

السلام 622

30.10.2020

تصدر عن مجموعة السلام للإعلام

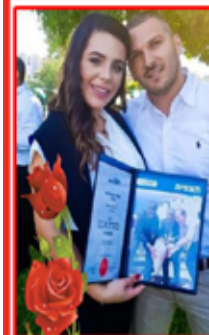
لحجز اعلاناتكم 0525363507

تهنئة قلبية

ما أروع ان تعنتي منصة التتويج
وان تنتمي لمن تحبه وتشعر ان نجاحه نجاحك
بكل فخر واعتزاز أتقدم
الى الحفيدة الغالية على قلوبنا جميعا
" رلى نديم أبو عبيد - خنيفس "

بمناسبة اجتيازها امتحان نقابة المحامين
قدا والى المزيد من التألق

من الجد أبو نديم ، الجدة ام نديم وجميع افراد العائلة



تهنئة حارة قلبية

تحوم الفراشات بمزيج الوانها
وتتناغم الكلمات مزدانة بعبارات التهنة
عملت فأبدعت مثابرتك سر نجاحك واصرارك سر تفو
يسعدني ان اتقدم للغالية

للفالفة " رلى نديم أبو عبيد - خنيفس "
وزوجها ابن الأخت إيهاب أبو عبيد

بأصدق التبريكات والتهاني
بمناسبة اجتيازها امتحان نقابة المحامين
على درب النجاح

معين أبو عبيد واهل بيته



ابتداءً من يوم الأحد
إضاءة مصابيح السيارات
خلال ساعات النهار



بلدية شفاعمرو تستعد لاستقبال فصل
الشتاء بفتح وتنظيف مصارف المياه



"وزارة الإسكان ودائرة
اراضي اسرائيل تعلنان
عن مناقصه جديدة
لتوزيع ركني ولتقسيم الكفنية
في حي الجنود المسرحين ووزارة
الإسكان تخصص مبلغ 1٠ مليون
شاقل للبنى التحتية في الحي



شكر على تعاز



نتقدم بجزيل الشكر
والامتنان والتقدير والعرفان
لكل من قدم لنا التعازي
الصادقة والمواساة
في وفاة فقيدنا الغالي

الياس فريد نصرالله (ابو بولس)

سواء كان ذلك بالمشاركة في تشييع الجثمان الطاهر
أو الحضور إلى بيت العزاء
أو التعزية من خلال الاتصال الهاتفي
ومواقع التواصل الاجتماعي
لا اراكم الله مكروه بعزير

إشترى برياحة والجيبه مرتاحة...



SAMARA

شبكة الحوانيت الارخص في الشمال

*شبكة حوانيت للحد / الربط / لانقاء الحملة في كل وقت دون الاعلان المسبق - خضع لتقوية الحملة * حتى وحين * الحضور للتبضع فقط

فتوح 7 أيام بشبوع
SAMARA - 04-6044016

04-9885768 فرع الفوار شفاعمرو - بجانب مركز الشرطة
04-6044016 فرع المركز التجاري شفاعمرو - فوق القاعة

جديد... جديد... جديد

HOMESTYLE

البيت سلا، הסגנון סלא

شفاعمرو - حي العين مقابل الاطفائية



04-9885768 | 04-6044016 | 04-9885768 | 04-6044016 | 04-9885768 | 04-6044016 | 04-9885768 | 04-6044016

04-9885768 | 04-6044016 | 04-9885768 | 04-6044016 | 04-9885768 | 04-6044016 | 04-9885768 | 04-6044016

بلدية شفاعمرو تستعد لاستقبال فصل الشتاء بفتح وتنظيف مصارف المياه



مع اقتراب حلول فصل الشتاء وتسهيلا لتدفق جريان مياه الامطار، تقوم بلدية شفاعمرو كعادتها مع بداية فصل الشتاء بالتحضيرات اللازمة بتوجيهات إدارة البلدية وبالتعاون مع اقتراب حلول فصل الشتاء بين قسمي الهندسة والصحة، حيث وتسهيلا لتدفق جريان مياه الامطار، تبدأ العمل في مختلف الأحياء والشوارع الرئيسية بتنظيف شبكات التصريف، وتوسيع الأودية المفتوحة وإزالة الأنقاض الموجودة في العبارات وتوجيهات إدارة البلدية وبالتعاون مع اقتراب حلول فصل الشتاء بين قسمي الهندسة والصحة، حيث وتسهيلا لتدفق جريان مياه الامطار، تقوم بلدية شفاعمرو كعادتها مع بداية فصل الشتاء بالتحضيرات اللازمة بتوجيهات إدارة البلدية وبالتعاون مع اقتراب حلول فصل الشتاء بين قسمي الهندسة والصحة، حيث وتسهيلا لتدفق جريان مياه الامطار، تبدأ العمل في مختلف الأحياء والشوارع الرئيسية بتنظيف شبكات التصريف، وتوسيع الأودية المفتوحة وإزالة الأنقاض الموجودة في العبارات

والحفاظ على أمن وسلامة المواطنين. من جهة أخرى، قامت البلدية بتجهيز وتوفير المعدات اللازمة للتعامل مع كافة الظروف المناخية والحالات الطارئة. والشوارع الرئيسية والفرعية. رئيس البلدية السيد عرسان ياسين ثمن عمل قسمي الهندسة والصحة على العمل الدؤوب مؤكداً على اهمية استقبال فصل الشتاء دون عوائق

عضو البلدية زهير كركبي يطالب بإعادة بناية بيزك إلى البلدية وعدم بيعها للقطاع الخاص ويوجه رسالة الى رئيس البلدية عرسان ياسين



"تجاهلك لرسالتني بخصوص بناية بيزك سيضطرني للتوجه الى المحكمة"

توجه عضو البلدية زهير كركبي برسالة شديدة اللهجة الى رئيس البلدية عرسان ياسين على اثر تجاهل الأخير رسالته من تاريخ 21.9 بخصوص بناية بيزك حيث يطالب كركبي بإعادة البناية إلى البلدية وعدم بيعها للقطاع الخاص، حيث لم يتم إدراج الرسالة في جلسة المجلس الأخيرة. وقد جاء في الرسالة: "إن بلدية شفاعمرو رئيسها أعضائها وموظفيها يعملون ضمن أنظمة وقوانين محددة ينص عليها القانون وليس فوق القانون. لربما يحق لك يا حضرة الرئيس تجاهل رسالتي في أول جلسة مجلس بلدي بعد استلامك الرسالة ولكن لا يحق لك تجاهلها في الجلسة الثانية القادمة. لذلك أطلبك مرة أخرى بإدراج رسالتي المذكورة بخصوص بناية بيزك من تاريخ 21.9 في جلسة المجلس البلدي القادم وإلا سأضطر لاتخاذ خطوات قانونية ومنها التوجه الى المحكمة وتقديم شكوى الى وزارة الداخلية". هذا وقد امتنع عضو البلدية كركبي عن التصويت على المواضيع المدرجة في جلسة المجلس البلدي الأخيرة بتاريخ 20.10 احتجاجاً على تجاهل رئيس البلدية وإدارته طلباته.

نائب رئيس بلدية شفاعمرو فرح خنيفس للسلام:

"وزارة الإسكان ودائرة أراضي إسرائيل تعلنان عن مناقصه جديدة لبناء 36 وحدة سكنية"

عممت وزارة الاسكان ودائرة أراضي اسرائيل اعلانا استلمه السيد فرح خنيفس نائب رئيس بلدية شفاعمرو، يوم أول أمس الأربعاء، حول نية الوزارتين الاعلان عن مناقصه جديده لبناء 36 وحدة سكن وذلك في حي الجنود المسرحين. هذا وأكد خنيفس للسلام ان جهوده امام الوزارتين لتأمين سكن لمجموعه اخرى من الجنود نجحت وانه ابتداءً من يوم 30.11.20 يتم طرح المناقصة وعندها بالإمكان التسجيل عبر موقع دائرة أراضي اسرائيل لغاية شهري 1 و2 / 2021



توزيع رسمي للقوائم الجديدة في حي الجنود المسرحين ووزارة الإسكان تخصص مبلغ 10 مليون شاقل للبنى التحتية في الحي

أفادنا نائب رئيس بلدية شفاعمرو فرح خنيفس، بأن وزارة الاسكان أعلنته عن تاريخ تسليم القوائم الجديدة في حي الجنود المسرحين سرخيس والتي ستجري يومي الرابع والخامس من الشهر القادم 4\11\2020. سيتم اعلام مسبق كافة الذين يستحقون هذه القوائم وموعد وساعة الحضور والاستلام حيث سيتواجد في الموقع مسؤولين من وزارة الاسكان ومهندس وسوف يحصل كل فرد على ديسك وشرح عن القسيمة التي سيحصل عليها. نائب رئيس البلدية فرح خنيفس أكد بأنه تم تخصيص ميزانية للبنية التحتية وتصل الميزانية الى 10 مليون شاقل وستشمل بناء جدران وخطوط مياه وصرف الصحي



أسبوع جديد! والحملات بتزيد...



7⁹⁰
-1

مشروبات حليب طارا 1 لتر
مشקאות חלב טרה 1 ליטר



50
4 ק"ג

אפחד דجاج
כרעיים עוף



14⁹⁰
2 ק"ג

جنان / كبد دجاج
כנפיים/כבד עוף



100
6 ק"ג

دجاج مسحب / صدر دجاج
פרגיות / חזה עוף



10
3

جينة بيضا 250 غم تنوفا
גבינה לבנה
250 גרם תנובה



9⁹⁰
2

قنينة حليب تنوفا 1 لتر
בקבוק חלב תנובה 1 ליטר



11⁹⁰
1

يوجورت تنوفا 1.5 لتر
יוגורט תנובה 1.5 ליטר



12⁹⁰
1

لبنة طارا 500 غم
לאבנה טרה
500 גרם 9%



10
3

مرطب يولاي اون توب
מעדן יופלה און טופ



10
3

مرطب يولو
מעדן יולו



9⁹⁰
1

جينة نبوليون 225 غم
גבינת נבוליאון
225 גרם



14⁹⁰
1

مشروب يولاي توت ثمانية
חשקה יופלה תות שמינייה



9⁹⁰
1

بيتسا معدنوت بريميوم
פיצה מעדנות פרימיום



24⁹⁰
2

اصابع فيلو معدنوت
מקלות פילו מעדנות



9⁹⁰
1

عجينة ملواح معدنوت
מלווח עגול מעדנות



19⁹⁰
1 ק"ג

فيليه سمك امتون
פילה דג אמנון



55
2

ورق تواليت شمورات
טיפע 48 لفة
נייר טואלט שמורת טבע
48גליל



29⁹⁰
1

عسل ياد مردخاي 900 غم
דבש יד מרדכי 900 גרם



24⁹⁰
1

قهوة تيستر تشويس
קפה טסטור צ'ויס 200 גרם



10
4

خزة طو يخين
תירס יכן וואקום

*الشبكة مخولة للحد/ للربط / لالغاء الحملة في كل وقت دون الاعلان المسبق. خاضع لشروط الحملة *الصور للايضاح فقط

SAMARA

شبكة الحوانيت الأرخص في الشمال

פתוח 7 ימים בשבוע

ממארה מרכז מסחרי SAMARA - סמארה

04-9865768 فرع الفوار شفاعمرو - بجانب مركز الشرطة

04-6944016 فرع المركز التجاري شفاعمرو - مفرق الناعمة

تقديم لائحة اتهام ضد رئيس سلطة محلية من الشمال اعتدى على امرأة في فندق

قدمت وحدة الدعاوى القضائية في الشرطة بمنطقة النقب، أمس الخميس، لائحة اتهام ضد رئيس سلطة محلية من منطقة الشمال، نسبت إليه الاعتداء على امرأة في الوقت الذي كان فيه معاً داخل فندق بمنطقة البحر الميت. ويستدل من لائحة الاتهام أن رئيس السلطة المحلية المتهم اعتدى بالضرب على المرأة التي كانت معه في الفندق. ومن جانبه، أنكر المتهم ما نسب إليه من اتهام. وفرضت الشرطة عليه شروطاً مقيدة، بينها الخروج من منزله للعمل في السلطة المحلية والعودة إلى البيت فقط. واستصدرت أمراً بمنع نشر اسم المتهم وتفصيله.

ضبط مختبر في اللد لتصنيع عصير يحتوي على مخدرات واعتقال مشتبهين



خلال نشاط للشرطة في مدينة اللد، تم العثور على مختبر لإنتاج عصير عنب في بقالة بالمدينة ويشبه أنه يحتوي على مادة مخدرات خطيرة. وقد جاء في بيان خاص للشرطة: "عُثرت الشرطة على حوالي 200 زجاجة من العصير بالإضافة إلى معدات وآلة تستخدم لصنع العصير". وقد تم القاء القبض على مشتبهين في المكان (23,39 عاماً) من سكان اللد للتحقيق معهم وتم إحضارهم إلى محكمة الصلح في ريشون لتسيون لجلسة استماع تم في النهاية تمديد اعتقالهم".

جرائم القتل تفتك بالمجتمع العربي

مصرع عايده أبو حسين (47 عاماً) بعد تعرضها لإطلاق نار في باقة الغربية

لقت مساء الأربعاء السيدة عايده أبو حسين (47 عاماً) مصرعها بعد تعرضها لإطلاق نار داخل سيارة في مدينة باقة الغربية. وقامت طواقم الإسعاف بنقل المصابة إلى المستشفى هليل يافي الطبي في الخضيرة بحالة خطيرة مع القيام بعمليات إنعاش لها. فيما شرعت الشرطة بالتحقيق في ملابسات الحادث ولاحقاً تم اقرار وفاتها في المستشفى متأثرة بجراحها. جدير بالذكر أن المغدورة فقدت قبل أربعة أشهر، ابن أخيها محمد رائد وتد (22 عاماً) الذي تعرض للتعذيب حتى الموت عندما خرج من بيتها، والشرطة اعتقلت شابين وقدمت ضدهما لائحة اتهام.



مقتل نواف اشقراني (23 عاماً) بعد تعرضه لإطلاق النار في الطيرة

قتل صباح الأربعاء الشاب نواف الحاج اشقراني (23 عاماً) من الطيرة جراء تعرضه لإطلاق النار، وبأشرفت الشرطة تحقيقاتها في ملابسات الجريمة. وكان المغدور قد أصيب بجروح بالغة الخطورة نقل على إثرها إلى مستشفى مئير في كفار سابا لتلقي العلاج، ولاحقاً أعلن الطاقم الطبي وفاته متأثراً بجراحه.



مقتل الشاب ادم زياد امون (20 عاماً) بعد تعرضه لإطلاق نار في يركا

وصل إلى مستشفى نهاريا مصاباً بجراحات نارية حيث تم اقرار وفاته، وقد بأشرفت الشرطة التحقيق في مكان الجريمة". وجاء في تصريح طاقم حيان للعلاج المكثف، بأنه وبعد وصول الطاقم وجد الشاب فاقدًا للوعي إثر تعرضه لطلقات نارية، بعد تقديم عملية إنعاش متقدمة ومحاولات إنقاذ الحياة لم يكن أمام الطاقم إلا اقرار وفاته. جدير بالذكر بان ابن عم المغدور منهل امون كان قد قتل هو الآخر قبل حوالي شهر



لقي فجر الثلاثاء، الشاب ادم زياد امون (20 عاماً) مصرعه اثر تعرضه لإطلاق نار في بلدة يركا. وفي بيان عمته الشرطة يتضح: "ان الشاب

مقتل جمعة عيسى الوحواح واصابة اخر بعد تعرضهما لإطلاق نار في اللد

أصيب مساء الأربعاء، شابان، أحدهما بجراح خطيرة من مدينة اللد والاخر بجراح طفيفة من مدينة رهط، وهما قريبان، بعد تعرضهما لإطلاق نار في شارع هشمانايم بمدينة اللد. وقامت طواقم الإسعاف بتقديم الإسعافات الأولية للمصابين ونقلهما إلى مستشفى اساف هروفيه لتلقي العلاج. وتحقق الشرطة في ملابسات الحادث. وتم لاحقاً اقرار وفاة الشاب جمعة عيسى الوحواح (42 عاماً) متأثراً بجراحه.



ابتداءً من يوم الأحد إضاءة مصابيح السيارات خلال ساعات النهار



ابتداءً من 1 تشرين الثاني 2020/11، الذي يصادف يوم الأحد المقبل، وحتى 31/03/2021 يدخل قانون إنارة مصابيح السيارات حيز التنفيذ، والذي يلزم كافة السائقين إضاءة المصابيح خلال ساعات النهار أثناء القيادة، في مسعى لتحسين الرؤية طيلة فصل الشتاء. فليُزَم سائقو السيارات بإضاءة مصابيح الإنارة أثناء قيادتهم السيارات داخل وخارج البلدات، خلال ساعات النهار ويتضمن القانون إضاءة المصابيح الأمامية في سيارات الشحن، الباصات، سيارات الأجرة والدراجات النارية أثناء السفر داخل المدن أيضاً، علماً أن القانون يسري طوال أيام السنة على الدراجات النارية. والسائق المخالف للقانون الذي يتم ضبطه دون إضاءة المصابيح تحرر له مخالفة مالية بقيمة مئة شاقل، بالإضافة إلى تسجيل نقطتين في سجله الخاص بالسياسة وعلى رخصة السياقة.

البروفيسور فهد حكيم: "الجمهور العربي مدرك"



وتشمل التحضيرات للعرس والتجمعات في بيت عائلة العريس ثم التعاليل، والسهرة والحناء والزفاف وتمتد حتى بعد عودة العروسين من شهر العسل كزيارة "المباركة" والسح. وتابع: "العرس لدى العرب هو مشروع كبير وهناك حالة من الانفلات، وليس حالة من عدم الوعي. يجب على سلطات القانون أن تتدخل لأن ذلك الذي يقيم عرسا يؤدي نفسه والآخرين". واختتم البروفيسور حكيم حديثه قائلا: "أنا لست ضد الأعراس ولم أدع إلى وقف الأعراس. يجب أفساح المجال لإقامة الأعراس ضمن إطار مناسب وآمن لأصحاب العرس وللمدعوين وحتى آمن لمن لم يحضروا العرس وألا يخافوا من وصول العدوى إليهم".

لمخاطر الأعراس ولكنه يعيش حالة من الانفلات" قال البروفيسور فهد حكيم، مدير مستشفى الناصرة (الإنجليزي): "إنه من المؤسف أن الغالبية الساحقة من المواطنين العرب يدركون جيدا مخاطر إقامة الأعراس في الظروف الراهنة". بالنسبة لموضوع الأعراس قلت في كل المحافل وفي كل الاجتماعات بما فيها وزارة الصحة ومكتب رئيس الحكومة، إن العرس هو مشروع العمر وهو أمر حتمي، وصاحب العرس الذي حدد موعدا للاحتفال منذ ستة أو سنتين وربما أكثر من ذلك، لا بد أنه يرغب في إقامة الفرح في موعده. العرس في المجتمع العربي لا يتم في ليلة واحدة وإنما على مدار أسبوع أو ربما عشرة أيام، وأحيانا شهر كامل،

حتى الخميس

11164 إصابة فعلية بالكورونا في البلاد

هناك 440 وصفت حالتهم خطيرة و 191 موصولين بجهاز التنفس الاصطناعي، و 299439 تماثلوا للشفاء، علما أن المرضى حاليا عددهم 11164.

أفادت وزارة الصحة أن عدد مرضى الكورونا في البلاد، بلغ 313114 حتى الساعة 19:23 من مساء أمس الخميس، بينهم 2508 وفيات. ومن مجمل الإصابات

وزارة المالية: "منح بقيمة 2000 شاقل للعاطلين عن العمل ومنح لمن عادوا للعمل"

حتى 10,500 شاقل وحصل على مخصصات بطالة لمدة لا تقل عن 100 يوم - يحق له الحصول على منحة قدرها 2000 شكيل. بالإضافة إلى توزيع منحة خاصة لمن عاد إلى العمل ويتقاضى حاليا راتبا أقل مما كان يحصل عليه في السابق.

نشرت وزارة المالية، صباح الأحد، مسودة اتفاقية بين الوزارة ومؤسسة التأمين الوطني، تعرض خطتين جديدتين لتوزيع المنح، للعاطلين عن العمل لفترة طويلة وللعائدين إلى العمل. بحسب مسودة الاتفاق، فإن أي شخص معاشه

الهيئة العربية للطوارئ تحذر من معاودة تفشي الكورونا في المجتمع العربي

عممت الهيئة العربية للطوارئ بيانا، جاء فيه: "خلال أسبوع واحد على انتهاء الإغلاق العام وبداية تخفيف القيود التي فرضتها الحكومة في، الأونة الأخيرة جراء الانخفاض الكبير في عدد الإصابات، في البلاد عامة وفي المجتمع العربي خاصة، عاودت المعطيات الأخيرة لتعكس منحى الإصابات بالجائحة في مجتمعنا من انخفاض يومي مستمر في عدد الإصابات خلال فترة الإغلاق إلى ازدياد تصاعدي وبشكل يومي بعد الإغلاق، بحيث دخلت بلدتان عربيتان ضمن منطقة الخطر، المنطقة الحمراء، وتقترب أكثر من عشر بلدات عربية أخرى من خط الخطر، وكل ذلك تزامنا مع التحضيرات للعودة التدريجية الآمنة المرتقبة في هذه الأيام للمدارس ولباقي مرافق الحياة. في هذه المرحلة بالذات، وبعد فترة طويلة من معاناة مجتمعنا العربي الكبيرة جراء الإغلاقات وإجراءات التشدد واسقاطاتها الجمة، على كافة جوانب الحياة وتزامنا مع التحضيرات التي تجري هذه الأيام لعودة تدريجية آمنة مرتقبة للمدارس ومرافق أخرى، فمن المفروض أن تكون كمجتمع وكأفراد واعين ومدركين لحجم المسؤولية الملقاة على عاتقنا لوقف مسلسل المعاناة، وان نشدد من التزامنا بالتعليمات والمحافظه على منحى الانخفاض بالإصابات والسيطرة السريعة على الوباء وأن نعمل بكافة طاقاتنا للعودة التدريجية للحياة الطبيعية الآمنة". وجاء أيضا: "من هنا واستنادا على التوصيات الأخيرة للجنة الصحة القطرية العربية ولجنة متابعة قضايا التعليم العربي واللجنة القطرية لأولياء أمور الطلاب العرب، وبعد الاجتماع الموسع الذي عقده الهيئة العربية للطوارئ مساء يوم الأربعاء (28.10.2020)، فإن الهيئة العربية للطوارئ توصي بما يلي:

- التشديد والتقييد والالتزام التام، الفردي والجماعي، بكافة تعليمات وسبل الوقاية والتباعد الاجتماعي وعدم الترهل والاستهتار بهذه التعليمات لكي نعيد منحى الإصابات بالجائحة إلى مساره الصحيح، مسار الانخفاض المستمر في عدد الإصابات نحو الحد من انتشار الجائحة والخروج من هذه الأزمة بأسرع وقت ممكن وبأقل ما يكون من الأضرار.

- ملاءمة وضبط سلوكياتنا بما تحتمه علينا الظروف الاستثنائية التي نمر بها في ظل الكورونا وعدم المشاركة في التجمهرات والتجمعات، على اختلاف أنواعها واهدافها، وعلى وجه الخصوص الأعراس والأفراح كونها المسبب الأكبر لانتشار الجائحة، ودعوة جماهيرنا العربية بتأجيل الأعراس أو تنظيمها فقط في إطار التعليمات والإجراءات الوقائية اللازمة.
- التكثيف من إجراء الفحوصات للكشف عن مواقع الجائحة وإتاحة السيطرة عليها والحد من انتشارها وعلى وجه الخصوص إجراء فحوصات فورية لكافة الطواقم التدريسية والمرافقة للمسيرة التعليمية لدفع عجلة العودة للمدارس.
- التجند التام من أجل إنجاح العودة التدريجية المرتقبة في الفترة القريبة للمدارس ومرافق إضافية، لتكون عودة آمنة ومستمرة تليها عودة تامة لكافة جوانب الحياة.
- مناقشة قيادات مجتمعنا المختلفة وسلطاتنا المحلية بأخذ دورها الريادي في مكافحة الأزمة واتخاذ التدابير والإجراءات والخطوات اللازمة للسيطرة على الجائحة والحد من انتشارها لتعجيل وتعزيز وتيرة العودة الآمنة لكافة مرافق الحياة.
- مطالبة الدوائر الحكومية المختلفة بتلبية الطلبات والاحتياجات الملحة والضرورية من موارد مادية وبشرية كانت قد تقدمت بها سلطاتنا المحلية، مرارا وتكرارا، وإعادة رفعها من جديد، من أجل تمكين السلطات المحلية من القيام بدورها الريادي والفعال في مواجهة ومكافحة الأزمة.
- مطالبة السلطات الرسمية المسؤولة للقيام بمسؤولياتها وواجباتها في كل ما يتعلق بالردع ومعاقبة المخالفين للتعليمات، كما تقتضيه الضرورة وفقا للقوانين والتعليمات العامة.
- مطالبة وزارة الصحة وهيئة الكورونا الحكومية والمؤسسات الرسمية الأخرى بإتاحة الوصول للمعلومات والمعطيات اللازمة المتعلقة بمواجهة الكورونا، وإعادة تزويد الهيئة العربية للطوارئ بالمعلومات والمعطيات اللازمة حتى تتمكن من دراستها والقيام بواجباتها ومسؤولياتها المهنية والشاملة، تجاه المجتمع العربي. بمسؤولية وحدوية ومجتمعية والالتزام سننتصر على جائحة الكورونا".



رمح يصبونها - معين أبو عبيد شخصيات تتكلم عن الكورونا

أطلقت منظمة الصحة العالمية على مرض فيروس كورونا 2019 (COVID - 19) وأعلنته لاحقاً بأنه وباء بسبب انتشار العدوى ومعدل العدوى المرتفع. تظهر عدوى السارس - 2 - CoV بشكل أساسي أعراض تشبه أعراض الأنفلونزا مثل الحمى والسعال والوهن، على غرار فيروسات كورونا الأخرى. على الرغم من وصف إصابة الرئة الحادة في جميع الأعمار، إلا أنه في بعض الأفراد المعرضين لمخاطر عالية، مثل كبار السن أو المصابين بأمراض متعددة مزمنة، من المرجح أن يتسبب الفيروس في حدوث التهاب رئوي خلالي وخيم ومتلازمة الضائقة التنفسية الحادة (ARDS) وفشل العديد من الأعضاء اللاحقة، المسؤولة عن فشل الجهاز التنفسي الحاد الشديد وارتفاع معدلات الوفيات. جزيئات الفيروس، التي توجد في إفرازات من الجهاز التنفسي للشخص المصاب، تصيب الآخرين من خلال الاتصال المباشر مع الأغشية المخاطية مع متوسط فترة حضانة تتراوح بين 2 - 12 يوماً (متوسط 5.1 أيام). كشف تحليل 22 دراسة أن فيروسات كورونا البشرية، بما في ذلك MERS - CoV، يمكن أن تستمر على الأسطح مثل المعدن أو الزجاج أو البلاستيك لمدة تصل إلى 9 أيام، ولكن يمكن أيضاً تعطيلها بكفاءة في غضون دقيقة واحدة من خلال تطهير الأسطح باستخدام إيثانول، بيروكسيد الهيدروجين أو هيبوكلوريت الصوديوم. علاوة على ذلك، تدعم معظم الأدلة المتاحة النظرية القائلة بأن التباعد الاجتماعي البالغ 2 متر كاف لمنع انتقال العدوى عبر الهواء. تعتبر احتياطات النظافة العامة ضرورية لتقليل مخاطر التلوث. في الواقع، لا تزال تدابير الحجر الصحي والتباعد الاجتماعي الطرق الأكثر فعالية لاحتواء انتشار COVID - 19. مسار العدوى خفيف أو بدون أعراض في حوالي 80-90% من الحالات. يصبح خطيراً فقط في حوالي 10% من الحالات، مع ضيق التنفس ونقص الأكسجين في الدم ومهدد للحياة. حالياً، لا توجد أدوية مسجلة لعلاج مرض كوفيد - 19 ولا يتوفر لقاح يعتمد بشكل أساسي على العلاج الداعم وعلى علاج الأعراض ومحاولة منع فشل الجهاز التنفسي. هناك دراسات أظهرت فعالية محدودة للعلاج مثل ديكساميثازون وريدميسفير ومضادات التخثر. العلاج بهيدروكسي كلوروكين غير فعال ويمكن أن يكون ضاراً. يوجد حالياً أكثر من 169 لقاحاً مرشحاً لـ CO - 19 ID قيد التطوير، 26 منها في مرحلة التجربة البشرية (تحديث منظمة الصحة العالمية، سبتمبر 2020). من هؤلاء لقاح أكسفورد (أسترازينيكا)، لقاح NIAID والمعاهد الوطنية للصحة (مورنا). مدير قسم البرامج القطرية في وزارة المعارف، الشيخ مهنا فارس ادلى لرمح ما يلي: جهاز التربية والتعليم، دائماً منذ القدم يحاول إيجاد الأساليب والطرق من أجل تحسين التدريس والتعلم. جائحة الكورونا وقعت على أجهزة التربية والتعليم عالمياً، ووجدتها ذات جاهزية قليلة جداً للتعامل مع هذا التحدي. لذلك علينا اليوم مهمتان، المهمة الأولى إيجاد الآليات والوسائل الناجعة للتعميمات مع التحديات في مجال التدريس والتعلم، ولكن المهمة الأخرى هي المهمة الاستراتيجية، فعلى التفكير بماهية التربية والتعليم وفحص موضوع أهداف التربية وخصوصاً المواضيع، المواد والمهارات اللازمة للطلاب. رماح تضم صوتها إلى كل شرائح وأطياف المجتمع وتطالب بإسناد السنتارة على هذه المسرحية الهزلية التي مل تسلسل أحداثها ومشاهدتها المقيتة والتي تعيد نفسها ومليئة بالتناقضات،



الحديث الذي يدور على مدار الساعة في أرجاء المعمورة، ويتصدر وسائل الإعلام على اختلافها، هو وباء الكورونا، هذا المخلوق الفيروسي الذي لا يمكن رؤيته بالعين المجردة استطاع أن يحقق ما عجز عنه العالم رغم التطور والرقى والأبحاث والإنجازات في ميادين الحياة، أن يوقف نسبة تلوث البيئة وتنقية الأجواء التي لم تعد كما يبدو أن تتحمل أكثر، تقول للإنسانية كفى. فيروس الكورونا أقلق العالم بأسره وشل وكما هو معروف الحالة الاقتصادية وأثر على كل فرد مادياً ومعنوياً ونفسياً وغير مجرى التاريخ والعالم كما غير اللعبة والمعادلة السياسية. زاوية رماح تنقل لكم آراء وردود فعل بعض الشخصيات التربوية، الدينية، والعلمية حول توقعاتهم وتقييمهم وتفسيرهم للكورونا. فضيلة الشيخ موفق طريف صرح لزاوية رماح بما يلي: إن الرحمة التي منحنا إياها الباري عز وجل نعمة علينا أن نقدرها والالتزام والتقييد بالتعليمات أمر اجتماعي تربوي وديني. الطائفة الدرزية كانت أول من حافظ على التعليمات في الموجة الأولى والمجلس الديني مع رؤساء المجالس وأعضاء الكنيسة اتخذوا قرارات قاسية جداً في مقدمتها إغلاق أماكن العبادة، إلغاء مراسم الاحتفال بزيارة النبي شعيب والنبي الخضر والنبي سبلان عليهم السلام، إغلاق بيوت الطائفة وعدم إقامة الجنازات وإلغاء حفلات الزواج والاجتماعات، وكل نشاط قد يؤدي إلى انتشار ونقل العدوى لهذا المرض الخبيث وحذر فضيلته من التهاون وعدم أخذ الاحتياطات والتقييد بالتعليمات؛ لأن الصحة فوق كل شيء والاستهتار وعدم المحافظة يعتبران محاولة للقتل. وهذا مناف للدين والقيم، وناشد المجتمع الإسرائيلي بكافة شرائحه وأنتمائه إلى التوحد والتقييد بالتعليمات. ومن هنا بودي أن أبعث تقديري وشكري للأطباء والمرمضات الذين يعملون على مدار الساعة ويضحون من أجل سلامة المجتمع، وطالب الحكومة الإسراع في تقديم الدعم والميزات للمجالس لتنجح بحاربة هذا الوباء وانتشاره. وعن الوضع والتقييد بالتعليمات لدى دروز لبنان وسوريا أكد أنه بعد أن اتخذنا قراراً بإغلاق أماكن العبادة وبيوت الطائفة هم أيضاً طبقوا هذه القرارات والتزموا بها. أما ابن شفاعمرو البروفيسور زاهر عزام المعروف بأخلاقه وحبه لبلده ومجتمعه أدلى بما يلي: فيروس كورونا المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (SARS - CoV 2)، وهو فيروس كورونا جديد من الحمض النووي الريبي من نفس عائلة فيروس السارس - CoV ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS - CoV). تم تحديده في أوائل يناير 2020 كسبب لوباء الالتهاب الرئوي الذي أصاب مدينة ووهان، عاصمة مقاطعة هوبي، حيث انتشر بسرعة في جميع أنحاء الصين، بعد إصابة وتسبب في وفاة آلاف الأشخاص في الصين، انتشر الفيروس ووصل إلى إيطاليا ودول أوروبية أخرى والولايات المتحدة الأمريكية وبقية العالم.



الرئيس الفرنسي أمام خيارين: الاعتذار للمسلمين أو تعميق الأزمة الاقتصادية

الإعلامي أحمد حازم

عندما تحدث حالة قتل أو عمل إرهابي في فرنسا، قام بها مواطن فرنسي الأصل والجنور، تمر الحادثة بشكل عادي ولا يعيرها الإعلام أي اهتمام إلا كونها حالة من الحالات التي يعالجها القضاء دون ضجيج شعبي، وما أكثر هذه الحالات في المجتمعات الغربية ومنها المجتمع الفرنسي. لكن إذا كان الفاعل في مثل هذه الحالات مسلماً، فإن الدنيا تقوم ولا تقعد، ليس بسبب حالة القتل أو ارتكاب جريمة معينة، بل لأن الفاعل فرنسياً كان أم غير فرنسي ينتمي للإسلام، وهذا ما حدث في فرنسا وما حدث بالضبط مع الرئيس الفرنسي. ماكرون نفسه عبر عن هذا الواقع في الكلمة التي ألقاها في جامعة السوربون في السادس عشر من الشهر الحالي خلال تأبين المدرس صامويل باتي الذي قتل في أحد شوارع باريس على خلفية إعادة عرضه "الرسوم المسيئة" للنبي محمد عليه الصلاة والسلام. الرئيس الفرنسي صرح وبكل وقاحة أنه يواجه ما أسماه (الإرهاب الإسلامي) وقال: "إنه لا يستهدف الإرهاب أياً كان لأنه سلوك مدان، بل يستهدف تحديداً ذلك الإرهاب الذي يقوم به مسلمون، وأن المدرس الفرنسي قتل، لأن الإسلاميين يريدون الاستحواذ على مستقبلنا، ولن نتخلى عن الرسومات والكاريكاتوريات" ماكرون، تجاوز حدود الأدب والدبلوماسية وحتى أنه تجاوز حدود احترام الأديان الأخرى، التي هي جزء من القيم الفرنسية التي يتشدد بها ماكرون بصورة دائمة. لقد اعتقد ماكرون بأن تكرار هجومه على الإسلام والرسول الكريم سيمر بسهولة. لكن ما حدث هو العكس تماماً، ويبدو أن ماكرون لم يتعلم من ردود فعل المسلمين في العالم على إهانة الرسول الكريم في صحف في الدانمارك والنرويج وحتى أنه نسي ما حدث في فرنسا نفسها مع المجلة الفرنسية الساخرة (شارلي إبدو) التي نشرت رسوماً كاريكاتيرية مسيئة جداً للرسول الكريم. في الثاني من أكتوبر الجاري قال ماكرون "إن الإسلام يعيش اليوم أزمة في كل مكان في العالم، وإن على فرنسا التصدي لما وصفها بالانعزالية الإسلامية الساعية إلى إقامة نظام مواز وإنكار الجمهورية الفرنسية، معلناً عن سياساته ضد ما سماه "التشدد الإسلامي الذي يتخذ العنف منهجاً له" هناك مثل شعبي يقول: "التكرار يعلم الحمار". لكن تكرار ما حدث من إهانات للإسلام وللنبي الكريم في فرنسا لم يتعلم منه ماكرون، الذي يواجه الآن حملات احتجاجية قوية ضده، تدفع فرنسا تمن مواقفه الغبية تجاه حواي



زيتون فلسطين.. بين اعتداءات أهلنا وجرائم المستوطنين

زياد شالحوط

المستوطنون بالاعتداء في حادثة مشابهة على كرم خالد مشاشه حيث أجهزوا على 220 شجرة، وشاهدنا عبر وسائل التواصل الاجتماعي أحد الفلاحين الفلسطينيين يغالب دموعه الحارقة، بعدما عاين اعتداء المستوطنين الهجمي على زيتونه الذي أجهز على 300 شجرة. ومثل هذه الحوادث الاجرامية تقع على مدار السنوات، ويقوم جنود الاحتلال بالتغطية على تلك الاعتداءات وبالتالي فهم شركاء في الجريمة كما يصفهم الشاعر الفلسطيني محمود درويش: "لكن، هؤلاء الجنود، هؤلاء الجنود الجدد، يحاصرونها بالجرافات ويجتثونها من سلاله الأرض". أما في منطقتنا فالاعتداء يختلف شكلا وليس مضمونا، حيث يقوم البعض ممن ينوي التخلص من بقايا أعمال الترميم في البيت، أو من يريد التخلص من جيفة، أو نقايات مختلفة، يبحث عن أرض مزروعة بالزيتون، ومن أحد أطرافها البعيدة عن أعين الناس، يقوم بقذف تلك القاذورات والنقايات بشكل عشوائي، قريبا من أشجار الزيتون، فتنشر الروائح الكريهة لعدة أيام، ويصبح من الصعب على صاحب الزيتون القيام بأعمال التنظيف والتحصين للموسم الذي ينتظره بفرار الصبر. إن ما يقوم به البعض هو اعتداء فاضح على شجرة الزيتون المقدسة، واعتداء على الطبيعة وجودتها ومخالفة للقوانين، والأهم هو خروج عن المؤلف واحترام الأشجار ومكانتها واحترام أملاك الآخرين من أقارب ومعارف وأبناء بلد واحد، وبالتالي هذا خروج عن الأخلاق والضمير. صحيح أن أهداف ومنطلقات الاعتداء على الزيتون تختلف بين هنا وهناك، لكن الاعتداء هو اعتداء والإساءة هي الإساءة. وسبق أن التفت شعراؤنا إلى شجرة الزيتون وقديستها وضرورة احترامها والاعتناء بها، فهذا شاعرنا محمود درويش يجعل الزيتون اسما لأحد دواوينه "أوراق الزيتون"، وينوه في إحدى قصائده إلى رمزية السلام لها: "هي لون السلام إذا احتاج السلام إلى فصيلة لون". والشاعر سميح القاسم، ابن قرية الرامة الجليلية المشهورة بزيتونها العريق، يتغنى بالزيتون كذلك. وآخر ما نشر عن الزيتون للشاعرة روز اليوسف شعبان، ابنة قرية طرعان الجليلية، فنقول في آخر قصائدها: "وهناك!!! تحت شجرة الزيتون ولــــــدندنـــــــا... ولــــــدت أنشـــــــودة الحــــب لـــــــيــــبــــوس لـــــــيــــبــــوس لـــــــيــــبــــوس لـــــــيــــبــــوس!!" ولأن شجرة الزيتون هي رمز القداسة والسلام والعطاء والحب، حافظوا عليها ولا تؤذوها.

كرمت الزيتون في القرآن الكريم وكانت التوراة قد ذكرت من قبل، أما المسيحيون فيمسحون بزيتها أطفالهم ساعة عمادهم. هذه الشجرة المباركة كانت وما زالت أغصانها رمزا للسلام.. هذا ما يقوله الباحث د. شكري عراف في كتابه "الأرض، الإنسان والجهد". هذه الشجرة المقدسة وصاحبة المكاة المرموقة لدى شعوب الشرق ولا سيما في فلسطين، والتي يجتهد أهلنا في هذه الأيام بجني محصولها بما يعرف باسم "موسم الزيتون"، تتعرض لجريمة مستمرة بل مجزرة بحقها، يجدر بنا الالتفات إليها والتصدي لها. شجرة الزيتون للأسف تعرضت وتعرضت إلى جانب الاهتمام بها، إلى نوع من الإهمال وإلى اعتداءات مقصودة عليها، يمكن اعتبارها جريمة بكل ما تحملها هذه الكلمة من معنى، والجريمة البشعة ضد الزيتون التي تنفذ حاليا في فلسطين تنقسم إلى قسمين. الأول الجريمة التي ينفذها المستوطنون اليهود في مناطق الضفة الغربية، والثاني ما ينفذه عدد من أهلنا وأبناء مجتمعنا في مناطق "دولة إسرائيل". في الجانب الفلسطيني يواصل المستوطنون الاعتداءات الهجمية على شجرة الزيتون، بأشكال وصور مختلفة، منها قطع الأشجار بالمئات في كل موسم، منع أصحاب كروم الزيتون من الوصول إليها وقطف ثمارها، وبذلك إضاعة محصول عشرات العائلات وتخريب الشجر، الاعتداء ومهاجمة الفلاحين وأصحاب الزيتون في الأرض أو خلال توجههم للمكان، وكل ذلك دون تحرك يذكر من جانب السلطات الإسرائيلية المتمثلة بالجيش وقوات الأمن المختلفة، التي تقدم الدعم والعون والمساندة للمستوطنين الغزاة بدل أن تردع المعتدين. ويكشف لنا الصحفي الإسرائيلي الجريء غدعون ليفي، من خلال زاويته الأسبوعية "منطقة التعنيم" التي يدأب على نشرها منذ سنوات في صحيفة "هآرتس". وآخر ما نقله الكاتب في هذا الصدد يوم الجمعة الماضي عن هجوم أربعة مستوطنين على فلاح كهل يبلغ من العمر 73 عاما، يدعى خليل عميرة من قرية نعلين بجانب رام الله، لدى مغادرته أرضه بعدما قطف زيتونه القليل هذا العام، فهاجمه أربعة مستوطنين بالحجارة أمام أعين ابنته وأحفاده الصغار، وأصابوه في رأسه وكادوا يقتلونه بالحجارة الكبيرة التي قذفوها نحوه. وكذلك الفلاح محمود أبو صبحية من قرية جبعا، القريبة من مستوطنة "بيتار عيليت"، له أرض من 22 دونم، زرعها والده بشجر الزيتون ويقوم محمود برعايتها. عندما ذهب لكرمه بعد طول وقت نتيجة لحجر كورونا، فوجيء بأن معظم أشجار الكرم تعرضت للقطع والنشر ولم يبق منها سوى الجذع والبعض الآخر اقتلعوه من جذوره. كما قام



متفائلا مات أبي (٢)

د. حاتم عيد خوري

كانت تشحن تفأول والسدي بطاقة جديدة. بعض تلك العائلات كانت تصل إلى قرية رميش في جنوب لبنان لتستعين هناك بمرشد لبناني محلي يقودهم مشيا، عبر الحدود، إلى فسوطه. كان المرشد يتحركهم عند المدخل الشمالي لفسوطه قائلا لهم بأسلوب الغش والخداع: "توجهوا إلى بيت المختار عبد الخوري، وهناك توزع عليكم هويات اسرائيلية". هذه الخدعة كانت تنطلي على العائدين، فيصلون إلى دارنا متعبين، منهكين ومصابين في أكثر من موقع في اجسادهم ولا سيما في اقدمهم. ولطالما سمعت والدي رحمهما الله، يرحبان بالعائدين ويقدمان لهم الاكل والشرب، كما رأيتهما يبذلان كل جهد ممكن لتخفيف معاناتهم جسديا ومعنويا. وهكذا بات طرق باب بيتنا ليلا أمرا مألوفا ومميزا بطرق خفيفة يستوجبها الحذر ويفرضها تردد الطارق وخجله، إلى ان كانت ذات ليلة عندما سمعنا طرقا عالية لا يقدم عليها إلا من كانت له دالة على والدي. فمن كان الطارق يا ترى؟ لم يراع والدي في تلك اللحظة ايسر قواعد الحذر المطلوبة، فلم يسأل: "من الطارق؟"، إنما سارع لفتح الباب.. لا، لم ير امامه صديقه سليم مصطفى كما توقع، او كما هيا له تفكيره الرغبي (Wishful thinking)، لكنه رأى شابا بدت سحنته، رغم ضوء قنديل الكاز الخافت، مألوفة له. انه ولا شك محمود الذي كثيرا ما كان يراه في ديوان ابي صبري في ترشيحا.. بعد استراحة قصيرة تخللها تناول وجبة خفيفة وكأس من الشاي، قال محمود لوالدي، قبل ان يهيم واقفا، بلبهة لا تخلو من لهجة اعتذار يبدية عادة ضيف مستعجل: "إنتدبني عمي ابو صبري لمهمة شخصية عاجلة تقضي دخولي إلى ترشيحا وخروجي منها تحت جنح الظلام". سكت محمود لحظة ريثما يدخل يده في جيبه اليمنى، ثم تابع حديثه: "كما كلفني أيضا ان اعرج عليك لابلغك سلامه واسلمك هذه الامانة هدية منه اليك... تناول والدي من يد محمود صرة قماش صغيرة. لم يستفسر عن محتواها ولم يبادر إلى فتحها لئلا تلهيه، كما يبدو لي، عن توديع ضيفه متمنيا له التوفيق والسلامة... منظر الصرة وملمسها من الخارج كانا مثيرين للاهتمام. لقد كانت عبارة عن كيس مخملي يحتوي على كرات صغيرة صلبة. سارع والدي إلى فك الخيط الذهبي المحيط بفتحة الكيس، فأنكشفت بداخله مسبحة.. ما ان تناولها وتحسسها وامعن النظر فيها، حتى قال بلبهة: "إنها مسبحة ابو صبري بشكلها ولونها وشرابيتها... احتضنها بين كفيه احتضان من لا يريد ان تفلت منه. بعثت في قلبه أملا وفي نفسه تفأولا. بقيت ملازمة له فاصبحت جزءا لا يتجزأ من طلته وحضوره أينما كان. لم تفارقه حتى في أيامه الأخيرة وهو في المستشفى، فاردتها ان تبقى معه إلى الابد.. قبل مواراته التراب، وهو مسجى في نعشه، وضعتها بين يديه المحبوكتين على صدره، قائلا لمن حو لي: "متفائلا مات ابي..."

دواعي توتر سليم مصطفى (ابو صبري) وقلقه سرعان ما انكشفت عندما انفض الديوان وبقي هو والوادي لوحدهما. لقد تبين لوالدي ان زيارة صديقه الحميم هذا لبيتنا في فسوطه، في صيف 1948، هي زيارة وداعية لأنه قد قرر ترك ترشيحا والرحيل إلى لبنان، احتجاجا على قيادة جيش الانقاذ وبعض المتعاونين معها ممن نصبوا انفسهم حماة للوطن وحراسا للقضية، فلم يكتفوا برفض اقتراحه بشأن محاولة تدارس وسيلة تضمن بقاء الناس في بيوتهم واملاكهم وعدم تشريدهم، بل قاموا بالمزايدة عليه والتطاول على كرامته والطعن في وطنيته واخلاصه، والتماذي إلى درجة تخوينه والاعتداء على حرمة بيته، متجاهلين وغير أبهين وربما غير مدركين أن البلاد، كل بلاد، تحدد هويتها من خلال هوية سكانها، وان البلاد أو المنطقة التي يقتلع منها سكانها او ينزحون عنها، لا تفقد سكانها فقط بل هويتها ايضا.. حاول والدي بكل ما حباه الله به من قوة إقناع أن يطيب خاطر صديقه تمهيدا لإقناعه بالعدول عن رأيه، إلا أن الأخير بقي مصرا على موقفه، وانقا برؤيته بأن هكذا قيادة جاهلة، غاشمة، مستبدة وانغلاقية ستقود ما تبقى من الوطن إلى الهاوية، ومعبرا عن قناعته بقصة رمزية باتت اليوم معروفة للجميع بصيغ مختلفة، عن الجردون الذي هب لإغاثة الأسد سيد الغابة الذي وقع في شبكة كبيرة نصبها الصيادون. أخذ الجردون بقرط (بقضم) حبال الشبكة... وما إن تحرر الأسد من الشبكة ووقف على اقدامه حتى سارع إلى مغادرة تلك الغابة وهو يقول: "محل هلي فيو القرقط بجل وبربط، والله ما أنا باقي فيو...". وقف ابو صبري امام دارنا في موقع يطل على ترشيحا، ملوحا بذراعيه قائلا بصوت تخنقه الدموع: "بخاطرك يا ترشيحا"، وملقيا بنفسه على كتف والدي... عنق الرجلين واحتضان كل منهما للآخر، بات مشهدا يهزني اليوم كما هزني قبل ما يربو على سبعة عقود من الزمن، ويذكرني بقولة: "الرجال لا يبكون، وإن بكوا فدمعهم يكون دما...". غاب ابو صبري عن ترشيحا ومنطقتها، لكنه لم يغيب أبدا عن بال والدي الذي طالما سمعته يعرب عن تفأوله بعوده صديقه، حتى بعد ان سقطت ترشيحا ومنطقتها في اواخر شهر تشرين الاول سنة 1948 وهربت فلول جيش الانقاذ عن طريق شارع العزيمة (شارع الفاوقجي على الخرائط الاسرائيلية) فاضحى اسمه الشعبي الشائع المتداول حتى اليوم في فسوطه وغيرها من قرى الجليل، شارع الهزيمة بدلا من شارع العزيمة، وسيطر الجيش الاسرائيلي على خط الحدود الذي رسمته اتفاقية بين جنوب لبنان وشمال فلسطين، واضحت العودة إلى الوطن تعتبر تسلا يعاقب عليه القانون العسكري. تفأول والدي بعودة صديقه كان دائم التجدد. فما إن يخبو قليلا بسبب الاوضاع الامنية، حتى يتجدد ثانية مع وصول دفعة جديدة من العائلات الفلسطينية العائدة إلى الوطن، وكان عودتهم تلك

مشروب طاقة

من الطبيعة

بدون
سكر



مشروب كل العائلة

صنع المانيا، خالي من الكافيين والتورين

مشروب طاقة

من الطبيعة



مشروب كل العائلة

صنع المانيا، خالي من الكافيين والتورينين

5 فوائد مذهلة للبزر الأبيض

قالت بريجيت ميرسييه فيشو، أخصائية التغذية، إنها "تعد مفيدة للنباتيين، حين نضيف إليها الحبوب (في الخبز أو سلطة الأرز، على سبيل المثال)، للحصول على الأحماض الأمينية الأساسية، إذ تغطي حبة ثلث احتياجاتنا من المغنيسيوم، ويمكن كذلك الإشارة إلى أنها غنية بالزنك، الذي يعتبر مفيداً لجهاز المناعة ومضاداً لحالات الالتهاب".

4- غنية بالألياف (11-11) تعد بذور اليقطين غنية جداً بالألياف (100 غراماً لكل 100 غرام)، كما تبطئ امتصاص الدهون "السيئة"، وتساعد على تنظيم مستويات الكوليسترول في الدم. تؤكد إميلي بوريجليوني، المعالجة بالمداداة الطبيعية والمتخصصة في التغذية في بوردو، أنه "يشكل عام، تعود بذور اليقطين بالنفع على نظام القلب والأوعية الدموية".

5- مصدر للبول لدى بذور اليقطين تأثير مدر للبول؛ فهي تدعم نشاط الكلى، وتساعد في مكافحة احتباس الماء. ما هي كمية الاستهلاك المثالية؟ بينت المجلة أنه يفضل استهلاكها طبيعية، غير محمصة، ولا مملحة ودون إضافات، وتابعت "للاستفادة من فوائدها، فإن ملعقة كبيرة من بذور اليقطين يوميًا كافية".



ما أبرز الفوائد الصحية لبذور اليقطين؟ وما هي كمية الاستهلاك المثالية لها يومياً؟ الجواب هنا. قال تقرير في مجلة "توب سانتي" (top sante) الفرنسية، إن بذور اليقطين -وتعرف أيضاً باسم البزر الأبيض واللب الأبيض- تحتوي على مستويات عالية من البروتين، إضافة إلى كونها وجبة مقرمشة تزود الجسم بالمكونات المعدنية التي يحتاجها، وتالياً 5 فوائد صحية لبذور اليقطين:

1- غنية بالبروتين يحتوي كل 100 غرام من بذور اليقطين على 35 غراماً من البروتين، مما يجعلها الوجبة المناسبة للرياضيين، فضلاً عن الأشخاص الذين يقومون بنظامهم الغذائي على التغذية النباتية التامة.

2- دهون صحية إلى جانب محتواها العالي من البروتين، تحتوي بذور اليقطين على نسبة كبيرة من الدهون غير المشبعة المفيدة بدورها لجهاز القلب والأوعية الدموية.

3- الزنك والمغنيسيوم

أهم المشروبات العشبية للتخلص من التهاب الحلق

يفرز مادة لزجة تشبه الهلام تسمى الصمغ، والتي يمكن أن تغلف الحلق للحصول على تأثير مهدئ. أشارت دراسة صغيرة عام 2014 إلى أن له أيضاً خصائص مسكنة للألم، خاصة عندما يتعلق الأمر بالالتهابات. ويقترح الخبراء الجمع بين جذر عرق السوس وجذر الخطمي في شاي أعشاب واحد للحصول على أفضل النتائج. شاي البابونج مع العسل إذا كنت ترغب في الحصول على شاي أعشاب كلاسيكي، فإن شاي البابونج مع العسل هو الشاي المثالي لالتهاب الحلق. شاي البابونج مهدئ قوي للالتهابات، والعسل يساهم في تغطية الحلق بطبقة تساعد على تهدئة الآلام. وقد ثبت أن البابونج الغني بمضادات الأكسدة يعمل على تليين الحلق وتخفيف الألم وبعثه في الصوت. شاي الزنجبيل يشتهر الزنجبيل بآثاره المضادة للالتهابات. وفي حين أنه علاج فعال لالتهاب الحلق، فإن إضافة القليل من القرفة إلى هذا الشاي يمكن أن يجعل تأثيره أكبر، وذلك بفضل خصائص القرفة المضادة للبكتيريا، بالإضافة إلى أنها تضيف نكهة لطيفة للشاي.

شاي الكركم يستخدم الكركم، وهو من نفس عائلة الزنجبيل، منذ فترة طويلة كمطهر لمكافحة العدوى في دول جنوب آسيا. تظهر الأبحاث بأن احتساء الكركم كشاي قد يكون له خصائص مضادة للالتهابات ومضادة للميكروبات. ومن المعروف أيضاً أنه يهدئ من اضطراب المعدة.

شاي السدر يأتي هذا الشاي العشبي من اللحاء الداخلي لشجرة السدر. السدر غني بالصمغ، مما يخلق مادة هلامية يمكن أن تغطي وتهدئ الحلق.



يعتبر التهاب الحلق أحد أكثر الأعراض المزجة التي يعاني منها الكثيرون لدى إصابتهم بالأنفلونزا، الأمر الذي يدفعهم للبحث عن حلول سريعة للتخلص من هذا الشعور المزعج، سواء عبر تناول الأدوية المضادة للالتهابات أو اللجوء إلى المشروبات العشبية التي تساعد في تليين الحلق والتخلص من الالتهاب خلال فترة قصيرة. فيما يلي أهم المشروبات العشبية التي تساعد على التخلص من التهاب الحلق، بحسب ما ورد في موقع "إم إس إن كندا" الإلكتروني: شاي جذر عرق السوس الحلو، من نبات يسمى "غليكريزا غلابرا"، وهو عنصر أساسي في الطب الصيني التقليدي. وفي حين أنه قد يكون معروفاً بتهدئة مشاكل الجهاز الهضمي مثل حرقة المعدة، فقد سلطت ورقة بحثية صادرة عام 2015 من الأكاديمية الصينية للعلوم الطبية الضوء على خصائصه المضادة للميكروبات والفيروسات، والتي يمكن أن تكون أساسية في مكافحة البكتيريا والفيروسات التي تسبب التهاب الحلق. شاي جذر الخطمي ألتيا أوفيسيناليس، عشب معروف باسم جذر الخطمي،

2020000 3



04-9504130



04-9059124



بلدية شفاعمرو/ اعلان خارجي رقم 27 / 2020

حسب البند 3 من قانون البلديات (تعيين موظفين) 1979

تعلن بلدية شفاعمرو عن الوظيفة الشاغرة التالية:

اسم الوظيفة: GIS

تدرج ودرجة الوظيفة: حسب درجة المهندسين

نسبة الوظيفة: 100%

الوصف الوظيفي: مرفق مع نموذج الطلب

المؤهلات الأساسية المطلوبة:

• حاصل على شهادة للقب أكاديمي من مؤسسه أكاديمية

معترف بها من قبل مجلس التعليم العالي أو حاصل على تقييم

قسم تقييم الألقاب الأكاديمية من خارج البلاد في واحد أو أكثر

من المجالات التالية: الهندسة أو الهندسة المعمارية أو الجغرافيا.

أو مهندس أو فني معتمد وفقاً للمادة 39 من قانون المهندسين

والفنيين المعتمدين لعام 2012 في المجالات المذكورة أعلاه.

• الخبرة المهنية:

صاحب لقب أكاديمي - سنة تجربة عمل في نظام GIS. مهندس عملي مسجل في المجالات المذكورة أعلاه -

خبرة سنتين في العمل في نظام GIS.

للفني المعتمد في المجالات المذكورة أعلاه - خبرة 3 سنوات في العمل بنظام GIS.

المسؤول المباشر للوظيفة: مهندس البلدية أو اللجنة المحلية.

ملاحظات وتوجيهات عامة:

• تحتفظ البلدية بحقها بتمديد الموعد الأخير لتقديم الترشيحات لهذه الوظيفة.

• لا تقبل ولا تبحث الطلبات المقدمة التي لا تشمل ما طلب اعلاه

من تفاصيل ومستندات و/أو بعد الموعد المحدد اعلاه.

• البلدية غير ملزمة بقبول أي عرض وتحتفظ بحقها في

وقف إجراءات المناقصة في أي وقت أو مرحلة.

• هذه الوظيفة مقترحة للنساء والرجال على حد سواء.

• أي طلب لا يستوفى كامل الشروط لن يتم بحثه. سيتم استدعاء المتقدمين

الذين يستوفون الشروط فقط أمام لجنة الاختيار.

• تقدم الطلبات مع السيرة الذاتية والشهادات والوثائق المطلوبة

بالبريد الإلكتروني hr@shf.org.il حتى موعد أقصاه 2020/11/14 لغاية الساعة الثانية عشرة ظهراً (12:00).

للحصول على نموذج المناقصة - الرجاء الدخول إلى موقع بلدية شفاعمرو - خاتمة وظائف شاغرة وتحميل النموذج.

ما ذكر أعلاه بصيغة الذكر المقصود منه المؤنث أيضاً.

بلدية شفاعمرو/ اعلان خارجي رقم 13 / 2020(2)

حسب البند 3 من قانون البلديات (تعيين موظفين)

تعلن بلدية شفاعمرو عن الوظيفة الشاغرة التالية:

اسم الوظيفة: لوبردت הזה שירורי

تدرج ودرجة الوظيفة: تدرج موحد (5-7)

نسبة الوظيفة: 100%

المؤهلات الأساسية المطلوبة:

• شهادة مهنية درجة "أ" في الطبخ.

• سنة تجربة (على الأقل) في أحد المجالات التالية:

أدارة مطابخ، تقديم خدمات، تغذية، تقديم الطعام.

ملاحظات وتوجيهات عامة:

• تحتفظ البلدية بحقها بتمديد الموعد الأخير لتقديم الترشيحات لهذه الوظيفة.

• لا تقبل ولا تبحث الطلبات المقدمة التي لا تشمل ما طلب اعلاه من تفاصيل

ومستندات و/أو بعد الموعد المحدد اعلاه.

• البلدية غير ملزمة بقبول أي عرض وتحتفظ

بحقها في وقف إجراءات المناقصة في أي وقت أو مرحلة.

• هذه الوظيفة مقترحة للنساء والرجال على حد سواء.

• أي طلب لا يستوفى كامل الشروط لن يتم بحثه. سيتم استدعاء المتقدمين

الذين يستوفون الشروط فقط أمام لجنة الاختيار.

• تقدم الطلبات مع السيرة الذاتية والشهادات والوثائق المطلوبة

بالبريد الإلكتروني hr@shf.org.il حتى موعد أقصاه 2020/11/14

لغاية الساعة الثانية عشرة ظهراً (12:00).

للحصول على نموذج المناقصة

- الرجاء الدخول إلى موقع بلدية شفاعمرو

- خاتمة وظائف شاغرة وتحميل النموذج.

ما ذكر أعلاه بصيغة الذكر المقصود منه المؤنث أيضاً.

باحترام عرسان ياسين رئيس البلدية



**تتقدم أسرة بلدية شفاعمرو ممثلة برئيسها
السيد عرسان ياسين وأعضاء البلدية**



**وكافة موظفيها والعاملين فيها
بأسمى آيات التهنئة والتبريكات
للأمتين العربية والإسلامية عامة
ولأهالي بلدنا شفاعمرو خاصة
بمناسبة ذكرى المولد النبوي الشريف
أعاده الله علينا وعليكم بالخير واليمن والبركات**

بعد الهجوم على أسامة الرحباني.. زياد وريما الرحباني يصدران بيانا تحذيريا



نشرت المخرجة اللبنانية ريما الرحباني على "فيسبوك"، بيانا تحذيريا توجهت من خلاله إلى كل من يتصرف بأعمال فنية عائدة إلى الأخوين رحباني أو إلى زياد من دون الحصول على الموافقة المسبقة. وقالت الرحباني: "إن وريثة عاصي الرحباني ممثلين زياد عاصي الرحباني وريما عاصي الرحباني يعلنون رفضهم التام لقيام أي كان حتى ولو كان من وريثة منصور الرحباني، بإعادة تسجيل و/أو تصوير و/أو تكييف و/أو توزيع أية أعمال فنية تعود للأخوين رحباني أو زياد الرحباني بدون موافقتهم". وأضافت: "كما وأنهم يحذرون من منح أي أذونات أو إجازات للغير من طرف واحد، تعود لأصحاب الحقوق مجتمعين، وذلك إن في لبنان أو خارجه، ومهما كانت الوسيلة أو الإطار أو المناسبة، لذا اقتضى التوضيح". ويشار إلى أن ريما هاجمت في وقت سابق ابن عمها الموسيقار أسامة الرحباني بسبب وضع اسمه كملحن لأغنية "حبيبك بالصيف" التي قدمتها السيدة فيروز في العام 1970 ضمن مسرحية "يعيش يعيش". ونشرت ريما صورة التقطت في حفل "متحدون من أجل لبنان" الذي شارك فيه أسامة الرحباني وأرفقتها بمقطع من حديث اذاعي يظهر تأليف والدها الفنان القدير للأغنية. وكتبت في منشورها: "بعد مجزرة الأمس بالهدب أو الهدب بمعنى أصح أو هالدب كمان بتمشي". وأضافت: "إليك قصة حبيبك بالصيف من مؤلفيها وملحنها الأصليين! ما بعرف منين ولا كيف ولا ليش ولا بأي حق إنضمّت مبارح للمجزرة".

الحماس يتصاعد لـ "الهيئة الرد" وتيم حسن بشخصية مختلفة



مع بدء العد التنازلي لعرض الموسم الرابع من مسلسل "الهيئة الرد"، أثار الاعلانات الترويجية للمسلسل تشوق الجمهور لا سيما الاعلان الذي نشره بطل العمل النجم السوري تيم حسن والذي يبدو من خلاله أنه يتحضر لانتقام كبير جدا. يظهر النجم السوري تيم حسن صاحب شخصية "جبل الشيخ الجبل" بشخصية مختلفة، إذ توحي بتجديد دماء الشخصية مع موسمها الرابع حتى لا تقع في نمطية الأداء والإيقاع وهو ما اعتاده الجمهور من النجم السوري الذي يصر خلال سنوات حضوره على التجديد ولو بنفس العمل. ويبدو واضحا أن تيم يراهن على اقتراحه على صعيد تقديم "جبل" جديد ومختلف بحكاية قد تبدو أكثر تشويقا وتماسكا. يشار إلى أن العمل من تأليف ورشة من الكتاب وإخراج سامر البرقاوي وإنتاج "الصباح إخوان" للمنتج صادق الصباح ويشترك في هذا الجزء بالإضافة إلى أبطال العمل الأساسيين كل من ديما قندلفت وعادل كرم بشخصيات جديدة.

نانسي عجرم تعتذر من اللبنانيين



توجّهت الفنانة نانسي عجرم إلى جمهورها بمنشور عبر حسابها الخاص على انستغرام علفت من خلاله على تأثر المشاهدين بكليب أغنياتها الجديدة "إلى بيروت الأثني". وكتبت نانسي قائلة: "ما كان قصدي بكين ولا زعل حدا فيكن.. أنا كمان بكيت كثير اللي راحوا كتار، كل يوم عم نودع بعض، عم نخسر أحلى أيام حياتنا نحنا وبعاد عن بعض. بس الأمل يبقى موجود وحبنا لبلدنا كل يوم رح يكبر أكثر وأكثر ولكل من وما يجبرنا على الرحيل.. سنعود". يذكر أن أغنية "إلى بيروت الأثني" التي تصدرت "التريند" هي من قصيدة للشاعر الراحل نزار قباني بعنوان "إلى بيروت الأثني مع حبي"، ولحنها هشام بولس ووزعها باسم رزق، أما فيديو الكليب فهو من إخراج سمير سرياني.

هل سيجمع راغب علامة وشيرين بعمل مشترك؟

بالسوشيال ميديا، ووصفت النجم اللبناني بلقبه المحبب "الدونجوان" وقالت: "ميرسي يا دنجوان الوسط الفني، إنت حلو وكلامك حلو، وأكيد الغناء جنبك هيكون شرف كبير ليا". وكشف راغب عن وجود أغنية ديو تناسب شيرين عبد الوهاب: "لدي عشرات الأغنيات بجعبتي ولا اعلم من اين أبدأ بعد كورونا وانتظر ما سيحصل معي، وبجعبتي أغان لكل المواسم عاطفية ورومانسية وديوهات". وأضاف انه يريد ان يقوم بديو مع شيرين عبد الوهاب وقال: "غنينا معا" قلبي عشقا" و قولي حاجة" وهناك كيمياء بيننا وهناك اغنية جاهزة لا تلبق إلا لصوت شيرين الدافئ بل لشخصيتها المتعددة في بعض المواقف. وتابع: "من الممكن ان تراني انا وشيرين هذه المرة وممكن ان لا تركب وممكن ان تكون نجمة جديدة ومعروف كم ساعدت ناس مبتدئين في حياتي".



صرّح النجم اللبناني راغب علامة خلال لقاء أجراه مع الاعلامي علي ياسين على قناة الجديد عن رغبته بتقديم "ديو" غنائي مع النجمة المصرية شيرين عبد الوهاب، حيث تجاوبت الأخيرة سريعا مع دعوة السوبر ستار لتقديم ديو غنائي معها في الفترة المقبلة، وغردت عبر حسابها بموقع تويتر مؤكدة أنه شرف لها الغناء مع علامة. شيرين عبد الوهاب غردت عبر منصفها الوحيدة

كاظم الساهر يهدي "عراقنا" للشعب العراقي



طرح الفنان العراقي كاظم الساهر أغنية جديدة بعنوان "عراقنا" عبر حساباته الرسمية على مواقع التواصل الاجتماعي، والأغنية من كلمات كريم العراقي، وألحان كاظم الساهر وتوزيع ميشال فاضل، حيث كتب عبر صفحته الشخصية على إنستغرام إن الأغنية إهداء منه إلى الشعب العراقي.

بدأت الأجواء تبرد، كيف عليّ أن ألبس طفلي؟



مع بداية فصل الخريف وانخفاض درجات الحرارة، تصبح ساعات المساء باردة ومن الضروري الاهتمام بأن يرتدي طفلك الملابس المناسبة. جدير بالذكر أنه في الأشهر الأولى من حياته لا يستطيع الطفل أن يتحكم بدرجة حرارة جسمه بنفسه، لهذا علينا أن نهتم بأن تكون ملابسه مناسبة لدرجة الحرارة.

الباس المثالي للاطفال حديثي الولادة هو الأوفرول من القماش الناعم والمريح لإلباس الطفل به، لا سيّما وأنه يحافظ على درجة حرارة الجسم. في فصل الصيف مفضل اختيار أقمشة رقيقة وناعمة مثل القطن. أما في فصل الشتاء فيفضل اختيار أقمشة دافئة أكثر. في أول شهر من عمر الطفل علينا أن نهتم بأن يرتدي ملابس طويلة حتى لو كان في فصل الصيف لأنه غير قادر على المحافظة على درجة حرارة جسمه وهي غير مستقرة بعد.

ينصح باستخدام فانيلا/بلوزات تغطي كل الجسم، التي لا حاجة لإدخالها من الرأس حيث أن الطفل حديث الولادة غير قادر على السيطرة على حركة رأسه ورقبته. لهذا ينصح في الأشهر الأولى أن نختار ملابس لا حاجة لإلباس الطفل بها عن طريق رأسه.

ينصح بتغيير ملابس الطفل على مسطح تغيير الحفاضات أو على فرشاة عريضة كسريير الوالدين.

وبما أن جسم الطفل الصغير لا يزال حساسا وناعما، مفضل اختيار ملابس مصنوعة من القطن الكامل وليس القماش الاصطناعي الذي قد يؤدي إلى حساسية، مثل الطفح الجلدي والإحمرار.

DIY مع زوغلوبك

مكوّنات البيت لفترات طويلة كشف لنا امكانيات لتحضير وجبات البيت، وأهمها وجبات سهلة التحضير، طعمها طيب ولذيذة كحل لوجبة عائلية في هذه الفترة. زوغلوبك تقدم ميني هامبورغر لذيذ وطيب. 50 غرام كل قطعة هامبورغر. 8 قطع في كل عبوة- 400 غرام الميني هامبورغر بدون غلوتين وغني بالبروتين. حتى تكتمل المتعة البيتية، أرفقنا لكم على العبوة وصفة لتحضير "ميني لحميون" لذيذة وشهية تناسب الميني هامبورغر.

وصفة للحميون

مركبات:

- 1- ملعقة كبيرة خميرة
- 270 ملل ماء فاتر
- 500 غرام طحين
- ¼ كاس سكر
- 2- ملاعق زيت نباتي
- ½ ملعقة ملح
- سمس
- 1- بيضة
- 1- ملعقة سيلان

طريقة التحضير:

- نخلط الماء والسكر والخميرة مع بعض وننتظر 5 دقائق حتى تذب الخميرة كلياً.
- نضيف الطحين تدريجياً، ثم الزيت والملح ونخلطها معاً في الخلاط لمدة 10 دقائق تقريباً حتى نحصل على عجينة موحدة ورطبة.
- نضع القليل من الزيت على العجينة. نغطيها ونتركها حتى تنتفخ ويتضاعف حجمها.
- نضع العجينة على مسطح عليه القليل من الزيت ونرقه بلطف على شكل مستطيل
- نقسم لـ 16 دائرة صغيرة ونضعها على ورق الخبز في قالب مع المحافظة على مسافة بينها. ونتركها لمدة 40 دقيقة حتى يخمر.
- نخلط البسكويت مع السيلان وندهن بلطف اللحميون من فوق ونضع بعض السمس على كل واحدة منها.
- ندخلها للفرن بعد أن تم تسخينه مسبقاً على درجة حرارة 180 لمدة 20 دقيقة أو حتى تتحمّر اللحميون قليلاً ثم نخرجها ونضعها جانباً حتى تبرد. صحتين!



أفكار تحوّل مطبخكم إلى مطبخ الأحلام!

الظروف التي تشهدها البلاد في الفترة الأخيرة تستمر أكثر مما توقعنا، وانتهت أفكارنا لقضاء الوقت بالبيت؟ انه الوقت المناسب للتفكير بتغيير جذري يُنعش المنطقة التي تقضي بها العائلة معظم أوقاتها-ألا وهو المطبخ!

استبدال المطبخ القديم بأخر جديد هو مسألة مكلفة، وأحياناً مكلفة جداً. سعر المطبخ الجيد الذي يصمد أعواماً طويلة قد يصل إلى عشرات آلاف الشواقل أو أكثر. لهذا قمنا بجمع عيدة أفكار من أجلكم بحيث يمكن تنفيذها في الفترة الحالية، حيث يتوفر لكم الوقت.

دهن الأبواب - بدل تغيير أبواب المطبخ، وبما أنه يحظر دخول "الغريب" للبيت لدينا فكرة أقل تكلفة وممتعة أكثر. ابحنوا في الانترنت كيف يمكن شراء دهان لأبواب المطبخ، تصفحوا كتالوج الألوان وقوموا باستشارة المجموعات في شبكات التواصل الاجتماعي، سيفاجئكم استعداد الناس للمساعدة. يمكنكم دهن أبواب المطبخ بمفرديكم، اللون الجديد سيضيف تجديدًا على مطبخكم القديم ويجعلكم ترغبون بالدخول إليه أكثر واستعماله.

تغيير الواجهات - لا داعي لتغيير كل المطبخ إذا كان بإمكانكم تغيير أبوابه إلى تصميم عصري أكثر. الخزائن وعدة التركيب لها حصة الأسد من تكلفة المطبخ. لهذا سنحافظ عليها ونستبدل أبواب الواجهة للحصول على مظهر فاخر وأنيق.

دمج قطع وملاءمة ألوان - كل واحد ولونه المفضل. يمكن أن يكون الأخضر البنفسجي، الأحمر أو الأزرق. تصميم المطبخ بلون صارخ كهذه الألوان قد يسبب لكم إزعاجًا مع الوقت. ما الحل إذا؟ كيف نحصل على مطبخ الأحلام الذي لن نمله بعد فترة وجيزة؟ اختاروا لونا فاتحًا وهادئًا عند دهن الأبواب. مثل لون "الشميت"، وادمجوا معه مستلزمات بلونكم المفضل: خلاط لطيف، سخان المياه بلون ملانم أو حتى طقم ملاعق بلاستيكي بلون مناسب! اختاروا كل المستلزمات بلون موحد كالأحمر أو البنفسجي. حسب ذوقكم. المبدأ بسيط: لا تحشروا الكثير من الأغراض في نفس المساحة ولا تتعبوا العين من جهة، ومن جهة أخرى يمكن تبديل الأغراض بعد عدة سنوات بأغراض باللون المفضل لدى لفرد آخر من العائلة.

تبديل أجسام الإضاءة - تبدل أجسام الإضاءة بأجسام أخرى جديدة ستضئ المطبخ بنور جديد. إضافة إلى التجديدات الملونة الأخرى التي أدخلتموها، ستضمنون الحصول على مطبخ جديد بمظهر مختلف وعصري ولكنه يتطلب تدخل مختص. إلى أن يتسنى لكم إدخال نجار أو كهربائي إلى البيت لمساعدتكم على تغيير الإضاءة. ابدأوا بالبحث عن أجسام أضواء تعجبكم، وفكروا بتغيير الحنيفة القديمة بأخرى حديثة. أحياناً يطفي تصميم الحنيفة القديم على المظهر الكلي للمطبخ. استبدلونها بأخرى فاخرة وحسنوا المظهر كله.

كما ذكرنا آنفاً، ننصح بتغيير لون المطبخ إلى لون فاتح أو غامق، وبكل الأحوال ننصح بتوحيد الألوان أيضاً عند اختيار لوازم المطبخ والأجهزة الكهربائية لتكون بلون يختلف عن لون المطبخ. أما إذا قررتم الثاني فليلا، فيمكنكم تحديث المطبخ بإدخال بار المياه تامي 4 إليه باللون الذي تحبونه. بار تامي 4 متوفر بعدة ألوان باردة: الأخضر أو الأزرق، وألوان دافئة أكثر: كالبني، الأحمر وغيرهما.

نأمل أن تمرّ هذه الفترة بسرعة، ولكن استبدال مياه الشرب بمياه جودة عالية أكثر وطيبة أكثر مناسب في كل الأوقات. بار المياه تامي 4 بمختلف ألوانه يقدم لكم مياهًا بجودة عالية وطيبة أكثر. وبما أننا بفترة تكثرت فيها التغييرات، ادخلوا تغييرًا إيجابيًا إلى بيتكم، مثل بار المياه تامي 4 الذي سيجعل جميع أفراد العائلة يشربون أكثر. هذا ما صرح به 89% من زبائننا (حسب استطلاع عادات الشرب، أيار 2020).

كريم لنشد وتماسك وتفتيح البشرة خلال 4 اسابيع. تحصلين على النتائج المرغوبة خلال أسبوع واحد. بفضل تكنولوجيا reneura مع التقدم في العمر تبدأ تظهر على بشرة وجهنا التجاعيد وعلامات الشيخوخة. خاصة عند النساء بعد جيل 40 حيث يصبح أكثر نضجا وثقة وبهذه المحافظة على بشرة وجه صحية وشابة. مجموعة "فيتال برفكشن" بتكنولوجيا reneura الجديدة والحصري لشركة shiseido تقدم أفضل المنتجات لإزالة تجاعيد البشرة وتحسن من مظهر البشرة وتعيدها إلى شبابها من جديد. سلسلة المنتجات:

Vital Perfection Uplifting and Firming Cream - كريم للوجه يلائم كل بشرة

Vital Perfection Uplifting and Firming Cream Enriched - كريم ذو ملمس غني للبشرة الجافة

Vital Perfection Uplifting and Firming Cream SPF 30 - كريم للنهار يحمي من أشعة الشمس

Vital Perfection Uplifting and Firming Cream Emulsion SPF 30 - مستحلب للنهار يحمي من أشعة الشمس

Vital Perfection Overnight Firming Treatment - كريم مثالي لنشد البشرة خلال الليل

SHISEIDO Vital perfection Uplifting and firming لبشرة نضرة بأسرع وقت!



Versace dylan blue Pour femme



عطر نسائي قوي، ذات عبوة فخار مميّزة مثل الأساطير اليونانية يُعبّر عن قوة المرأة جاذبيتها وجرأتها.

عطر يناسب المرأة الحساسة، الأنيقة والقوية. ذات رائحة حادة، عميقة وغامضة فيه لمسة من الشرق الأوسط ويكتمل مع دمج لوان الأزرق الغامق والذهبي.

مقدمة العطر: الكشمش الأسود، نفاخ جراني سميت، زهر البرسيم وشيرو. قلب العطر: ثمار الورد، الورد، الياسمين، الخوخ وبيتابيا.

قاعدة العطر: تتكوّن من الستيراكس، العبهر، الأخشاب البيضاء، المسك والبانثولي. VERSACE DYLAN BLUE

100 ملل، 249 ش.ج. 349 ش.ج - تجدونه في شبكات الفارم

كافيه عليت تقدّم لكم: PLATINUM CLASSIC!

من محبّي النمط الكلاسيكي؟ لدينا قهوة كلاسيكية من أجلك!



PLATINUM CLASSIC هو منتج جديد ينضم لسلسلة قهوة كافيه عليت التي تقدم لمستهلكها قهوة مجففة بالتجميد- قهوة مكوّنة من 100% حبوب عرابيكا. خليط استثنائي بطعم كلاسيكي وأصلي. عملية التجميد الطويلة ومراحل الإنتاج مخططة باتقان للحفاظ على طعمه القهوة الطبيعية والحصول على طعمه متوازنة ذات قوة مرارة ونكهة بالكمية المرغوبة. وهذا ما يجعلها بسيطة، كلاسيكية.

قهوة PLATINUM CLASSIC، اسم على مسمى، فهي غنية، متوازنة وذات نكهة قهوة تجعل من كل رشفة متعة!

خصائص: قوة القهوة-متوسطة درجة الحموضة-متوسطة درجة المرارة-متوسطة

درجة الحموضة-متوسطة درجة المرارة-متوسطة

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 5 | 3 | | | 7 | | | |
| 6 | | | 1 | 9 | 5 | | |
| | | 9 | 8 | | | 6 | |
| 8 | | | | 6 | | | 3 |
| 4 | | | 8 | | 3 | | 1 |
| 7 | | | | 2 | | | 6 |
| | | | | | | 2 | 8 |
| | | | 4 | 1 | 9 | | 5 |
| | | | | | | 7 | 9 |



وزير الاقتصاد والصناعة ومفوض سلطة تطوير وتوطين البدو في النقب، عضو الكنيست عمير بيرتس، يعقد اجتماعاً مع رؤساء السلطات البدوية في النقب



اجتمع وزير الاقتصاد والصناعة والمفوض على سلطة البدو، عمير بيرتس، بتسعة رؤساء سلطات بدوية في النقب، بالإضافة إلى مدير عام وزارة الاقتصاد والصناعة ومدير عام سلطة البدو، يئير معيان، ورئيس قسم التطوير الاقتصادي والاجتماعي، يريف من. وامتاز الاجتماع الذي استمر على مدار ثلاث ساعات بالأجواء الجيدة والإيجابية، وطرح خلاله رؤساء السلطات مواضيع مختلفة. الوزير بيرتس الذي أصغى باهتمام لادعاءات رؤساء السلطات قال: "في أوساط المجتمع البدوي في النقب هناك تحديات عديدة والتي تراكمت على مر السنوات. لا أخشى معالجتها لأنني أعلم بناءً على رؤية واضحة بخصوص تحسين وضع المجتمع البدوي والمجتمع العام في إسرائيل. لقد أصدرت التوجيهات لمدير عام وزارتي، دافيد لفلر، بفحص كافة المواضيع التي تم طرحها، وعقد اجتماع إضافي في غضون شهر في السلطات البدوية لاطلاع رؤساء السلطات حول التطورات".

الوزير بيرتس: "في أوساط المجتمع البدوي في النقب هناك تحديات عديدة والتي تراكمت على مر السنوات، لكنني لا أخشى معالجتها لأنني أعلم بناءً على رؤية واضحة بخصوص تحسين وضع المجتمع البدوي والمجتمع العام في إسرائيل". "أنا أقبل جميع الادعاءات التي طرحتموها هنا بصورة محترمة وجديرة، لكنني لا أريد خداعكم بأنني أستطيع تقديم حلول لكل شيء، في القضايا الخاضعة لمسؤوليتي وصلاحياتي سأقوم باتخاذ القرارات على وجه السرعة". نحن نبذل الجهود للتوصل لتفاهات مع الجهات ذات الصلة لتجميد أوامر الهدم، وإتاحة الوقت لنا للتواصل مع رؤساء السلطات والسكان من أجل التوصل إلى تسويات". "هناك العديد من المواضيع التي ينبغي مناقشتها وهي خاضعة لصلاحيات الوزارات الأخرى. أنوي الاجتماع قريباً بمندوبي وزارة المالية والقضاء والأمن الداخلي للتوصل لتفاهات وطرح جميع هذه المواضيع سوياً أمام الحكومة".

الميزان
مهنيًا: يوحي هذا اليوم بجديد مفرح ومرح، وإذا تأخر يظل عليك قريبًا، وتؤدي واجبك على أكمل وجه. عاطفياً: لا تجعل فرصة لقاءك الحبيب تفوتك لأنه يخفي لك الكثير من الحب والمفاجآت السعيدة غير المتوقعة. صحياً: قد يتناهي إلى مسمعك خبر يتعلق بوضع صحي يجعلك قلقاً جداً ويؤثر في صحتك.

العقرب
مهنيًا: قد تواصل عملية ناجحة، تحت تأثير المثلث الفلكي المائي بين القمر في الصوت والشمس من برجك الذي يهيك حلاً وانسراحاً بعد قلق وتوتر. عاطفياً: عليك أن تقوم بما يتوجب تجاه الشريك، ولا سيما أن هناك بعض الحقوق المهذورة التي تزعجه. صحياً: لا تخطئ بين الأمور الحياتية والمهنية، وتقرر غضبك بوجه كل من تصادفه وتصاب بانهايار عصبي.

القوس
مهنيًا: تتهور كثيرًا بسبب السرعة في اتخاذ القرارات المهمة، لذا عليك أن تكون أكثر حذراً في تصرفاتك لضمان مستقبل أفضل. عاطفياً: تواجهك مشاكل صعبة مع الشريك، لكن تجنب أي مناقشة حادة معه وخصوصاً اليوم. صحياً: أبذل كل ما في وسعك لتبقى محافظاً على رشاقتك، ولا سيما أنك معرض للبدانة بسرعة.

الجدي
مهنيًا: قد تواجه أزمة مالية مفاجئة يتسبب بها أحد الزملاء، وتساعدك عليك مسألة حلها. عاطفياً: يفرحك الشريك باقتراحاته، فببعض من يساعدهك على تجاوز الأمور التي كنت تخشى مجرد ذكرها. صحياً: تتلقى العلاج اللازم في الوقت المناسب، وتتخلص من بداية مرض كان يسبب لك مشاكل صحية خطيرة.

التلو
مهنيًا: تتحسن أوضاعك تدريجاً، وخصوصاً بعد القرارات الحاسمة التي اتخذتها لتوضيح موقعك على الصعيد العملي. عاطفياً: تدعو الشريك إلى رفقتك وتمضية الأونة الأخيرة، وتحاول أن تنسبه الماضي الأليم. صحياً: تقضي مع العائلة أوقاتاً سعيدة تخفف من تعبك النفسي وتصلك أخبار سارة من قريب مسافر تزيد من ارتياحك.

الحوت
مهنيًا: تسوي هذا اليوم بعض الأمور العالقة على طريق اتصالاتك، وتبدو متحمساً أكثر من العادة، ويبتسم لك الحظ ويأتيك بالأخبار السارة. عاطفياً: لا تكن استغزانياً مع الشريك بتصرفاتك، فقد يفاجئك برؤفعل يكون غير متوقع. صحياً: تقرر أخيراً الانضمام إلى أحد الأندية بعدما بت مقتنعاً بأن الرياضة ضرورية لصحتك.

الحمل
مهنيًا: يند هذا اليوم بار تباك وبيعض القلق أو النزاعات، وهو غير مناسب للتحرك على صعيد العلاقات العامة. عاطفياً: بصيص من الأمل يلوح بعد سلسلة من الغيوم الداكنة، وهذا سببه العناد والتسلط، فكن حذراً. صحياً: جدد النشاط الذي يعرفه الآخرون فيك، وبين للجمع أنك قادر على استعادته.

النور
مهنيًا: يتحدث هذا اليوم عن حل ودعم والتفاف معك، ومين الحكمة عدم استعجال الأمور. عاطفياً: رغبة الشريك في استيضاح المستقبل تعد ضرورية ومهمة بالنسبة إليه. صحياً: تحتاز أزمة صحية خطيرة بفضل صلابتك وقدرتك على التخلص من كل الضغوط.

الجوزاء
مهنيًا: حاول أن تعمل في الظل بعيداً عن لفت الانتظار، إذ إن مشكلات صغيرة في العمل قد تولد نفورا. عاطفياً: غيرتك تزعج الحبيب كثيراً فأنحه ثقة أكبر ليعبر لك عن مدى تعلقه بك. صحياً: درهم وقاية خير من قنطار علاج ميل ومزيج، انتبه لصحتك، وحاول أن تكون واعياً.

السرطان
مهنيًا: يلائمك هذا اليوم وتستمر مفاعيله مدة طويلة، وتزول الخلافات مع بعض الزملاء، وهب هذا المصالحاتك. عاطفياً: مفاجأة سارة من الحبيب تؤكدك أن حبه الكبير وإخلاصه أكبر من أن يوصفا. صحياً: التحق بأحد الأندية التي تضم حوض سباحة شتويًا وممارس السباحة المفيدة لكل عضلات الجسم.

الأسد
مهنيًا: حاول أن تبعد عن النقاشات التي لا تجدي نفعاً، وحاول التركيز على ما هو أكثر أهمية من أجل عطاء أفضل. عاطفياً: عامل الشريك كما يستحق، ولا سيما إذا كنت مقتنعاً بخطواتك المستقبلية معه. صحياً: كن معتدلاً في ممارسة الرياضة التي قد تسبب تعباً لقلبك، واكتف بالخفيف منها.

العذراء
مهنيًا: احذر مشكلات شخصية أو مهنية وابق على الحياء، قد تعاكس الظروف أو تجد نفسك غير قادر على المواجهة أو منقضا على واقع. عاطفياً: لا تكن انطوائياً، أخرج إلى المجتمع وابتح عن حب في حياتك من دون تأخر، فالحياتة تسير بسرعة. صحياً: لا تكثر من القراءة حتى ساعات متأخرة من الليل، وحاول أن تنام باكراً.

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 15 | 14 | 13 | 12 | 11 | 10 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | | | | | | | | | | | | | | 1 |
| | | | | | | | | | | | | | | 2 |
| | | | | | | | | | | | | | | 3 |
| | | | | | | | | | | | | | | 4 |
| | | | | | | | | | | | | | | 5 |
| | | | | | | | | | | | | | | 6 |
| | | | | | | | | | | | | | | 7 |
| | | | | | | | | | | | | | | 8 |
| | | | | | | | | | | | | | | 9 |
| | | | | | | | | | | | | | | 10 |
| | | | | | | | | | | | | | | 11 |
| | | | | | | | | | | | | | | 12 |
| | | | | | | | | | | | | | | 13 |
| | | | | | | | | | | | | | | 14 |
| | | | | | | | | | | | | | | 15 |



عامودي

- 1- لاعب كرة قدم برازيلي - للنفي
- 2- مطرب عراقي - من السلم الموسيقي
- 3- ولاية أميركية - الولد (م)
- 4- حرف نصب - والدي - المجازف (م)
- 5- مجلة عربية (م) - ينتسبون إلى أحد العصور - علم مؤنث
- 6- ذاب (م) - متشابهان - زمن - الجنون (م)
- 7- صر - عكس يسار - للتعريف (م)
- 8- المراقبة - المنازل (م)
- 9- عرائس - شعوذة - الغابات (م)
- 10- متشابهة - علم مذكر - علم مؤنث
- 11- الجميع (م) - عكس نجاحي - حرف أجنبي (م)
- 12- تجاوزتم الحدود - دولة اوروبية (م)
- 13- أنحاء - من الأثاث (م)
- 14- العاقل - من الأسماء الخمسة - مكان للعبادة (م)
- 15- مستنسخ النعجة دوللي - تبع

أفقّي

- 1- لاعب كرة قدم برازيلي - للنفي
- 2- مطرب عراقي - من السلم الموسيقي
- 3- ولاية أميركية - الولد (م)
- 4- حرف نصب - والدي - المجازف (م)
- 5- مجلة عربية (م) - ينتسبون إلى أحد العصور - علم مؤنث
- 6- ذاب (م) - متشابهان - زمن - الجنون (م)
- 7- صر - عكس يسار - للتعريف (م)
- 8- المراقبة - المنازل (م)
- 9- عرائس - شعوذة - الغابات (م)
- 10- متشابهة - علم مذكر - علم مؤنث
- 11- الجميع (م) - عكس نجاحي - حرف أجنبي (م)
- 12- تجاوزتم الحدود - دولة اوروبية (م)
- 13- أنحاء - من الأثاث (م)
- 14- العاقل - من الأسماء الخمسة - مكان للعبادة (م)
- 15- مستنسخ النعجة دوللي - تبع

تابعونا على صفحتنا في الفيس بوك
«موقع السلام»



و صفحتنا على الانستجرام

موقع الاعلامي تهامة نجار



ניהול מקצועי של קמפינים פרסומיים, ראדיו
שלטי חוצות, מדיה חברתית, טליוויזיה, עיתונות

إدارة مهنية للحملات الإعلانية , اذاعة , لافتات اعلانية ,
وسائل التواصل الاجتماعي , تلفاز , صحافة