

أخبار اليوم

AKHBARELYOUM

www.akhbarelyoum.dz

رقمنة الخدمات.. ومراجعة تكاليف الوجبات

إصلاحات واسعة في الجامعات..

03

مركز الوسيط لمكافحة الإدمان بتلمسان أنموذجاً..

هكذا يتم علاج المدمنين على المخدرات بالجزائر

04

• استقبال أزيد
من 600 مدمن
منذ بداية 2023

عطاف يؤكد ضرورة منح
الأولوية للحل السياسي



هذه رؤية الجزائر
للحل في النيجر..

03

مراد: "المشروع سيُسهم
في الدفع بعجلة التنمية"

5100 مليار لإنجاز
خط سكة الحديد
"خنشلة-عين البيضاء"

16

المؤسسة الوطنية
للصناعات الإلكترونية:



عون يؤكد ضرورة
تحقيق "نهضة"

04

حجز ثلاثة قوارب صيد
وثلاثة محركات

الدرك يحبط محاولة حرق
24 شخصا بيومرداس

03

فيما تمّ توقيف 27 تاجر مخدرات

إحباط محاولات لإدخال 7 قناطير
من الكيف عبر حدود المغرب

• توقيف 3 عناصر دعم للجماعات الإرهابية وتدمير مخبأ

03

3 ملايين دولار لمواجهة تغيرات المناخ بالجزائر

مراد يشدد على التجنّد



وأفاد الوزير أثناء لقائه بأعيان وفعاليات المجتمع المدني بمقر ولاية خنشلة خلال زيارة العمل والتفقد يقوم بها للولاية أنه "يسدي تعليمات إلى ولاية الجمهورية يدعوهم من خلالها إلى تنسيق الجهود مع أعضاء الأجهزة التنفيذية من أجل تلبية احتياجات المواطنين".

وذكر الوزير أن المواطن يعد محور اهتمامات رئيس الجمهورية السيد عبد المجيد تبون الذي يؤكد في كل مناسبة على ضرورة العمل على تحسين ظروف معيشته وهو ما يتبين من خلال البرنامج التكميلي الذي استمادت منه ولاية خنشلة والجاري إنجازها حاليا.

وأضاف السيد مراد أن الجزائر التي عرفت كيف تخرج سالمة من أزمة "كوفيد 19" التي أضرت بدول متطورة "تسير الآن بخطى ثابتة من أجل تحقيق المزيد من الإنجازات على صعيدي الدبلوماسية والاقتصاد بصفة خاصة".

وبعد أن استمع السيد مراد إلى المشغلات أعيان وفعاليات المجتمع المدني بولاية خنشلة والتي تلخصت في مجملها على تحسين ظروف المعيشة بالولاية وعد بتبليغها للسلطات العليا للبلاد والعمل على تجسيدها.

شدد وزير الداخلية والجماعات المحلية والتهيئة العمرانية، إبراهيم مراد يوم الثلاثاء بخنشلة على ضرورة تجنّد السلطات المحلية لخدمة المواطن والعمل على تحسين ظروف معيشته.



11 قتيلا في حوادث مرور



توفي أحد عشر شخصا (11) وأصيب 250 آخرون بجروح متفاوتة في عدة حوادث مرور وقعت خلال 24 ساعة السابقة ليوم أمس بمناطق متفرقة من الوطن، حسب ما أفادت به أمس الأربعاء حصيلة مصالح الحماية المدنية.

وأضاف ذات المصدر أن أنقل حصيلة سجلت بولاية المدية حيث لقي 04 أشخاص مصرعهم وأصيب 38 آخرون بجروح متفاوتة الخطورة، على اثر اصطدام بين سيارة نفعية وشاحنة ذات مقطورة على مستوى الطريق السيار شمال-جنوب باتجاه ولاية البليدة ببلدية المدية.

وعلى صعيد آخر سمحت تدخلات جهاز حراسة الشواطئ والاستجمام بإنقاذ 654 شخصا من الفرق وتقديم الإسعافات الأولية لـ 245 آخرين تم تحويل 62 منهم إلى المراكز الصحية في حين تم تسجيل بولاية سوق أهراس وفاة غرقا لشخص ذو 21 سنة على مستوى سد للماء بالمكان المسمى أولاد ملاك ببلدية الدريعة.

كما تم خلال نفس الفترة إخماد 28 حريقا من الفضاء النباتي بكل من ولايات تيارت، تيزي وزو، عين الدفلى، البويرة، بجاية، جيجل، بومرداس، البليدة، المدية، سطيف، سوق أهراس، سكيكدة، تيارت، ورقلة والوادي.

وتدخلت نفس الجهاز كذلك لإخماد 03 حرائق حضرية، صناعية ومختلفة بكل من ولايات بومرداس، أم البواقي والجزائر وفق ذات المصدر.

إنقاذ مئات "الحرافة"



أعلنت السلطات التونسية إحباط 18 عملية هجرة غير نظامية في ليلة واحدة، شملت إنقاذ 630 شخصا واعتقال نحو 20 شخصا على علاقة بتنظيم عمليات الهجرة تلك.

وقالت الإدارة العامة للحرس الوطني، في بيان، إن 550 شخصا من جنسيات دول أفريقيا جنوب الصحراء، أما البقية فهم تونسيون، دون مزيد من التفاصيل حول هوية المهاجرين.

وفي السياق، أشار البيان إلى إلقاء الوحدات المختصة في محافظة صفاقس (جنوب) القبض على نحو 20 شخصا بتهمة التورط بالوساطة أو تنظيم عمليات الهجرة غير النظامية.

وتحفظت السلطات التونسية في مدينة صفاقس الساحلية جنوبي البلاد، في إطار عمليات المداومة والتوقيف، على 50 مركبا بحريا وعدد من السيارات والدراجات النارية، إضافة إلى مبلغ مالي يزيد عن 650 ألف دينار "نحو 216 ألف دولار".

وفي 16 جويلية الماضي، أعلنت الرئاسة التونسية توقيع مذكرة تضاهم مع الاتحاد الأوروبي حول "الشراكة الاستراتيجية والشاملة" بين الجانبين في مجالات بينها تعزيز التجارة ومكافحة الهجرة غير النظامية بقيمة تزيد عن 834 مليون دولار.

بورعدة يحضّر بألمانيا



اختار العداء الجزائري المختص في العشاري، العربي بورعدة، استكمال تحضيراته في ألمانيا، تحسبا لبطولة العالم للألعاب القوى 2023، المقررة من 19 إلى 27 أوت 2023 بالعاصمة المجرية، بودابست.

وفضل حامل اللقب الإفريقي في اختصاص العشاري والذي يشرف على تدريبه محمد حسين، إجراء تحضيراته بمرکز التدريب بمانهايم، الواقع جنوب غرب ألمانيا، على ضفاف نهر الران.

وكان بورعدة (34 سنة) قد تاهل لمونديال المجر بعد تتويجه بلقب بطل إفريقيا الذي حصل عليه بسان بيار (موريس) بمجموع 7,776 نقطة متقدما على عدائين من جنوب إفريقيا وهما: فريديريس بريتيوريوس (7,504 ن) وجاس بيريز (7,396 ن).

هذا اللقب القاري هو الخامس لبورعدة بعد الحصول عليهم في أديس أبابا (2008/ 7,574)، وفيروبي (2010/ 8,148)، ومراكش (2014/ 8,311) ونيجيريا (2018/ 8,099).

وحصل بطل العشاري الجزائري الأكثر تتويجا في هذا الاختصاص، على ميدالية ذهبية في الألعاب العربية الأخيرة التي جرت بداية شهر جويلية الماضي بالجزائر، بمجموع 7,362 نقطة.

قالوا

■ "لدى الجزائر والولايات المتحدة الكثير من الملفات لمناقشتها وهناك جودة في الحوار السياسي بين البلدين . هناك اتفاق تام بيننا على أن حل أزمة النيجر يتلخص في احترام النظام الدستوري والديمقراطي، استعادة الرئيس بازوم كرئيس شرعي للنيجر وأن يستمر التركيز على حل الصراع.."

وزير الشؤون الخارجية أحمد عطاف

■ "الجزائر تؤمن بأنّ التكفل الجاد بالأسباب المنتجة للآزمات والمغذية لعدم الاستقرار والمستبعدة في اللامن الدولي والجهوي يمر حتما عبر الالتزام بالشرعية الدولية، بعيدا عن التدخلات الأجنبية ومحاولات صناعة عدم الاستقرار"

رئيس أركان الجيش الوطني الشعبي الفريق أول السيد شفرحة

■ "قادة جيوش دول المجموعة سيلتقون يومي الخميس والجمعة 17 و18 أوت في أكرا عاصمة غانا للترتيب لتدخل عسكري محتمل لاستعادة الديمقراطية في النيجر.."

المتحدث باسم المجموعة الاقتصادية لدول غرب إفريقيا (إيكواس)

■ "على الرغم من اتفاق تبادل السجناء مع إيران، إلا أننا لن نسمح لهم بامتلاك النووي.."

وزير الخارجية الأمريكي

■ "الهلال نادي كبير وهو الأفضل في آسيا، أشعر أنني اتخذت القرار الصحيح في الوقت المناسب .أريد كتابة تاريخ جديد، ودوري المحترفين السعودي يملك طاقة هائلة .. قرار الانضمام إلى الهلال هو القرار المناسب، ولا أملك أي شك في قراري."

اللاعب البرازيلي نيمار بعد الانضمام إلى الهلال السعودي

ومن أنفع الأدوية الإلحاح في النداء.. ابن القيم الجوزية

زورور



الضنان المحبوب صالح أوقروت في ظهور حديث له..
نتمنى أن يرزقه الله عاجل الشفاء..

حملة مشتركة حول السلامة المرورية



تحت شعار "السياسة بأمان.. عطلة بسلام"، شاركت مصالح أمن ولاية ورقلة رفقة كل من مصالح الدرك الوطني، الحماية المدنية، الهلال الأحمر الجزائري والندوبية الولائية للأمن في حملة توعوية مشتركة حول السلامة المرورية لفائدة مستعملي الطريق العام، خاصة سائقي مركبات نقل المسافرين للمسافات الطويلة، وذلك من خلال تأطير عدة خرجات ميدانية ولقاءات توعوية عبر عدة نقاط سواء داخل أو خارج الإقليم الحضري وتوزيع مطويات وملصقات.

وحسب بيان صادر عن أمن ورقلة، تلقت "أخبار اليوم" نسخة منه، فإن تلك المطويات والملصقات تتضمن جملة من النصائح والإرشادات حول السلامة المرورية:

- احترام قواعد السلامة المرورية كمبدأ عام وأساسي.

- تفادي القيادة تحت تأثير التعب وقلة النوم

- ضرورة توفر المركبة على تجهيزات السلامة كعلبة الإسعافات الأولية، مثلث العطب، مظافة الحرائق..

- تفادي السرعة المفرطة واحترام مسافة الأمان....

ودعت مصالح أمن ولاية ورقلة بالمناسبة، جميع مستخدمي الطريق إلى توخي الحيطة والحذر مع احترام قانون المرور، وتفادي تجاوز السرعة المحددة التي طالما كلفت خسائر بشرية ومادية باهظة، كما ذكرت المواطنين أن المديرية العامة للأمن الوطني تضع تحت تصرفهم أرقامها الخضراء 15-48 ورقم النجدة 17 والرقم 104، تطبيقا لشرطة، قصد تلقي بلاغاتهم وتقديم يد المساعدة.

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.

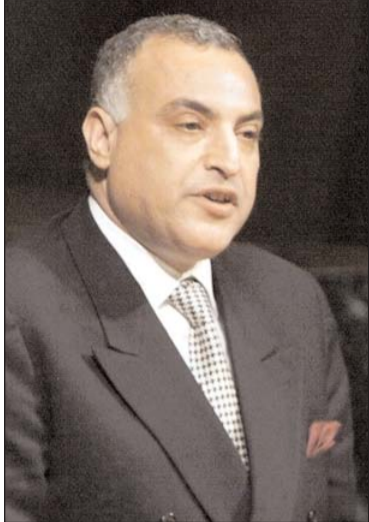
المدير مسؤول النشر: بن خليفة شيخ
عنوان الإدارة والتحرير:
حي العناصر 04، القبة/ الجزائر العاصمة
الهاتف/ الفاكس: 023 70 54 31

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

وزير الخارجية يؤكد ضرورة منح الأولوية للحل السياسي

هذه رؤية الجزائر للحل في النيجر..

عطاف: "لا أحد متأكد بأن التدخل العسكري يمكن أن ينجح"



عرض وزير الشؤون الخارجية والجمالية الوطنية بالخارج السيد أحمد عطاف رؤية الجزائر للحل في النيجر، مشددا على ضرورة سمنج الأولوية للحل السياسي للأزمة في الجارة الجنوبية، ومشير إلى أن الخيار العسكري الذي اقترحه قادة غرب إفريقيا كخيار الملاذ الأخير "لا يضمن نجاح تسوية" الصراع في هذا البلد المجاور. • س. إبراهيم

بالعودة إلى النظام الدستوري في النيجر وعن "دعمها" للسيد محمد بازوم سكرتيس شرعي، محذرة من نوايا التدخل العسكري الأجنبي. وردا على سؤال حول خطر الإرهاب في منطقة الساحل، أكد السيد عطاف أنه "في الجزائر، فيما يخص الساحل، توقعنا عن الحديث عن الجماعات المسلحة فنحن نتحدث عن جيوش الإرهابين. ونحن فعلا نواجه في المنطقة جيوشا من الإرهابيين يهددون مباشرة البوركينا فاسو ومالي وبعض المناطق في التشاد والنيجر".

وبالنسبة للجزائر والولايات المتحدة أيضا، فإن الوضع في المنطقة "خطير جدا" ويتطلب "مستوى عال من التنسيق والتعاون الوثيق بين دول المنطقة لرفع هذا التحدي".

وبخصوص الهجرة غير الشرعية، شدد الوزير على أن المسألة ليست فقط قضية سياسية يمكن معالجتها في إطار اتفاق دولي، بل الأمر يتعلق أيضا في هذه المنطقة (النيجر ومالي والتشاد وغرب إفريقيا)، بمشكل اقتصادي ضخم".

وبالتالي، يضيف الوزير، يغادر هؤلاء الناس بلدانهم "بحثا عن حياة أفضل، والبعض منهم عن رزق تفتتت منه عائلاتهم، لذلك ينبغي معالجة المشكل على الصعيدين السياسي والدبلوماسي. ولكن، كما أضاف، في ظل غياب حل اقتصادي، سيبقى المشكل مطروحا".

ولدى تطرقه إلى العلاقات الثنائية بين الجزائر وواشنطن، رحب السيد عطاف بزيارة عدة مسؤولين كبار بوزارة الخارجية الأمريكية إلى الجزائر هذه السنة. "ذلك يعني، كما قال، أن للجزائر والولايات المتحدة الكثير من القضايا للمناقشة".

بليكن: "في النيجر.. لا تزال هناك فرصة للدبلوماسية"

قال وزير الخارجية الأمريكي، أنتوني بلينكن، "أنه لا تزال هناك فرصة للدبلوماسية، وهذا لإعادة الأمور إلى نصابها في النيجر، وهذا مع استمرار ضغوط دول المجموعة

في حوار خص به واشنطن بوست خلال زيارته الأخيرة إلى الولايات المتحدة الأمريكية حيث التقى نظيره الأمريكي أنتوني بلينكن، صرح السيد عطاف قائلا "خلال التطرق إلى الأزمة في النيجر (مع المسؤولين الأمريكيين)، اتفقنا على ثلاثة مبادئ رئيسية: احترام النظام الدستوري والديمقراطي وعودة الرئيس محمد بازوم كرئيس شرعي للنيجر وضرورة منح الأولوية للحل السياسي للنزاع".

كما أضاف قائلا "أعتقد أن هناك اتفاق تام بيننا بشأن هذه المبادئ. يجب علينا الآن أن نسعى إلى العمل سويا لتجسيد هذه المبادئ في الواقع السياسي بالنيجر".

ويخصوص تدخل عسكري محتمل في النيجر كانت المجموعة الاقتصادية لدول غرب إفريقيا قد تطرقت إليه كخيار الملاذ الأخير، أوضح السيد عطاف أن الخيار العسكري "قد لا يساهم في تسوية النزاع".

في نفس السياق، صرح وزير الشؤون الخارجية والجمالية الوطنية في الخارج "لا أحد متأكد، حتى على مستوى المجموعة الاقتصادية لدول غرب إفريقيا، من أن التدخل العسكري يمكنه أن ينجح. يمكنكم الشروع في تدخل عسكري لكنكم لا تدركون أبدا مآله. لذا فإن بلدان المجموعة الاقتصادية حذرة للغاية وهي تبدي تحفظا كبيرا بخصوص هذا الخيار".

وذكر السيد عطاف الذي قال أنه لا يعرف أمثلة لتدخلات عسكرية كللت بالنجاح، بأن التدخل العسكري في ليبيا "انتهى بكارثة على المنطقة برمتها".

كما أكد يقول أن "المجموعة الاقتصادية لدول غرب إفريقيا تعتبر دائما القناة الدبلوماسية لتسوية الوضع كأولوية".

يذكر أن الرئيس الشرعي لجمهورية النيجر، محمد بازوم، محتجز منذ نهاية شهر جويلية الماضي من طرف أفراد من حراسه. وقد دعت عدة دول ومنظمات دولية إلى استعادة السلطة الدستورية في البلاد.

وقد أعربت الجزائر عن "تمسكها العميق

بالتصعيد الدبلوماسي في هذا النزاع".

وتتعد كل البعد عن الموقف الذي عبر عنه" الرئيس الأمريكي السابق.

وفيما يتعلق بالعلاقات بين الجزائر والولايات المتحدة، أكد وزير الشؤون الخارجية يقول "تعمل على تعزيز الصداقة الجزائرية-الأمريكية. إذ لا يمكن تخيل الأهمية التي اكتسبتها هذه العلاقات على مدار السنتين المنصرمتين فيما يخص الحوار السياسي".

في هذا الشأن، اعتبر السيد عطاف أن وجود شركات بترول وغاز أمريكية في الجزائر هو أحد مؤشرات العلاقات المهمة بين البلدين. من جهة أخرى، استعرض الوزير العلاقات القائمة بين الجزائر والصين والزيارة الأخيرة التي قام بها رئيس الجمهورية السيد عبد المجيد تبون إلى هذا البلد منتصف جويلية الماضي حيث وقع على نحو 20 اتفاقية مع نظيره الصيني، شي جينبينغ.

كما أوضح أن الجزائر تعتمد مبدأ المصلحة الوطنية في علاقاتها الدولية سواء تعلق الأمر بالصين أو بروسيا أو بالولايات المتحدة. فأهم شيء، كما أكد، هو مصلحتنا الوطنية. ولدى تطرقه إلى الأزمة في أوكرانيا، صرح الوزير أن الجزائر التي تستشغل منصبها الجديد كعضو غير دائم في مجلس الأمن بحلول سنة 2024، تدعم "حلا سياسيا على مستوى الأمم المتحدة".

فيما تمّ توقيف 27 تاجر مخدرات

فيما تمّ توقيف 27 تاجر مخدرات

إحباط محاولات لإدخال 7 قناطر من الكيف عبر حدود المغرب

توقيف 3 عناصر دعم للجماعات الإرهابية وتدمير مخبأ

عبر الحدود مع المغرب، فيما تم ضبط 1,3 كيلوغرام من مادة الكوكايين و152131 قرص مهلوس، يضيف المصدر ذاته. وبكل من تمرناست وبرج باجي مختار وإن قزام واليزري، "أوقفت مفارز للجيش الوطني الشعبي 75 شخصا وضبطت 7 مركبات و164 مولدا كهربائيا و100 مطرقة ضغط و5 أجهزة للكشف عن المعادن، بالإضافة إلى كميات من المتفجرات ومعدات تفجير وتجهيزات تستعمل في عمليات التنقيب غير المشروع عن الذهب".

كما تم تصيف الحصيلة، توقيف 9 أشخاص آخرين وضبط 3 بنادق صيد وكميات من المواد الغذائية الموجهة للتهريب

الاحترافية العالية واليقظة والاستعداد الدائمين لقواتنا المسلحة في كامل التراب الوطني".

وفي إطار مكافحة الإرهاب، "أوقفت مفارز للجيش الوطني الشعبي 3 عناصر دعم للجماعات الإرهابية في عمليات منفصلة، فيما تم كشف وتدمير مخبأ (1) للإرهابيين بتبسة، كان يحتوي على نضارتي (2) ميدان وأغراض مختلفة".

أما في إطار محاربة الجريمة المنظمة، "أوقفت مفارز مشتركة للجيش الوطني الشعبي، بالتنسيق مع مختلف مصالح الأمن خلال عمليات عبر النواحي العسكرية، 27 تاجر مخدرات وأحبطت محاولات إدخال 7 قناطر و80 كيلوغرام من الكيف المعالج

نجحت مفارز للجيش الوطني الشعبي في توقيف ثلاثة (3) عناصر دعم للجماعات الإرهابية في عمليات منفصلة، فيما تم كشف وتدمير مخبأ للإرهابيين بتبسة، خلال الفترة الممتدة من ال9 إلى ال15، حسب حصيلة عملياتية أوردتها أمس الأربعاء وزارة الدفاع الوطني.

وذكرت الحصيلة التي تلقت "أخبار اليوم" نسخة منها، أنه سفي سياق الجهود المتواصلة المبذولة في مكافحة الإرهاب ومحاربة الجريمة المنظمة بكل أشكالها، نفذت وحدات ومفارز للجيش الوطني الشعبي، خلال الفترة الممتدة من ال09 إلى ال15 أوت 2023، عديد العمليات التي أسفرت عن نتائج نوعية تعكس مدى

رقمنة الخدمات.. ومراجعة تكاليف الوجبات

"إصلاحات واسعة" في الجامعات..

مديري الخدمات الجامعية بغية تحسين الوجبات المقدمة للطلبة من جهة أخرى، وتعزيز الشفافية وتمويل الإقامات الجامعية بالحبوب والبقوليات والأرز، بشكل يساهم في ضمان تمويل المطاعم الجامعية بالمواد الأساسية من الحبوب طوال السنة بشكل ثابت ومستدام.

مسمي ترشيد النفقات من جهة، وتحسين الوجبات المقدمة للطلبة من جهة أخرى، وتعزيز الشفافية والانتاج الوطني كذلك. وفي السياق ذاته، يضيف البيان، أسدى المدير العام للديوان الوطني للخدمات الجامعية، فيصل هنين تعليمات صارمة إلى

وأوضح المصدر ذاته، أن القطاع نظم "بداية من شهر جويلية جلسات وطنية حول إصلاح الخدمات الجامعية بهدف عصرنة القطاع وتسهيل المهام أمام الإدارة والطلبة"، مضيفا أن العملية تتضمن "رقمنة الخدمات إلى جانب مراجعة تكاليف

يشهد قطاع الخدمات الجامعية "حملة إصلاحات واسعة" تتضمن رقمنة الخدمات مع مراجعة تكاليف الوجبات الغذائية، بغية تحسين جودة الخدمات المقدمة للطلبة، حسب ما أفاد به أمس الأربعاء بيان للديوان الوطني للخدمات الجامعية.

حجز ثلاثة قوارب صيد وثلاثة محركات

الدرك يحبط محاولة حرقه 24 شخصا ببومرداس

تمكن أفراد فصيلة الأبحاث للدرك الوطني ببومرداس من حجز ثلاث قوارب يعرض البحر في عمليتين منفصلتين على متنها 24 شخصا يهيمون بمغادرة التراب الوطني بطريقة غير شرعية.

تعود الوقائع حسب ذات المصالح إلى ورود معلومات لأفراد فصيلة الأبحاث للدرك الوطني ببومرداس مضادها عزم مجموعة من الشباب تنظيم رحلة سرية عن طريق البحر انطلاقا من إحدى شواطئ ولاية بومرداس، مباشرة تم تفصيل مخطط قائد المجموعة المتعلق بمحاربة هاته الظاهرة، أين تم حجز القارب الأول بعرض البحر مقابل لشاطئ بلدية زموري وقارين إثنين بشاطئ قورسو على متنها 24 شخص منهم 08 أشخاص من جنسية أجنبية (07 من جنسية مغربية و01 من جنسية مالية).

وأفضت العملية إلى حجز ثلاثة قوارب صيد وثلاثة محركات، مبلغ مالي بالعملية الأجنبية قدر بـ450 درهم و1259 أورو، مبلغ مالي بالعملية الوطنية قدر بـ27,575 دج، 26 دلو سعة 30 لتر من مادة البنزين، ثمانية 08 هواتف نقالة.

وقد تم تقديم الموقوفين أمام الجهات القضائية المختصة.

• ب. حنان

الوزير الفلسطيني لشؤون القدس يطلق صرخة استغاثة:

"التصعيد الصهيوني يتطلب تدخلا دوليا عاجلا"

أكد الوزير الفلسطيني لشؤون القدس فادي الهادي، أمس الأربعاء، أن التصعيد الصهيوني في مختلف مناحي الحياة في القدس المحتلة، يتطلب تدخلا دوليا عاجلا، عبر توفير الحماية الدولية للشعب الفلسطيني، وصولا إلى إنهاء الاحتلال بإقامة الدولة الفلسطينية وعاصمتها القدس.

وقال الهادي - خلال استقباله وفدا من مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الإنسانية في الأراضي الفلسطينية المحتلة برئاسة أندريا دي دومينيك - إن التصعيد الصهيوني في القدس لم يتوقف منذ الاحتلال، لكنه ازداد بشكل ملحوظ منذ تسلّم الحكومة البيئية مهامها.

وأوضح أن عدد المنازل التي هدمت بالقدس الشرقية منذ بداية العام الجاري، يفوق عدد المباني التي هدمت خلال العام الماضي بأكمله. وتطرق الهادي إلى التصعيد في عمليات البناء الاستيطاني في المدينة، والإخلاء القسري والعرقلي لعائلات فلسطينية من منازلها، كما حصل مؤخرا مع عائلة غيث صب لبن بالبلدة القديمة، لافتا إلى التصعيد الملحوظ في عنف

المستوطنين ضد المقدسين في مختلف أنحاء المدينة، خاصة الشيخ جراح وسلوان في البلدة القديمة، إضافة إلى الاعتداءات على الأماكن الدينية الإسلامية والمسيحية، والمحاولات المحمومة لتغيير الوضع القانوني والتاريخي القائم في المسجد الأقصى.

وذكر أن سلطات الاحتلال تواصل تصعيدها في عمليات اعتقال المقدسين، مع تصعيد ملحوظ في قرارات الاعتقال الإداري والحبس المنزلي والإبعاد عن البلدة القديمة بما فيها المسجد الأقصى، مشددا على خطورة استهداف الاحتلال للجهاز التعليمي في المدينة، عبر محاولة فرض المنهاج التعليمي الصهيوني والمنهاج الصهيوني المحرف على المدارس بالوقفة وبتأثير هيب، بما في ذلك التهديد بإغلاق المدارس التي تدرس المنهاج الفلسطيني. وأكد الوزير الفلسطيني أن العديد من الانتهاكات الصهيونية في المدينة ترقى إلى جرائم حرب وجرائم ضد الإنسانية، داعيا إلى تحرك دولي عاجل، عبر توفير الحماية الدولية للشعب الفلسطيني، وصولا إلى إنهاء هذا الاحتلال بإقامة الدولة الفلسطينية وعاصمتها القدس.

بوغالي يدين الهجوم الإرهابي بإيران

أدان رئيس المجلس الشعبي الوطني ورئيس اتحاد مجالس الدول الأعضاء في منظمة المؤتمر الإسلامي، السيد إبراهيم بوغالي، الهجوم الإرهابي الذي أودى يوم 13 أوت الجاري بالعديد من الضحايا والمصابين بين زوار مرقد "شاه جراح" في مدينة "شيراز" الإيرانية، حسب ما أفاد به أمس الأربعاء بيان للمجلس. وائر هذا، "الحادث المأساوي" قدم السيد بوغالي "تعاذيه إلى رئيس مجلس الشورى الإيراني ومن خلاله لعائلات الضحايا والمصابين مؤكدا تعاطفه وتضامنه معهم في هذا الظرف الأليم، و متمنيا الشفاء العاجل للجرحى والمصابين"، يضيف البيان.

مركز الوسيط لمكافحة الإدمان بتلمسان أنموذجاً..

هكذا يتم علاج المدمنين على المخدرات بالجزائر

• استقبال أزيد من 600 مدمن منذ بداية 2023

استقبل المركز الوسيط لمكافحة الإدمان "خيرات محمد" بتلمسان منذ بداية السنة الجارية أزيد من 600 شخص مدمن تتراوح أعمارهم ما بين 15 وما فوق 35 سنة يتعاون مختلف أنواع المخدرات، حسب ما علم من مديره، مطالسي ثاني محمد، فيما استعرضت طبيبة مختصة في علاج الإدمان بذات المركز كيفية علاج المدمنين.

عاملا رئيسيا لانتشار هذه السموم وسط الشباب، وأضافت أن مدة العلاج تتعدى ستة أشهر على قدر المواد المخدرة ونوعيتها ومدة استهلاكها حيث يجتهد الطاقم الطبي لتفادي عودة المريض إلى ما كان عليه.

ومن جهتها، أرجعت المختصة في الأمراض العقلية والإدمان بوحدة التكفل بالأطفال المدمنين على المخدرات بالمستشفى الجامعي لتلمسان، فخان نسرين، أسباب الإدمان على المخدرات إلى "مشاكل عائلية أغلبها حالات الطلاق وكذا فضول المراهقين لخوض تجربة تعاطي المخدرات في غفلة الأولياء الذين لا يفتنون للأمر عند تراجع النتائج الدراسية لأبنائهم وطلباتهم الملحة للمال والبقاء لفترات طويلة ليلا خارج المنزل".

وبدورها، ذكرت مديرة الوكالة الولائية للصندوق الوطني للتأمينات الاجتماعية للعمال الأجراء، صونيا لعموري، بأنه من بين الإجراءات المتخذة من طرف الصندوق للمساهمة في الوقاية من الإدمان إخضاع أدوية علاج الأمراض العصبية إلى شروط خاصة للتعويض وإحالة جميع الوصفات الطبية للمراقبة الطبية، مع إلزامية وصف هذه الأدوية من طرف أطباء مختصين وتسليم تحفيزات مالية إلى الأطباء المتعاقدين عن كل عمل وقائي ضد الإدمان لفائدة المؤمن لهم اجتماعيا وذوي حقوقهم.



وأشار السيد مطالسي ثاني إلى أن الطاقم الطبي المكون من 4 أطباء مختصين في الأمراض العقلية و10 أخصائيين نفسانيين عياديين وكذا طاقم شبه طبي، يستفيدون من دورات تكوينية بشكل متواصل لتحسين قدراتهم في التعامل مع مختلف الحالات التي يستقبلها المركز.

وأردف قائلا في هذا السياق أن هناك وحدة تابعة للمركز على مستوى المستشفى الجامعي لتلمسان تتكفل بالأطفال المدمنين والمصابين بالإصابة والتكفل الطبي النفسي وإعادة الإدماج الاجتماعي والوقاية من الانتكاسة والتوجيه نحو المراكز المتخصصة. ويطبق المركز تقنيات حديثة للعلاج كالمعالجة النفسية الجماعية من خلال برمجة حصص تبادل التجارب بين المرضى بتأطير طاقم طبي متعدد التخصصات.

ويستقبل هذا المركز الذي فتح أبوابه في 17 فيفري 2022، مختلف أنواع المدمنين على المخدرات وعلى شبكة التواصل الاجتماعي والمصابين بأمراض عقلية حتى من ولايات مجاورة، وفق ما أوضح ذات المسؤول.

ويقدم هذا المركز مجموعة من الخدمات كاستقبال المدمنين وذويهم والتشخيص والكشف عن الأمراض وتقديم فحوصات طبية مختصة في الإدمان والأمراض العقلية والاتصال والإصغاء والتكفل الطبي النفسي وإعادة الإدماج الاجتماعي والوقاية من الانتكاسة والتوجيه نحو المراكز المتخصصة.

ويطبق المركز تقنيات حديثة للعلاج كالمعالجة النفسية الجماعية من خلال برمجة حصص تبادل التجارب بين المرضى بتأطير طاقم طبي متعدد التخصصات.

المؤسسة الوطنية للصناعات الإلكترونية:

عون يؤكد ضرورة تحقيق "نهضة"

للسوق الوطنية والإسراع في الدفع بالبرنامج الجديد للمؤسسة لاسيما فيما يتعلق بإنتاج اللوحات الإلكترونية ضمن الاتفاقية المبرمة مع قطاع التربية الوطنية.

وأكد السيد عون بأن "الدولة لن تتخلى على مؤسساتها الاقتصادية وتعمل على مرافقتها لتكون لها قيمة مضافة وتسهم في إنعاش الاقتصاد الوطني".

للإشارة، فقد عقد وزير الصناعة والإنتاج الصيدلاني اجتماعا مع الرئيسة المديرية العامة للمؤسسة الوطنية للصناعات الإلكترونية، بباية قنديل، بحضور مختلف الإطارات المسيرة حيث تم تقديم شروحات وافية عن كل ما يتعلق بتسيير المؤسسة مع طرح الصعوبات التي تعيق سيرها والتي وعد بالتكفل بها.

كما دعا السيد عون إلى "تذليل كافة العقبات أمام هذه المؤسسة الوطنية التي تشغل أكثر من 1200 عامل ومرافقتها من أجل إبرام اتفاقيات شراكة مع مختلف المؤسسات الوطنية وحتى الأجنبية من أجل تعزيز قدراتها المالية وضمان استغلال أمثل لمواردها البشرية والمادية"، مشيرا إلى أن "هناك إرادة قوية من طرف مسيري المؤسسة حاليا من أجل النهوض بها وتعزيز مكانتها في السوق الوطنية".

وقد أعطى الوزير تعليمات صارمة من أجل إعداد مخطط عمل فعال لاقتحام مجدا

الإنتاجية القادرة على إعطاء القيمة المضافة في السوق الجزائرية". وشدد الوزير في هذا السياق على ضرورة "تغيير نمط التسيير التقليدي" بالمؤسسة الوطنية للصناعات الإلكترونية مع ضمان "مرافقة لها من أجل إعادة بعث إنتاجها لاسيما فيما يتعلق بإنتاج أجهزة التلفزيون التي تشتهر بها منذ نشأتها"، مؤكدا على أهمية "تعزيز وحدات البيع التجارية للمؤسسة وإعادة فتحها عبر كافة ربوع الوطن بعدما توقف نشاطها في الأونة الأخيرة".

تنديداً بالانتهاكات القاسية داخل سجن تيفلت 2

الأسير الصحراوي لمين هدي يواصل إضرابه عن الطعام

أوت الجاري من داخل زنائه الانفرادية بسجن الاحتلال المغربي "تيفلت 2" احتجاجاً منه على سوء المعاملة واستمرار إدارة سجن الاحتلال في سياستها العدوانية التعسفية ومصادرة حقوقه المشروعة والعدالة.

وأضاف المكتب التنفيذي لتجمع المدافعين الصحراويين عن حقوق الإنسان أن عائلة محمد لمين هدي تلقت مكالمة هاتفية قصيرة منه، أكد من خلالها دخوله في هذا الإضراب المفتوح عن الطعام وتحدث عن محاولة إدارة السجن الضغط عليه للتنازل عن صفة الاعتقال السياسي إذا ما أراد الاستفادة من العلاج والدواء بمستشفى عمومي خارج السجن.

وجددت العائلة مخاوفها من العواقب الوخيمة لهذا الإضراب المفتوح عن الطعام بسبب ما يعانيه ابنها من ظروف صحية صعبة ناتجة عن مضاعفات سلسلة من الإضرابات المفتوحة عن الطعام الأخرى، التي تجاوزت الشهرين في إضرابين متتاليين دون أن تقوم إدارة السجن بالاستجابة إلى مطالبه المكفولة في القواعد النموذجية لمعاملة السجناء.

الطعام لفت الانتباه وتسلط الضوء على الظروف الرهيبة والمزرية التي يواجهها وأقرانه من المعتقلين داخل سجون الاحتلال.

وحسب بيان صادر عن رابطة السجناء الصحراويين، فإن المعتقلين الصحراويين يتعرضون للمعاملة القاسية والمهينة ويعانون جملة من الانتهاكات المنظمة كسياسة الإهمال الطبي والتعذيب والعزل الانفرادي لسنوات وخضوعهم للتفتيش المفاجئ وحرمانهم من تلقي الزيارات العائلية وغيرها من انتهاكات مخزية.

وأبرز البيان ذاته توجه إدارة السجن المغربية لمضاعفة معاناة المعتقلين السياسيين الصحراويين وحرمانهم من أبسط حقوقهم كيشر.

وكانت عائلة لمين هدي أعريت قبل 48 ساعة عن مخاوفها من العواقب الخطيرة لتدهور وضع ابنها الصحي نتيجة إضرابه المفتوح عن الطعام.

ويحسب تأكيدات المكتب التنفيذي لتجمع المدافعين الصحراويين عن حقوق الإنسان، فإن الأسير المدني محمد لمين هدي شرع في إضراب مفتوح عن الطعام منذ التاسع

أكد وزير الصناعة والإنتاج الصيدلاني، علي عون، أمس الأربعاء بسبب بلعباس على ضرورة تحقيق "نهضة" في المؤسسة الوطنية للصناعات الإلكترونية والنهوض بها لتفرض نفسها من جديد في السوق الوطنية.

وأفاد الوزير خلال زيارة فجائية إلى المؤسسة الوطنية للصناعات الإلكترونية لسبب بلعباس، في تصريح لوكالة الأنباء الجزائرية، أنه "لا بد من تسويق الجهود من بين مختلف الإطارات المسيرة للمؤسسة من أجل إعادة تنظيمها وضمان تسيير أنجع بما يسمح بتعزيز نشاطات مختلف وحداتها

تتمكن عناصر الشرطة بالامن الحضري الخارجي ببرهوم التابع لامن دائرة مقرة بامن ولاية المسيلة، من توقيف شخص لتورطه في فعل السرقة من داخل مركبة.

وقد جاءت هذه العملية على إثر شكوى تقدم بها الضحية مفادها تعرضه لفعل السرقة من داخل مركبته من طرف مجهول، أين استهدف المشتبه فيه مبلغا ماليا قدره خمسون ألف دج، بالإضافة إلى مذياع المركبة، وعليه باشرت ذات المصالح عملية البحث والتحري في القضية باستعمال كافة الوسائل التقنية المتاحة والتي مكنت من تصديد هوية المشتبه فيه وتوقيفه في ظرف وجيز. ليتم تقديم المشتبه فيه أمام الجهات القضائية المختصة إقليميا بخصوص السرقة من داخل مركبة.

ب. ب. حنان

غليزان: توقيف شخصين بحوزتهما "سموم"

تمكن عناصر الفرقة المتنقلة للشرطة القضائية بامن ولاية غليزان من توقيف شخصين، يبلغان من العمر 25 و29 سنة، كانوا على متن سيارة أجرة، بحوزتهما 100 قرص مهلوس من نوع "اكستازي" وصفيحتين من المخدرات القنب (الهندي)، وجاءت هذه العملية بعد ورود معلومات إلى ذات الفرقة، مفادها عزم المشتبه فيهما على تقرير كمية معتبرة من المخدرات على متن سيارة أجرة، انطلاقا من إحدى الولايات الغربية، وإلى إحدى الولايات الداخلية الوسطى للبلاد مروراً بمدينة غليزان، ليتقوم مصالح الأمن بإعداد خطة أمنية، أسفرت عن توقيف المشتبه فيهما، حيث ضبط بحوزة أحدهما على كمية من المؤثرات العقلية من نوع "اكستازي" قدرت بـ100. كما ضبط بحوزة مرافقه على صفيحتين من المخدرات (القنب الهندي) بوزن 200 غ ومبلغ مالي قدره 19000 دج من عائدات الترويج، وبعد استثناء الإجراءات القانونية، تم تقديم المشتبه فيهما أمام نيابة الجمهورية.

ل. فيصل

حجز كمية معتبرة من مادة الشمة بغميس الخشنة

تمكن أفراد الدرك الوطني فصيلة تأمين الطريق السيار شرق غرب بغميس الخشنة من حجز كميات معتبرة من التبغ في ثلاث قضايا منفصلة محلي الصنع مجهول المصدر.

تعود البحوث وفق ذات المصالح إلى قيام أفراد فصيلة خدمة شرطة الطريق بالمشط العابر لبلدية خميس الخشنة، حيث تم توقيف ثلاثة شاحنات نقل البضائع وبعد مراقبة وثائقها الإدارية وتفتيشها تم العثور على علب كرتونية مغطاة بصناديق وبرايميل بلاستيكية، بداخلها أكياس تبغ للترشق (الشمة) محلي الصنع ومجهولة المصدر، قادمة من ولاية شرقية باتجاه ولاية الجزائر العاصمة، أين تم حجز الشاحنات واقتياد الموقوفين نحو الفرقة مواصلة التحقيق.

بعد التنسيق مع المفتشية الإقليمية لتجارة بلدية خميس الخشنة قصد معاينة التبغ المحجوز خلص التقرير أنها غير صالحة للاستهلاك وتم اتلافها. أسفرت العملية عن حجز 893160 كيس بوزن إجمالي يقدر بـ10287 كغ، ثلاث (03) شاحنات لنقل البضائع. ب. ب. حنان

توقيف 4 أشخاص وضبط 258 قرص مهلوس ببوسعادة

تمكن عناصر الأمن الحضري الخامس التابع لامن دائرة بوسعادة بامن ولاية المسيلة من حجز 258 كيسولة مهلوسة من نوع بريقالين 300 ملغ، قارورة سائل مهلوس، قطعة صغيرة من المخدرات، بالإضافة إلى مبلغ مالي قدره 11 ألف دج، مع توقيف أربعة أشخاص يمتنون المتاجرة غير الشرعية بالمؤثرات العقلية والمخدرات.

تفاصيل القضية بدأت حسب ذات المصالح على إثر معلومات وردت إلى المصلحة مفادها وجود مجموعة من الأشخاص يتقومون بترويج المؤثرات العقلية والمخدرات بأحد أحياء قطاع الاختصاص، وعليه تم إعداد خطة عمل مكنت فريق التحقيق من توقيف المشتبه فيهم الاربعة وحجز الكمية المذكورة بعد عملية تفتيش لمسكن أحد المشتبه فيهم. بعد استيفاء إجراءات التحقيق تم تقديم المشتبه فيهم الاربعة أمام الجهات القضائية المختصة إقليميا بخصوص حيازة المخدرات والمؤثرات العقلية بغرض الاتجار غير المشروع بهما ضمن جماعة إجرامية.

.. وتوقيف شخص تورط في فعل السرقة من داخل مركبة ببرهوم

تتمكن عناصر الشرطة بالامن الحضري الخارجي ببرهوم التابع لامن دائرة مقرة بامن ولاية المسيلة، من توقيف شخص لتورطه في فعل السرقة من داخل مركبة.

وقد جاءت هذه العملية على إثر شكوى تقدم بها الضحية مفادها تعرضه لفعل السرقة من داخل مركبته من طرف مجهول، أين استهدف المشتبه فيه مبلغا ماليا قدره خمسون ألف دج، بالإضافة إلى مذياع المركبة، وعليه باشرت ذات المصالح عملية البحث والتحري في القضية باستعمال كافة الوسائل التقنية المتاحة والتي مكنت من تصديد هوية المشتبه فيه وتوقيفه في ظرف وجيز. ليتم تقديم المشتبه فيه أمام الجهات القضائية المختصة إقليميا بخصوص السرقة من داخل مركبة.

ب. ب. حنان

إنتاج 1590 قنطارا من الصوف بالطارف

حققت ولاية الطارف إنتاجا يقدر بـ1590 قنطارا من الصوف برسم الموسم الفلاحي 2022-2023، حسب ما علم أمس الأربعاء من المديرية المحلية للمصالح الفلاحية.

وأوضح المكلف بالإعلام بذات المديرية، صالح شمس الدين مديش، في تصريح لوكالة الأنباء الجزائرية أن الإنتاج وهو عبارة عن صوف الأغنام، يمثل زيادة تقدر بـ130 قنطارا مقارنة بالوسم الطارف.

واستنادا لذات المصدر، فإن البلديات التي تصدر تربية الماشية وتعرف بتعداد كبير للمربين هي بوقوس الحدودية، حيث تم بها جمع ما يزيد عن 160 قنطارا من الصوف متبوعة ببلدية بوججار التي أنتجت حوالي 140 قنطارا في حين وصل إنتاج بلدية عين الكرمة إلى حوالي 132 قنطارا.

أما باقي الإنتاج فيتوزع بكميات متباينة بين البلديات الأخرى، حسب ما لفت إليه ذات المصدر. مبرزا أن هذا الترتيب في الإنتاج يتماشى مع عدد رؤوس الأغنام بهذه البلديات.

وذكر المتحدث أن إنتاج الصوف يتم مع بداية فصل الربيع أي في الفترة الممتدة ما بين شهر أبريل إلى غاية بداية شهر يوليوس من كل سنة، مشيرا إلى أن متوسط إنتاج الصوف بهذه الولاية يقدر بأزيد من 2 كغ للرأس الواحد من الغنم.

في اليوم الثاني لزيارته لولاية خنشلة

وزير الداخلية يتفقد عديد المشاريع المهيكلية

برنامج إضافي بـ 7,2 مليار دينار لفائدة خنشلة

تفقد وزير الداخلية والجماعات المحلية والتهيئة العمرانية إبراهيم مراد أمس الأربعاء بخنشلة عدة مشاريع مهيكلية مدرجة ضمن البرنامج التكميلي المتعلق بإعادة تأهيل شبكة الطرقات وعصرتها بالولاية، حيث وقف ضمن اليوم الثاني من زيارته إلى هذه الولاية على مدى تقدم الأشغال الجارية بعدد المشاريع التابعة لقطاع الأشغال العمومية حيث إنه بالإضافة إلى البرامج العادية سجل لفائدة الولاية برنامج إضافي تضمن تسع عمليات في قطاع الأشغال العمومية بغلاف مالي يقدر بـ 7,2 مليار دج تشمل الدراسات ومشاريع جديدة وإعادة تأهيل ازدواجية الطرق الولائية الحيوية.



المقدمة من طرف مدير الأشغال العمومية حول اشغال انجاز الطريق الولائي رقم 08 الرابط بين ششار-سيار الميعة على مسافة 66 كلم بغلاف مالي يقدر بـ 17 مليون دج وينسبة اشغال 90 بالمائة، قام السيد الوزير والوفد المرافق بمعاينة ميدانية للمشروع، كما كان للوزير عدة لقاءات مع مواطني المنطقة، في تدخله أكد إبراهيم مراد بأن عصرنه وتأهيل هذا الطريق سيساهم في خلق ديناميكية تجارية بكل القرى المتواجدة عبر هذا المقطع المؤدي إلى الولايات الجنوبية مروراً بالمناطق الفلاحية بالولاية على غرار منطقة سيار والميعة، وبلدية بابار تم معاينة مشروع انجاز محطة معالجة المياه المستعملة المدرج ضمن برنامج التنمية التكميلي بغلاف مالي يقدر بـ 2,5 مليار دج وينسبة اشغال 25 بالمائة، وبعد الاستماع إلى الشروحات التقنية شدد الوزير على ضرورة تدارك التأخر المسجل، كما نبه على ضرورة التفكير في تسيير مثل هذه المنشآت القاعدية ذات الفائدة البيئية واستغلالها

أحسن استغلال في المجال الفلاحي والصناعي بحكم المحطة تتواجد بالقرب من منطقة النشاطات بابار. وكان الوزير إبراهيم مراد في اليوم الأول لزيارته لولاية خنشلة، استمع لعرض حول مدى تقدم مشاريع البرنامج التكميلي للتنمية الذي أقره رئيس الجمهورية، لفائدة الولاية، قبل أن يتأسس في المساء لقاء مع أعيان خنشلة وفعاليات المجتمع المدني كما شدد بعد معاينته لمشروع تهيئة منطقة

اطلع الوزير إبراهيم مراد على تقدم أشغال مشروع انجاز الطريق الاجتبابي للجهة الجنوبية الغربية لمدينة خنشلة وكذا مشروع انجاز الطريق الولائي رقم 8 الرابط بين بلديتي ششار وبابار مروراً بمنطقة الميعة على مسافة 66 كلم، حيث تبين أن نسبة اشغال به 72 بالمائة، في تدخله أكد الوزير على ضرورة تقديم الوضعية المالية الشهرية للمشاريع وعدم تركها حتى نهاية الانجاز لتمكين صاحب المشروع بتسيير الوضعيات قبل نهاية السنة المالية، مشدداً في ذات السياق على ضرورة احترام الأجل التعاقدية للمشاريع، كما تفقد عديد المشاريع المهيكلية الرامية إلى تحسين الجاذبية الاقتصادية لولاية خنشلة على غرار خط السكة الحديدية خنشلة-عين البيضاء بولاية أم البواقي. المحطة الثانية من زيارة عمل لليوم الثاني كانت ببلدية ششار بقرية تيرفة، وبعد الاستماع إلى الشروحات التقنية المقدمة من طرف الأمين العام للولاية حول عملية ترقيّة المناطق النائية، والشروحات

بهدف التكفل بانشغالات المطروحة

عرقاب يستقبل نواب وهران

وهران العريق لكرة القدم، والتي خلقت تضرماً كبيراً لدى فئات عريضة من الأنصار والتي تطالب السلطات العمومية بليجاد حل عن طريق مؤسسة اقتصادية عمومية للتكفل بالفريق على غرار الفرق والنوادي الوطنية الأخرى، كما قدم الوزير للنواب شروحات حول كيفية التكفل بالنوادي الرياضية والشروط التنظيمية التي تضبط الأمور المتعلقة بذلك. وطأمن

كيفية توسيع الشبكة لهذا الغرض. كما تم التطرق لبعض المسائل التي تمس توتين بعض المشاريع والاستثمارات لشركات القطاع وكيفية توزيعها على مختلف بلديات الولاية لخلق نوع من التوازن في الاستفادة من امتيازات الجباية المحلية وكذا مناصب الشغل. وتم التطرق خلال هذا اللقاء أيضاً إلى الوضعية الصعبة التي يعيشها نادي مولودية

استقبل وزير الطاقة والمناجم محمد عرقاب بمقر الوزارة مجموعة من نواب المجلس الشعبي الوطني عن الدائرة الانتخابية لولاية وهران، وهذا بحضور إدارات من الوزارة الوصية التي أوضحت ان هذا اللقاء، الذي يندرج في إطار الإصغاء للانشغالات المطروحة من طرف نواب الشعب لأجل التكفل بها، وقد مست على الخصوص انشغالات المواطنين المتعلقة بالربط بالكهرباء والغاز للمناطق الغير موصولة أو تعرف نقصاً في ذلك. وقد وضح الوزير للنواب الإجراءات المتخذة من طرف القطاع والأعمال البرمجة من أجل التكفل بها في إطار البرامج المسطرة من طرف شركة سولغاز خاصة المناطق المعزولة وكذا

بجاية

الوالي يستقبل وفداً عن مجلس التجديد الاقتصادي الجزائري

معاينة أشغال محطة تحلية مياه البحر بتغرمت وقف والي ولاية بجاية مؤخرًا على مدى تقدم أشغال إنجاز محطة تحلية مياه البحر بتغرمت بلدية توجه، وهو ما أفادت السلطات الوصية التي أوضحت أن الأشغال تجري على قدم وساق من أجل تسليم المشروع في آجاله المحددة تنفيذاً لتوجيهات رئيس الجمهورية عبد المجيد تبون، وفي إطار متابعة المشاريع التنموية المهيكلية التي هي في طور الإنجاز، مضيئة أن الجزائرية للمياه تتكفل حالياً بإنجاز نظام التحويل لتزويد بالمياه الصالحة، بالإضافة إلى كل بلديات الولاية والمناطق الصناعية، مشيراً إلى أن الأشغال التحضيرية جارية وكل الإجراءات الإدارية ذات صلة انتهت. وتقدر سعة المحطة بـ 3,000,000 م3، لضمان الأمن المائي وتغطية احتياجات البلديات التي تسجل عجزاً في التزويد بالمياه الصالحة للشرب.

استقبل المسؤول الأول للجهاز التنفيذي لولاية بجاية كمال الدين كريبوش وفداً عن مجلس التجديد الاقتصادي الجزائري بحضور ناصري محند لعربي ممثل هذا المجلس على مستوى ولاية بجاية ورئيس ديوان الوالي ومدير الإدارة المحلية وهذا في إطار تشجيع الاستثمار المحلي ومواصلة للجلسات واللقاءات المخصصة أسبوعياً للاستماع إلى الانشغالات المطروحة من طرف المستثمرين المحليين والوقوف على معالجتها. وخلال اللقاء استمع الوالي إلى مختلف انشغالات المتعاملين الاقتصاديين الناشطين على مستوى ولاية بجاية. أين جدد استعداده لمراقبة كل المتعاملين الاقتصاديين والعمل على إيجاد الحلول لمشاكلهم، كما أوضحت مصالح الولاية عبر صفحتها على الفيسبوك أن الاجتماع كان فرصة لمناقشة عدة محاور، مع التأكيد ان الوالي هدفه هو إزالة كافة المعوقات التي قد تعيق مسار المستثمرين والعمل مع الفاعلين الاقتصاديين.

أدرار

تخصيص 7500 هكتار لزراعة الذرة الصفراء

الشباك الوحيد الذي يضم مصالح الفلاحة وصندوق التعاون الفلاحي وتعاونية الحبوب، كما وفرت التعاونية الكافية من الأسمدة لتغطية المساحة المستهدفة، حيث تم تخصيص تسعة (9) قناطر من الأسمدة لكل هكتار من محصول الذرة بين أسمدة آزوتية وفوسفاتية، كما وفرت ذات المصالح أربع (4) آلات متخصصة في حرق بذر الذرة الصفراء التي تضاف إلى آلات حرق جلبها المتعاملون الخواص وبعض المستثمرين الفلاحيين.

أزيّزاي عبد الجبار الذي قال بأنّه تم استهداف منذ انطلاق حملة الحرق والبذر أكثر من 1,500 هكتار عبر محيطات بلديات تسابيت شمال الولاية (1,200 هكتار) وفنغيل جنوباً (200 هكتار) وتمطقن شرقاً (100 هكتار) في حين تتواصل الحملة تبعاً لبلوغ الأهداف المسطرة للمساحة المستهدفة. من جانبها، سخرت مصالح تعاونية الحبوب والبقول الجافة بأدرار كافة الوسائل لمرافقة هذه العملية من خلال استقبال ملفات المستثمرين لاقتناء الأسمدة عبر

تم تخصيص مساحة قوامها 7500 هكتار لإنتاج الذرة الصفراء برسم حملة الحرق والبذر للموسم الفلاحي الجاري (2023 - 2024) التي انطلقت خلال مطلع الشهر الجاري بولاية أدرار، حسب ما علم لدى مديرية المصالح الفلاحية التي أفادت بأنّه تم تهيئة كافة الظروف والإمكانات لإنجاح هذه الحملة عبر مختلف المحيطات الفلاحية التي انخرطت مستثمراتها في حملة حرق وبذر الذرة لهذا الموسم، وفق ما أوضح رئيس مصلحة الإنتاج النباتي بمديرية القطاع

مسابقة وطنية لفيلم الوثائقي والروائي القصير

ستنظم جمعية "ميلاح" لبلدية ميلحة مسابقة وطنية في الفيلم الوثائقي والفيلم الروائي القصير في الفترة ما بين 31 أكتوبر و2 نوفمبر 2023، حسب ما علم من رئيس ذات الجمعية محمد لطفي كودي الذي أفاد أن هذه المسابقة الوطنية التي تحمل شعار "تاريخنا الهام وحاضرنا إبداع" ستحتضن فعاليات دار الثقافة مبارك الميلي بميلحة التي تعد من المساهمين في هذه التظاهرة الفنية التي بادرت جمعية "ميلاح" الثقافية إلى تنظيمها لأول مرة بعدما حصلت على دعم مالي من وزارة الثقافة والفنون.

وتخص المشاركة في هذه التظاهرة الناشطين في مجال إنتاج وإخراج الأفلام الوثائقية والروائية القصيرة من محترفين وهواة مع التأكيد أنه يتوجب على الراغبين في المشاركة في هذه المسابقة أن يتقدموا قبل تاريخ 15 أكتوبر 2023 بأعمالهم في مجال الفيلم الوثائقي أو الفيلم الروائي القصير على أن لا تتعدى مدة أي عمل مشارك 40 دقيقة وأن يكون ناطقاً باللغة العربية كما يجب أن تكون الأعمال المشاركة منجزة خلال الفترة الممتدة ما بين 2020 و2023، وفقاً لذات المصدر الذي أشار إلى أن جوائز قيمة قد رصدت للأعمال الثلاثة الأولى في كل صنف. وأفاد رئيس ذات الجمعية بأن الأعمال المشاركة في هذه الطبع من الأيام الوطنية "ميلاح" للفيلم الوثائقي والروائي القصير ستعرض أمام الجمهور الواسع بدار الثقافة مبارك الميلي، كما يمكن للحضور الاستفادة من الورشات المنظمة على هامش هذه التظاهرة وكذلك المحاضرات التي سيقومها أساتذة مختصون.

• ي. تيشات

متفرقات

المدية

مجزرة مرويرية

خلف حادث مرور وقع صبيحة أمس الأربعاء على مستوى الطريق السيار شمال-جنوب اتجاه البلديّة بمنطقة الغراغزة بولاية المدية وفاة أربعة أشخاص وإصابة 38 آخرين، حسب ما علم من المديرية الولائية للحماية المدنية التي أوضحت ان مصالحيها تدخلت في حدود الساعة الخامسة و55 دقيقة بعد وقوع حادث مرور على مستوى الطريق السيار شمال-جنوب اتجاه البلديّة بالغراغزة بإقليم ولاية المدية تمثل في اصطدام بين سيارة نفعية وشاحنة، مما تسبب في وفاة أربعة أشخاص وإصابة 38 آخرين بجروح، مما توجب تسخير ثلاث شاحنات وتسع سيارات إسعاف لتحويل جثث المتوفين ونقل المصابين نحو مستشفى المدية.

الدرك الوطني بسعيدة

تكفيك شبكة إجرامية

فككت مصالح الدرك الوطني بولاية سعيدة شبكة إجرامية منظمة تنشط عبر عدة ولايات بالجهة الغربية للوطن، وذلك في إطار الجهود المبذولة لمكافحة الجريمة المنظمة، خاصة ما يتعلق بالمتاجرة والحياسة غير الشرعية للمخدرات والمؤثرات العقلية، وأشارت المصالح ذاتها، إلى أن العملية تمت بعدة خطوات على استغلال معلومات وعملية ترصد تعاصر هذه الشبكة الإجرامية، أين تم وضع خطة محكمة والإطاحة بهم، بالتنسيق مع وكيل الجمهورية لدى محكمة سعيدة، واستفاداً لجمع الإجراءات القانونية، وكشف ذات المصدر أنه تم توقيف ثلاثة أشخاص، وتحديد هوية ثلاثة أشخاص آخرين مشتبه فيهم متواجدين في حالة فرار، كما أسفرت العملية على حجز 132,750 كلغ من الكيف المعالج 120 قرص مهلوس نوع بيرغبالين 300 ملغ، وسيارة نفعية كانت تستعمل في إخفاء ونقل المخدرات.

ويعد إتمام كافة الإجراءات القانونية اللازمة تم تقديم الأطراف أمام الجهات القضائية المختصة فور الانتهاء من التحقيق.

تيارات

توقيف شخص بتهمته ممارسة

نشاط تدليسي

أوقفت مصالح الامن الوطني لدائرة السوكر بولاية تيارت شخصاً يبلغ من العمر 55 سنة بتهمته ممارسة نشاط تدليسي لعرض منتوجات تبغ لترشق (الشمّة) بطريقة غير شرعية، لتقليد علامة مسجلة، والمساس بالحقوق الاستشارية لعلامة الغير، ممارسة نشاط تجاري خارج عن موضوع السجل التجاري وجنحة عدم الفوترة. وأشارت ذات الهيئة الأمنية إلى أن معالجة القضية تمت على إثر تلقي معلومات مفادها قيام صاحب محل تجاري للمواد الغذائية بتخزين مادة التبغ لترشق (الشمّة) مقدلة قصد تسويقها، وعليه وبالتنسيق مع أعوان المفتشية الإقليمية للتجار بالسوكر، تم العثور بداخل المحل على كمية معتبرة قدرت بـ 30206 كيس من مادة التبغ لترشق (الشمّة). وبعد استكمال كافة الإجراءات القانونية تم تقديمه إلى وكيل الجمهورية لدى محكمة السوكر.

الوادي

توقيف شخص وحجز 31 ألف

مؤثر عقلي

أوقفت فرقة التدخل بأمن ولاية الوادي شخص مروج للمؤثرات العقلية مع حجز 31000 كيسولة من المؤثرات العقلية مع استرجاع مركبة رباعية الدفع مسروقة كانت تستغل في عملية الترويج للمخدرات في عملية نوعية تمت في إطار مكافحة عمليات الترويج للمؤثرات العقلية والتصدي لها.

قسنطينة

معالجة 34 قضية متعلقة

بالهجرة غير الشرعية

عالجت محكمة قسنطينة المتعلقة بالهجرة غير الشرعية لتلاجاب خلال السداسي الأول من السنة الحالية حيث بلغ عددها 34 قضية مسجلة، وهو نفس عدد القضايا المفضول فيها، وعدد المتهمين 35 شخص أجنبي.

أمن العاصمة يوجه نداء

للجمهور

وجهت مصالح أمن ولاية الجزائر المثلة في فرقة الشرطة القضائية بأمن المقاطعة الإدارية سيدي محمد، إلى علم المواطنين أن الشخص المدعو، خ ف، مشتبه فيه في عدة قضايا متعلقة بالنصب الموجه للجمهورون وعليه دعت المصالح ذاتها، كل شخص يكون قد وقع ضحية السالف الذكر التوجه إلى مقر فرقة الشرطة القضائية بأمن المقاطعة الإدارية سيدي محمد أو أي مقر للشرطة عبر تراب الجمهورية، لتقديد شكوى أو الإدلاء بشهادة في قضية الحال ن كما أوضحت مصالح أمن ولاية الجزائر، أن هذا النداء يأتي طبقاً لنص المادة 17 من قانون الإجراءات الجزائية وعملاً بالأذن النيابة الصادر عن السيد وكيل الجمهورية بمحكمة سيدي أحمد.

• ي. تيشات

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

ولاية البويرة
دائرة برج أخصيص
بلدية المزدور
الرقم الجبائي: 098410119097610

الإعلان عن المنح المؤقتة لصفقة بعد طلب العروض المفتوح مع
اشتراط قدرات دنيا رقم 2023/02

عملا بأحكام المادة 65 من المرسوم الرئاسي رقم 247/15 المؤرخ في 2015/09/16 المتضمن تنظيم الصفقات العمومية، وتقويضات المرفق العام، يعين رئيس المجلس الشعبي البلدي لبلدية المزدور، كافة المتعديين المشاركين في طلب العروض المفتوح مع اشتراط قدرات دنيا رقم 2320/02 والمتعلقة بمشروع:
تهيئة أرضية رياضية جوارية الشهيد دراجسي منصور بالمزدور مركز (الشطر الأول)
والمعلن عنها في الجريدتين اليوميين "أخبار اليوم" باللغة العربية و" Desby " باللغة الفرنسية ليوم 2023/06/20 و ن.ر.ص.م.ج (BOMOP)، وتبعا لدراسة لجنة فتح الأظرفة وتقييم العروض بتاريخ: 2023/08/10 فإن الصفقة تم منحها مؤقتا وفق البيانات التالية:

اسم المشروع	المقولة الحائزة على المشروع والرقم الجبائي	مبلغ الصفقة بكل الرسوم	مدة الإنجاز	النقطة التقنيّة	ملاحظات
تهيئة أرضية رياضية جوارية الشهيد دراجسي منصور بالمزدور مركز (الشطر الأول)	مؤسسة اشغال البناء في مختلف مراحلها (ETB-TCE) شكير رشيد حي 33/40/1200 سكن ع 01 طابق ارضي رقم 08 بداية عموشة/سطيف NIS : 198006440102443	26.240.690.00 دج	75 يوما	50 نقطة	اقل عرض مالي بعد دراسة الطعن وإعادة تقييم العروض

يمكن للعارضين الراغبين في الاعتراض على هذا الاختيار، تقديم طعونهم إلى السيد رئيس لجنة الصفقات العمومية لبلدية المزدور، في أجل أقصاه عشرة أيام ابتداء من أول نشر لهذا المنح في الصحف الوطنية أو في النشرة الرسمية لصفقات المتعامل العمومي، وإذا تزامن اليوم الأخير مع عطلة أو راحة قانونية فإنه يمدد إلى اليوم الأول الموالي للعمل.
يمكن للعارضين الراغبين في الاطلاع على نتائج تقييم عروضهم التقنية والمالية، الاتصال بمكتب الصفقات العمومية البلدية وذلك في أجل أقصاه ثلاثة (03) أيام ابتداء من اليوم الأول لنشر هذا الاعلان في الصحف الوطنية، وفي النشرة الرسمية لصفقات المتعامل العمومي، طبقا لأحكام المادة 82 من المرسوم الرئاسي رقم 247/15 المؤرخ في 2015/09/16 المتضمن تنظيم الصفقات العمومية، وتقويضات المرفق العام.

ANEP 2316020615

أخبار اليوم، 2023/08/17

لإعلاناتكم اتصلوا بـ

أخبار اليوم
www.akhbaralyoum-dz.com

معنا
ستحظون
بأفضل الأسعار
وأفضل الخدمات

حي العناصر 04،
القبة / الجزائر
العاصمة

023 70 54 31



فلسطين
في القلب

PALESTINE ..
IN OUR HEARTS



حصيلة دامية في معارك عنيفة

ليبيا.. الضئنة التي لا تنتهي

أعلنت حكومة الوحدة الوطنية الليبية، اتفاق رئيس الحكومة عبد الحميد الدبيبة مع أعيان منطقة سوق الجمعة في طرابلس، على وقف إطلاق النار وتسليم أمر اللواء 444 محمود حمزة إلى جهة محايدة وجاء ذلك في تصريح أدلى به الناطق باسم الحكومة محمد حمودة، كما جاء بعد أكثر من يوم ونصف من اندلاع اشتباكات عنيفة دون انقطاع في مناطق جنوبي العاصمة، وذلك على خلفية احتجاز أمر اللواء 444 قتال، محمود حمزة، في مطار معيتيقة.

• ق.د/وكالات

ومحليا أيضا دعا مجلس النواب كافة الأطراف إلى وقف الاشتباكات فوراً في طرابلس والاحتكام إلى لغة العقل وفتح ممرات آمنة للمدنيين، محملاً المسؤولية القانونية والأخلاقية لحكومة الوحدة الوطنية، ومطالباً البعثة الأممية بموقف واضح من حالة الفوضى والسلاح المنفلتة والقتال، وفق بيان.

كما طالب المجلس الأعلى للدولة الأطراف المتنازعة في طرابلس بالوقف الفوري للقتال، وحل الإشكاليات بالطرق السلمية، مستكراً ترويع الأمنيين في طرابلس وتعريض حياتهم للخطر، مجدداً رفضه التام لأي حروب جديدة، وفق البيان.

ودفعت الاشتباكات شركات الطيران المدني إلى تغيير مواعيد رحلاتها ونقل طائراتها إلى مطار مصراتة الدولي على بعد 200 كيلومتر إلى الشرق من طرابلس؛ خوفاً من تعرضها للاستهداف نتيجة القصف العشوائي، بينما أعلنت رئاسة جامعة طرابلس تعليق الدراسة والامتحانات.



أيضا عن قلقها البالغ إزاء ما وصفته بأمعنف في طرابلس، وشاركت السفارة الأمريكية في قلقها، وسفارات فرنسا وبريطانيا وقطر، فضلا عن رئيس بعثة الاتحاد الأوروبي.

المتحدة للدعم في ليبيا، عن قلقها من الأحداث التي تشهدها العاصمة طرابلس، داعية إلى وقف الفوري للتصعيد ووضع حد للاشتباكات المسلحة. وأعربت السفارة الأمريكية في ليبيا

مطلقاً وأسف 6 جرحى، وأعلن ذلك على مدار اليوم مقاطع فيديو لإجلاء العائلات من مناطق الاشتباكات. وقال مركز طب الطوارئ والدعم إنه أجلى أكثر من 100 عائلة في مناطق طريق الشوك والسدره وصلح

تسببت الاشتباكات بين قوات اللواء 444 وقوات الردع الخاصة في سقوط قتيلين وأكثر من 30 جرحياً، إصاباتهم متفاوتة؛ حسب ما أفاد مصدر طبي.

وأغلق عدد من المحتجين سيمافرو طريق الشط الحيوي في العاصمة، فيما شهد محيط سوق الجمعة احتجاجات بشأن الأوضاع الأمنية في العاصمة.

وعلى إثر ذلك أعلن جهاز الطب العسكري حالة الطوارئ منذ الصباح الباكر داخل مستشفى علي عمر عسكر - المعروف بـ(السبعة) ومستشفى معيتيقة العسكري.

وقال جهاز الطب العسكري إنه تعاقد مع عدد من المراكز الطبية والمستشفيات في مناطق الاشتباك لاستقبال الحالات وتخفيف المعاناة في هذه الأوقات العصيبة، فيما نشر

جهاز الإسعاف والطوارئ على مدار اليوم مقاطع فيديو لإجلاء العائلات من مناطق الاشتباكات. وقال مركز طب الطوارئ والدعم إنه أجلى أكثر من 100 عائلة في مناطق طريق الشوك والسدره وصلح

أرقام قياسية لابتلاع أراضي الفلسطينيين

2023.. سنة سرطان الاستيطان

شرق رام الله، حيث تم إقرار ألف و81 وحدة استيطانية. وأضاف إلى ذلك مستوطنة "كوخاف يعقوب" وسط الضفة، حيث تم إقرار 627 وحدة استيطانية، و"جفعات زئيف" شمال غرب القدس، حيث تم إقرار 559 وحدة استيطانية. كما تم إقرار بناء 350 وحدة استيطانية في مستوطنة سالكناه القريبة من نابلس، و374 وحدة في مستوطنة "كريات أربع" في الخليل جنوبي الضفة، و380 وحدة في مستوطنة "كيدوميم" شمالي الضفة إضافة إلى التوسعات في العديد من المستوطنات الأخرى. أما في مدينة القدس الشرقية، فتفيد معطيات منظمة "عير عميم"، إن اللجنتين الأولى التابعة لبلدية القدس الغربية، والثانية اللوائية التابعة لوزارة الداخلية تبجحتان مخططات لإقامة 7 آلاف و82 وحدة استيطانية في مناطق مختلفة بالمدينة. ومن بينها مخطط إقامة 500 وحدة استيطانية جنوبي المدينة ضمن خطة مستوطنة "تليبيوت الجديدة"، ومخطط لبناء 730 وحدة استيطانية في مستوطنة "سغات زئيف" على أراضي بيت حنينا شمالي المدينة، فضلاً عن مخطط لبناء ألف و918 وحدة استيطانية في مستوطنة "راموت ألون" شمالي المدينة، ومخطط مستوطنة "كدمات تسبون" والتي تضم 384 وحدة استيطانية شرقي المدينة.

بالعمل الفوري لوقف الإجراءات أحادية الجانب لمدة 3-6 أشهر، ويشمل ذلك التزاماً صهيونياً بوقف مناقشة إقامة أي وحدات استيطانية جديدة لمدة 4 أشهر، ووقف إقرار أي بؤر استيطانية جديدة لمدة 6 أشهر". كما جدد الاحتلال التزامه في اجتماع مماثل عقد في 19 مارس في مدينة شرم الشيخ المصرية. وجاء في البيان الختامي الذي صدر في حينه، "جددت حكومة الاحتلال والسلطة الوطنية الفلسطينية استعدادهما والتزامهما المشترك بالتحرك بشكل فوري لإنهاء الإجراءات الأحادية لفترة من 3 إلى 6 أشهر، ويتضمن ذلك التزاما بوقف مناقشة أي وحدات استيطانية جديدة لمدة 4 أشهر، ووقف إصدار تراخيص لأي نقاط استيطانية لمدة 6 أشهر". لكن الواقع على الأرض كانت مختلفة، حيث شهدت تلك الفترة تصاعداً في الأنشطة الاستيطانية في الأراضي الفلسطينية.

الاستيطان في الضفة

دفعت الحكومة الحالية منذ بداية العام الجاري مخططات لإقامة 12 ألفاً و885 وحدة استيطانية في الضفة الغربية. وبحسب معطيات "السلام الآن"، فإن أكبر هذه المخططات كانت في مستوطنة "معاليه أدوميم" شرق مدينة القدس، حيث تم إقرار ألف و475 وحدة استيطانية، ومستوطنة "عيلي" شمال

منذ بداية العام الجاري، تعهد الكيان مرتين على الأقل بتجميد الاستيطان في الأراضي الفلسطينية، إلا أن هذه الفترة سجلت سار تفاعلاً قياسيًّا بالأنشطة الاستيطانية. وتسلمت حكومة الاحتلال برئاسة بنيامين نتانياهو مهامها، نهاية العام الجاري، لتطلق وفقاً للمعطيات أكبر عملية استيطان على الأقل منذ عام 2012.

وحسب معطيات حركة "السلام الآن"، الرافضة للاستيطان، فإنه منذ مطلع العام الجاري دفعت الحكومة الحالية مخططات لإقامة 12 ألفاً و885 وحدة استيطانية في الضفة الغربية وأشارت المعطيات ذاتها إلى أن حكومة الاحتلال نشرت أيضاً مناقصات لبناء ألف و289 وحدة استيطانية، ما يرفع إجمالي عدد الوحدات إلى 14 ألفاً و444 وحدة. من جهتها، قالت منظمة "عير عميم" (أي مدينة الشعوب بالبحرية) اليسارية المختصة بشؤون القدس، إن سلطات الاحتلال تبحت مخططات لإقامة 7 آلاف و82 وحدة استيطانية في القدس الشرقية.

وفي 26 فيفري الماضي، كان الاحتلال قد التزم في اجتماع عقد في مدينة العقبة الأردنية، بحضور ممثلين عن الولايات المتحدة الأمريكية والأردن ومصر، بتجميد الاستيطان. وجاء في البيان الختامي للاجتماع أنذاك: "أكدت حكومة الاحتلال والسلطة الوطنية الفلسطينية استعدادهما المشترك والتزامهما

تفجير للمنازل ومواجهات مع الاحتلال

ليبلة ساخنة في نابلس..

الاحتلال مخيم بلاطة شرق نابلس، وفجرت مقراً لفتح ومنزلاً وسط مواجهات واشتباكات عنيفة. ونقلت مصادر محلية أن قوات الاحتلال فجرت شقة سكنية مملوكة لعائلة عبد الله أبو شلال، ومقراً لحرقة "فتح" في مخيم بلاطة.

وزعم جيش الاحتلال، في بيان صحافي، أن قواته فجرت مخبرين لإنتاج العبوات الناسفة في المخيم. وأغلقت قوات الاحتلال مداخل مخيم بلاطة تزامناً مع اقتحامه، حيث نفذت عدواناً على المخيم، عقب اقتحامها شارع السوق وسط تخريب ممتلكات الفلسطينيين.

ودارت مواجهات بين مجموعة من المواطنين وقوات الاحتلال التي دفعت بتعزيزات عسكرية من حاجز بيت فوريك العسكري باتجاه مخيم بلاطة. كما وأطلقت قوات الاحتلال الرصاص تجاه الطواقم الصحافية، خلال تغطيتها اقتحام المخيم. وفي بلدة حوارة جنوب المحافظة، تعرضت قوة من جيش الاحتلال على الحاجز القائم على أراضي البلدة لعملية إطلاق نار.

وبالتزامن مع الاقتحام، أطلق جنود الاحتلال الرصاص على مركبة قرب حاجز حوارة، ما أدى إلى إصابة شاب كان بداخلها بعدة

إصاباتان جراء السقوط وعولجتا ميدانياً. وقالت الهلال الأحمر في بيانها، إن قوات الاحتلال منعت الطواقم الطبية واعتدت عليها في مفرق بركة. وأسكان الأطباء، وعرقلت دخولها إلى مخيم بلاطة لإسعاف إحدى الإصابات التي نقلت لاحقاً إلى المستشفى الوطني.

وبدأت المواجهات عقب اقتحام قوة كبيرة من جيش الاحتلال للمنطقة الشرقية من نابلس لتأمين اقتحام ميليشيات المستوطنين لقبر يوسف. وأطلق مقاومون النار تجاه قوات الاحتلال، في المنطقة، تزامناً مع مواجهات عنيفة مع منات الشبان الذين توزعوا في المناطق القريبة من مقام يوسف، فيما أعلنت سرايا القدس عن تفجير عبوات ناسفة وباليات الاحتلال، ووثقت مقاطع مصورة متداولة على وسائل التواصل الاجتماعي لحظة تفجير العبوات. واستهدف مقاومون عبوات محلية الصنع جرافات الاحتلال التي شاركت في الاقتحام، كما اندلعت مواجهات عنيفة في منطقة بلاطة البلد شرقي المحافظة، واستهدف الشبان آليات الاحتلال بالزجاجات الحارقة والعبوات محلية الصنع بكثافة. وفي وقت لاحق، اقتحمت قوات كبيرة من جيش

عاشت مدينة نابلس ليلاً ساخنة، حيث شهدت تفجير مجموعات المقاومة في مخيم بلاطة شرق المدينة مجموعة من العبوات الناسفة، وذلك خلال اقتحام قوات معززة من جيش الاحتلال للمخيم والمنطقة القريبة منه، في حين عمدت القوات المتحججة على تنفيذ مجموعة من الأعمال التدميرية والتخريبية بحق منازل في المخيم والمنطقة المحيطة به.

وبحسب مصادر طبية، فإنها سجلت عشرات الإصابات بالرصاص الحي والغاز السام، من بينها إصابة خطيرة، و85 أخرى بالاختناق والغاز خلال مواجهات واشتباكات مع قوات الاحتلال قرب قبر يوسف وفي مخيم بلاطة شرقي المحافظة. وجاء في بيان جمعية الهلال الأحمر، بأن حصيلة المواجهات مع قوات الاحتلال في محافظة نابلس، كالتالي: إصابة بالرصاص الحي في الصدر وهي خطيرة جداً، وإصابة بتان بشظايا رصاص حي نقلت إلى المستشفى، وأربع إصابات بشظايا رصاص حي وعولجت ميدانياً، وإصابة بالرصاص الحي وتم اختطافها من الطواقم الطبية من قبل قوات الاحتلال، و85 حالة اختناق بالغاز تم علاجها ميدانياً، وإخلاء طفل سقط في منزل اقتحمته قوات الاحتلال، وإصابة بقتيلة غاز في الرأس وعولجت ميدانياً،

واشنطن تشدد:

نرحب بأي خطوة إيرانية لإبطاء برنامجها النووي

قال وزير الخارجية الأمريكي أنتوني بلينكن، إن بلاده ترحب بأي تحرك من جانب إيران لإبطاء برنامجها النووي. وجاء ذلك في مؤتمر صحفي عقده بمقر الخارجية الأمريكية بالعاصمة واشنطن. وقال بلينكن، "لا أستطيع أن أؤكد بأن إيران قامت بإبطاء برنامجها النووي، لكن يمكنني القول إننا نرحب بأي خطوة تتخذها إيران لتقليل التهديد النووي المتزايد منذ انسحاب الولايات المتحدة من الاتفاق النووي".

استعراض عسكري في وارسو بمشاركة ألفي جندي

شهدت العاصمة البولندية وارسو، استعراضاً عسكرياً بمشاركة أكثر من ألفي جندي، بمناسبة يوم القوات المسلحة. وحضر الاستعراض الذي جرى تحت شعار "أبيض وأحمر قوي"، الرئيس البولندي أندريه دودا ورئيس الوزراء ماتيوز مورافيتسكي ومسؤولون عسكريون. وفي كلمته، لفت دودا إلى تعزيز قدرات الجيش البولندي بديابات أبرامز و"K2" ومقاتلات F35، إضافة إلى مسيرات سبير اقدار تي بي 2 المسلحة التركية. وقال الرئيس: "هدفنا هو تجهيز الجيش البولندي وإنشاء نظام دفاعي بحيث لا يجبر أحد على مهاجمتنا، وبالتالي لا يضطر وشارك في الاستعراض أكثر من ألفي جندي و92 طائرة، وتم عرض أكثر من 200 من المعدات العسكرية. وتابع الألاف من المواطنين الفعالية.

بين القوى النووية

لافروف يحذر من خطر "صدام عسكري مباشر"

حذر وزير الخارجية الروسي سيرغي لافروف، من أن استمرار إمداد الغرب أوكرانيا بالسلاح يهدد بخاطر وقوع "صدام عسكري مباشر بين القوى النووية".

جاء ذلك في كلمة لافروف في المؤتمر الحادي عشر للأمن المنعقد في العاصمة موسكو، حسبما ذكرت وكالة "نوفوستي" الروسية. وقال لافروف إن "إمداد الولايات المتحدة وحلف الناتو أوكرانيا بالسلاح يزيد بشكل كبير من خطر وقوع صدام عسكري مباشر بين القوى النووية". وأضاف: "اليوم تقوم الولايات المتحدة والناتو والاتحاد الأوروبي ومن أجل إنقاذ مشروعهم الجيوسياسي لاستنزاف روسيا وتقسيم العالم الروسي، بتزويد أوكرانيا بمزيد من الأسلحة الحديثة وأشعل الصراع أكثر فأكثر". وأوضح لافروف أن "مسارهم (الغرب) المغامر وغير المسؤول يزيد بشكل كبير من خطر وقوع صدام عسكري مباشر بين القوى النووية".

الأردن يسقط طائرة مسيرة

محملة بمواد متفجرة

أسقطت المنطقة العسكرية الشرقية الأردنية، صباح ذلك اليوم، على إحدى واجهاتها ضمن منطقة مسؤولييتها، طائرة مسيرة محملة بمواد متفجرة نوع (TNT) قادمة من الأراضي السورية. ونقلت وكالة الأنباء الأردنية (بترا) عن مصدر عسكري مسؤول في القيادة العامة للقوات المسلحة الأردنية "الجيش العربي قوله إن قوات حرس الحدود وبالتنسيق مع إدارة مكافحة المخدرات والأجهزة الأمنية العسكرية، رصدت محاولة اجتياز طائرة مسيرة بدون طيار الحدود بطريقة غير مشروعة من الأراضي السورية إلى الأراضي الأردنية، وتم إسقاطها داخل الأراضي الأردنية. وأضاف المصدر أن الطائرة التي تحمل مواد متفجرة من نوع (TNT)، تم التعامل معها من قبل فريق من سلاح الهندسة الملكي.

وكأحد المصادر أن "القوات المسلحة الأردنية ماضية في التعداد بشكل قوة وحزم، مع أي تهديد على الواجهات الحدودية، وأية مساع يراد بها تقويض وزعزعة أمن الوطن وترويع مواطنيه..

رئيس وزراء باكستان المؤقت يتعهد باستئصال الإرهاب

تعهد رئيس وزراء باكستان المؤقت، أنور الحق كاكرك باتخاذ خطوات لاستئصال "خطر الإرهاب" وتحقيق السلام والنظام في البلاد. جاء ذلك خلال لقائه مع رئيس حزب جمعية علماء الإسلام مولانا فضل الرحمن، بمقر إقامته في إسلام آباد بحسب صحيفة "ذا نيشن" الباكستانية. وأعرب رئيس الوزراء عن "أسفه العميق وحنه لتفقدان الأرواح البشرية الغالية" في الهجوم الانتحاري على تجمع لحزب جمعية علماء الإسلام في بلدة خار في منطقة باجوور. وأضاف أن "الإرهابيين لا يمكن أن يردعوا عزم البلاد على القضاء على خطر الإرهاب". وكان مسؤولون باكستانيون قد أكدوا في 31 جويلية الماضي أن حصيلة القتلى جراء التفجير الانتحاري الذي استهدف جمعية علماء الإسلام في منطقة باجوور شمال غربي البلاد قد ارتفعت إلى 54 شخصاً، وأعلن تنظيم الدولة الإسلامية مسؤوليته عن الهجوم.

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..

النبي يشكو إلى ربه هجر قومه القرآن

■ الشيخ محمود الدوسري

من أعظم الآيات التي تحدثت عن جفاء الكفار وإعراضهم عن كتاب الله تعالى، حتى وصل الحال إلى شكوى عظيمة يبثها النبي إلى ربه بسبب هجر قومه للقرآن العظيم، قوله تعالى: وَقَالَ الرَّسُولُ يَا رَبِّ إِنَّ قَوْمِي اتَّخَذُوا هَذَا الْقُرْآنَ مَهْجُورًا الفرقان:30. فقد أعرضوا عن القرآن العظيم وهجروه، وتركوه، مع أن الواجب عليهم، الإيمان به، والالتقاد لحكمه.

والمقصود من حكاية هذه الشكوى العظيمة: إنذار كل من هجر القرآن الكريم إلى يوم الدين، بأن صاحب الرسالة قد توجه في هذا الشأن إلى ربه عز وجل يشكو هجر قومه القرآن العظيم.

وقد أكدت هذه الشكوى بيان قومي اتخذوا هذا القرآن مهجورا للاهتمام بها؛ ليكون التشكي أقوى. والتعبير عن قريش بقومي؛ لزيادة التذمر من فعلهم معه؛ لأن من شأن قوم الرجل أن يوافقوه. وتأملوا -إخوتي- قوله: اتَّخَذُوا الَّذِي يَدُلُّ دَلَالَةً وَاضِحَةً عَلَى أَنَّ هَذَا هُوَ دَيْدِنُهُمْ وَشَأْنُهُمْ وَحَالُهُمْ مَعَ نَبِيِّهِمُ الْمُرْسَلِ إِلَيْهِمْ، ولم يقع الهجر منهم عَرَضًا مرة أو مرتين، إنما وقع مراراً



التحذير من هجر المصحف وعدم تعاهده بالقراءة فيه. فينبغي لكل مسلم -يخاف العزص على ربه يوم القيامة- أن يتأمل هذه الآية الكريمة، ويتمعن الشطر فيها مراراً وتكراراً؛ ليرى لنفسه المخرج من هذه الورطة العظيمة، والطامة الكبرى التي عمّت جُل بلاد المسلمين من هذه المعمورة، وهي: هجر القرآن الكريم. وقد تحدث أهل العلم عن أنواع من هجر القرآن العظيم، ومن ذلك ما قاله ابن كثير -رحمه الله-: «كان الكفار إذا تلى

والآداب والمكارم، ولم يعتقد ما فيه من العقائد، ويعتبر بما فيه من الرؤاجر والقصص والأمثال». وفي هذه الشكوى من التخوييف والتحذير ما لا يخفى؛ فإن الأنبياء عليهم الصلاة والسلام إذا شكوا إلى الله قومه عجل لهم العذاب ولم يُنظروا. وهذه الآية وإن كانت في المشركين، إلا أن العبرة بعموم لفظها، فنظّمها الكريم مما يُرهب عموم المعرضين عن العمل بالقرآن، والأخذ بأدابه، وفي الآية كذلك

وتكراراً، فهو أشدُّ مبالغة - في هجر القرآن - من أن يُقال: إن قومي هجروا القرآن، كأنما اتخذوا هذا الهجر صنعة وحرفة، وعقدوا العزم في ذلك الاتخاذ، فهو قرار قرّروه، ومنهج اختطّوه لأنفسهم وللأجيال من بعدهم. واسم الإشارة في هذا القرآن؛ لتعظيمه، وأن مثله لا يُتخذ مهجوراً بل هو جدير بالإيمان به، والإقبال عليه، والانتفاع به. فهذه «شكوى عظيمة، وفيها أعظم تخوييف لمن هجر هذا القرآن العظيم، فلم يعمل بما فيه من الحلال والحرام

ذم الغش والنهي عنه في الإسلام

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (من اشترى شاة مصرارة فهو بالخيار ثلاثة أيام، فإن ردها رد معها صاعاً من طعام، لا سمراء). رواه مسلم.

قال ابن عبد البر: «وهذا الحديث أصل في النهي عن الغش، وأصل فيمن دلس عليه ببيع، أو وجد عيباً بما ابتاعه، أنه بالخيار في الاستمسك أو الرد».

وقال الأمير الصنعاني: «الحديث أصل في النهي عن الغش، وفي ثبوت الخيار لمن دلس عليه».

وقال القاضي عياض: (معناه بين في التحذير من غش المسلمين، لمن قلده الله تعالى شيئاً من أمرهم، واسترعاه عليهم، ونصبه لمصلحتهم في دينهم أو دنياهم). المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج، للنووي.

وقال العظيمة أبيادي: (والحديث دليل على تحريم الغش، وهو مُجمَع عليه) عون المعبود شرح سنن أبي داود.

- وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال:

في السنة النبوية:

- عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم مر على صبرة طعام، فأدخل يده فيها، فالت أصابعه بللاً، فقال: (ما هذا يا صاحب الطعام؟ قال: أصابته السماء يا رسول الله، قال: أفلا جعلته فوق الطعام كي يراه الناس؟ من غشّ فليس مني) رواه مسلم. قال الخطابي: «معناه ليس على سيرتها ومذهبنا، يريد أن من غشّ أخاه وترك مناصحته، فإنه قد ترك اتباعي والتمسك بسنتي».

الغير؛ كالمال والعلم، سواء كان المودع عنده ذلك الحق، قد تعاقّد مع المودع على ذلك بعقد قولي خاص صرح فيه... أم لم يكن كذلك، فإن ما جرى عليه التعامل بين الناس في الأمور العامة هو بمثابة ما يتعاقّد عليه الأفراد في الأمور الخاصة».

- «وَلَا تَزَالُ تَطَّلُعُ عَلَى حَائِثَةٍ مِّنْهُمْ» المائدة: 13.

قال الواحدي: أي: على خيانة، قال مقاتل: يعني بالخيانة: الغش للنبي صلى الله عليه وسلم.

- قال تعالى: " تَتَّخِذُونَ أَيْمَانَكُمْ دَخْلًا بَيْنَكُمْ". النحل: 92. قال الواحدي:

(الدخل والدغل: الغش والخيانة، قال الزجاج: غشاً ودغلاً). التفسير الوسيط. وقال الماوردي: «الدخل: الغل والغش». قوله تعالى: إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا". النساء: 58.

من الأمانة «أمانة العبد مع الناس، ومن ذلك رد الودائع إلى أربابها وعدم الغش وحفظ السر ونحو ذلك».

«والأمانة حق عند المكلف، يتعلّق به حق غيره، ويؤدعه لأجل أن يوصله إلى ذلك

صلاة التوبة.. متى تشرع وما يقرأ فيها؟

• السؤال:

كيف أصلي صلاة الاستغفار وصلاة التوبة وكم ركعة هي علما بأن السورة التي تقرأ هي آل عمران ص 135 هل نقرأها في كلتي الركعتين أم ركعة واحدة؟

• الإجابة:

بيّنت لجنة الفتوى بموقع إسلام ويب أنه على المسلم إذا صدر منه ذنب أن يبادر بالتوبة إلى الله تعالى والإكثار من

الاستغفار لعل الله تعالى يمحو عنه ما ارتكبه من معصية، ومن ضمن ما يكون سبباً في تكفير الذنوب صلاة التوبة، ويمكن تسميتها بصلاة الاستغفار لاشتمالها عليه. وهي صلاة ركعتين بعد الطهارة.

فقد قال صلى الله عليه وسلم: ما من عبد يذنب ذنباً فيحسن الطهور ثم يقوم فيصلي ركعتين ثم يستغفر الله إلا غفر

الأدعية والاستغفار على السنة أنبياء الله

1- علي لسان نوح -عليه السلام-: " فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا وَيَمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ يُبَيِّنُ وَيَجْعَلْ لَكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَلْ لَكُمْ أَنْهَارًا". سورة نوح: 10-12.

قال القرطبي -رحمه الله- في تفسيره أنهم -أي نوح- عليه السلام- أهل حرص على الدنيا فأمرهم بالاستغفار وكأنه قال لهم: هلموا إلى طاعة الله فإن في طاعة الله درك للدنيا والآخرة. القرطبي: 289/18 في تفسيره.

ويقول ابن كثير -رحمه الله: كأنه قال لهم: أي إذا تبتم إلى الله، واستغفرتموه وأطعتموه كثر الرزق عليكم، وأسفاكم من بركات السماء وأثبت لكم من بركات الأرض، وأثبت لكم الرزق، وأدر لكم الضرر، وأمدكم بأموال وبنين: أي أعطاكم الأموال والأولاد، وجعل لكم جنات فيها أنواع الثمار وخللها بالأنهار الجارية بينها". تفسير ابن كثير.

وجاء رجل إلى الحسن البصري يشكو إليه الجدوبة فقال: استغفر الله، وشكا إليه آخر الفقر، فقال له: استغفر الله، وقال آخر: ادع الله أن يرزقني ولدا، فقال له: استغفر الله، وشكا إليه آخر جفاف بستانه فقال له: استغفر الله فلما قيل له في هذا قال: ما قلت شيئاً من عندي- آية الله تعالى يقول

له، ثم قرأ هذه الآية: وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاجِسَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاَسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَعْصِرِ الذَّنْبَ إِلَى اللَّهِ وَلَمْ يُصِرِّهِمْ عَلَىٰ مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ (آل عمران: 135). صححه الشيخ الألباني.

ولم يدل دليل على تحديد قراءة سورة آل عمران أو غيرها في هاتين الركعتين، بل يقرأ فيهما بما تيسر من القرآن.

2- وعلى لسان آدم وحواء -عليهما السلام-: " رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنْفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ" (سورة الأعراف: 23) وهي الكلمات التي قال الله تعالى عنها: س فَتَلْقَىٰ أَدَمَ مِنْ رَبِّهِ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ" سورة البقرة: 37.

3- وعلى لسان سيدنا يونس -عليه السلام- إذا دعا في بطن الحوت فقال: " لَّا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ" سورة الأنبياء: 87.

4- وعلى لسان شعيب -عليه السلام-: "وَاسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ إِنَّ رَبِّي رَحِيمٌ وَدُودٌ". سورة هود: 90.

ما الفرق بين القلب والفؤاد؟

فظام القلب:

القلب لا يتبين ما فيه حتى يطمم، ويريك أنه قد صفا بالطعام، فحينئذ يحك بحجر البلوى، فيختر سكونه، والفه مع من يكون، أبالاه سكونه ومعه أنه، أم لعطائه سكن، ومع أحوال نفسه لأنه يتقلب، وله عينان وأذنان وياب.

والصدر بيته، وإنما سمي صدرًا لأن الأمور تصدر عنه، فالنور الذي في القلب يعرف ربه، لأنه نوره، وهو حبة لقلب، واشتقاق الحب منه، لأنه وصل حبة قلبه، ومنه قوله عز وجل: "حبب إليكم الإيمان"، أي أوصله إلى حبة القلوب، ثم قال تعالى: "وزينه في قلوبكم" ولم يقل في فؤادكم، ومما يحقق ذلك قول رسول الله صلى الله عليه وسلم: أتكم أهل اليمن، هم ألين قلوباً، وأرق أفئدة، فوصف القلب باللين.

كيف يخرج النور من القلب:

والفؤاد بالرفقة، فالنور إذا خرج من باب القلب أشرق في الصدر، فأبصر عين الفؤاد ذلك النور، فإذا فكر في الجنة أو النار، أو في شيء من أمور الآخرة، وقع لتلك الفكرة ظل على الصدر، فتمثل ذلك الشيء بين عيني القلب، فصار كأنه ينظر إليه.

وإذا ذكر الرب تبارك وتعالى لم يقع لذكره ظل على الصدر، ولكنه يشرق النور، ويتلألأ النور في الصدر، حتى يكاد يغشى بصر القلب، لأن النور إنما أشرق في الصدر، لأنه نوره.

وروي عن وهب بن منبه رحمه الله تعالى، أن رجلاً قال لمعلمه: قد قطعت الهوى. قال: أتفرق بين النساء والدواء؟ قال: نعم. قال: فأنت أوتقت الهوى ولم تقطعه.

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..

مشكلة خطيرة قد تبطل عماد الدين

الاختلاس في الصلاة.. الآفة الكبرى

الاختلاس.. هو نوع من أنواع الاحتيال، وعلى الرغم من ارتباطه بالمال وسرقة غائباً، إلا أن الأمر انتقل للأسف إلى الصلاة، إذ تجد أحدهم وقد (اختلس) صلاته، أي احتال عليها، وذلك بالحركة الكثيرة أو بالنظر في غير وضع السجود، وربما الانشغال بـ(رنة التليفون)، والمشكلة الأكبر في استباق الإمام، وهي أمور بالأساس قد تبطل الصلاة بالكلية.

روى الإمام البخاري عن أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها: سألت رسول الله صلى الله عليه وسلم، عن الالتفات في الصلاة فقال: «هو اختلاس يختلسه الشيطان من صلاة العبد»، فتخيل أنت تصلي والشيطان يسرقك، وفي ماذا؟.. قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «لا يزال الله مقبلاً على العبد في صلاته ما



لم يلتفت، فإذا صرف وجهه انصرف عنه.. فتخيل كأنك تنظر إلى الله، فتصرف عنه بالنظر لأمر آخر، فتكون النتيجة أن ينصرف الله بذاته العليا عنك، فالصلاة طهارة تؤهل العبد للإقبال على الله والوقوف بين يديه، قال تعالى: « قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ × الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ » (المؤمنون: 1، 2)، والخشوع يكون بالقلوب وليس بالجسد فقط.

خطف البصر

قد يتصور البعض وهو يصلي أن نظره إلى السماء يعني النظر إلى مكان وجود الله عز وجل، فيسأل ما يشاء، والحقيقة هذا ليس له أصل في الدين، لأن الله يستجيب ويسمع السر وأخفى، وليس بحاجة لأن تنظر إلى السماء، لكن

الدين كله، فإن صلحت، صلحت باقي الأعمال.

النهي عن الالتفات

مهما كانت الظروف إياك أن تلتفت في الصلاة، وانظر فقط في مرمى بصرك بموضع السجود، لأن ذلك من الأمور التي قد تبطل صلاتك أو على الأقل تقلل فضلها.

فقد أخرج الترمذي من حديث الحارث الأشعري وصححه من حديث طويل، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم، قال: «إن الله أمركم بالصلاة، فإذا صليتم فلا تلتفتوا، فإن الله ينصب وجهه لوجه عبده في صلاته ما لم يلتفت».

فيما روى أحمد، والنسائي، وأبو داود، عن أبي ذر الغفاري رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «لا يزال الله مقبلاً على العبد في صلاته ما

يزال الله مقبلاً على العبد في صلاته ما

مما جاء في حسن النبي صلى الله عليه وسلم

الرسول كأنك تراه

فجعلت أنظر إليه وإلى القمر، فلهو عندي أحسن من القمر أخرجه الترمذي في كتاب الأدب رقم (2812). وقال الألباني صحيح. مختصر الشمائل ص27.

ومن صفاته- صلى الله عليه وسلم- أنه أعطي قوة أكثر من الآخرين، من ذلك قوته في الحرب فعن علي رضي الله عنه- قال: (كنا إذا حمي البأس، ولقي القوم القوم، اتقينا برسول الله- صلى الله عليه وسلم-، فلا يكون أحد منا أدنى إلى القوم منه).

مستدرك الحاكم(155/2). تلك هي بعض صفات رسول الله -صلى الله عليه وسلم- الخلقية التي نقلت إلينا ممن رآه وصاحبه، نقلاً صحيحاً ثابتاً، إنها صفات طيبة، وصدق الصديق أبو بكر- رضي الله عنه- عندما قال عنه وهو يُقبِّله بعد موته- صلى الله عليه وسلم-: (طبت حياً وميتاً يا رسول الله)، فعليك أخي الزائر الكريم أن تكون قوي الصلة بصاحب تلك الصفات من خلال اتباعه، والسير على هديه، وتعميق حبه، والإكثار من الصلاة والسلام عليه.

وأحلمهم، وأعلمهم الخ هذا من جهة، ومن جهة أخرى وكما مر معنا سابقاً أن النبي- صلى الله عليه وسلم- كان يعلوه الوقار والهيبة من عظمة النور الذي كلله الله -تعالى- به، فكان الصحابة إذا جلسوا مع النبي- صلى الله عليه وسلم- كان على رؤوسهم الطير من الهيبة والإجلال، فالطير تقف على الشيء الثابت الذي لا يتحرك.

وما كان كبار الصحابة يستطيعون أن ينظروا في وجهه ويصفوه لنا لشدة الهيبة والإجلال الذي كان يملأ قلوبهم، وإنما وصفه لنا صغار الصحابة، ولهذا السبب لم يحصل ما حصل مع يوسف- عليه السلام- وعن جابر بن سمرة -رضي الله عنه- قال: (رأيت رسول الله -صلى الله عليه وسلم- في ليلة إضحيجان، أي مضيفة مقمرة) وعليه حلة حمراء

سيدنا محمد- صلى الله عليه وسلم- صفات كمال البشر جميعاً خلقاً

ويقول حسان بن ثابت -رضي الله عنه- وأرضاه:

وأفضل منك لم تلد النساء
وأجمل منك لم تر قط عيني
كأنك قد خلقت كما تشاء
خلقت مبرأً من كل عيب

مسألة:

من المعلوم أن النسوة قطعت أيديهم لما رأين يوسف -عليه السلام- إذ إنه عليه السلام أوتي شطر الحسن، فلماذا لم يحصل مثل هذا الأمر مع النبي -صلى الله عليه وسلم-؟ هل يا ترى سبب ذلك أن يوسف -عليه السلام- كان يفوق الرسول -عليه الصلاة والسلام- حُسنًا وجمالاً؟

الجواب: صحيح أن يوسف -عليه السلام- أوتي شطر الحسن، ولكنه مع ذلك ما فاق جماله جمال وحسن النبي -صلى الله عليه وسلم-. فلقد نال

لقد وُصِفَ بأنه كان مشرباً حمرة وقد صدق من نعته بذلك، ولكن إنما كان المشرب منه حمرة ما ضحا للشمس والرياح، فقد كان بياضه من ذلك قد أشرب حمرة، وما تحت الثياب فهو الأبيض الأزهر لا يشك فيه أحد ممن وصفه بأنه أبيض أزهري...

يعرف رضاه وغبضه وسروره في وجهه، وكان لا يغضب إلا لله، كان إذا رضي أو سُرَّ استنار وجهه فكان وجهه المرأة، وإذا غضب تلبون وجهه واحمرت عيناه.

ويرحم الله القائل:
ثم اصطفاه حبيباً باري النسم
فهو الذي تم معناه وصورته
فجوهر الحسن فيه غير منقسم
فتنزه عن شريك في محاسنه

وقيل في شأنه -صلى الله عليه وسلم- أيضاً
كشف الدجى بجماله
بلغ العلى بكماله
صلوا عليه وآله
حسنت جميع خصاله



وخلقاً فهو أجمل الناس، وأكرمهم، وأشجعهم على الإطلاق، وأذكاهم،

دعاء المقهور وكشف ظلم المظلوم

واحة الذاكرين

يشعر بعض الناس بالظلم والقهر، نتيجة بعض الظروف التي يمر بها، واتهامه من خلالها بأشياء لم يفعلها، نظراً لاستضعافه أو لكيد الماكرين به، الأمر الذي يشعره بالخوف والقهر، لعدم إمكانية إثبات براءته، ولضعف سلطانه، إلا أنه لا سلطان فوق سلطان ربه الذي ما إذا دعواته كشف عنا هذا الظلم، ورد لنا حقنا، وفرج همنا، فما هو الدعاء الذي ندعو به لله سبحانه وتعالى حال شعرنا بالظلم والقهر.

حسبي الله ونعم الوكيل

حينما يقول المسلم حسبنا الله ونعم الوكيل في حالات الظلم التي يتعرض لها في الحياة، ويكون معنى هذا الذكر أن الله سبحانه وتعالى هو حسب المسلم أي كافيته، ونعم الوكيل تعني نعم القائم على أمر المؤمن في جميع شؤونه من رعاية ورحمة وحفظ وإجابة دعاء وكف أذى وسوء، وجلب خير وسرور. وعندما يفوض المظلوم أمره لله تعالى يعوضه الله عن ظلمه، وجعل الله سبحانه وتعالى دعوة المظلوم المقهور مستجابة، فعندما يقول حسبي الله ونعم الوكيل في ذلك الشخص الذي ظلمني، فهذا الدعاء جعل الله حسبته وحماه ووكيله في ذلك الظلم.

دعاء المضطر

ومن أفضل صيغ الدعاء التي دعا بها النبي صلى الله عليه وسلم عندما أحس بظلمه، هو دعاء المضطر الذي قال فيه النبي: " اللهم إليك أشكو ضعف قوتي، وقلة حيلتي، وهواني على الناس، أرحم الراحمين، أنت أرحم الراحمين، إلى من تكلني، إلى عدو يتجهمني، أو إلى قريب ملكته أمري، إن لم تكن غضبان علي فلا أبالي، غير أن عافيتك أوسع لي، أعوذ بنور وجهك الذي أشرقت له الظلمات، وصلح عليه أمر الدنيا والآخرة، أن تنزل بي غضبك، أو تحل علي سخطك، لك العتبي حتى ترضى، ولا حول ولا قوة إلا بك".

ومن صيغ الدعاء أيضاً:

اللهم أنت وبي قلبي إذا ضاق، اللهم أنت حسبي إذا ظلمني ظالم ولم يراعي ثقل هذا الظلم على صدري اللهم اشرح صدري، ويسر أمري، وفرج همي، واكشف كربتي.

اللهم إني أعوذ بك من عين حاسده قاطعة للرزق ومن ناس لا تخاف من الظلم واسألك أن تبعدهم عنا. اللهم فرج همي وضيقي وكربي وارفع الظلم عني وعن كل مظلوم يا رب واجبر يا الله بالمعسر قلوبهم.

حسبي الله ونعم الوكيل فيمن أذاني اللهم بحق جاهلك وجمالك وعزتك وعظمتك التي يهتز لها الكون أسألك بعزتك التي يهتز لها العرش ومن حوله اللهم انصرتني على من ظلمني اللهم أنك لا ترضى الظلم لعبادتك اللهم أنك وعدتنا ألا ترد للمظلوم فأنت العدل والعدل قد سميت به نفسك اللهم انصرتني على من ظلمني.

يا رب انصر الحق وافر العدل وجرعهم من نفس كأس الظلم الذي جرعوننا منه اللهم اخذلهم خذلاً مبيهاً. اللهم إن الظالم مهما كان سلطانه لا يمتنع منك فسبحانك أنت مدركه أينما سلك، وقادر عليه أينما لجأ، فمعاد المظلوم بك، وتوكل المقهور عليك، اللهم إني استغيت بك بعدما خذلني كل مغيب من البشر، واستصرخك إذا قعد عني كل نصير من عبادك، وأطرق بابك بعد ما أغلقت الأبواب المرجوة، اللهم إنك تعلم ما حل بي قبل أن أشكوه إليك، فلك الحمد سميعاً بصيراً لطيفاً قديراً.

ألا أن نصر الله قريب سبحانه وتعالى وأفوض أمري إلى الله من ظن أن الباطل سينتصر على الحق فقد أساء الظن بالله اللهم أنت الناصر وأنت المعين وأنت على كل شيء قدير اللهم أهلك الظالمين بالظالمين اللهم سلط عليهم عذابك يا جبار السمات والأرض.

كنوز الأعمال

فضل صيام الأيام البيض

وَالْبَغْيَ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَأَنْ تُشْرِكُوا بِاللَّهِ مَا لَمْ يُنزلْ بِهِ سُلْطَانًا وَأَنْ تَقُولُوا عَلَى اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ (الأعراف/33).

ومن القول عليه بغير علم ما جاء في السؤال من قول بعضهم ببديعية صيام ثلاثة أيام من شهر شعبان على الوجه المذكور في السؤال.

وعن أبي ذر قال: قال لي رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إذا صمت شيئاً من الشهر فصم ثلاث عشرة وأربع عشرة وخمس عشرة " .

وقد ورد أحكام صيام هذه الأيام أنه هذه يجوز أن تصام متواليه أو متفرقة، ويجوز أن تكون من أول الشهر، أو من وسطه، أو من آخره، والأمر واسع والله الحمد، حيث لم يعين رسول الله صلى الله عليه وسلم، وقد سئلت عائشة - رضي الله عنها - : أكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يصوم من كل شهر شيئاً من الشهر فصم ثلاث عشرة وأربع عشرة وخمس عشرة .

وقد جاء عن أبي ذر قال: قال لي رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إذا صمت شيئاً من الشهر فصم ثلاث عشرة وأربع عشرة وخمس عشرة " .

من الأعمال المستحبة في كل شهر صيام ثلاثة أيام من كل شهر عربي، والأفضل أن تكون أيام البيض وهي الثالث عشر والرابع عشر والخامس عشر.

وقد جاء في فضل صيام هذه الأيام أحاديث كثيرة منها ما جاء عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: أوصاني خليلي بثلاث لا أدعهن حتى أموت صوم ثلاثة أيام من كل شهر وصلاة الضحى ونوم على وتر. وعن عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما قال لي رسول الله صلى الله عليه وسلم: " وإن بحسبك أن تصوم كل شهر ثلاثة أيام؛ فإن لك بكل حسنة عشر أمثالها فإن ذلك صيام الدهر كله " .

وقد جاء عن أبي ذر قال: قال لي رسول الله صلى الله عليه وسلم: " إذا صمت شيئاً من الشهر فصم ثلاث عشرة وأربع عشرة وخمس عشرة " .

حرم الله تعالى القول عليه بغير علم، وقرن ذلك بالشرك وكيئات الذنوب، فقال تعالى: (قُلْ إِنَّمَا حَرَّمَ رَبِّي الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَّنَ وَإِنتَم

ظالمعوا جريدة

AKHBARELYOUM
أخبار اليوم

على الموقع

الإلكتروني

www.akhbarelyoum.dz



مؤهلة رغم صعوبة الحصول عليها وعديد الأفران المصنفة على رفوف المخابز. وتباع القطعة الواحدة من خبز السميد المخمر أو ما يسمى بالمطووع أو الخميرة بـ 80 دج فيما يباع خبز الرقاق أو الرخساس أو الرخسيس بـ 80 دج أيضا غير أن الحرشاية التي ينصح باستهلاكها المصابون بداء السكري أو أمراض الكبد فيفضل سعر الوحدة منها 100 دج. وتشهد مختلف أنواع الخبز التقليدي اقبالا كبيرا بالنظر إلى نكهته وجودته ومنافعه الصحية بعيدا عن كل المحسنات المستعملة في الوقت الحالي في الخبز العادي. وحول استخدام السميد المدعم في إنتاج الخبز التقليدي يؤكد غالبية من حاورتهم وكالة الأنباء الجزائرية في هذا الصدد أنهم يقتنون على حسابهم الخاص بأسعاره المعمول بها بالنسبة لكافة المستهلكين غير أن المشكلة تكمن في دقيق الشعير الذي يباع بأسعار مرتفعة يضاف إلى ذلك صعوبة غربلته والحصول على دقيقه الأحرش الذي تصنع منه الحرشاية الأكثر طلبا من قبل الزبائن.

وتقتصر مهمتها على قرض الخبز أو جعله في شكل دائري والسهر على أن ينضج الخبز دون أن يحترق وهو ما يطرح سؤالا آخر لم تتم الإجابة عليه سوى بالابتسام وهو في حال احتراق المطووع أو الكسرة فمن يدفع الثمن.

لا يفشي سرا أحمد وهو صاحب مخبزة بإحدى الشوارع الكبرى للمدينة الجديدة على منجلي بالقول إن الحصول على اليد العاملة المؤهلة في صناعة الخبز التقليدي يصبح يوما بعد يوم صعبا، نظرا لعديد الأسباب أهمها صعوبة عجن الخبز التقليدي "وقرصة أي جعله في شكل دائري" خاصة ذلك المنتج من دقيق الشعير والرقاق من ناحية وصعوبة هذه المهنة خاصة خلال فصل الصيف الذي يشهد ارتفاعا كبيرا في درجة الحرارة من ناحية أخرى.

ما يلاحظه المتتبع لحركية إنتاج الخبز بصفة عامة والتقليدي منه بصفة خاصة ذلك الانتشار الواسع للعمليات في المخابز كمنتجات لأنواع الكسرة على مستوى محلات الخبازة وهو ما لا يتطلب سوى يد عاملة

سواعد لا تهزمها حرارة الصيف نسوة يسترزقن من صناعة المخبوزات التقليدية

يشكو الكل من موجة الحر التي شهدتها هذه الصائفة وجعلت الكثير من الناس يفرون إلى شواطئ البحر والحدائق لاستراقة بعض النسومات، إلا أن هناك سواعد لا تكمل ولا تمل وتواصل جهودها حتى في فصل الصيف فهي لا تعرف للراحة معنى.. هن نسوة اخترن الاستزاق من حرف منزلية تتمثل في صناعة مختلف أنواع المخبوزات كالكسرة والمطووع والرششة والديول وغيرها، ودفعتهن الظروف القاسية إلى "معايشة" الأفران في عز الصيف، فيتضاعف تبهن ويتصبن عرقا لاجل كسب لقمة عيش حلال.

الزبائن لاسيما اصحاب الاعراس الذين يضعون طلبياتهم بكميات مضاعفة لتحضير البوراك في العرس، كما انها تروج المادة عبر المحلات بسبب طلبها من الزبائن ايضا، وعن ظروف تحضير الديول في الصيف قالت إن الحرارة الشديدة تزيد من تعبه لاسيما وأن صناعة الديول تتطلب الاقتراب من الفرن واستعمال المري النحاسي الخاص بتحضيرها، مما يزيد من حرارة المكان ويجعلها تصيب عرقا الا انها مجبرة على مواصلة الحرفة حسب ما تحكمه الظروف وجلب لقمة العيش الحلال.

وأخريات يقتنمن المخابز... تهتم النسوة العاملات لصالح المخابز في إنتاج أنواع الخبز المحلي على غرار المطووع أو الخميرة كما تسمى في عاصمة الشرق أو الرخساس أو خبز السميد الرقيق أو خبز الشعير كما يصطلح عليه وطنيا بالحرشاية أو الرعدة غير أبهات بدرجة الحرارة الخانقة التي تنطلق من أفران الخبز.

وتقول خيرة، وهي عاملة في فرن الخبز منتجة للكسرة والخميرة منذ عدة سنوات، انها اعتادت على الحرارة المرتفعة جدا مقارنة مع تلك المسجلة في الظل خارج الفرن، وأصبحت غير مهتمة بالنسبة لها الشكوى من هذا الوضع بل وحتى التفكير فيه بحيث اعتادت عليه وهي تجاهد لاجل كسب لقمة العيش.

في الوقت الذي ينصب فيه تفكير غالبية الناس على التخييم والذهاب إلى الشواطئ أو التزهة وقضاء العطلة في الجبال، تجذب الانتباه نسوة احترفن صناعة الكسرة والمطووع والديول لتوزيعها على المحلات والاستزاق من مداخلها، وكذلك هو حال النسوة بولاية الجسر المعلقة بحيث يبذلن في صناعة الكسرة بكل أنواعها الشهية، لترويجهن عبر المخابز المنتشرة خصوصا في شوارع المدينة الجديدة على منجلي بمدينة قسنطينة.

اختارت العديد من النسوة في مختلف ولايات الوطن العمل من المنزل في حرف متنوعة ولعل صناعة المخبوزات التقليدية تخطف اهتمام العديد منهن بالنظر إلى الطلب الكبير عليها، وتدر عليهن مداخيل مقبولة، فمن من رقائق الرششة إلى فطائر المسمن والكسرة والمطووع والمحاجب وغيرها، ورغم انها تتطلب مجهودا يتضاعف في ظل حرارة مرتفعة الا انهن بصمن على معايشة الأفران في ظل ظروفهن وحاجتهن الماسة إلى مداخيل لتدعيم أسرهن ماديا.

تقول السيدة مروة التي تحترف صناعة الديول انها تواصل حرفتها في كامل شهر السنة والمادة ليست مطلوبة فقط في رمضان، بل اوراق الديول تستعمل في صناعة البوراك وفي مختلف الكيفيات الاخرى المألحة والحلوة ايضا، ولذلك يتواصل الطلب عليها مما يجبرها على تلبية طلب

خمس فوائد مذهلة للثوم لن تتوقعها

تجاهل رائحته..

فقدان الوزن
يساعد المظهر الغني بالمغذيات للثوم في تعزيز عملية التمثيل الغذائي، والتي يمكن أن تساعد في إنقاص الوزن. عند تناول الثوم على معدة فارغة، فإنه يعزز الشعور بالامتلاء ويقلل الشعور بالجوع. يمكن اعتبار الثوم مثبث شهية فعال وآمن يمنع من الإفراط في تناول الطعام.

تحسين مستويات الكوليسترول
إن الثوم غني بالأليسين، وهو مركب نشط معروف بخفض مستويات الكوليسترول الضار في الجسم. يمكن أن يساعد الاستهلاك المنتظم للثوم في تقليل مستويات الكوليسترول السيئ وتعزيز صحة القلب.

ومضادات الأكسدة في قطعة واحدة. عند تناول الثوم النيء أو المطبوخ، فإن الجسم يفوز ببعض العناصر الغذائية الأساسية مثل الفيتامينات والمعادن والمنغنيز والزنك والكبريت والحديد والبوتاسيوم والكالسيوم والسيلينيوم وغيرها من العناصر التي تعزز صحة الجسم.

تعزيز الطاقة
تؤيد العديد من الدراسات أنه عندما يستيقظ الشخص متعبا أو عندما تتخفف الطاقة، فإن تناول الثوم يمكن أن يعزز على الفور مستويات الطاقة ويجعل الشخص أكثر إنتاجية. إن الثوم مصدر غني للمواد الكيميائية النباتية المعروفة بقدرتها على درء الأمراض وتقوية جهاز المناعة.

الدوية. تقوم خلايا الدم الحمراء بتحويل الكبريت الموجود في الثوم إلى غاز كبريتيد الهيدروجين، الذي يؤدي إلى توسيع الأوعية الدموية، مما يسهل تنظيم ضغط الدم.

خصائص طبية
إن الثوم هو عشب كثيف المغذيات يوفر عدداً مذهلاً من العناصر الغذائية

مستويات الكوليسترول وتفيد صحة القلب وتعزيز المناعة وترخي الأوعية الدموية في الجسم وتساعد على إنقاص الوزن، كما يلي:

صحة القلب
وفقاً لموقع كليفلاند كلينك، فإن تناول الثوم له آثار إيجابية على الشرايين والأوعية

يستخدم الثوم على نطاق واسع لتعزيز نكهة الأطباق وعلاج العديد من الأمراض. ويعد الثوم قوة غذائية غنية بالعناصر الغذائية الأساسية مثل فيتامين B6 والمنغنيز وفيتامين C والسيلينيوم والألياف وغيرها. تعمل فصوص الثوم الصغيرة على تحسين

كيف تقللين من بهتان بشرتك؟



الميلانين، فإنها تعتبر عموماً أكثر أماناً وأخف من منتجات تفتيح البشرة. ومع ذلك، قد لا يزال بعض الأشخاص يعانون من الحساسية أو ردود الفعل التحسسية تجاه مكونات تفتيح معينة، لذلك عليك توخي الحذر عند خلط الكثير من العوامل. لضمان سلامة البشر، يجب إقران هذه المنتجات بواقي من الشمس.

كيفية تفتيح بشرتك
- ضعي روتيناً يومياً للعناية بالبشرة: عليك أن تبدئي بالأساسيات، والخطوة الأولى هي تطوير روتين يومي صحي للعناية بالبشرة. من الضروري اتباع نظام متسق للعناية بالبشرة يتضمن التطهير والأمصال التي تركز على الحفاظ على بشرتك وترطيبها ووضع واقي من الشمس دون فشل كل يوم. يمكن أن يساعد ترطيب البشرة بانتظام في الحفاظ على مظهرها صحياً ورطباً وحيوياً. - استخدم مكوّنات مثل فيتامين سي:

جمال وأنوثة

مع وجود العديد من المصطلحات في عالم العناية بالبشرة، من السهل الخلط بين أحدهما والآخر. ومع إطلاق منتجات جديدة واعدة يومياً لمساعدتك على تحقيق أهداف مختلفة، فإن تتبع ما تفعله منتجاتك والنتائج التي يمكنك توقعها يضيف طبقة أخرى من التعقيد.

"تفتيح البشرة"، هو مصطلح ربما تكوني قد لاحظته على الفيتامين سي المفضل لديك أو منتج التفتيح. على الرغم من أن الكلمتين متشابهتين، إلا أن تفتيح البشرة ليس تفتيحاً للبشرة. يشير التفتيح إلى مجموعة من التأثيرات لمنع بشرتك توهجا. التفتيح ليس له علاقة بالتصنيع وأكثر من ذلك بالحيوية، بينما يشير التفتيح إلى تقليل تلون الجلد وتصبغه.

قبل ذلك، تقوم بتفتيح ماهية تفتيح البشرة وكيف يمكنك الحصول على بشرة أكثر إشراقاً.

ما هو تفتيح البشرة؟
يشير تفتيح البشرة إلى تقليل بهتان البشرة وجعلها أكثر إشراقاً. وقد يشير تفتيح البشرة إلى عملية تعزيز إشراق البشرة ووضوحها دون تغيير لونها الطبيعي. تهدف منتجات التفتيح إلى تحسين نسيج البشرة ولونها من خلال تقشير خلايا الجلد الميتة، وتعزيز تجديد الخلايا، وزيادة الترطيب. يمكن أن تساعد هذه المنتجات في تقليل ظهور البهتان والخطوط الدقيقة وندبات حب الشباب، وتعزيز تغلغل وفعالية منتجات العناية بالبشرة الأخرى. نظراً لأن عوامل التفتيح لا تؤثر على إنتاج

تدابير منزلية

أخطاء تجنبها أثناء استخدام المكواة

عدم استخدام البخاخ
عليك رش المياه على الملابس قبل الكي حتى لا تتعرض الملابس للحرق، كما يعمل الماء على التخلص من تجمع الملابس بكل سهولة، ويمكنك إضافة لمعلقتين بيكرين من الخل إلى الماء لتسهيل إزالة التجاعيد من الملابس.

عدم تنظيف المكواة
قد يؤدي ذلك إلى تراكم الألياف المحترقة وتحويلها إلى بقع سوداء تلطخ الملابس، لذا من المهم تنظيف قاعدة المكواة بعد كل استخدام، عن طريق تطبيق بيكرينونات الصوديوم على قطعة قماش ومسح وتنظيف المكواة بها.

ضبط المكواة على درجة عالية
عليك تفادي ذلك الخطأ الشائع منعا لحرق الملابس، فلا بد من ضبط درجة حرارة المكواة وفقاً لنوع القماش، فابدئي بالملابس القطنية والحريير والكتان، ويفضل ترك الأقمشة الثقيلة في النهاية، والتي تتحمل درجات الحرارة العالية، مع مراعاة احتياج المكواة لعدة دقائق كي تبرد قبل كي الملابس الأخرى.

قد يكون كي الملابس بالطريقة الصحيحة من الأمور التي يغفل عنها الكثيرون، فإذا أردت الحفاظ على رونق ملابسك وعدم إحداث ضرر بها بعد الكي، عليك مراعاة أنواع الأقمشة المختلفة وضبط إعدادات درجة الحرارة الخاصة بها قبل الكي، كما أن تجنب أخطاء الكي الأكثر شيوعاً سيضمن لك ظهور ملابسك بمظهر رائع، إليك أخطاء لن تتوقعها يجب تجنبها أثناء استخدام المكواة.

ترك الملابس تجف أكثر من اللازم
يصعب جداً كي الملابس عندما تكون جافة تماماً، فالملابس شديدة الجفاف تقاوم إعادة التشكيل أثناء الكي، لذا ينصح بكي الملابس وهي لا تزال رطبة قليلاً لتسهيل المهمة.

الإفراط في ملء المجفف
قد يبدو لك أن حشو أكبر قدر من الملابس في المجفف سيوفر الوقت، ولكنه على الأرجح لن يؤدي سوى لإطالة الوقت الذي تقضيه في كي ملابسك، فإذا وضعت الكثير من الملابس في المجفف ستظهر تجاعيد كبيرة، مما يجعل عملية الكي أكثر صعوبة، لذا يمكنك ترك المجفف الألي نصف ممتلئ فقط للسماح بحرية تحرك الملابس بالداخل.

الصعود الصيني.. عالم متعدد الأقطاب



بقلم: عمرو حمزاوي

في أقاليم بعينها) الاختيار بين التوجه نحو واشنطن وبين الذهاب إلى بكين من أجل تطوير علاقات تحالف تشمل العناصر الاقتصادية والتجارية والعسكرية والتكنولوجية ومعها التعاون الدبلوماسي وضمانات الأمن الثنائية (أي المقدمة من أي من القوتين العظميين إلى دولة بعينها) ومتعددة الأطراف "أي المقدمة من واشنطن أو بكين إلى مجموعات من الدول أو إلى تجمعات إقليمية تضم في عضويتها أكثر من دولة". وبينما تبدو أوروبا وكندا واليابان وكوريا الجنوبية في خانة التحالف الشامل مع الولايات المتحدة وتلتزم روسيا بالشراكة الاستراتيجية الكاملة مع الصين، تدرك واشنطن أن القوى الكبرى الأخرى كالهند والبرازيل والقوى الوسيطة التي صارت تنظم في تجمعات إقليمية عديدة (كآسيان وبريكس وشنغهاي وتحالف كواد ومجلس التعاون الخليجي وغيرها) وأبرزها اليوم ماليزيا واندونيسيا وجنوب إفريقيا والمكسيك وبعض دول الشرق الأوسط، تفتش عن سبل للمزج بين التعاون مع القوتين العظميين. غير أن الولايات المتحدة، ولأنها تتأرجح اليوم بين تفضيل سياسات وتكتيكات صراعية تجاه الصين وبين اعتماد خليط من سياسات التعاون مع الإبقاء على التفوق الأمريكي (عسكريا وتكنولوجيا) ومن تكتيكات احتواء الصين (اقتصاديا وتجاريا ودبلوماسيا وأمنيا) مع الابتعاد عن التصعيد الشامل، لم تحسم أمرها بعد فيما يخص كيفية وحدود تخييرها لسقوط الكبرى والوسيطية ومدى استعدادها للنتائج المتوقعة. وفي تأرجحها، تتجاهل واشنطن أن بلدان العالم الواقعة بينها وبين بكين لا تقع فقط في محل المفعول به وأنها قد تمتلك من مصادر القوة والأدوات التفاوضية ما قد يمكنها من فرض إرادتها على القوتين العظميين في بعض القضايا والأحيان.

والسياسية خلال السنوات الماضية على نحو دفع الصين إلى المزيد من الاشتباك. تيقنت قيادة الحزب الشيوعي من أن المصالح الصينية المتمثلة في إمدادات الطاقة والعلاقات التجارية قد تتعرض للتهديد المباشر إن انهار استقرار المنطقة وواصلت صراعاتها الانفجار على نحو مدمر. قررت قيادة الصين الشروع في توظيف قوتها ونفوذها لحماية الاستقرار إن في الخليج وإيران حيث تأتي نصف إمدادات الطاقة الصينية أو في الشرق الأدنى ووادي النيل حيث استثمارات البنية التحتية والاستثمارات التكنولوجية الكثيرة والأسواق الكبيرة للمنتجات الصينية في الشرق الأوسط أو في شمال إفريقيا الذي تربطه الصين عضويا باستراتيجيتها وسياساتها تجاه القارة السمراء.

وللنشاط الصيني في الشرق الأوسط العديد من الدلائل. خلال السنوات الماضية، نجحت الشركات الصينية في الحصول على عقود جديدة للتقريب عن النفط واستخراجه وتكريره وخلال السنوات الماضية أيضا، أطلقت الصين عدة مبادرات كبرى لحماية مصالحها في المنطقة. فدمجت الصين العدد الأكبر من بلدان الشرق الأوسط في مبادرة طريق الحرير ومبادرة الحزام والطريق، وجميعها مبادرات للاستثمار في البنية التحتية والتكنولوجية لبلدان تربطها بالصين علاقات اقتصادية وتجارية واسعة. ووقعت الصين اتفاقات شراكة استراتيجية وتجارة حرة مع عدد من بلدان المنطقة، من بينها مصر. ونشطت كذلك في مجال تصدير السلاح وعلاقات التعاون العسكري مع إيران والسعودية والإمارات في الخليج ومع مصر والسودان في وادي النيل ومع شمال إفريقيا. في المجمل، صارت الصين منافسا عالميا للولايات المتحدة الأمريكية ومعسكرها

الصراع والتدرج في الوصول إلى أهدافها الاستراتيجية وهي ضمان إمدادات الطاقة وفتح الأسواق أمام صادراتها وتطوير علاقاتها الاقتصادية والتجارية. في الشرق الأوسط ومنذ تسعينيات القرن العشرين، إذا، لم ترد الصين منافسة الولايات المتحدة وحلفائها من الأوروبيين وإن عارضت بعض سياساتهم في المنطقة خاصة التدخلات العسكرية المتكررة. غير أن المعارضة الصينية لم تسفر عن صراع مع الغرب، بل حاولت بكين النأي بنفسها عن شبكات أصدقاء وأعداء الولايات المتحدة وأوروبا في الشرق الأوسط والاحتفاظ بعلاقات اقتصادية وتجارية جيدة مع الجميع. وفيما خص مكان ومكانة الصين عالميا، ترجمت قيادة الحزب الشيوعي الحاكم الأمر إلى مجموعة من الأهداف الكبرى إلى الاقتصاد الأكبر، ومشاركة الولايات المتحدة والغرب وروسيا قيادة العالم على أساس مبادئ السلام ونبذ العنف وعدم التدخل في شؤون الغير وحرية التجارة، وتقديم نموذج للتنمية الاقتصادية والاجتماعية والسياسية مغاير للنموذج الغربي الذي يرى الصينيون علامات فشله وانتهياره، وإعادة جزيرتي هونغ كونغ وتايوان إلى الوطن الأم لكي تتم التصفية الشاملة للإرث الاستعماري الغربي. لم يتعجل الصينيون الوصول إلى هذه الأهداف، بل حكمت خطواتهم استراتيجية اليد الهادئة وسياسة تقليل مناسيب الصراع عالميا وإقليميا والثقفة في حقائق الاقتصاد والتجارة ستفرض نفسها على السياسة.

الصين منافس عالمي للولايات المتحدة الأمريكية

هذه هي منذ تسعينيات القرن العشرين مرتكزات السياسة الصينية عالميا وملاحمها في الشرق الأوسط الذي تصاعدت تحولاته الاستراتيجية

يعود الحضور المؤثر للصين على المسرح العالمي إلى تسعينيات القرن العشرين. آنذاك رتب النمو السريع للاقتصاد الصيني ارتفاع احتياجات العملاق الآسيوي من الطاقة وتحواله إلى مستورد للبترول وللغاز الطبيعي. بحثت الصين عن أسواق مستقرة لاستيراد الطاقة، وجاءت في هذا السياق إلى منطقتنا كقوة بازغة.

في تسعينيات القرن العشرين أيضا، كانت الصين تتحول إلى مصنع العالم الأكبر ومصدره الأول وتريد فتح الأسواق أمام منتجاتها وتطوير علاقاتها التجارية عالميا. أدركت قيادة الحزب الشيوعي أهمية الربط بين الاقتصاد والتصدير والتجارة وبين العلاقات الدبلوماسية والسياسية، وصارت تناقش تدريجيا (كما تثبت المؤتمرات السنوية للحزب الشيوعي الحاكم) مسألة مكان ومكانة الصين في النظام العالمي.

على عكس روسيا الاتحادية التي مثلت التسعينيات لقيادتها السياسية سنوات الانهيار والتبعية للولايات المتحدة الأمريكية والمعسكر الغربي (سنوات رئاسة بورييس يلتسين) كانت تسعينيات الصين هي بدايات صعودها إلى المسرح العالمي. على عكس روسيا الاتحادية أيضا التي ورثت عن الاتحاد السوفيتي السابق نظرتهم الصراعية إلى العلاقات الدولية وربطت بين سعيها لاستعادة دورها العالمي مع سيطرة فلاديمير بوتين على مقاليد الحكم (1999 وإلى اليوم) وبين منازعة الهيمنة الأمريكية، لم تتبن قيادة الحزب الشيوعي الصيني نظرة صراعية للعالم وفضلت سياسة التعاون مع الجميع والابتعاد عن مناطق

الصراع مع الاحتلال أعمق مما يظن البعض



بقلم: محمد عايش

الإسرائيلي في العالم الغربي كانت في العام ألفين مع بدء انتفاضة الأقصى، تروج أن الطفل محمد الدرة ليس سوى طفل إسرائيلي، وأن مسلحين فلسطينيين هم الذين يقومون بإمطاره بالرصاص، وهي الرواية التي سرعان ما انحضت وانكشف زيفها، لكنها تظل مثالا على عملية قلب الحقائق وتسويق روايات فاسدة لما يجري على الأرض.

والخلاصة المهمة في هذا السياق أنه كلما أقيم مهرجان أو احتفال أو بازار أو ندوة أو مؤتمر من أجل التعريف بفلسطين، وما يجري فيها، كلما كان ذلك يصب في مصلحة تسويق الرواية الفلسطينية، ودحض الرواية الإسرائيلية. ومن يعيش في أوروبا يُدرك كيف أن الكثير من التراث الفلسطيني تتم سرقة ونسبه للإسرائيليين.

الثقافية والفكرية والأعمدة التي تحافظ على الرواية الفلسطينية وتقوم بتسويقها وتثبيتها. هذا الصراع العميق مع الاحتلال هو الذي يدفع الشعب الفلسطيني للعمل ليل نهار من أجل إثبات وجوده وتمسك بهويته وأصوله وتراثه وطعامه وروايته وتاريخه، وهذا النوع من النضال الذي يمارسه الفلسطينيون يمتد إلى مختلف أنحاء العالم ولا يتوقف عند الأراضي الفلسطينية، ومن هنا نفهم أهمية إقامة المهرجانات والمعارض والفعاليات الاحتفالية التي تنظمها الجاليات الفلسطينية في بريطانيا وأوروبا والولايات المتحدة، إذ أنها من المنصات المهمة جداً في التعريف بالقضية ونشر الرواية الفلسطينية والتراث والتاريخ والسردية التي يحاول الاحتلال طمسها وإخفاها.

يكفي التذكير بأن بعض أذرع الاحتلال

معلومات خاطئة عما يجري في فلسطين. ما يحدث في فلسطين، هو أننا أمام صراع استثنائي ووحيد في العالم، حيث يريد المحتل أن يطمس تماماً معالم الأرض وثقافة السكان وتراثهم وهويتهم. الصراع بين الفلسطينيين والاحتلال يبدأ عند الأرض التي يلتهمها المستوطنون وجيشهم قطعة تلو الأخرى، لكنه لا يتوقف هناك، بل يمتد إلى صراع على الهوية والتراث والتاريخ ورواية الأحداث، وصولاً إلى صراع على الفلافل وما إذا كان أكلة فلسطينية أم إسرائيلية، وهذا يعني أنه صراع أعمق بكثير مما يحلو للبعض أن يتخيل.

ومن يستطيع أن يفهم هذه الحقائق يستطيع أن يفهم كيف ولماذا اغتالت إسرائيل شيرين أبو عاقلة، واغتالت قبلها غسان كنفاني، وغيرهم الكثير من الرموز

السكان، هذا الاحتلال هو الوحيد من نوعه في العالم حالياً، إذ لا يوجد له أي مثيل، كما لا يوجد أصلاً أية دولة أو بقعة جغرافية في العالم مقسمة بجدار يفصل بين سكانها على أساس عنصري، كما هو الحال في الأراضي الفلسطينية.

ما يحدث في فلسطين، هو أننا أمام صراع استثنائي ووحيد في العالم، حيث يريد المحتل أن يطمس تماماً معالم الأرض وثقافة السكان وتراثهم وهويتهم، ويريد أن يخلق واقعاً جديداً على هذه الأرض، وشعباً جديداً فوق هذه الرقعة الجغرافية، ولذلك فإن الصراع بين الفلسطينيين والاحتلال أعمق بكثير من أي صراع آخر في العالم، وأعمق بكثير مما يظن البعض، كما أنه يختلف تماماً عما يصوره المطبوعون العرب الذين يسوقون عن علم أو عن جهل

لبنان النموذج المعذب



بقلم: حمادة فراعة

لبنان اليوم بلد بدون رئيس منتخب وحكومة مؤقتة بلا صلاحيات، بعد فشل نظام التوازن الطائفي القائم على نتائج الاقتراع، وهيمنة طائفة مسلحة تمكنت من السيطرة التي تكاد تكون منفردة في إدارة النظام الفاشل، يشاركها في ذلك ضعف الآخرين وتراجع دورهم.

لبنان المعذب يحتاج لانتفاضة، لثورة شعبية عابرة للطوائف على قاعدة المواطنة الواحدة لكل مواطني لبنان من أجل العدالة والمساواة والتكافؤ بعيداً عن المحاصصة والامتيازات الطائفية المنفردة، فتمتد يَفْلح وينجح وينتصر. 99.

يوم 21 ماي 2008، في العاصمة القطرية، منهيًا الأزمة السياسية واعتصام المعارضة في ساحة رياض الصلح منذ 1 ديسمبر 2006.

في 17 أكتوبر 2019، اندلعت الاحتجاجات الشعبية حتى العام 2021، بسبب الضرائب على البنزين والتبغ والمكالمات على الإنترنت، وتوسعت لتصبح احتجاجات طبقية من قبل الشرائح الدنيا ضد الشرائح العليا والطبقة السياسية الاقتصادية الحاكمة المتنفذة.

وتفاقت الأزمة في لبنان الذي حولته إلى بلد فاشل، على أثر انفجار المرفأ يوم 4 آب أغسطس عام 2020، وهبوط حاد في سعر الليرة التي لم يعد لها قيمة.

بلد الثقافة والحرية، بلد فيه ديمقراطية متقدمة، متفوقة، وفي ظل نظام يقوم على التفاهم بين الطوائف، رئاسة الجمهورية للمسيحيين، والحكومة للسنة، ورئاسة البرلمان للشيعية.

انفجار الحرب الأهلية في منتصف السبعينات دمر كل ما يتمتع به لبنان، والحرب أنتجت وثيقة الوفاق الوطني بين الأطراف المتصارعة بواسطة سورية سعودية، ووقعت يوم 3 سبتمبر 1989، في مدينة الطائف السعودية، وأقره البرلمان يوم 5 نوفمبر 1989، منهيًا الحرب الأهلية.

اتفاق الدوحة توصلت له الأحزاب السياسية

يكون رئيس لبنان الرئيس العربي الوحيد الذي كان يتعرض للتغيير حينما تنتهي ولايته بعد ست سنوات، وانتخابات البرلمان، قد يكون البرلمان اللبناني الوحيد الذي يتم انتخابه في العالم العربي آنذاك.

لبنان كان بلد التعددية: مسلم، مسيحي، درزي، يهودي، 17 طائفة، بينما التعددية في بلدان العالم العربي ممنوعة، أو مُغيبية لدى البلدان التي تضم العرب والكردي، العرب والامازيغ، مسلمين ومسيحيين، سنة وشيعية، كانت التعددية محرمة في الثقافة والوعي والإعلام العربي.

كان لبنان بلد الحضارة والتقدم والعصرية،

كلنا كمواطنين عرب، وسياسيين، وصحفيين، نتذكر أو نسمع أو نقرأ عن لبنان النموذج، نموذج للطموحات العربية في الخمسينات والستينات حتى نهاية السبعينات: نموذج لحرية الأحزاب، لم يكن للأحزاب دور أو قيمة، ومطاردة غير مرخصة للعمل العلنية في أغلبية البلدان العربية. والانتخابات بشكلها الرئاسي والبرلماني، وقد

تسريبات تتحدث عن حصوله على نحو 400 مليون دولار

هذه تفاصيل عقد نيمار مع الهلال السعودي

انضم البرازيلي نيمار دا سيلفا، رسمياً، إلى نادي الهلال السعودي قادماً من باريس سان جيرمان، لكن بقي السؤال المطروح حول تفاصيل عقده مع النادي السعودي. وكشف فابريزيو رومانو، خبير سوق الانتقالات في أوروبا، عن تفاصيل عقد نيمار مع الهلال.



وأعتبر الساحر البرازيلي، أن دوري روشن السعودي، هو المنافسة الأمثل لاختبار نفسه، خاصة مع تواجد العديد من النجوم العالميين في هذه المسابقة، التي تطورت بشكل ملحوظ.

وأشاد نيمار جونيو، بنادي الهلال وجماهيره، قائلاً: "إنه الأفضل في آسيا، وهذا يعطيني شعوراً بأنني في المكان المناسب، وفي الوقت المناسب". وشدد نيمار، على أنه يحب الفوز وتسجيل الأهداف، ويخطط لمواصلة هذا الأمر، مع الفريق الأول لكرة القدم بنادي الهلال، خلال الفترة القادمة.

رسالة من الهياجي لوداع نيمار

غادر النجم البرازيلي نيمار نادي باريس سان جيرمان لينضم للهلال السعودي، عقب حالة من الجدل أثرت حول مسيرته غير المستقرة في "حديقة الأمراء" مع الفريق الباريسي.

ويعد تأكد رحيل نيمار عن صفوفه من أجل رحلته الجديدة خارج قارة "السيدة العجوز"، وجه باريس رسالة شكر للنجم البرازيلي على المدة التي قضاها بالنادي. وقال باريس في تغريدة عبر حسابه الرسمي على "تويتر": "نيمار يترك باريس للهلال السعودي بعد ستة مواسم في العاصمة".

مضيفاً: "البرازيلي الدولي ترك بصماته في تاريخ النادي، شكراً لك من باريس سان جيرمان، ستظل أسطورة لنا".

وكان نادي باريس سان جيرمان استبعد نيمار عن تشكيلته التي لعبت المباراة الافتتاحية في الدوري الفرنسي ضد لوريان على ملعب "بارك دي برانس"، السبت الماضي، والتي انتهت بالتعادل السلبي.

رونالدينيو يوجه رسالة لنيمار

وجه نجم منتخب البرازيل السابق، رونالدينيو، رسالة لمواطنه نيمار دا سيلفا، بعد انضمامه إلى الهلال السعودي، خلال الانتقالات الصيفية الحالية، قادماً من نادي باريس سان جيرمان الفرنسي. وهنأ رونالدينيو نيمار، على إتمام صفقة

تمت المفاوضات أخيراً مع نادي الهلال بعد محادثات تعثرت فيها أكثر من مرة حتى تمت في نهاية المطاف.

وكتب رومانو عبر حسابه على "تويتر": "العقد ساري المفعول حتى جوان 2025، ولا يوجد خيار للتمديد".

وأضاف: "سيكون نيمار لاعباً حراً في غضون عامين وقادراً على تقرير ما إذا كان يريد التمديد أو العودة إلى برشلونة أو خوض تجربة جديدة".

وتابع: "سيحصل نيمار على ما يقرب من 400 مليون دولار في الموسم، تشمل الراتب والمكافآت".

وختم: "يحلّم نيمار باللعب مرة أخرى لبرشلونة، ولكن ليس تحت قيادة تشافي".

ويعد نادي الهلال الفريق الثالث في رحلة نيمار الاحترافية خارج بلاده، بعد برشلونة الذي حمل قميصه بين 2013 و2017، وباريس سان جيرمان الذي دافع عن ألوانه بين 2017 و2023.

وأصبح نيمار خامس صفقات الهلال الأجنبية في فترة الميركاتو الصيفي الحالي 2023. بعد التعاقد مع الصربي سيرغي ميلنكوفيتش-سافيتش، والسنگالي خاليدو كوليبالي، والبرتغالي روبن نيفيز، والبرازيلي الآخر مالكوم.

يذكر أن النجم البرازيلي شارك في 173 مباراة خلال مسيرته بقميص باريس سان جيرمان بكافة المسابقات، وسجل فيها 118 هدفاً، إضافة إلى 77 تمريرة حاسمة. وكان نيمار دا سيلفا البالغ 31 عاماً انضم إلى صفوف نادي باريس سان جيرمان في صيف 2017 قادماً من برشلونة في صفقة قياسية بلغت 222 مليون يورو.

نيمار يكشف سر "قراره المفاجئ"

كشفت النجم البرازيلي نيمار دا سيلفا جونيو، عن سر قراره الانتقال إلى نادي الهلال، خلال سوق الانتقالات الصيفي الحالي.

وقال نيمار في تصريحات نقلها المركز الإعلامي لنادي الهلال: "سكوني لاعباً عالمياً، أردت دائماً اختبار نفسي في تحديات ومناقشات جديدة".

الباورلقتينغ (بطولة العالم 2023):

الجزائر ممثلة بسبعة رياضيين في موعد دبي

وحرصاً من اللجنة المنظمة للبطولة العالمية، فإن مهمة الجميع لن تكون باليسيرة على الإطلاق لأن الأمر يتعلق هنا ببطولة عالمية مؤهلة إلى أكبر محفل دولي وهو الألعاب الشبه الأولمبية المقبلة (باريس 2024).

وأضاف ذات المتحدث: "اعتقد أن التنافس في موعد الإمارات العربية المتحدة سيكون شديداً وقوي للغاية، لأنه بكل بساطة مؤهل للأولمبياد (...) لقد اعدنا العدة جيداً لهذه المنافسة تحت إشراف الطاقم الفني ونأمل أن تكفل كل الجهود التي بذلناها بالنتائج المرجوة والمتمثلة أساساً في بلوغ العرس الأولمبي بباريس الذي يبقى الهدف الأول والأخير الذي يتمنى كل رياضي أن يكون حاضراً فيه ولو مرة واحدة في مشواره الرياضي".

وتجدر الإشارة أن بالطير الذي يحتل حالياً الصف الثالث في الترتيب العالمي، سيكون من ضمن الأسماء الثقيلة التي تشارك في موعد دبي رفقة كل من البطل الأولمبي المصري أسامة شريف (59 كلغ) والبطل الأردني في أولمبياد طوكيو 2020، عمر قرادة (49 كلغ) والأسطورة الاماراتية محمد خميس خلف (حامل لقبين أولمبيين) والذي سيتنافس هذه المرة في فئة (97 كلغ ذكور).

وتحسباً لموعد دبي وقع اختيار الطاقم الفني الوطني على الرياضيين: الحسين بالطير (65 كلغ)، حاج علي محمد (88 كلغ)، بيور حاج احمد (49 كلغ)، خوجة ايمن (59 كلغ)، سميرة قريوة (45 كلغ) ومحمد مرار نصيرة (79 كلغ) ولاعب فئة الأوساط شمس الدين بودراع (49 كلغ).

وعن هذه التشكيلة المختارة، قال المدرب الوطني: "تعلق أملاً كبيراً على رياضيينا (...) لقد اعدنا سوياً وبطريقة جيدة للمونديال الذي يحرص فيه أي رياضي على تقديم احسن ما عنده (...) الاكيد ان كل واحد منهم يمتلك من المؤهلات ما تجعله قادر على تحقيق مشاركة مشرفة وأهم من ذلك رفع الحمولة الجيدة وهو الأمر الذي لا يتسنى إلا بالتعلي بالتركيز اللازم على هدفه من البداية للنهاية".

ويخصوص الإصابات التي كثيراً ما تكون هاجس كل رياضي ممارس لرياضة الحمل بالقوة، أبدى المدرب الوطني ارتياحه حيث أن عناصره تتمتع بكامل اللياقة البدنية باستثناء بعض العوارض التي لا تستدعي القلق ولا تحتاج سوى للمتابعة الجيدة".

من جهته، أكد قائد المنتخب، الحسين بالطير، صاحب برونزية الألعاب

المقررة في الفترة الممتدة من 22 إلى 30 أوت الجاري بالإمارات العربية المتحدة والمؤهلة للألعاب الأولمبية (باريس 2024)، حسب ما علم لدى المديرية الفنية الوطنية للاتحادية الجزائرية لذوي الاحتياجات الخاصة.

وتكتسى هذه المنافسة الرياضية، التي ستعرف مشاركة قياسية تفوق الـ 160 رياضي ورياضية يمثلون 79 دولة- أهمية كبيرة بالنسبة للرياضيين المشاركين باعتبار أنها ستكون الطريق الذي سيوصل أبطال العالم لهذه الفئة وفي هذا الاختصاص إلى الألعاب الأولمبية المقبلة (باريس 2024).

وعن مشاركة العناصر الوطنية في هذا الموعد التنافسي، أكد المدرب الوطني محمد صالح بن عطة أن المنتخب الوطني: سيسعى للحصول على أحسن نتائج ممكنة وأن العناصر ستحرص على رفع التحدي واقتناص تأشيرة المشاركة في الأولمبياد، "موضحاً أن رياضة الحمل بالقوة الجزائرية لفئة ذوي الاحتياجات الخاصة بدأت تكسب مساحة لها على المستوى الدولي ومنتخبنا الوطني بدأ يتدعم بعناصر جديدة ستساعده على تحقيق أحسن وأفضل النتائج في المستقبل".

يشترك المنتخب الوطني "للبارور ليفتينغ" (الحمل بالقوة) لذوي الاحتياجات الخاصة بسبعة رياضيين منهم فتاتان ورياضي واحد من فئة الأوساط، في فعاليات البطولة العالمية للاختصاص

ميسي يقود إنتر ميامي إلى أول نهائي في تاريخ النادي

قاد النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي فريقه إنتر ميامي إلى نهائي كأس الرابطة الأمريكية والمكسيكية بعدما سجل ومرر في مباراة الفوز الكاسح في نصف النهائي أمام فريق فيلادلفيا 4-

1. وسيكون النهائي الأول في تاريخ ميامي الذي كان خسر أمام فيلادلفيا في الدوري 1-4، لكن قدوم ميسي قبل شهر قلب كل التوقعات. وجاءت أهداف ميامي عبر كل من جوزيف مارتينيز في الدقيقة الثالثة، ميسي في الدقيقة 20، جوردي ألبا في الدقيقة الثالثة من الوقت بدل الضائع للشوط الأول، وديفيد رويز في الدقيقة 84، بينما سجل اليخاندرو بيدويا هدف فيلادلفيا الوحيد في الدقيقة 73.

وهذا هو الهدف التاسع في 6 مباريات تواليا لميسي منذ انضمامه إلى إنتر ميامي قادماً من باريس سان جيرمان الفرنسي، في جوان الماضي حيث قضى في العاصمة الباريسية عامين، بعد مسيرة مليئة بالألقاب مع برشلونة.

وسيخوض ميسي النهائي الـ 42 في مسيرته، في حين ضمن إنتر ميامي المشاركة في مسابقة كأس كونكاكاف الأبطال، وهي الأعراف في أمريكا الشمالية والوسطى والكاريبي، بوصوله إلى المباراة النهائية لكأس الرابطة.

يعد نيمار..

لاعب جديد يرحل عن باريس سان جيرمان

كشفت نادي باريس سان جيرمان الفرنسي عبر موقعه الرسمي، مساء الثلاثاء، رحيل لاعب جديد، عن صفوف الفريق الأول لكرة القدم، بعد توقيع زميله البرازيلي نيمار دا سيلفا جونيو، بشكل رسمي. وأعلن النادي الباريسي عن انتقال مدافعه عبدو ديالو، بشكل نهائي، إلى نادي العربي القطري لكرة القدم. وأشار النادي القطري عبر حسابه في "تويتر"، منصة "إكس" حالياً، إلى أن ديالو البالغ 27 عاماً، وقع على عقود تربطه بالفريق الأول، لمدة 3 سنوات حتى 30 جوان 2026. وأوضح العربي القطري، أن العقد يتضمن بنداً، يسمح للطرفين "اللاعب والنادي"، بالتجديد لعام رابع، أي حتى صيف 2027. يذكر أن ديالو، ارتدى قميص بي سي جي، في الفترة من 2019 إلى 2023، تخللها فترة إعارة إلى فريق لايبزيغ الألماني، في الموسم الماضي.

النصر يستهدف صفقة كبيرة من ليفربول

كشفت شبكة "فوت ميركاتو" الفرنسية، أن نادي النصر السعودي، مهتم للغاية بالتعاقد مع البرازيلي أيسون بيكر، حارس مرمى ليفربول خلال فترة الانتقالات الصيفية الحالية. وأضحت شبكة "فوت ميركاتو"، أن مستوى نواف العقيدى، حارس مرمى النصر، في مباراة ضيفه الاتفاق، مساء الاثنين، دفع إدارة النصر بقوة نحو التفكير في ضم أيسون. وأشارت الشبكة في تقريرها، إلى أن اللعب في الدوري السعودي، يبقى تحدياً مغرباً لحارس مرمى منتخب البرازيل. وارتكب نواف العقيدى خطأين قاتلين أديا لتلقي شباكه هدفين وخسارة ناديه أمام ضيفه الاتفاق (2-1) في مستهل مشواره بدوري "روشن" السعودي لكرة القدم للمحترفين، بعد يومين فقط من تتويجه بلقب البطولة العربية. يذكر أن نادي النصر بالذات فتح باب الهجرة أمام اللاعب من أوروبا إلى السعودية، بتعاقد مع النجم البرتغالي كريستيانو رونالدو، في يناير الماضي، ومن ثم تعاقد مع كل من السنغالي ساديو ماني، والإيفواري سيكو فوفانا خلال الميركاتو الصيفي الجاري.

النهار مفاوضات خضيرة ومنتخب ألمانيا

توقف بيرند لوبنهورف رئيس الاتحاد الألماني لكرة القدم عن مفاوضاته مع النجم الدولي السابق سامي خضيرة، بشأن خلافة رودى فولر في منصب مدير المنتخب الألماني. وأوضح مجلة "شپورت بيلد" الألمانية، أن مفاوضات لوبنهورف مع خضيرة، 36 عاماً، توقفت لعدم توصلهما إلى اتفاق بشأن الراتب، وكذلك بشأن عقود الترويج الخاصة بالنجم الفائز مع المنتخب الألماني بلقب كأس العالم 2014 بالبرازيل. وكان أوليفر بير هوف ترك هذا المنصب بعد الخروج المبكر للمنتخب الألماني من بطولة كأس العالم 2022 في قطر، حيث ودع المناشقات المونديال من الدور الأول (دور المجموعات) للنسخة الثانية على التوالي.

وتولى النجم الشهير السابق فولر المسؤولية بشكل مؤقت، على أن يظل في المنصب حتى بطولة كأس الأمم الأوروبية (يورو 2024)، التي تستضيفها ألمانيا.

وأكد خضيرة في مطلع أوت الحالي وجود مفاوضات مع الاتحاد الألماني للعبة بشأن خلافة فولر في المنصب.

وصرح خضيرة لـ "كيكر" الألمانية الرياضية، قائلاً: "سليس سرا أننا تحدثنا سوياً أكثر من مرة، لكننا لم نتوصل لاتفاق حتى الآن".

وكان خضيرة عمل حديثاً مستشاراً لناديه السابق شوتفارت.

مانشستر سيتي يوافق على عرض من النصر السعودي

أكد تقرير صحفي إنجليزي، أمس الأربعاء، أن نادي النصر السعودي اقترب من حسم صفقة التعاقد مع الإسباني إيمريك لابورت، في الميركاتو الصيفي الجاري.

وأفاد موقع "ذي أتلتيك" البريطاني، بأن نادي النصر استقر على ضم إيمريك لابورت مدافع مانشستر سيتي.

وأضاف المصدر أن مانشستر سيتي وافق على العرض المقدم من النصر لضم لابورت، مشيراً إلى أن اللاعب منفتح على فكرة الانتقال إلى دوري "روشن" السعودي لكرة القدم للمحترفين.

وعلى ما يبدو أن رفض الفرنسي كليمنت ليفتغيت مدافع برشلونة الانضمام لمصروف نادي النصر، دفع بطل العرب للبحث عن مدافع آخر. وتضاءلت فرص لابورت في المشاركة مع مانشستر سيتي بعد التعاقد مع المدافع الكرواتي يوشكو غفارديول، قادماً من نادي لايبزيغ الألماني. يذكر أن نادي النصر "العالمي" قص شريط الصفقات الكبرى، وتدفق النجوم إلى الدوري السعودي، بضمه الأسطورة البرتغالي كريستيانو رونالدو مجاناً بعد فسخ عقده مع مانشستر يونايتد، خلال الميركاتو الشتوي الماضي، كما أبرم عدة صفقات جديدة في سوق الانتقالات الصيفية الحالية، بتعاقد مع الكرواتي مارسيلو برونوفيتش، والبرازيلي أليكس تيليس، والفرنسي سيكو فوفانا، والسنغالي ساديو ماني.



بالتالي أن تقوم بكل ما يريحك ويجعلك تشعر بأنك أفضل حالاً. يمكنك مثلاً الذهاب عند مصفف الشعر لتغيير الإطلالة، أو القيام بجلسة تدليك مريحة للأعصاب، أو ممارسة نشاط بدني يزيدك نشاطاً وحيوية.

مواجهة نقاط الضعف

بمواجهة مخاوفنا والتحكم بها نستطيع تحويلها من نقاط ضعف إلى نقاط قوة. المهم هو ألا نتعامل معها بعداوة، فمعاملة الذات بقليل من التسامح والتعاون يجعلنا أفضل حالاً.

التفكير بصورة إيجابية

التفكير بطريقة إيجابية والنظر إلى الحياة بكثير من التفاؤل طريقتان فاعلتان لتقدير الذات وإيجاد حوافز جديدة تدفعك إلى المضي قدماً في الحياة!

الثقة بالنفس

من يعرف أكثر منك ما تتمتع به من قدرات وطاقت وإمكانات ومؤهلات؟ لا أحد. من هنا، لا بد من أن تثق بأكثر شخص يعرفك حق معرفة وهو أنت.

كل فعل من أفعالنا في هذه الحياة يساهم في تنمية شخصيتنا وتطوير قدراتنا، فنحن لا نصبح حكماً لأننا لا نواجه المشاكل في حياتنا، إنما لأننا نواجهها وننجح في تخطيها واجتيازها!

في مرحلة الرشد، يحتاج الإنسان الذي يتحلى بطباع حادة وبميل إلى الربح والنجاح إلى العمل على شخصيته ليتكّن من ضبط انفعالاته واندهاعه الكبير. بدوره، يحتاج المرء الذي يتمتع بشخصية ضعيفة تميل إلى الخضوع والخوع إلى تعلم طرق تقدير الذات وتقبل النفس.

قواعد مهمة

ثمة تقنيات وطرق مناسبة تساعدك على تقدير ذاتك وزيادة ثققتك بها، من بينها نذكر التمارين المسرحية، والعلاج بالتحليل النفسي، ومجموعات الدعم إضافة إلى هذه الطرق، نقدم إليك بعض النصائح لاتباعها والأخذ بها:

الإقرار بأنك كفؤ وناجح

يقول علماء النفس إن التحدث عن إنجازاتنا ونجاحاتنا يعزز ثققتنا في نفسنا وتقديرنا لذاتنا.

التجربؤ على الرفض

الموافقة على كل ما يقال لنا والقبول بالقيام بالأمر كافة تصرفان يؤثران سلباً على تقديرنا لذاتنا. عليك أن تتعلم رفض القيام بكل ما يزعجك أو يتنافى مع قيمك ومبادئك الأخلاقية.

تدليل النفس

أن تحب نفسك يعني أن تتمنى الخير لها،

لا للتفاخر.. ولا للتقليل من الشأن

تقدير الذات.. ضرورة لا بد منها!

يمضي البعض حياته في التفاخر والتباهي بنفسه، بينما يعتمد البعض الآخر على التقليل من شأن قيمته وطاقاته وإمكاناته. كي يستطيع المرء أن يقدر نفسه على نحو جيد، عليه أن يكون واقعياً وقادراً على إظهار الكفاءات والمهارات التي يتحلى بها، وأن يتعلم كيفية الغوص في أعماقه.

خلال الطفولة

تؤدي طريقة تعامل الأهل مع ولدهم خلال الطفولة دوراً كبيراً في نموه وعملية تشكّل شخصيته. بتعبير آخر، الأهل الذين يقدرّون ولدهم ويهتّنونه كلما نجح أو أنجز أمراً مهماً، يساعدهم بذلك على تخطي الصعوبات والمواقف بكل حزم وثقة، ويساندونه في مواجهة الفشل، وهم بذلك يبرّون ولداً قوياً وصلباً قادراً على مواجهة الحياة بحلّواتها ومرارتها. بالتالي، مثل هذا الولد سينمو وكله ثقة بالنفس لأن ثمة من يساعده ويدعمه ويشجعه على الدوام، وسيشعر بأنه قادر على مواجهة الصعوبات لأن أهله علموه كيفية فعل ذلك.

لكن لا ينشأ جميع الأولاد في الظروف عينها، فكثر منهم يلغون نبدأ من أهاليهم. في الواقع، قد يكون لطريقة التعامل هذه أثراً مختلفاً على الولد: إما يتأثر سلباً بها ويفقد ثقته بنفسه ويقتنع بأنه فاشل حتى لو لم يكن كذلك، وإما يزيد الولد إصراراً وعزماً على النجاح ويشقّ لنفسه طريقاً مكلّلاً بالنجاح والتألق لينتبه لأهله أن كل ما يقال له لا يخصّه لا من قريب ولا من بعيد.

في الحقيقة، لم يعرف الخبراء بعد على وجه الدقة لماذا قد يتأثر بعض الأطفال إيجابياً بمعاملة أهله السيئة له، فيما يتأثر البعض الآخر سلباً. لكن ما نعرفه بكل تأكيد هو أن الطريقة التي يتلقى بها المرء هذه المعلومات خلال الطفولة ستؤثر بكل تأكيد على نمو شخصيته.

إنها خطوات نفسية ووجدانية شاقة وطويلة تبدأ منذ الطفولة وتنتهي عند وفاتنا. فكي نعي جيداً قيمتنا الفعلية، علينا أن نتعلم في البداية كيف نحبّ ذاتنا! منذ اللحظة الأولى التي نأتي فيها إلى هذا العالم، نتشرب معلومات تحدّد هويتنا مثل اسمنا وجنسيّتنا ومكان إقامتنا وغيرها قد يكون لهذه المعلومات تأثير إيجابي على حياتنا، أو بالعكس قد يكون لها مفعول سلبي يؤدي إلى نبذنا أو إهمالنا أو الإساءة إلينا. تعتبر التربية التي نتلقاها في طفولتنا المدمك الأساسية لمستقبلنا. في هذا السياق، يقول اختصاصيو النمو النفسي والعاطفي إن شخصية المرء تتحدّد بين العام السادس والسابع من فترة الطفولة.

يحتاج إلى التلقين منك

عقلك الباطن.. كيف تستغل قوته الخارقة؟



إن عقلك الباطن به قوة خارقة قادرة على كل شيء تقريباً.. فقط يحتاج التلقين منك ليعمل لصالحك وفق ما تريد وهنا سأورد لكم قدرة العقل الباطن في الشفاء من الأمراض الصحية والنفسية وكذلك التخلص من العادات السيئة واكتساب العادات الجميلة.. وتحقيق الرغبات.. فقط كن على عزم وإرادة وثقة لتصل إلى ماتريد فإن عقلك الباطن يعمل لصالحك دائماً فأنت تختار لنفسك الخير والشر ومادام ذلك بيدك فأختر الخير دائماً.. وهذه قواعد وأفكار تستحق منك التذكّر...

- 1- استجابة لرغبة قلبك.
- 2- السر العظيم الذي يمتلكه الرجال العظماء في جميع مراحل العمر هو قدرتهم على الاتصال وإطلاق العنان لقوى العقل الباطن. أنت تستطيع أن تفعل مثلهم.
- 3- عقلك الباطن لديه الحل لكافة المشاكل، إذا اقترحت على عقلك الباطن قبل أن تمام (أريد الاستيقاظ في الساعة 6,30 صباحاً فإنه سوف يوفظك في هذا الوقت تماماً).
- 4- عقلك الباطن هو المسؤول عن أجهزة جسمك ويستطيع أن يشفيك.. هدهد نفسك كل ليلة كي تنام من خلال فكرة الصحة المثالية، وكون عقلك الباطن هو خادمك الأمين، فسوف يطيعك.
- 5- كل فكر هو في ذاته سبب، وكل ظرف هو أثر أو نتيجة.
- 6- إذا رغبت في تأليف كتاب أو مسرحية أو في أن تلقي حديثاً حسناً إلى جمهورك، عليك أن تتقل الفكرة بحب وشغور إلى عقلك الباطن، وسوف يستجيب طبقاً لذلك.
- 7- إنك مثل ريان يبحر بسفينة يجب عليه أن

طوال اليوم. 12- إنك تمتلك سلطة الاختيار عليك أن تختار الصحة والسعادة يمكنك أن تختار أن تكون ودوداً أو غير ودود اختر أن تكون متعاوناً مرحاً، ودوداً وسوف تجد العالم بين يديك، وهذه هي أفضل وسيلة لتنشئة شخصية رائعة.

13- إن عقلك الواعي هو بمثابة (حارس البوابة) ووظيفة الرئيسية حماية طبيياً يمكن أن يحدث، ويحدث الآن. إن قوتك العظيمة هي قدرتك على الاختيار، فعليك باختيار السعادة. 14- الإيحاءات والعبارات التي يطلقها الآخرون ليس فيها القوة في أن تحرك. القوة الوحيدة تتمثل في التي يطلقها آخرون تجاهك إنك لديك القدرة على أن تختار كيف سيكون رد فعلك. 15-راقب ماتقول. عليك أن تنتبه لكل كلمة حتى لو كانت تافهه لا تقل أبداً : فإن عقلك الباطن لا يأخذ الأمر بشكل هزلي بل إنه يشرع فوراً في تحقيقه.

يعطي التعليمات والأوامر الصحيحة، يجب عليك أن تعطي إلى عقلك الباطن الذي يتحكم ويحكم كل خبراتك.

الأوامر الصحيحة (الأفكار والتصورات) 8- لا تستخدم مطلقاً المصطلحات مثل : (لا أستطيع شراء هذا.. لا أستطيع أن أفعل ذلك) فإن عقلك الباطن يأخذ بكلمتك، ويفهم منها أنك لا تملك الأموال أو القدرة لفعل ماتريد، وأثبت لنفسك أنا أستطيع عمل كل الأشياء من خلال قوة عقلي الباطن.

9- إن قانون الحياة هو قانون الاعتقاد. والمعتقد هو فكرة في عقلك. لا تعتقد في أشياء تسبب لك الضرر أو الأذى، اعتقد في سلطته. وقوة عقلك الباطن تتمثل في أنه يلهم ويعزز وضعك، وذلك طبقاً لمعتقدك الذي تم تشكيله داخلك.

10- غير أفكارك، كي تغير مصيرك.

11- فكر في الخير يتدفق إليك، وإذا فكرت في الشر يأتي إليك.. فأنت رهينة ماتفكر فيه

دع روحك تصل

بقلم: د. خالد المنبى

وتركتهم وما انتبه أحد منهم! المتأمل في حال الناس، يجد أنهم يعيشون لهدفين: الأول: تحقيق ما يريدون. الثاني: الاستمتاع به. والقلّة الحكيمة هم من يحققون الهدف الأخير، فنحن نتعامل للأسف مع الحياة بنظام (المحطات)، فكثيراً ما نؤجل لحظات الفرح وأوقات الأُنس لمحطة مستقبلية، وهذا أسلوب فظيع وصفه ديل كارنيجي بأنه من أكثر الأشياء مأساوية بقوله: "من الحمق أن نؤجل في التفكير في المستقبل وأن يستغرقنا الحلم بحديقة الأزهار السحرية في الأفق البعيد وقد أغمضنا العين عن الاستمتاع بالأزهار المتفتحة على عتبات نوافذ منازلنا". إن العمر قصير والزمن محدود ونحن أحوج ما نحتاج أن نعطي نكهة جميلة عذبة لحياتنا وأن نضيف لكثير من تفاصيل حياتنا قيمة إيجابية ومعنى جميل، كما هي معلقة السكر وفعالها في كأس الليمون الحامض! وقد عبر عن هذه الفكرة الخلاقة أحد الحكماء بقوله: "من المستحيل أن تضيف أياماً إلى حياتك، ولكن ما تقدر عليه هو أن تضيف حياة إلى أيامك، ما أروعها من عبارة وأثمنها من نصيحة". أيها العزيز لا تدع فرصة للاستمتاع بمباهج الحياة، فالسعيد هو الذي يلحظ الأشياء الصغيرة ويستمتع بها كثيراً! استرجع شريط ذكرياتك وستجد أن الأشياء البسيطة وليست المناسبات المهمة والأحداث الكبيرة هي التي أبقت أعظم مشاعر سعادة عشتها ومازلت تحتفظ بها! تأمل في أسرّتك، صغارك، أصدقائك، هواياتك، استمتع بالمتعة دون أن تفقد نفسك أو تكون خالياً من الإنجازات! أبق عينيك مفتوحة فلا تغفل عن العطاء ولا تنس الوقوف مع لحظات الأُنس وتدووقها باحترافية عالية واجعل في قلبك مكاناً سرّياً، تحفظ به بأحلامك وتسير نحوها بتأن وروية وستجد أن في تفاصيل الحياة كما لا يحصر من لحظات الأُنس والمتعة فاغتمتها واحرص على أن لا تسبق روحك فربما تتباعد المسافة بينكما فتفقدوها!

في كتاب "القصر العاري" يحكي الكاتب "نورسات بيزيشكا" قصة الرجل الغني الذي كان يشق طريقه عبر الأدغال في إفريقيا ويرفقه مجموعة من البسطاء يحملون له أمتعته وقد كان الرجل الغني في عجلة من أمره حيث كان يسير مواصلاً ليله بنهاره لكي يصل في ثلاثة أيام، وعند طلوع صباح اليوم الثالث وفي وقت أخذت تدلت فيه خيوط الشمس الساحرة وترافقت الأشجار لحظتها على تغريد الطيور لم يملك مرافقوه حينها إلا أن توقفوا مع تلك الأجواء الخلابة، رغم إلحاح الغني على مواصلة المسير وتهديده لهم بعدم دفع أجرتهم، ولكنهم لم يعيروه ولا تهديده أي اهتمام، وعندما يس من إقتناعهم سألهم عن سر جلوسهم، فكان الجواب منهم يفيض حكمة ويسمو روعة وجمالاً، عندما قالوا: لقد وصلت أجسادنا ولكن علينا انتظار أرواحنا التي مازلت في منتصف الطريق! ومازالت كلمات ذلك الرجل الحكيم ترن في أذني، وتحرك مشاعري، وذلك عندما أنهيت زيارتي له بسرعة معتذراً بالانشغالات والارتباطات، فقال لي موجهاً وناصحاً: خالد، تأكد أن كل أهل القبور دفنوا ولم تنقض أشغالهم!

للأسف أضحت حياتنا في ركض دائم، جدول حافل بالأعمال ويوم مشبع بالارتباطات، وعقل أنهكته التطلعات، وروح تاهت مع ضغط تراكم الإنجازات، وساعات أثقلتها المواعيد فلا وقت لاسترداد النفس وإراحة الجسد! فكمن من شاب أطلق لساقه الريح في مضمار العمل ممثلاً نفسه بالمناصب العليا! وكمن من تاجر أفنى العمر يحرس الدرهم والدينار ويجتهد في مضاعفة الثروة! وكمن من امرأة أنكرت ذاتها وأنفقت عمرها كمصعب لهموم الغير، ترضى كل من حولها وقد أهملت نفسها!

وسوف يستفنيق الثلاثة في صباح يوم قريّب وهنالك على شاطئ الأيام ستشرق شمس الحقيقة وسيعلمون عندها أن سفينة الحياة قد مخرت عباب الزمن

فن تجاهل الأفكار السلبية

يلومك عليه الآخرون يشل قدرتك ويخدر طاقتك.

13- لا تتذكر عبارات التوبيخ، وكلمات النقد الجارحة، والمواقف السيئة في حياتك.

14- تجاهل المصادر الخارجية التي حولك واصنع أنت القرار.

15- اجعل لك هدفاً وغاية عظيمة لا تستوقفها توافه الأمور وعوارض الحوادث.

16- أحب نفسك ولا تتعمرها ولا تجعل من نفسك جلاذاً لنفسك!

17- أزل فكرة أنك مظلوم، أو أنك مهمش، أو أنك ناقص عن غيرك، بل أشعر نفسك بالاعتزاز والإرادة القوية والعزيمة الماضية.

18- لا تصنع لنفسك محيط عداوة، وجون والشكوك وسوء الظن بالآخرين، وترصد مكيدة، وتخبّن انتقام، بل غض الطرف وتجاوز.

19- لا تقف عند التجربة الأولى، وأعلم أنك على خير مادام أنك تتجاهد نفسك، واعلم أن النجاح على قدر التعب.

20- أن لم تصل لهدفك فاجعل دأبك التحدي واتخذ طريقاً بوصولك إليه.

21- كوّن لك لغتك الخاصة لبرمجة نفسك إيجابياً.

حريص أن يحزن المرء المسلم بأي شكل من الأشكال فإذا أحسست بهجماتك فاستعد بالله منه.

8- اصرف نظرك تماماً عن فكرة وقوعك تحت مراقبة الآخرين.

9- لا تعطي الأشياء أكبر من حجمها وتهول الأمور فوق طبيعتها لئلا تجعل فشلك أمر فيك لازم والخسارة حليف لك دائم.

10- تذكر أن الانغماس في التفكير بأنك لا تستطيع التغلب على مشاكلك يجعل فشلك أمر مسلم به في أي قضية تحاول علاجها، وتصيح واقفاً على أرضية مهزوزة لا تثبت عليها وتمتلك الأفكار السلبية.

11- شعورك بالضعف أو ترديدك لعبارة (أنا سلبى) يجعل ذلك جزء من شخصيتك تنبئني عليه أسباب مواقفك السلبية مستقبلاً.

12- خوك من حصول موقف خلاف المعتاد،

1- ثق بنفسك أو على الأقل تعايش مع نفسك بالثقة حتى تصبح حقيقة تقتل الأفكار السلبية وتزيع مكانها الأفكار الإيجابية.

2- لا تردد كلمة أنا فاشل تجاه ما لم تستمتع بإنجازك.

3- لا تعط فرصة أبداً للوهم أن يخلخل عزيمتك ولولهن أن يثني إرادتك.

4- اشغل نفسك بالتفكير في أي شيء نافع خوفاً من تسلق الأفكار الهدامة إلى مخيلتك...

5- اشغل نفسك بالعمل لقتل كل وقت يمكن أن ياتيك فيه الإحساس بالفشل أو فكرة سلبية.

6- لا تنقل إخفاقتك للآخرين وحافظ على هدوئك.

7- تذكر أن الشيطان



أخبار اليوم

www.akhbarelyoum.dz

رقمنة الخدمات .. ومراجعة تكاليف الوجبات

"إصلاحات واسعة" في الجامعات ..

مركز الوسيط لمكافحة الإدمان بتلمسان أنموذجاً ..

هكذا يتم علاج المدمنين على المخدرات بالجزائر

• استقبال أزيد
من 600 مدمن
منذ بداية 2023



عطاف يؤكد ضرورة منح
الأولوية للحل السياسي



هذه رؤية الجزائر
لحلّ في النيجر ..

مرّاد: "المشروع سيُسهم
في الدفع بعجلة التنمية"

5100 مليار لإنجاز
خط سكة الحديد
"خنشلة-عين البيضاء"

المؤسسة الوطنية
للصناعات الإلكترونية:



عون يؤكد ضرورة
تحقيق "نهضة"

حجز ثلاثة قوارب صيد
وثلاثة محركات

الدرك يجلب محاولة حرقه
24 شخصا بومرداس

فيما تمّ توقيف 27 تاجر مخدرات

إحباط محاولات لإدخال 7 قناطر
من الكيف عبر حدود المغرب

• توقيف 3 عناصر دعم للجماعات الإرهابية وتدمير مخبأ