوم فكرة الورشة حول مسابقة في الرسم بين الأطفال موضوعها «القدس»، وتعتمد على عناصر أساسية لإنجاز الرسومات وترجمة بعض العبارات حول «القدس» في تلوين الصور. وقبل البدء في الورشة يمكن إعطاء معلومات عامة عن القدس وأبواب القدس وأبواب المدينة المقدسة، بالإضافة إلى شرح عن مكانة هذه المدينة المقدسة باعتبارها عاصمة الدولة الفلسطينية ومدينة السلام وعاصمة دائمة للثقافة العربية والإسلامية، وأنها في نهاية الورشة «يمكن عمل معرض صغير بعد الانتهاء من التلوين وتوزيع جوائز على أفضل الرسومات من الأطفال الذين أبدعوا في التلوين».



الأطفال الفلسطينيين دون سن 14 مثل البالغين، وتجريمه دوليًا. طالب القسطاوي» من الأطفال أن يكون كلامهم في المناسبات وفي كل اللحظات عن فلسطين وعن جمالها، وأن يتحدثوا باللهجة الفلسطينية، وقال لهم: «أقف بينكم، أشعر أنني بالقرب من فلسطين الحلم، فلسطين الهوية، فلسطين القضية، فعليكم أن تعلموا يا أبنائي أن جواز سفرنا جُمعًا إلى فلسطين من خلالكم، فدعوني استشهد بما قاله الرئيس الشهيد ياسر عرفات: (سباتي يوم وسيرفع شبل من أشبالنا راية فلسطين)، وأنا أرى أن تلك المقولة قريية، وأرى فيكم جميعًا من سيحمل راية فلسطين قريبًا، كما أرى أن المبادرة القادمة ستكون في رحاب القدس الشريف عاصمة دولة فلسطين».

لقد اجتمعنا على حب فلسطين، وعلى إيماننا المطلق بالعودة إلى أحضان وطننا الذي نعشقه.. ونورتنا مُستمرّة بالكلمة واللون واللحن الموسيقي.. حتى النصر بإذن الله، وفعالية «لؤلؤ القدس» هي واحدة من فعاليات كثيرة ومُستمرّة موجهة إلى أطفالنا الفلسطينيين في مخيمات اللجوء، تهدف إلى ترسيخ الهوية الفلسطينية في وجدانهم وإيقاظهم في تواصل دائم مع «القدس» وإشباعهم بكل عناصر التاريخ والتراث الفلسطيني بالكلمة واللون والموسيقى والحكايات وغيرها من العناصر، ليكون حُلُمهم المُشترك الأوحد هو العودة إلى فلسطين الأرض والألم والوطن.

ورشات فعالية «لؤلؤ القدس» عبّر المخيمات الفلسطينية في لبنان سمحت لنا أن نرى القدس في عيون أبناء شعبنا وفي عيون وقلوب وقلم الفنان الفلسطيني «سميح أبو زكية» وأعماله الفنية الإبداعية، حيث قام برسم «القدس» في رسومات جمعت بين الاحترافية والجمالية، رافقتها كلمات تُثني شعور الأطفال وشعورنا نحن أيضًا، فقد امتزجت فلسطين بمخيمات اللجوء فكلنا نبضًا واحدًا وانتماء صادقًا.. وكان الصوت يأتي من «القدس» ويقول من هناك: هذه فلسطين يا أبنائي، فنقول نحن من مخيمات اللجوء في لبنان: حج على الحُجّ.. وتكرّر لبعو صوت القلوب، ولؤلؤ فيزهر الياسمين بين أصابع الأشجار والزهرات وكل أطفالنا في المخيمات.

في سياق مُداخلات المُشاركين في ورشات «لؤلؤ القدس»، قال الدكتور رئيس كرسي الألكسو في خدمة الطفولة «إيهاب القسطاوي»: «أطفال فلسطين يستحقون كل الدعم والمساندة في ظل ما يُحقّقونه من إبداعات وإنجازات، رغم الحصار والاحتلال والتصويب وحرمانهم من حقوقهم كافة، وهو ما يتطلب من الجميع دوليًا وعربيًا وفلسطينيًا العمل لحمايتهم». ودعا كل المنظمات الإقليمية والدولية، وفي مقدمتها منظمة الأمم المتحدة للطفولة «اليونيسيف»، إلى التحرك بشكل عاجل وقوي لإيجاد إلهام الكيان الصهيوني على وضع حدٍّ لانتهاكاته المتواصلة ضدّ أطفال فلسطين، والعمل على اتخاذ الإجراءات اللازمة لإجهاض مشروع القانون الذي يُجيز محاكمة



زواريب المخيم

ليس أمامه أوج خيارٍ آخرٍ فعائلته لا يمكنها تحمّل نفقة العلم وخاصةً أنه متوجّه إلى دراسة الطب ذات الكلفة المرتفعة جدًّا، والنجاح في هذا المجال يُمكنه أنْ حالفه الحظّ خارج بلد اللجوء من العيش بكرامةٍ وتقدّم مستمرّ.

لم يمض وقتٌ طويلٌ حتى حصل «حسن» على معدّل مرتفع يُلجّ قلوبَ أهله وحارته وكانَتْ الزغاريدُ على المستوى الذي يليقُ بهذا الطالبِ الفدّ.

توالست الأيّامُ وتمكّن من وضع اسمه ضمن قائمة المُتفوقين للحصول على منحةٍ التي ينتظرها بفارغ الصبر.

خلال ذلك الوقتِ جاءت الموافقةُ بمنحه ما يريدُ، فإنّ معدّلَه الدراسي لا يجعلُ للقائمين على المنح الدراسية سبيلًا غيرَ الموافقة وإنْ كان لا يعلمُ مداخل الواسطاتِ المباحة.

حدّد وجهته وقرّرَ الذهابَ للتمتع بأسوار الجامعة والتعرّف عليها وأخذ تفاصيلَ عن البدء والاستراتيجيات التي تتمُّ عن طريق المنح.

في اليوم التالي استيقظ «حسن» باكراً، استحمَّ على عجلٍ ولم يتناول قهوته مُهرولاً نحو القسم المُخصّص له في خزنة الثياب التي عليها أنْ تُسجّع لجميع أهل البيت.

إنّه العاشرُ من تشرين الأول حيثُ المياه المتدفقة بين زواريب مخيم برج البراجنة للاجئين الفلسطينيين في العاصمة اللبنانية تأخذُ سبيلها برتابةً سنويّة، فهو لا يخضعُ إلى رقابةِ البنية التحتية التي تقومُ بصيانتها البلدياتُ تفادياً لتجمّع المياه ودخولها إلى عدّة منازلٍ فيه.

كانَ نهاراً متعباً بالنسبة لـ «حسن»، ذلك الشابُّ الذي يشبهُ شاباً كُثُر في مخيمات اللجوء الفلسطينية. يستقبلُ صباحه في الذهاب إلى ثانوية الأثروا للجنين حيثُ أنّه في الصف الثالث الثانوي، ممّا يبقي له درجةً واحدةً للدخول إلى عالم الجامعة المُحبّب إلى قلبه.

ما يبرحُ حسناً الرجوع إلى منزله، يتناولُ غداءه على عجلٍ ثم يتوجّه إلى عمله البسيط حيثُ يساعدُ نفسه وأهله ولو بالقليل لتخطّي أعباء المعيشة الصعبة.

كانَ عملٌ حسنٌ حيثُ ترتبطُ روحُه، مكتبة لبيع القرطاسية ولوازم المدارس والمكاتب على أطراف المُخيم. ينتهي من عمله عند الساعة التاسعة تقريباً. يعودُ إلى منزل عائلته لتبدأ رحلته مع كتيبه واجتهاده ومثابرتة من أجل نيل علاماتٍ مرتفعةٍ تمكّنه من الحصول على منحةٍ دراسية.



اخترت الأديبة «نهي عودة» هذه القصة من كتابها «غصن وبندقية» وهو آخر إصداراتها، تروي فيه عن واحدة من أخطر المشاكل التي يُعاني منها اللاجئون الفلسطينيون في المُخيمات، وهو الموتُ بالصعقات الكهربائية من فوضى شبكات الكوابل وخطورتها في الأيّام الماطرة.



الاختيارات ليست بالكثيرة لكنه سينتقي الأقرب إلى روجه. نظر إلى قميصه الموشح باللون الزهري الفاتح وقال في نفسه: «لعله يجعلني أكثر جاذبية حيث أن بشرتي السمرات تتناغم وهذا اللون. أما عن معطفي الزمادي فكان يزيدني شجاعة ويستحث خطواتي على المضى قدما في تناغم مع دقات قلبي بما أنها كانت المرة الأولى التي أرتاد فيها الجامعة وأولئك المسؤولون عن المنح الدراسية لا ينفكون يتسّمون منتشبين بانتصارهم فقد ورد اسمي بين اللوائح ومعدلي الدراسي لم يتجاوز سبعة وتسعين بالمئة فقط».

في الصالة كانت والدته تحنسي قهوئها. أكمل «حسن» ارتداء ملايبسه وانتقل إلى الصباحية، جلس على طرف المتندة القابعية في الزاوية تحت الشباك المظلل على منزل جارته الجميلة.

- تعال يا حسن، سأسكب لك القليل من القهوة لتستعيد نشاطك.
- لا يا أمي أردت فقط أن أسبح الله جلست قليلا لأرى وجهك. لم يعد لدي الوقت الكافي وأنت تعلمين مشقة الطرافات التي ساقضها مشيا على الأقدام إن لم يكن الطقس مطرا.

سينتهي يا أمي كابوش الفقر المدقع والأواج الزينكو التي أصابت رؤوسنا بصداق مستديم. يتنصر دوما شروؤه وحواره المستمر مع نفسه ليخفف وطأة فخره من الحال الذي يعيش به «لا أذكر بأنني اختليت بنفسي يوما كشاب في بداية مراهقته، فكل مساحة المخيم لا تتسع لمن يستهويه الهدوء ولو لبرهة من الوقت».

زواربته الفاضحة تمنعني من رؤية حبيبتي التي لا أعرف ملامحها جيدا، تختبئ بعض الباب خشية تقديمي لها وردة تجعلها متيقنة من حبي لها إن أنصفتنا في العدي الأخير (حبيبي / لا حبيبي).

أما أمي التي دوما تخفض صوتها مخافة أن يسمعها جيراننا وتهمس لأبي بأنه لا يوجد خير كافي الليلة، ليانم والدي وجوفه فارغ من كل شيء إلا القهر.

هذا القميص سأحتفظ به طويلا وإن كثرت الألوان وتعددت الماركات العالمية في خزانتي. كلفتني عيون أمي وهي تغزل الصوف الذي ورثته لأخواتي كعادة لجلب المال القليل وإعادة وضع اللاصق على أطراف الزينكو في كل شتاء لعين.

كان حسن الطفل المدلل في المنزل، فلم يعد والده ينادي أمه ولو لمرات قليلة لتضع الكرسي الخشبي الذي ورثه من جدّه خلف الباب ليمارسوا لعبة لا يعلم إن كانت تستمتع بها أم لا. ذلك النداء الخفي حيزه مما دفع فضوله للبحث عن سرّ الاختفاء المفاجئ الذي يتسرّب منه صوت خفيف لوالده، ما يلبث أن يفتح الباب بعده بدقائق معدودة.. لكنها أنجبت اثنا عشرة شخصا ينتمون لعرفتين لا تتسع إلى جميع ذكرياتهم وبهذا انتهى العجب. «لربما كانوا يريدون دحر الصهانية بأعدادنا الكثيرة عليهم المتكشمة على أعلامنا».

انتظر «حسن» الصباح أيضا ليحنسي فنجان الشاي بالنعناع عند أخته التي تقطن بالزاروب المؤدي إلى المدينة، هكذا يحظى ببعض الراحة من عناء الطريق. ويلاعب ابنتها الجميلة التي تبلغ من العمر أربعة أعوام. يتساءل دوما من الصغيرة بينهم أم طفلها، تزوجت أخته وهي لم تكمل الخامسة عشرة من عمرها. كيف لهذا أن يحصل؟ ياه... لقد نسيت وضع العطر الذي أهدها لي صديقي «جاد» فمند أيام لم تعد زواجتي تستجيب لنداءاتي بالضبط عليها كي تقفني برانحتها، كانت مغرورة بعض الشيء،

رغم أنني اشتريتها مقلدة (غير أصلية) لاسم فرنسي فاخر يضع دولارات لا تلبث أن تختفي مع أول نسمة هواء. لا بأس فما بقي إلا القليل، أخرج من الجامعة ومن تمّ أتكن من الهجرة إلى الخارج أحقق فيها ما حلمت به.

يا لها من فرصة أجمّل إن اكتملت الحكاية بالذهاب إلى بلد أوروبي، سيتسنى لي بعدها الذهاب إلى فلسطين، أتجول في باحات المسجد الأقصى، وألقط الصور الكثيرة تحت قبة الذهبية. ما أعذب من شعور (موطني، موطني الجلال والجمال والسناء والبهاء في ربالك).. أه يّأ..

يا حسن ألا تكف عن الغناء بصوتك المرتفع، لو كان جميلا لقلنا استمر. يرمق أخته بنظرة حنونة ويضحك ملء الصالة «خلص سكتنا حبيبتي».. يكفيني يا عزيزتي هذا الأمل المصحوب بكل هذا الجمال لبدائية مشوقة في الجامعة.

وماذا عن البدايات مع مريم، البسنت جميلة أيضا؟ نعم عزيزتي، أحب هذه الفتاة كثيرا ولا أرى أحدا بجمالها أبدا فهي مرتبطة بذكراياتي في مخيمنا. حثما سنتنظرني، أعود لخطبتها بعد أن أؤمن مستقبلها وهكذا أتكن من رؤيتها دون قيود وتقاليد مملّة.

أعطني عطر زوجك فأنا لا أستطيع التخلي عن سماع تهيدة الفتيات عند مروري في أج زاروب، يسبقني عطري بخطوات قليلة، هذه الزوارب الضيقة والمخيمات المنتشرة هنا وهناك تحبسها

لكنها تحمّلنا كثيرا كوطن صغير ننتمي إليه وهو من نعرفه فقط، لم يكمل حسن حديث نفسه حتى كانت أسلاك الكهرباء المتشابكة في آخر زاروب للمخيم وتداخلها مع أنابيب المياه أقرب وملك الموت إلى روجه من حلمه.

ف هكذا نُقتال أعلامنا بعيدا عن أوطاننا، في زوارب المخيم.

أخطر الحالات التي قد تصيب الإنسان خلال الصيف..

”ضربة الشمس“ ما هي أعراضها ومخاطرها وما سبل الوقاية منها؟

إبتسام مباركي

سجّلت موجة الحرارة خلال هذه السنة درجات مرتفعة جداً، بما فيها الجزء الشمالي من الكرة الأرضية، إذ أفادت المنظمة العالمية للأرصاد الجوية بأن الأسبوع الأول من شهر جويلية الجاري شهد تسجيل أكثر الأسابيع سخونة في تاريخ البشرية. وفي هذه الوضعية يوصي المختصون باتخاذ التدابير اللازمة لتفادي الإصابة بالإجهاد الحراري والتعرّض لضربات الشمس لتجنّب آثار سلبية قد تؤدي إلى الوفاة.

الحرارة الشديدة

الشديدة هي درجة الحرارة التي تبدو ساخنة أكثر من المعتاد بالنسبة لك، وبناءً على المكان الذي تعيش فيه. ويرجع السبب إلى أن كلاً منا يعتاد على مستوى معين من السخونة في الصيف. وبهذا سنجد أن بعض المناطق معتادة على درجات الحرارة الساخنة أكثر من غيرها.

تعتبر الحرارة الشديدة هي الطقس الأكثر سخونة أو رطوبة من المستوى المعتاد عليه في كل منطقة وفي كل فترة، حسب موقع "Wall Street Journal" الأمريكي تُعرّف وزارة الأمن الداخلي الأمريكية الحرارة الشديدة بأنها فترة تشهد ارتفاع درجات الحرارة والرطوبة لأعلى من 32 درجة مئوية، وذلك على مدار يومين أو ثلاثة أيام على الأقل. وحسب المصدر نفسه، يقول غريغوري فيلينيوس، أستاذ الصحة البيئية في جامعة بوسطن، إن الحرارة

رد فعل الجسم بعد تعرضه لدرجة حرارة شديدة

ويقوم جسم الإنسان بتنظيم درجة حرارته باستمرار، وذلك ما بين 36 درجة مئوية و37 درجة، عندما يتعرض الجسم إلى درجة حرارة مرتفعة أكثر من العادي، فإنه يقوم بالتنفس عبر العرق، بالإضافة إلى إرسال الدماء من الأعضاء الداخلية إلى سطح الجلد لتوزيع حرارة الجسم فيما يتناسب مع المحيط.



• الإصابة بحالات طبية معينة، مثل اضطراب النوم أو مشاكل في القلب أو الرئتين أو الكلى أو الكبد أو الغدة الدرقية أو الأوعية الدموية.
 • ارتداء ملابس ثقيلة أو ضيقة.
 • الإصابة بحمى شديدة.
 • الإصابة بالسمنة.
 • سوء التكيف البدني أو عدم التعود على الظروف الحارة.

كيفية علاج ضربة الشمس في البيت

إذا كنت تشك في إصابة شخص ما بضربة شمس، فاقبل على الإسعاف أو اصطحب الشخص إلى المستشفى مباشرة، لأن أي تأخير في طلب المساعدة الطبية يمكن أن يكون قاتلاً، وفقاً لما أكدته موقع WebMD الطبي الأمريكي.
 1- أثناء انتظار وصول المسعفين، ابدأ بالإسعافات الأولية، انقل الشخص إلى بيئة مكيفة الهواء - أو على الأقل منطقة باردة ومظللة - وقم بإزالة أي ملابس غير ضرورية عنه.
 3- إذا أمكن، قم بقياس درجة حرارة الجسم الأساسية للشخص وأبدأ في الإسعافات الأولية لتبريدها إلى 39 أو 38 درجة مئوية.

جرب استراتيجيات التبريد هذه:

• قم بتهوئة الهواء فوق المريض أثناء ترطيب بشرته بالماء من الإسفنج.
 • ضع كمادات الثلج على الإبطين والفخذ والرقبة والظهر، لأن هذه المناطق غنية بالأوعية الدموية القريبة من الجلد، فإن تبريدها قد يقلل من درجة حرارة الجسم.
 • اغمر المريض في حمام أو حوض به ماء بارد.
 • إذا كان الشخص شاباً وبصحة جيدة وعانى من ضربة شمس أثناء ممارسة الرياضة بقوة - ما يعرف بضربة الحرارة الجهدية - يمكنك استخدام حمام ثلجي للمساعدة في تبريد الجسم.
 • لا تستخدم الثلج للمرضى الأكبر سناً أو الأطفال الصغار أو المرضى الذين يعانون من أمراض مزمنة أو أي شخص أصيب بضربة شمس دون ممارسة تمارين شاقة، فالقيام بذلك يمكن أن يكون خطيراً.

الوقاية من ضربة الشمس

في معظم الحالات، من الممكن منع ضربة الشمس عن طريق:
 • محاولة تجنب الخروج من المنزل خلال ذروة النهار أو خلال العواصف الشمسية.
 • تجنب النشاط البدني الشاق في الظروف الحارة والرطبة.
 • التقليل من استهلاك المشروبات الرياضية والمياه المملحة قليلاً أو المرق.
 • ترك جسمك يتأقلم تدريجياً مع درجات الحرارة الدافئة على مدى عدة أسابيع إذا كان عليك أن تكون في ظروف حارة للعمل أو الرياضة.
 • عدم ترك الأطفال (أو الحيوانات الأليفة) في الأماكن المغلقة والساخنة مثل السيارات.
 • البقاء في مناطق مكيفة أو جيدة التهوية أثناء موجات الحر.
 • ارتداء ملابس خفيفة الوزن، فاتحة اللون وقضائفة إذا كنت ستخرج في جو حار.
 • وأخيراً، وبعد التعافي من ضربة الشمس، من المحتمل أن تكون أكثر حساسية لدرجات الحرارة المرتفعة خلال الأسابيع التالية، لذلك من الأفضل تجنب الخروج تحت أشعة الشمس أو أثناء ارتفاع مستوى الرطوبة في الجو، والابتعاد عن التمارين الرياضية الشاقة حتى يخبرك طبيبك بأنه من الآمن استئناف أنشطتك العادية.

ما هي المضاعفات المحتملة لضربة الشمس؟

يمكن للأشخاص الذين يعانون من ضربة الشمس أن يصابوا بصدمة أو يدخلوا في غيبوبة، كما يمكن أن يؤدي ارتفاع درجة حرارة الجسم إلى:
 • متلازمة الشائكة التنفسية الحادة.
 • تورم الدماغ.
 • فشل كلوي.
 • فشل الكبد.
 • ضعف التمثيل الغذائي.
 • تلف العصب.
 • انخفاض تدفق الدم إلى القلب ومشاكل الدورة الدموية الأخرى.

أنواع ضربة الشمس:

1- ضربة الشمس غير الإجهادية

تسمى أيضاً ضربة الشمس الكلاسيكية، ويمكن أن تحدث بسبب التعرض لبيئة حارة وخاصة إذا كانت معدلات الرطوبة مرتفعة، وهو أمر شائع في دول الخليج العربي المعروفة بدرجات حرارتها المرتفعة ونسبة الرطوبة العالية.

وهنا يكون مصدر الحرارة المؤدية لضربة الحرارة هي الشمس أو الجو الساخن المحيط، ولذلك يطلق عليها اسم "ضربة الحرارة غير الإجهادية" أي غير الناجمة عن ممارسة مجهود، وهذا النوع يميل إلى التطور على مدى عدة أيام.

2- ضربة الشمس الإجهادية

هذا النوع من ضربة الشمس عادة ما يكون نتيجة للإجهاد البدني في الظروف الحارة والرطبة، ويمكن أن تتطور في غضون ساعات قليلة.

هل الإنهاك الحراري وضربة الشمس نفس الشيء؟

الإرهاق الحراري وضربة الشمس كلاهما نوعان من ارتفاع الحرارة، يمكن أن يتطور الإرهاق الحراري إلى ضربة شمس إذا تركت دون علاج. لكن الإرهاق الحراري ليس شديداً مثل ضربة الشمس، ولا يسبب مشاكل عصبية ولا يهدد الحياة عادةً.

من يصاب بضربة شمس؟

يمكن لأي شخص أن يصاب بضربة شمس، لكن الأطفال وكبار السن معرضون بشكل خاص لخطر كبير لأن أجسامهم قد لا تكون قادرة على تنظيم درجة الحرارة بشكل فعال.
 وكذلك الرياضيون والجنود والأشخاص الذين يعملون في مهن تتطلب عملاً بدنياً قسياً البيئات الحارة هم أيضاً عرضة للإصابة بضربة الشمس. وتشمل العوامل الأخرى التي تزيد من خطر الإصابة بضربة الشمس ما يلي:
 • شرب الكحول.
 • الأدوية التي تؤثر على قدرة الجسم على تنظيم درجة الحرارة، مثل مدرات البول أو المهدئات أو أدوية القلب وضغط الدم.
 • الإصابة بأمراض معينة تؤثر على قدرتك على التعرق، مثل التليف الكيسي.

الحرارة بين الإنهاك الحراري وضربة شمس

وتشمل الآثار الصحية الناجمة عن درجة الحرارة المرتفعة كلاً من التقلصات الحرارية والإنهاك الحراري، بالإضافة إلى ضربات الشمس التي تعتبر الأخطر من بينها، التقلصات الحرارية هي عبارة عن تشنجات عضلية تنتج عن فقدان الجسم للماء الكافي والأملاح.
 أما بخصوص الإنهاك الحراري الناتج عن التعرض للمغربط للحرارة فيفانم حدة الإصابة بالجفاف فيما تشمل أعراضه الصداع والغثيان والدوار والتهيج والعطش وانخفاض كمية البول، في حال شعرت بأي نوع من هذه الأعراض ينصح الأطباء بطلب المساعدة أو التوجه إلى أقرب مستشفى.
 بينما تُعدّ ضربات الشمس أخطر الحالات الطبية التي تنتج عن التعرض للحرارة الشديدة، بحسب مراكز السيطرة على الأمراض، وتحتاج لعلاج طبي طارئ، وتحدث ضربة الشمس عندما يصبح الجسم عاجزاً عن تنظيم درجة حرارته الأساسية، مع ارتفاع درجة حرارة الجسم سريعاً إلى مستوى 39 درجة مئوية أو أكثر.

تعتبر ضربة الشمس واحدة من أخطر الحالات التي قد تصيب الناس خلال فصل الصيف، إذ يمكن أن تسبب تلف الدماغ أو فشل الأعضاء أو حتى الوفاة، فما هي أعراض ضربة الشمس، كيف تحدث، وما سبل الوقاية منها؟

أعراض ضربة الشمس

ضربة الشمس هي حالة تهدد الحياة وتسبب في ارتفاع درجة حرارة الجسم، ويتم تعريفها على أنها ارتفاع في درجة حرارة الجسم أعلى من 40 درجة مئوية.
 ضربة الشمس، هي أشد أشكال ارتفاع الحرارة أو الأمراض المرتبطة بالحرارة، ويمكن أن تسبب أعراضاً خطيرة أو قد تؤدي إلى الموت، ولذلك هي حالة طبية طارئة.

إذا ظهرت عليك أنت أو أي شخص تعرفه أي من أعراض ضربة الشمس التالية، فاقبل الإسعاف على الفور:

- عدم التعرق.
- ترتج ومشاكل في الحركة والتنسيق.
- مشاكل التوازن.
- الهذيان والارتباك.
- دوام.
- جلد ساخن متورم أو شاحب جداً.
- ضغط دم منخفض أو مرتفع.
- قرقررة الرئة (صوت فقاعات أو قرقررة في الرئتين).
- الغثيان والقيء.
- قلة البول (انخفاض إنتاج البول).
- سرعة التنفس أو عدم انتظام دقات القلب (سرعة دقات القلب).
- فقدان الوعي.
- ضعف.

أسباب ضربة الشمس

ووفقاً لما ذكره مركز عيادات Cleveland Clinic الأمريكية، تحدث ضربة الشمس عندما لا يستطيع جسمك تبريد نفسه، بعد التعرض لمصدر حرارة (مثل أشعة الشمس) لفترة طويلة، أو القيام بنشاط جسدي في جو حار.
 ويعتبر الشخص مصاباً بضربة الشمس إذا تجاوزت حرارته 40 بالمئة، ورغم أن الجسم لديه آليات لخفض درجة حرارة الجسم من خلال ما تحت المهاد وهو جزء من الدماغ، فإنه في بعض الأحيان يفشل في ذلك، ما يؤدي إلى بقاء درجة حرارة الجسم مرتفعة.

«الجامع الكبير»..

سر عتيق
في قلب
«البهجة»

سهام سعيدة سوماتي

واحد من أقدم وأندر التحف المعمارية التي بقيت مخلدة
للهندسة التي اشتهرت بها الدولة المرابطية، في مدينة الجزائر
العاصمة أو كما يطلق عليها اليوم «البهجة»... إنه الجامع
الكبير الذي اتفقت كل الدراسات أنه تم تشييده في
القرن الخامس الهجري، وبالضبط في الأول
من رجب عام 490 للهجرة.

على أنقاض كاتدرائية مسيحية تعود إلى العهد الروماني.
بعد «6 قرون» من بناء المسجد الذي يتربع على مساحة حوالي
2000 متر مربع بشكله المستطيل القائم على عرض 46.30 متر،
وعمق 20.38 متر، اكتشف المؤرخون «وبالمصادفة»، «سرا في منبر»
المسجد الكبير، تمثل في «كتابات منقوشة بالخط الكوفي»، سمحت
لهم بتحديد تاريخ بناء المسجد، وكان ذلك بعد 90 سنة كاملة من
الاحتلال الفرنسي للجزائر وتحديدا عام 1920.
وقد حاول الاستعمار «جاهدا» تدمير المسجد، لكنه لقي مقاومة

العريقة، وحسب المصادر التاريخية فقد كان محاذيا لسوق كبيرة،
ما جعله قبلة المصلين ووجهة لطلبة العلوم الدينية، وهو واحد من
أقدم المساجد في المنطقة المغاربية التي شيدت من قبل الدولة
المرابطية التي حكمت الجزائر في القرن الخامس هجري.
أجمعت الدراسات التاريخية على أن أول مسجد شُيّد في الجزائر
العاصمة كان في القرن الخامس الهجري، على يد مؤسس الدولة المرابطية
«يوسف بن تاشفين»، وحددت الدراسات تاريخ إنشائه في الأول من رجب
عام 490 للهجرة الموافق لشهر جوان سنة 1097 م ويعتقد أنه قد شُيّد

كان يُلقب بـ«مسجد قرطبة»، نظرا للشبه بينه وبين مسجد
قرطبة في الأندلس، من حيث التصميم، ويتمتع «الجامع الكبير» في
الجزائر برمزية تاريخية كبيرة، مع ما يخلصه من عراقية وتراث عتيق
على مدار قرون عدة، فكان حاضنة للدين والتراث والعلم من جهة،
وواجهة لمقاومة الاحتلال الفرنسي من جهة ثانية، فحمي السكان
وحموه من برائن وخطط هدمه.
يقع «الجامع الكبير» - المعروف بثباته ما جعله يحمل اسم
«المسجد العتيق» - في أعالي العاصمة، وتحديدا في مدينة القصة



شرسمة من قبل سكان العاصمة، غير أن أحد المهندسين المعماريين الفرنسيين أبدى اهتماما بالمسجد الكبير، وقام بإعادة بناء أرواح المنبر التي تآكلت، وعمل على تركيبها فوق هيكل حديدي متحرك، حتى تبقى تلك النقوش شاهدة على تاريخ أقدم مسجد في الجزائر العاصمة، وتتضمن النقوش التي يزدان بها منبر هذا المسجد وهي مكررة ثلاث مرات بالخط الكوفي تاريخ إنشائه حسب ما ذكره عدة مؤرخين، في مقدمتهم المؤرخ الفرنسي «دولوكس» في ترجمة دراسة عن المباني الدينية في الجزائر. وتختلف مساجد الدولة المرابطية في هندستها المعمارية عن بقية المساجد الجزائرية العتيقة، ومن بين الاختلافات التي تلاحظ بشكل واضح على المسجد الكبير، نجد ضخامتها العمرانية، وقاعة الصلاة التي تكون بشكل مستطيل وقليل الارتفاع، وعرضها أكبر من عمقها، حيث تقوم على دعائم هائلة تمثل في 72 دعامة، المسافة بينها 3.4 متر، مبنية بالحجارة والأجر، تغطيها طبقة من الجبس والجير، وتلونها العقود الحدودية أو المفصصة، فيما يغطي المسجد بسقوف منحدر وممزوجة بالقرميد الأحمر.

ويمكن لزائر هذه التحفة الدينية التراثية أن يلج من 6 أبواب، مصنوعة من الخشب، ولكل منها اسم، أشهرها باب الجينية المقابل لساحة الشهداء، يليه باب البواقل ثم باب الفواردة، بالإضافة إلى باب الصومعة المحاذي للمئذنة، وصولا لباب الطحطحة، وآخرها باب الجنائز. وعند دخولك إلى الجامع، سليلقت انتباهك تفاصيل أخرى مثل القبة والمحراب الذي يقال إن تاريخ بنائها يعود إلى 1732 ميلادية، دون نسيان أن الجامع يحوي 6 قباب والصومعة، ومن ملحقات المسجد المهمة جدا نجد الحديقة التي تقع في الجهة الجنوبية للمسجد. ومن يلج المسجد العتيق الذي يحوي مئذنتين بارتفاع عادي يقف على تحفة هندسية نادرة، تكمن في المبنى الخارجي المدعم بأعمدة وأقواس عليها أهلة صفراء وصفائح من الرليج أو السيراميك التقليدي الأزرق، مصفوفة فوق العمود الأول حتى آخر الأعمدة المجاور للمئذنة، أما الأبواب الخشبية فتم نقشها باحترافية عالية ودقة كبيرة، وتشكل معبرا لقاعة الصلاة المرصع محرابها بالرليج. ويضم المسجد بالإضافة إلى ساحة رحبة ونافورتى ماء صغيرتين خاصتين بالوضوء، مكتبة تقع في شارع طنجة على مقربة من المجلس الشعبي الوطني، يعود تأسيسها إلى ثمانينات القرن الماضي وكانت أول فكرة لإنشاء مكتبة للطلبة الجامعيين الذين يدرسون في الجزائر العاصمة الأولى في سنوات السبعينيات.

مقومات تراثية برمزية تاريخية

ومن بين المقومات التراثية التي يمتاز بها هذا الصرح التاريخي الديني العتيق والتي لها علاقة مباشرة بهوية الجزائر الإسلامية ذات البعد المغاربي/ الأندلسي، نجد منارة الجامع التي بناها السلطان زيان أبو تاشفين في القرن الـ14 الميلادي، وكان طولها حوالي 25 مترا. ويحتضن الجامع الكبير أيضا أحد أقدم المنابر الإسلامية، مصنوع من الرز الصلب بعرض 60 سم، وعمق 2,60 متر، ويتألف من 7 درجات، أما المئذنة، فهي مربعة الشكل، وترتفع لـ 15 مترا، وتنتهي بقبة صغيرة تعلوها 3 تفايح من النحاس، وبحسب الكتابة المنقوشة على لوحة من الرخام مثبتة على يمين الباب المفضي إلى المئذنة، فهي ترجع إلى فترة الحكم الزياني. رغم أن الجامع العتيق من العهد المرابطي، إلا أنه واصل ريادته خلال العهد العثماني، فكان أعظم مسجد في العاصمة خلال القرن الـ17 الميلادي، وامتاز بجماله ودقة بناؤه، إلى جانب الترتيب البديع للأقواس المصقولة والحادة، ما دفع العثمانيين إلى تدعيمه بنافورة رخامية في ساحة الوضوء، وقد ميّزه أيضا خلال تلك الفترة ساعة شمسية من الرخام الأبيض على سطحه، استعين بها في ضبط أوقات الصلاة الشرعية، مدعومة بنبراس فخم بسطح المئذنة يستعمل في الإعلان عن دخول وقت الصلاة لا سيما في الليالي الرمضانية. كما مثل الجامع الكبير الذي كان يحوز أوقافا ضخمة، خلال الفترة ذاتها، مقرا للمفتي المالكي وللمجلس الشرعي للفصل في القضايا الفقهية الشائكة، السكان التي تحتاج إلى فتاوى من العلماء، كما كانت تحل فيه كل القضايا والمنازعات، وكان أيضا يشرف على توزيع الموارث على مستحقيها، فمّرت عليه أبرز القامات الفقهية كعائلة قدورة، وابن جعدون وابن الشاهد وغيرهم من الأعلام.

وكانت الأيام الأكثر ازدهارا بالنسبة للجامع الكبير، بعدما تحوّل إلى صرح علمي وحضاري عقب تدعيمه بمدرسه وزاوية، ليصبح مقصدا لطلاب العلم وللمدرسين من مختلف الأصقاع والباقاع من داخل الجزائر وخارجها، وقد ساهم الجامع الكبير في تخريج جيل من العلماء المسلمين، أشهرهم محمد وأحمد ابنا سعيد قدورة، وأبو مهجي عيسى التعالي، ويحيى الشاوي، وأبو حفص عمر المانجلاتي. ويمتد دور الجامع الكبير ليشمل مجالات عديدة، منها تحفيظ القرآن الكريم للأطفال الراغبين بذلك، وقد تخرج فيه علماء وفقهاء وأئمة اكتسبوا سمعة طيبة ولعبوا دورا في تبصير الشباب بأمور دينهم ومنهم الشيخ بابا عمر الذي كان مفتيا ضليعا، والشيخ عمر شوتري والشيخ شارف والشيخ مصطفى بن يلس وهم خطباء مفوهون، ما يؤكد على الدور الحضاري الكبير لهذا المسجد العريق.



«راقصو السامبا»..

ما سر تألق و براعة كرة القدم البرازيلية؟

وقد يتساءل الكثير منا لماذا يحب الشعب البرازيلي كرة القدم لهذه الدرجة، ولماذا يعدّ هذا البلد اللاتيني من أكبر مصدري المواهب، وهذا ما سنحاول الإجابة عنه في عدد اليوم من «الأيام نيوز».

6 عوامل تجعل البرازيليين أمهر شعوب العالم في كرة القدم

نشر موقع «فوتبول أكاديمي» التركي تقريرًا استعرض فيه العوامل التي تجعل البرازيليين أمهر شعوب العالم في رياضة كرة القدم. وقال الموقع، «إن منتخب البرازيل الأكثر نجاحًا في البطولات الدولية لكرة القدم وهو يحتل المركز الأول على مستوى العالم من حيث عدد مرات الفوز بكأس العالم، إذ توجّ خمس مرات في السنوات 1958، 1962، 1970، 1994، و2002. فما سرّ هذا النجاح؟» وفيما يلي، بعض العوامل التي تساهم في نجاح «راقصو السامبا» بطريقة مبهجة وممتعة:

1. أكبر دولة في قارة أمريكا الجنوبية

ذكر الموقع أن البرازيل هي أكبر دولة في أمريكا الجنوبية بتعداد سكان يعادل تقريبًا عدد سكان المملكة المتحدة وفرنسا وألمانيا مجتمعًا، وارتفاع عدد السكان يعني بطبيعة الحال أن عدد الأشخاص الذين يحبون كرة القدم ويلعبونها مرتفع، كما هو الحال في جميع بلدان أمريكا اللاتينية.

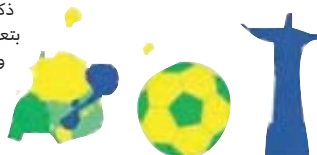
وعلى اللعب الجميل، بعكس المدرسة الكروية الأوروبية التقليدية التي تعتمد على القوة البدنية والسرعة والأسلوب الدفاعي الذي لا يقيم كبير وزن للمهارات الفردية.

كرة القدم أو الساحرة المستديرة - كما يُطلق عليها - هي لعبة نشأت في بريطانيا قبل عقود طويلة من انتشارها حول دول العالم، لكن على مر السنين أصبحت تلك اللعبة الشعبية جزءًا من تراث البرازيل، حتى أصبح يُطلق عليها بلد الكرة أو «país do futebol» بالبرتغالية.

وباتت البرازيل اليوم، بلاد كرة القدم الأولى في العالم بلا منازع، تشهد لها عراققتها في المجال الكروي ونسبة مشاركتها العالية في جميع بطولات كأس العالم، فمنتخب البرازيل لم يغيب عن أي دورة من دورات المونديال التي تقام كل 4 سنوات، وهو المنتخب الذي يتربع على عرش أبطال كرة القدم في التاريخ، بألقابه الخمسة التي يتفوق بها على كل من ألمانيا وإيطاليا اللتين تحتلان المرتبة الثانية بعد البرازيل مباشرة بـ 4 ألقاب لكل منهما.

المهارات الفردية أهم ما يميّز كرة القدم البرازيلية

صحيح أن الإنكليز هم الذين اخترعوا لعبة كرة القدم كما نعرفها اليوم ووضعوا قواعدها وقوانينها، لكن البرازيليين هم الذين استحوذوا على هذه اللعبة وأضفوا عليها سحرًا وأضافوا إليها عبقرية رياضية باهرة، فالبرازيل هي البلاد التي أنجبت بيليه وغارنيتشا وريفيلينو وسقراط (سوكراتيس) وزيكو وكاريكا وروماريو ورونالدو. ومما يميّز كرة القدم البرازيلية التقليدية تعويلها على المهارات الفردية



وتحظى أطعمة مثل جوز الهند والبرتقال وحتى البيض بشعبية كبيرة بين الأطفال عند لعب كرة القدم.

وأضاف الموقع أن لعب كرة القدم بالفأكة مهمة أصعب بكثير من اللعب بكرة منفوخة جيدا. لذا فإن الطفل الذي يلعب كرة القدم بهذه الأشياء يمكن أن يطور قدرته مع الكرة أكثر من غيره. تخيل اللعب بيضة في الهواء! ستكون لديك سيطرة غير عادية وقدره مذهلة على تجنب كسر البيضة.

نتيجة لذلك، عندما ننظر إلى البرازيليين، نرى أنه بالنسبة للاعبين كرة القدم الذين لديهم هدف وغرض، فإن الصعوبات تتطلب الإبداع، هذا يعني أنه كلما كانت المهمة التي تقوم بها أصعب، كنت أكثر استعدادا ومهارة للتغلب عليها. والشباب البرازيليون يواجهون العديد من التحديات والصعوبات في كرة القدم ويطورون مواهبهم وفقا لذلك.



2. المناخ الاستوائي وبناء المدن

تعتبر البرازيل البلد الأكثر تنوعًا بيولوجيًا في العالم وذلك يعود إلى المناخ الاستوائي للبلد بسبب موقعه الجغرافي، وتعد غابات الأمازون المطيرة والصحراء والسهول الواسعة أمثلة على الموارد المختلفة التي تمتلكها البلاد.

وبالنسبة لتأثير ذلك على كرة القدم، فإن البرازيليين لاعبون موهوبون للغاية وهم معروفون بالتحكم في الكرة والألعاب البهلوانية. قد تتفاجأ، لكن هذه الظروف المناخية القاسية لها تأثير كبير على ذلك. وأضاف الموقع أن الأمطار الغزيرة والحرارة الحارقة مفيدة جدًا للنباتات في الغابات المطيرة، ولكنها سيئة للعبش، لذلك، من الصعب الحفاظ على العشب وصيانتها في البرازيل. ولذلك، لا توجد ملاعب معشبة تقريبًا في البرازيل والعدد القليل من الملاعب المعشبة في عدد قليل من المدن يتم صيانتها يوميًا. ونتيجة لذلك، قد تعتقد أن الشباب البرازيليين الذين لا تتاح لهم فرصة لعب كرة القدم في كثير من الملاعب يجب أن يكونوا سيئين في كرة القدم، لكن الوضع عكس ذلك.

ثقافة الانتصار

الامة كلها تراهن على ثقافة الفوز من خلال أن يكونوا الأفضل بين الجميع على الإطلاق.

ختامًا، ورغم كل هذه العوامل، فمن الصعب أن نؤكد بالضبط ما الذي يجعل البرازيل جيدة في كرة القدم، لكن ما يظهر أنه ربما يكون مزيجًا من جميع العوامل المذكورة أعلاه، إلى جانب سر غير معروف من أسرار السامبا يجعلهم يستمرون دائمًا في إنتاج أجيال من لاعبي كرة القدم العظماء.

النجاح يولد نجاحًا بالتأكيد، لقد كبر البرازيليون وهم يشاهدون نجوم الشوارع يرتدون قمصان المنتخب الوطني ويصبحون أبطالًا، لذا فإن التوقعات عالية دائمًا لدى الشعب بمجموعه. يتوقع المشجعون أن يفوز فريقهم وأن يبدو جيدًا دائمًا، لا يوجد شيء اسمه الدفاع و«إيقاف الحافلة» في البرازيل، هذه الطريقة هي أقرب شيء لخيانة كرة القدم بالنسبة لهم.

4. كرة القدم الشاطئية

تتمتع البرازيل بخط ساحلي بطول 5 آلاف ميل (8 آلاف كم) تقريبًا، وتغطي الشواطئ معظم هذا الخط الساحلي. وكرة القدم الشاطئية أكثر صعوبة بكثير من النسخة العادية من اللعبة، لأنها تتطلب المزيد من الطاقة للجري والتحرك على الرمال. وبالنظر إلى أن الكرة تقريبًا لا ترتد، يجب أن تكون اختيارات التمرير دقيقة جدًا، ويجب استخدام العديد من أجزاء الجسم للسيطرة على الكرة. وبعبارة أخرى، إذا كنت تلعب كرة القدم الشاطئية، هذا يعني أن لياقتك البدنية عالية ولديك تقنية رائعة.



5. الرقص «السامبا»

عندما يتعلق الأمر بكرة القدم، يمتلك البرازيليون ميزة هامة جدًا بالإضافة إلى الشمس، المطر، المدن، الصالات الرياضية المغلقة والشواطئ - إنهم يحبون الرقص كثيرًا ويطلق على النمط الموسيقي الخاص بالبرازيل اسم «السامبا» هي نوع من الموسيقى السريعة جدًا، معززة بإيقاعات وعادة ما تُعزف فيها الآلات الإيقاعية الصغيرة، مثل الطبول. بالإضافة إلى ذلك، يوجد نوع خاص من الرقص يتضمن ضرب الأقدام على الأرض بشكل متكرر واستخدام الوركين بشكل كبير. ويُنمّ الموقع أن الأطفال الذين ينشأون في البرازيل يتعلمون السامبا، ولديهم القدرة على تحريك أقدامهم واستخدام أوراكتهم أكثر بكثير مقارنة بالأطفال في البلدان الأخرى.

وتحريك الوركين مهم جدًا عند تجاوز المدافعين وتعديل زاوية ضرب الكرة، لذلك يمكن القول إنهم يستفيدون من هذه الميزات في كرة القدم.

6. لعب كرة القدم بالفأكة

ذكر الموقع أن معظم العائلات في البرازيل فقيرة جدًا بحيث لا تستطيع شراء كرات لأطفالها.

3. كرة القدم للصالات

وأشار الموقع إلى أن العديد من البرازيليين تعلموا لعب كرة القدم على الأرضيات الصلبة داخل الصالات الرياضية المغلقة بسبب عدم توافر المساحات الخارجية، ويُطلق على هذه اللعبة أيضًا اسم «فوتسال» وتتنافس فيها فرق مكونة من خمسة لاعبين على مساحة مشابهة لملاعب كرة السلة باستخدام كرة أصغر وأثقل نسبيًا من الكرة المستخدمة في كرة القدم العادية.

وفي الواقع، يُعتقد أن عدد الذين يلعبون كرة قدم الصالات أكبر من الذين يلعبون كرة القدم. والعديد من اللاعبين الذين كتبوا التاريخ في كرة القدم بدأوا مغامرتهم بلعب الفوتسال.



إحساس التنافسية

ويشعر لاعبو كرة القدم البرازيليون بالهدوء في خضم أي منافسة لأنهم بدأوا بدايات صعبة للغاية في الشوارع، وكانت كرة القدم بالنسبة لهم وسيلة للخروج من أحيائهم الفقيرة والترقي في الطبقات الاجتماعية.

يتعين على اللاعبين الموهوبين محاربة بعضهم البعض من أجل جذب انتباه النادي - وهذا ليس بالأمر الهين في بلد مليء بالمواهب الشابة.

ينتقل هذا الدافع التنافسي إلى المنافسات الشرسة بين الأندية والديريبات الشرسة في البلاد، وحتى جنبي الأموال الضخمة من صفقات الأندية الأجنبية يعتمد على اللاعبين المتميزين والموهوبين.

كما يتعين على المنتخب البرازيلي أن ينافس باستمرار منافسيه التقليديين في أمريكا الجنوبية، مثل الأرجنتين وأوروغواي.

إذن، قد يكون فريق السامبا مرادفًا لكرة القدم الجميلة، لكن لا يجدر نسيان الثقافة التنافسية التي أتوا منها.

وعندما تسافر كل هذه المواهب إلى أجزاء أخرى من العالم، على سبيل المثال في أوروبا أو الصين أو غيرها، يمكنك أن تراهن على أنهم عملوا بجد للوصول إلى هناك.

لماذا يختلف اللاعب البرازيلي عن غيره؟

على رمال الشواطئ أو في الشوارع لذلك جنون كرة القدم متصل معه من أول لحظات العمر.

ومما سبق، يمكن القول أن اللاعب البرازيلي ومنذ نعومة أظفاره ومع أول تعلم لخطوات المشي والركض تكون كرة القدم بين قدميه تسير جانبه إلى جنب من البداية إلى النهاية





الجزائر	البحر	البحر	البحر	البحر	البحر
21:36	20:02	16:44	12:55	4:07	الجزائر
21:48	20:16	16:58	13:10	4:27	وههران
21:21	19:48	16:30	12:41	3:55	فلسطين
21:15	19:41	16:23	12:34	3:46	الطرف

العاصمة.. توقيف 13 مهاجرا غير شرعي

فريق التحريير

تمكنت مصالح أمن ولاية الجزائر، بالتنسيق مع فرقة حراس السواحل لميناء الجزائر، من توقيف 13 مهاجرا غير شرعي، حسب ما أفاد به، أمس بيان لذات المصالح.

وأوضح البيان أن المصلحة الولائية للشرطة القضائية بأمن ولاية الجزائر، بالتنسيق مع فرقة حراس السواحل لميناء الجزائر، تمكنت من توقيف 13 مهاجرا غير شرعي من جنسية جزائرية، تتراوح أعمارهم بين 20 و40 سنة.

وجاءت حثييات القضية "إثر إنقاذ وإجلاء 11 شخصا من عرض البحر، كانوا بصدد الهجرة غير الشرعية، حيث

أفضت التحريات التي باشرها عناصر ذات المصلحة تحت إشراف النيابة المختصة، إلى كشف خطوط هذه الشبكة الإجرامية المنظمة لعملية الإبحار السري وتحديد هوية المشتبه فيهما اللذين دبوا لعمليات الهجرة غير الشرعية وتوقيفهما بعين تاقوريت بتبازة، مع ضبط مبالغ مالية بالعملة الوطنية والصعبة قدرت بـ 121.500 دج و820 أورو.

وخلص البيان إلى أنه "تم تقديم المشتبه فيهم أمام وكيل الجمهورية لدى محكمة سيدي محمد بالعاصمة، عن قضية جنائية تهرب المهاجرين في إطار جماعة إجرامية منظمة، مفادرة للتراب الوطني بطريقة غير شرعية مع تعريض حياة وسلامة الأشخاص للخطر".



السلف..

وفاة شخص غرقا بشاطئ غير محروس ببلدية سيدي عبد الرحمان

نهال ديلمي

لقي شخص في الأربعينيات من العمر، أمس غرقا بشاطئ غير محروس بمنطقة وادي الزبوج ببلدية سيدي عبد الرحمان، شمال غرب السلف، حسب ما علم لدى المديرية الولائية للحماية المدنية.

وأفاد بيان خلية الإعلام والاتصال بذات

الهيئة أن مصالح الحماية المدنية تلقت في حدود الساعة التاسعة والنصف صباحا بلاغا يفيد بغرق شخص بشاطئ غير محروس بمنطقة وادي الزبوج، حيث تنقلت فرقة الغطس فورا إلى عين المكان، إلا أن الضحية كان قد تم انتشاله من طرف مجموعة من الشباب.

وأشار ذات المصدر إلى أن عناصر الحماية المدنية حاولوا إسعاف الضحية الذي ينحدر من بلدية حرشون، إلا أنه لفظ

أنفاسه الأخيرة بعين المكان ليرتد تحويلة إلى مصلحة حفظ الجثث بالمؤسسة العمومية الاستشفائية ببلدية تنس، وعقب ذلك فتحت المصالح الأمنية المختصة تحقيقا لتحديد الظروف الحقيقية لهذا الحادث. وفي حادث ثان بمنطقة وادي الزبوج بالشواطئ المحروس، تمكنت فرقة حراس الشواطئ من إنقاذ 5 أشخاص من الغرق

المسيلة..

إيداع المشتبه فيه في قتل طفل الحبس المؤقت

رانيا افتان

تم أمس، إيداع شخص مشتبه فيه في قضية اختطاف وقتل طفل بالمسيلة الحبس المؤقت، فيما وضعت متهمته ثانية تحت الرقابة القضائية، حسب ما أفاد به بيان نيابة الجمهورية لدى محكمة بوسعادة.

وجاء في البيان أنه "عملا بأحكام المادة 11 فقرة 3 من قانون الإجراءات

الجزائرية، يعلم وكيل الجمهورية لدى محكمة بوسعادة الرأي العام بأنه وعلى إثر اختفاء الطفل (غ.م.ج) بتاريخ 21 جويلية 2023 تم فتح تحقيق ابتدائي أسفر عن العثور على جثة الطفل في المسكن العائلي للمدعو (م.أ) المعروف في الحي بسوانقة القضائية.

وأمر ذلك -بوضع البيان- أمرت نيابة الجمهورية بتسريح الجثة، حيث أكد الطبيب الشرعي وجود آثار عنف جسدي على جسم الضحية"، وفي

هذا الإطار، تم أمس تقديم المشتبه فيهما (م.أ) والمدموعة (م.ص) أمام النيابة التي أمرت بفتح تحقيق قضائي ضدتهما بجرائم الاختطاف والقتل العمدى مع سبق الإصرار والترصد بالنسبة للمتهم الأول وترويح أبناء كاذبة بالنسبة للمتهم الثانية، وفقا للمصدر ذاته الذي أضاف بأنه "بعد استجواب المتهمين، أمر قاضي التحقيق بوضع المتهم الأول رهن الحبس المؤقت ووضع المتهم الثانية تحت التزامات الرقابة القضائية".

كأس الملك سلمان للأندية العربية..

شباب بلوزداد: "هدفنا تقديم وجه مشرف وأداء جميل"

عمنان تيروش

عقد مدرب شباب بلوزداد لكرة القدم، سفان فندربوك، أمس ندوة صحفية بمدينة أنها السعودية، وذلك قبيل مباراة الجولة الأولى في منافسة كأس الملك سلمان للأندية العربية لكرة القدم بالملكة العربية السعودية (27 جويلية - 12 أوت)، المقررة يوم غد الجمعة أمام الرجاء البيضاوي.

وتتطرق المدرب البلجيكي خلال هذه الندوة، إلى عدة نقاط تتعلق بفريقه شباب بلوزداد والفرق المشاركة في المجموعة الأولى إلى جانب حظوظ كل واحد منها في المنافسة، وأشاد المدرب بالإقامة

المريحة منذ وصول الفريق إلى جانب الطقس الملائم والمناسب لإجراء هذه البطولة.

بخصوص حظوظ بطل الجزائر منذ 4 سنوات، أكد فندربوك، "أن هدفه ليس الفوز بالبطولة وإنما تقديم وجه مشرف وأداء جميل".

مضيفا "هذا التصريح لا يعني الاستسلام وسوف نلعب من أجل الفوز". وعن أول منافس له في هذه



البطولة، الرجاء البيضاوي المغربي، أشار المدرب إلى أنه يعرف هذا الفريق معرفة جيدة، كونه سبق له وأن درّب في المغرب ولعب ضده مرات عديدة. وعن الفريقين الآخرين في المجموعة، الوحدة الإماراتي والكويت الكويتي، فقد أشاد سفان فندربوك بالمستوى الذي وصل إليه الفريقان.

حاليا في الادشاك

عدد جديد من مجلة الأيام بوليتيक्स

