

مطعم الفاخورة מסעדת קדדרימ

جلسة عائلية ساحرة على شاطئ بحر دادو في حيفا



للحجز والاستفسار

04-8512018

رافائيل تهامة نجار



السلم والسلام
والمحبة
17/06/16 409
تصدر عن مجموعة السلام للإعلام
رئيس التحرير تهامة نجار
لحجز اعلاناتكم 0525363507/4

لذكرى



(في ذكرى الاربعةين لوفاة
الخال رجل المجتمع انيس
مشيعل ابو الجميل)

تهامة نجار

فعاليات رمضان 2016 برعاية بلدية
شفاعمرو تستقطب آلاف الشفاعمريين
فعاليات رمضان تستقطب
اهتمام آلاف الشفاعمريين

أسقفية شفاعمرو
الثانوية تكرم
مؤسسها ومديرها
الأول المربي
شكري عبود



من امن بي وإن مات فسيحيا



قداس وجناز الاربعةين

عموم آل صليبا وآل عبود أقرباؤهم وأنسابهم،
في شفاعمرو والخارج، يدعونكم لمشاركتهم
أحياء ومراسيم قداس وجناز الاربعةين
راحلة لخمس فقيدتهم الغالية،
طيبة الذاكرة

عايدة شكري صليبا عبود

(ام يزيد)

وذلك في تمام الساعة السادسة من مساء يوم الجمعة الموافق 17/06/2016
في كنيسة القديسين بطرس وبولس للروم الكاثوليك في شفاعمرو
لا اراكم الله مكروها بعزيز
الرجاء اعتبار هذه الدعوة بمثابة دعوة شخصية للجميع

من امن بي وإن مات فسيحيا



قداس وجناز الاربعةين

ابناء وبنات الفقيدة، إخوتها وأختها،
عموم آل عوض وآل عمار، أقرباؤهم وأنسابهم
في شفاعمرو والخارج، يدعونكم لمشاركتهم
أحياء ومراسيم قداس وجناز الاربعةين
راحلة لنفس فقيدتهم الغالية، طيبة الذكر

نجلاء عزيز (عمار) عوض

(ام فرحات) والدة هيام مباركي (ام تيسير)

وذلك في تمام الساعة السادسة من مساء يوم السبت الموافق 18/06/2016
في كنيسة مار يوسف للاتين في حيفا -شارع همجيميم 80
لا اراكم الله مكروها بعزيز
الرجاء اعتبار هذه الدعوة بمثابة دعوة شخصية للجميع

من امن بي وإن مات فسيحيا

قداس وجناز الاربعةين

ابناء الفقيد واخواته وعموم آل مشيعل أقرباؤهم وأنسابهم في شفاعمرو
والخارج يدعونكم لمشاركتهم قداس وجناز الاربعةين راحة لنفس فقيدهم
طيبة الذاكرة

أنيس جميل مشيعل (أبو جميل)

وذلك في تمام الساعة الرابعة والنصف من مساء يوم السبت الموافق 18/06/2016
في قاعة السيدة العذراء الرعوية في شفاعمرو ومباشرة تليه مراسم التأبين
لا اراكم الله مكروها بعزيز

الرجاء اعتبار هذه الدعوة بمثابة دعوة شخصية للجميع

مجموعة السلام للإعلام



مطعم الفاخورة
מסעדת קדדרימ

جلسة عائلية ساحرة
على شاطئ بحر دادو
في حيفا

جميع انواع المشاوي

جميع انواع السلطات العربية والغربية

جميع انواع الاسماك البحرية والفاكهة البحرية الطازجة

مشروبات خفيفة وروحية: ويسكي، نبيذ، فودكا، بيرة من البرميل

للحجز والاستفسار 04-8512018



كمان بساعات الليل.. إحنا معكم

كلايت شفاعمرو-مركز حياة، بخدمتكم



خدمة الطوارئ الليلية تشمل :

معاينة طبيب | فحوصات مخبرية | خدمات تمريض

ساعات الدوام :

الأحد، الأربعاء | من الساعة 16:00 عصرًا وحتى الـ 7:00 صباحاً (من اليوم التالي)
الإثنين، الثلاثاء، الخميس | من الساعة 19:00 مساءً وحتى الـ 7:00 صباحاً (من اليوم التالي)
يوم الجمعة / الأعياد | من الساعة 14:00 ظهراً وحتى الساعة الـ 07:00 صباحاً بشكل متواصل (حتى الأحد/انتهاء العيد)

مركز حياة، الشارع الرئيسي شفاعمرو، حارة العين بجانب الإطفائية

من يافا الى شفاعمرو- تاريخ وقضية "اليافوية الشفاعمية" فكتوريا حمصي (السبير) والدة أبو خليل إيبير



بقلم
تغريد جهشان
التفاصيل
الكاملة في
العدد القادم

فعاليات رمضان 2016 برعاية بلدية شفاعمرو تستقطب آلاف الشفاعمريين مساء السبت في دار الثقافة: جوقة سراج تقدم باقة من الابتهالات الرمضانية والأغاني الكلاسيكية الطربية



تواصل في أحياء مدينة شفاعمرو الفعاليات المتنوعة التي ترعاها بلدية شفاعمرو في شهر رمضان المبارك. وتستقطب الفعاليات آلاف الشفاعمريين من مختلف الأحياء والفئات العمرية.

×× دوريات كرة القدم المصغرة وتشهد أحياء الكرك و"وادي الصقيع" و"الخروبية" كل ليلة مباريات مثيرة بكرة القدم المصغرة بحضور المئات من المتفرجين في أجواء من الحماس والروح الرياضية تتلاءم والأجواء الرمضانية. ويشرف على الدوريات مدير قسم الرياضة في البلدية كارم صبح.

×× أنتت الربحان بـرمضان وانطلقت هذا الأسبوع مسابقة "أنت الربحان بـرمضان" وهو برنامج تثقيفي بمشاركة جماهيرية إذ تجوب سيارة البلدية الأحياء المختلفة ويتم توجيه أسئلة معلومات بروح الشهر الفضيل ومعلومات عامة يحصل فيها أصحاب الأجوبة الصحيحة على قسائم شراء تبرع بها أصحاب محال تجارية. وتم هذا الأسبوع تنفيذ البرنامج في ثمانية أحياء مختلفة على أن يتواصل ليصل جميع الأحياء. ويشرف على المسابقة الصحافي حسين شاعر، ويقدمه الشاب الموهوب عدي حجاج.

×× نادي جيل الطفولة ضمن فعاليات مركز جيل الطفولة (التي تقام في دار الثقافة)، يستقبل المركز بعد ظهر أيام الاثنين والخميس مئات الأطفال (3-6 سنوات) في فعاليات متنوعة وورشات فنية وألعاب تلقى إعجاب الأطفال وأهاليهم. ويشرف على الفعالية مسؤول مركز جيل الطفولة وسيم الحاج.

×× الحكايات استمتع مئات الأولاد وطلاب المدارس الابتدائية بحكايات "حكواتي رمضان". وتم حتى اليوم تنفيذ البرنامج في تسعة مواقع مختلفة على أن يتم لاحقاً مواصلة في باقي المواقع في المدينة وأحيائها. ويشارك في أداء الحكواتي مجموعة من الفنانين المعروفين.

ترويجا لعمل وإبداع الطلاب :

الراهبات تقيم معرضاً رائداً للفنون



نظمت مدرسة الراهبات أمس الخميس معرضاً خاصاً للفنون من إبداع طلاب صفوف الاوائل اشرفت عليه المعلمتان لمياء ونديمه قرمان وهو نتويع لما تعلمه الطلاب خلال السنة، وفيه اهمية لبناء شخصيه الطالب وتنمية مواهبه وقدراته حيث عمل الطلاب على إنتاج المعروضات فترة عدة اشهر. ومما يجدر ذكره أن مدرسة الراهبات تهتم بإقامة معارض سنوية لطلابها ولكن هذه هي المرة الأولى التي يقام فيها معرض للفنون للصفوف الأولى.

A.N.G

كارت ازياء حوانيت

شبكة حوانيت
أزياء للأولاد

ابنك مثل ملحق

Add Friend Photos
Share Comment
Message Like Follow

#ANG_FASHION مع

شفاعمرو - حي عين عافية - عمارة الوليد 04-6042890

עודפי מעצבים

שוארן



כל המחל 90.39

1000 מטר פאז מלאבס לכבאר ממומי האזיאא פי האלא

מתחם האאוטלט - חוצות המפרץ, חיפה (מול פוקס) | טל. 054-789-1379

זורנא עלא صفحتنا פי 

אולמי הנסיכה, חוצות המפרץ 

الشرطة تضبط كميات كبيرة من الاسلحة والمخدرات في الوسط العربي



سلطة الاطفاء: اهمال المواطنين تسبب باحترق الاف الدونمات

أكد كايد ظاهر المتحدث والمركز للاعلام العربي " أن السلطة تطلب المواطنين بعدم اشعال النيران خاصة في الاماكن المفتوحة والمتزهات، وذلك في ظل استمرار الاجواء الخماسينية المصحوبة برياح، الامر الذي يؤدي الى اشعال النيران بسرعة كما حدث في مناطق عديدة . وأصاف ظاهر تطلب السلطة المواطنين اتباع طرق السلامة وعدم القيام بأمر مخالف لهذه التعليمات كتقليم الاشجار وحرقها او حرق النفايات بشكل عشوائي او ترك سجاير او جمرات مشتعلة، حيث اتضح ان الاهمال من قبل مواطنين كان السبب الرئيسي لحدوث حرائق كبيرة اتت على الاف الدونمات من الاحراش الطبيعية".

مصرع الطفل بلال حتوت من طمرة بعد تعرضه لحادث دهس

تعرض الطفل بلال حتوت ويبلغ سنتين من العمر، لحادث دهس بالقرب من منزله بمدينة طمرة ، هذا وتم نقله الى مركز الزهراوي الطبي بالمدينة حيث قدم له الطاقم الطبي الاسعافات الولىة ومن ثم تم نقله الى مستشفى رمبام لاستكمال العلاج الشرطة حضرت وباشرت التحقيق الا أنه توفي لاحقا متأثرا بجراحه



لبنى حبيب الله وابنها آدم عين ماهل



القناني للحاويات
ومش للنفايات

عشان أولادي بسترجع القناني

"في رمضان أمي بتمتم كثير تحضري ع الفطور الأكله اللي بحبها، وبتصحيني عالسحور عشان ما اجوع، وبتخلينيش اطلع ع الشمس عشان ما اعطش، وكمان صارت بسترجع القناني في رمضان عشانى"

شكراً ماما، لانك كمان بتسترجي القناني في رمضان عشانى

سيارة البوظة المتنقلة ستزور البلدان العربية على مدار

3 أسابيع بعد الإفطار، فيما يلي برنامج السيارة للأسبوع القريب:

الريفة	23-6-2016	الفرديس	20-6-2016
طرعان	24-6-2016	كابول	21-6-2016
شعب	25-6-2016	طمرة	22-6-2016



ونحصل على بوظة هدية من سيارة البوظة!





Naaman
get cooking

رمضان فيه الخير..

ونعمان فيها البركة

رمضان كريم

أبناء حنا شمشووم-الناصره • أرسلان شمعان-الناصره • اخوان سمارة- شفا عمرو • ارت تكستيل-كفر قرع • ازواق-فرديس • اسيمه ماركت-رھط • اكرم منصور- عسفيہ • البيت الجميل-نابلس • البيت العصري-كفر مندہ • البيك-طمرة • الجزيرة-كفر قرع • الحمارشة لادوات المنزلية-برطعة • السلفيتي-ام الغنم • الكمال-الفرديس • الميسم-كفر مندہ • الوان-بيت لحم • الوان-نابلس • زھر فطمة-عسفيہ • صالح دباح-دير الأسد • صالح دباح-كرمييل • عابدين بيت النخبة-المنطقة الصناعية رام الله • عابدين بيت النخبة-كفر عقب • عدنان زعبي-الناصره • فليش هوم-الناصره • فانا سنتر-كفر كنا • كازا عبد اللطيف-ام الفحم • كول بنا-رنا-عرعره • مجمع الحاج التجاري-كفر كنا • مجمع كنعان-يركا • محاجنة نزار-ام الفحم • محمد مهنا-البيعيه • محمد مهنا-بانياس • مرجي حنا-يافة الناصره • مركز همازون-الناصره • مركز همازون-يركا • معرض سام-الناصره • معرض سمارة-يافة الناصره • معرض لولا-كفر كنا • نعمان-الطيبة • نعمان-المنطقة الصناعية كفر قاسم • نعمان-الناصره مجمع دوچ • نعمان-ام الفحم • نعمان-باقة الغربية • نعمان-سخنين • نعمان-شفا عمرو • نعمان-كفر قاسم • نعمان-الطيبة • نعمان-كفر قرع • نعمان-هضبة الجولان • نبلي أدوات منزلية-اللد • هوم بلازا-الخليل • يميس-سخنين

نيمار يعتذر للجماهير البرازيلية عن "إهانة إنستغرام"

منتخب البرازيل عقب خروجه من الدور الأول لكوبا أميركا، كاتباً بعد خيبة الأمل هذه سيظهر الكثير من... ليتحد ثوا، وهو ماتم تأويله باعتباره رسالة "بذئثة". وقال لاعب برشلونة "لقد أدركت أن ما نشرته على



أنستغرام كان له تأثير سلبي، وتوصلت بعدما فكرت في الأمر إلى أنني بالغت". وأضاف "أقدم اعتذاري لكل من أحسوا أن منشوري قد هاجمهم، وذلك أقل شيء يمكنني أن أقوله

قدم نجم المنتخب البرازيلي، نيمار، اعتذاره عن تعليق نشره في موقع التواصل الاجتماعي "أنستغرام"، قائلاً إنه تراجع عنه بعدما جرى فهمه بصورة سلبية. وكان نيمار قد انتقد من رآه متحاملين على

غريزمان يقود فرنسا لدور 16 في يورو 2016

"drome" في مدينة مرسيليا الفرنسية. ولزميله ديميتري بايت الذي سجل هدف الأمان الثاني في الدقيقة الخامسة المحتسبة بدلا عن الضائع. وحقق المنتخب الفرنسي فوزه الثاني على التوالي، وضمن تأهله إلى دور الستة



عشر للبطولة، بينما مني منتخب ألبانيا بالهزيمة الثانية على التوالي، وبقي في المركز الرابع الأخير. وتحتل سويسرا المركز الثاني برصيد أربع نقاط، بعد تعادلها (1-1) مع رومانيا، الثالث برصيد نقطة وحيدة. وستواجه فرنسا في الجولة الثالثة الأخيرة سويسرا يوم الأحد 19 من الشهر الجاري، وتلعب ألبانيا ضد رومانيا في اليوم ذاته.

حجز منتخب فرنسا بطاقة العبور الأولى إلى دور الـ 16 لنهائيات بطولة كأس الأمم الأوروبية لكرة القدم، بفوزه بشق الأنتس على نظيره الألباني، الأربعاء 15 يونيو/حزيران، في الجولة الثانية. ويدين منتخب الديوك الفرنسية بالفضل في انتصاره لمهاجمه أنطوان غريزمان، هداف أتلتيكو مدريد، الذي أحرز هدف الفوز اليتيم له في الوقت القاتل في الدقيقة الأخيرة من الوقت الأصلي للمباراة التي جرت على ملعب "فيلودروم - Stade Vel-

السويد تضم إبراهيموفيتش إلى قائمة الأولمبياد

واختير إبراهيموفيتش ضمن 35 لاعبا أعلنهم المدرب هاكان إريكسون في مؤتمر صحفي يوم الأربعاء. وتقام الأولمبياد في أغسطس المقبل وتتكون معظم تشكيلة منتخب كرة القدم من لاعبين تحت 23 لاعبا لكن يسمح بثلاثة لاعبين فوق السن. ويحمل إبراهيموفيتش (34 عاما) شارة قيادة السويد في بطولة أوروبا الجارية بفرنسا ومن المنتظر أن يعلن قريبا عن فريقه الجديد بعدما قرر الرحيل عن باريس سان جيرمان. وذكرت تقارير أن إبراهيموفيتش بات قريبا من الانتقال إلى مانشستر يونايتد والعمل مجددا تحت قيادة المدرب جوزيه مورينيو



انضم زلاتان إبراهيموفيتش للتشكيلة المبدئية لمنتخب السويد لكرة القدم المشارك في أولمبياد ريو دي جانيرو.

فيفا يستنجد بمارادونا لحل أزمة الأرجنتين

بالترويج وتطوير هذه اللعبة". وكان انفانتينو التقى مارادونا يوم الجمعة الماضي على هامش نهائيات كأس أوروبا المقامة حاليا في فرنسا في إطار رغبة الأول في إعادة الوصل بين فيفا واللاعبين الذين كتبوا تاريخ كرة القدم. وفي هذا الإطار، كان انفانتينو وجه الدعوة إلى نجوم سابقين لحضور كونغرس فيفا الذي أقيم في المكسيك الشهر الماضي أمثال البرازيلي رونالدينيو والفرنسي مارسيل دوسايي والأسباني كارليس بويول. كما أعلن فيفا أواخر مايو الماضي أيضا تعيين بويان لاعب وسط منتخب كرواتيا وفريق ميلان الإيطالي سابقا في منصب الأمين العام المساعد في فيفا. واقترح مارادونا تقديم "مساندته" لمحاولة حل المشكلة التي تعصف بكرة القدم الأرجنتينية منذ حوالي السنتين بعد وفاة الرجل القوي غروندينا.



اوكل الاتحاد الدولي لكرة القدم بشخص رئيسه جاني انفانتينو إلى الاسطورة الأرجنتينية ديبغو مارادونا حل الأزمة التي تعصف بالاتحاد الأرجنتيني. وتشهد رئاسة الاتحاد الأرجنتيني صراعا حاميا منذ وفاة الرئيس السابق خوليو غروندينا حيث يعمل الاتحاد الدولي واتحاد اميركا الجنوبية على إيجاد حل لهذه المشكلة. وقال الاتحاد الدولي "من المهم جدا ان يهتم اساطير حقيقيون في كرة القدم مثل مارادونا

9 لاعبين يسعى برشلونة خلفهم هذا الصيف

من أجل تعزيز ذلك المركز الذي رحل عنه داني ألفيش ويتواجد به الآن أليكس فيدال فقط مما جعله يرغب في ضم الإسباني بليرين لاعب أرسنال أيضا، ومن المتوقع أن يكلف اللاعب الفريق 25 مليون يورو. 5- دينيس سواريز: ترغب إدارة العملاق الكتالوني في استعادة لاعبيهم السابق دينيس سواريز الذي رحل عن الفريق على سبيل الإعارة ثم انضم لنادي فياريال ولكن يوجد بند في العقد يحق لإدارة البلوغرانا أن تستعيده وذلك ما طلبه نادي برشلونة رسمياً مؤخراً. 6- نوليتو:

يعد المهاجم الإسباني نوليتو أبرز الأسماء الهجومية التي يرغب إنريكي في ضمها هذا الصيف حيث أنه قد أكد اهتمامه بضمه منذ الموسم الماضي ولكن المفاوضات لم تسير بشكل جيد مع نادي سيلتا فيغو الذي يطلب 18 مليون من أجل اللاعب. 7- أنطونيو سبانابريا: يهتم العملاق الكتالوني أيضاً بالتعاقد مع لاعب نادي روما الإيطالي والذي قد يكلف الفريق 15 مليون يورو هذا الصيف. 8- حاتم بن عرفة: يعد النجم الفرنسي أحد الحلول الهجومية التي قد يلجأ لها إنريكي هذا الصيف خاصة بعد المستوى الرائع الذي قدمه بن عرفة في الدوري الفرنسي هذا الموسم وبعد تسجيله 28 هدفاً، ويرغب إنريكي في جعله بديل للخط الهجومي في كامب نو. 9- غابريال جيسوس: تهتم إدارة البلوغرانا بضم البرازيلي صاحب الـ 19 عاماً أيضاً والذي قد يكلف النادي ما يقارب الـ 20 مليون يورو.

يسعى نادي برشلونة الإسباني لتعزيز صفوف الفريق خلال موسم الانتقالات الصيفية الحالي وذلك عن طريق التعاقد مع بعض اللاعبين في مختلف الصفوف خاصة بعد رحيل بعض الأسماء عن الفريق أبرزها داني ألفيش الظهير الأيمن البرازيلي وقلب الدفاع الإسباني مارك بارترا. وكما نشرت الصحف الإسبانية مؤخراً فإن المدرب الإسباني لويس إنريكي يسعى خلف العديد من الأسماء بالفترة الحالية ولكنه لم يحسم أي من تلك الصفقات بعد، وسنعرض لكم أبرز تلك الأسماء التي يحاول العملاق الكتالوني ضمها.

1- سامويل أوتيسيتي: مدافع نادي ليون الفرنسي الذي يبلغ من العمر 22 عاماً ولديه القدرة على اللعب في قلب الدفاع أو في مركز الظهير الأيسر أيضاً مما يجعله بديل جيد لجوردي ألبا، ومن المتوقع أن يكلف الفريق ما لا يقل عن 30 مليون يورو. 2- ماركينوس: يعد قلب الدفاع البرازيلي هو أحد أبرز الأهداف التي يرغب العملاق الكتالوني في ضمها على المستوى الدفاعي وذلك من أجل تعزيز الخط الخلفي الذي يعاني منذ عدة مواسم، وأصبح الأمر ضرورياً الآن بعد رحيل بارترا وإحتمالية رحيل ماسكيرونو. 3- ماوريسيو ليموس: قلب دفاع لاس بالماس الشاب الذي يبلغ من العمر 19 عاماً فقط ولكنه قدم مستوى رائع مع فريقه الإسباني ومن المتوقع أن يكلف العملاق الكتالوني ما يقارب الـ 30 مليون يورو. 4- جواو كانسيلو: يرغب المدرب لويس إنريكي في ضم الظهير الأيمن

برنامج
مبتدئين

برعاية بلدية شفاعمرو
وبإشراف وزارة المعارف



أولياء أمور الطلاب الأعزاء،
يسرنا أن نبشركم عن بدء تفعيل برنامج

مدارس العطلة الصيفية

مخيم الصداقة

لطلاب صف أول - ثاني

ريم جرافيك ديزاين

مدير المخيم:
الأستاذ ياسر يوسفين
يفعل البرنامج:
طاقم من معلمي المدارس

وجبة
يومية

11-31/7/2016

المدارس الحكومية (الأحد - الخميس) من الساعة 8:00 وحتى 13:00

المدارس الأهلية (الإثنين - الجمعة) من الساعة 8:00 وحتى 13:00

ومفاجآت
عديدة..

دمي
موسيقية

سيرك
ومسرحيات

فعاليات
إثراء

علوم
وربوتيكيا

رحلة سباحة
إلى ملاهي التوت

التسجيل والاستفسار في المدارس الابتدائية الحكومية والأهلية
السفريات من وإلى المدرسة على مسؤولية الأهل

سارعوا بالتسجيل!

نتمنى لأبنائكم وطلابنا الفائزة والمتعة

شقيقتان توأم تزوجان من رجل واحد في ليلة واحدة

بعضهما البعض، وأن زوجها يعدل بينهما ويعرف كيف يحافظ على علاقتهما المتزنة مع بعضهما البعض، حتى إنه يعدل بينهما في المكالمات الهاتفية والرسائل النصية "SMS"، وإذا اتصل



بواحدة أو أرسل لها رسالة قصيرة فلا بد أن يقوم بفعل نفس الشيء مع الأخرى. وأشارت الشقيقتان إلى أنهما قررتا الزواج من رجل واحد، حتى لا يفصلا عن بعضهما البعض، واختارتا رجلا كبيرا في السن يمتلك الخبرة الكافية، التي تمكنه من إدارة حياة منزلية ناجحة تضم زوجتين توأم. وقالت "وامي واولوسو" أن جميع أفراد عائلتهما أصيبوا بالصدمة، عندما حضر الرجل إلى المنزل وطلب دفع مهرهما معا، فيما عدا جدتهما التي كانت تعلم من البداية، برغبتهما في الزواج من رجل واحد.

أشارت شقيقتان توأم من جنوب أفريقيا، حالة من الدهشة بسبب زواجهما في ليلة واحدة من رجل واحد يبلغ عمره 50 عاما. ويبلغ عمر الشقيقتان "وامي واولوسو مازيزي" 25 عاما، ودرستا التمثيل معا، وأكدت أنهما تزوجتا من زوجها في يوم واحد، بعد أن دفع مهرهما، وهما يعيشان حاليا مع رجل واحد، ولكل منهما حجرة منفصلة، وكلاهما أنجبت طفلة في الثالثة من عمرها من هذا الرجل، تعيشان معا في غرفة واحدة وكأنهما توأم، وكلا الطفلتين تنادي على "وامي واولوسو" بـ "ماما" دون تفرقة. وأكدت التوأم أنهما لا تشعران بالغيرة من

حامل نشرت صورة لبطنها على فيسبوك... لكن ما حصل بعدها غير حياتها

مشاركة صور حملها عبر موقع للأفلام الإباحية خاص بالأشخاص الذين يُحبون الحوامل. واليوم بعد سنتين، نشرت الشابة الأسترالية عبر صفحتها الخاصة "Shut Up Meg" تجربتها المؤلمة بهدف نشر التوعية حول مخاطر نشر الصور الخاصة بشكل عشوائي عبر مواقع التواصل الاجتماعي والآنترنت. وقالت "ميغ" عبر صفحتها "سرق موقع إباحي أكثر من 15 صورة لي أثناء حملي كنت قد نشرتها سابقا عبر فيسبوك واليوم لا زلت أرى الكثير من الأمهات ينشرن مثل هذه الصور وأمل فقط أن تفهم أن نشر الصور يُشكل خطرا عليهن". وأضافت ميغ أنها شعرت بالاشمئزاز حين رأت صورها على الموقع الإباحي الذي أرسلته إلكترونيا لحذفها بعدما هدت القيمين عليه بدعاوى قضائية.



في العام 2014، شاركت الشابة "ميغ إيرلند" صورة خاصة تُظهر فيها بطنها المنتفخ نتيجة حملها عبر حساب خاص بالأمهات على مواقع التواصل الاجتماعي... لكن هذه التجربة اتخذت منعطفا سيئا بعدما تمت

خنجر القذافي الثمين يصادر في تركيا قبل بيعه لسعودي بـ 10 ملايين دولار

لم تُفصح عن اسمه - بمبلغ 4.6 ملايين دولار من أحد عناصر المعارضة الليبية. لكن رجل الأعمال هذا لم يستطع بيع الخنجر، وذلك بعد أن قامت قوات الأمن التركية المتخصصة بمكافحة التهريب بعملية منسقة ألقت القبض فيها على رجل الأعمال التركي أثناء توجهه لأحد الفنادق الفاخرة بمنطقة البيركوي بإسطنبول. وفي السياق ذاته أرسل الأمن التركي الخنجر إلى غرفة الصاغة الأتراك التي أكدت أن الخنجر أصلي وهو مصنوع من عاج الفيل ومزِين بالذهب والزمرد والياقوت، وتبلغ قيمته بالحد الأدنى 2 مليون دولار. وكان رجل الأعمال التركي وصل إلى مبلغ 10 ملايين دولار أميركي في عملية البيع مع رجل الأعمال السعودي الذي لم يذكر اسمه كذلك لدواع أمنية.



بعد 5 سنوات من اختفاء خنجر القذافي المصنوع من عاج الفيل، استطاعت قوات الأمن التركية ضبطه في إسطنبول أثناء محاولة أحد رجال الأعمال الأتراك بيعه لرجل أعمال سعودي. صحيفة خبر تورك ذكرت أن الخنجر كان قد اشتراه رجل أعمال تركي من مدينة ماردين

أقصر ثنائي في العالم



ثنائي في العالم، بحيث أن طوله يبلغ 88.392 سنتمتر أما هي 89.408 سنتمتر. ويقول الثنائي الذي يأمل دخول كتاب "غينيس" للأرقام القياسية العالمية، إنهما تعرفا



إلى بعضهما

من خلال موقع التواصل الاجتماعي "MSN" قبل عشر سنوات.

Paulo Gabriel da Silva Barros البالغ من العمر 30 عاماً، و Katyucia Hoshino البالغة 26 عاماً، هما أقصر

اكتشاف مسرح أثري يزيد عمره عن 2000 عام في البتراء

المسرح الذي يرجح أنه استخدم للاحتفالات، تبلغ أكثر من 2700 متر مربع، وفقاً للخبراء. وهو يقع على تل يبعد قرابة 800 متر إلى الجنوب من مبنى الخزنة في المدينة الأثرية. ويضم المسرح إلى جانبه بناء صغيراً ومجموعة من الأعمدة حول أحد المدرجات. وتوقع رئيس مفوضية سلطة إقليم البتراء محمد النوافلة العثور على اكتشافات أخرى مهمة، لأن نسبة المكتشف في البتراء حتى الآن لا يتجاوز 18%". وتقع مدينة البتراء الأثرية التي اختيرت عام 2007 كأحد عجائب الدنيا السبع الجديدة، والمشهورة بعمارتها المنحوتة في الصخر، على بعد 225 كيلومترا جنوب عمان. وهي شيدت عام 312 قبل الميلاد كعاصمة لمملكة الأنباط القديمة التي سقطت بيد الرومان عام 106 للميلاد. وتعد البتراء من المقاصد السياحية الأساسية في الأردن، وبحسب أرقام وزارة السياحة والآثار زارها عام 2014 نحو 596 ألف شخص، فيما تراجع عدد زوارها عام 2015 بنسبة 27,9% ليصل إلى 430 ألفا.



أعلنت دائرة الآثار العامة في الأردن الاثنين اكتشاف مسرح أثري ضخم "فريد من نوعه" في مدينة البتراء جنوب الأردن، يعتقد أن عمره يزيد عن 2150 عاما. وقالت وزيرة السياحة والآثار لينا عناب "أنه اكتشاف هائل وفريد من نوعه في مدينة البتراء الأثرية، إحدى عجائب الدنيا السبع"، الواقعة على 225 كيلومترا جنوب عمان. وبدأ هذا الاكتشاف "قبل سنتين تقريبا واستخدمت فيه صور الأقمار الاصطناعية والطائرات بدون طيار والمسوحات الأرضية والميدانية". ويعود هذا المسرح إلى منتصف القرن الثاني قبل الميلاد، وهو "بناء فريد لا مثيل له في البتراء"، بحسب الوزيرة. وبحسب صور الأقمار الاصطناعية فإن مساحة



جوقة
سراج



جوقة سراج تقدم

الرضا والشور

أمسية فنية رمضانية

باقعة من الابتعارات الرمضانية
ومجموعة من الأغاني
الكلاسيكية الطربية

Reem Graphic Design / HAMDAN



دار الثقافة والفنون-شفاعمرو
هاتف: 04-6665253/1/4



يوم السبت 18/6/2016 الساعة التاسعة مساء
في قاعة دار الثقافة والفنون - بجانب إشكول بايس

ثمن التذكرة: 30 ش.ج تباع التذاكر لدى: دار الثقافة والفنون - بجانب إشكول بايس * حسين الشاعر - 052-5226218

يوم اللغة العربية بالمدرسة الثانوية البلدية "ب" في شفاعمرو

الانتاجات الأدبية للشخصية. وتم عرض مسرح مواهب وقدرات طلاب من المدرسة، واستغل الطلاب مواهب الرسم في رسم الشخصيات ومواهب القاء الشعر ومواهب فنية في عرض النماذج الأدبية ومواهب التزيين ومواهب تحضير العارضات المحوسبة بشكل ابداعي وخيال واسع. اكتسب الطلاب معلومات



قيمة وشاملة، حيث قام كل صف ومدير المدرسة الأستاذ "علي مقل"، بجولة على باقي الصفوف بهدف التعرف على كل الإبداعات لكل الشخصيات المختارة (جبران خليل جبران، "محمود درويش"، نزار قباني، "عسان كنفاني"، "المتنبى"، "بدر شاكر السياب"، فدوى طوقان" و"توفيق زياد")، حيث خيمت على المدرسة أجواء رائعة وراقية بهذا اليوم. إدارة المدرسة بمديرتها الأستاذة علي مقل تقدم شكرها لكافة الطلاب ومعلمي المدرسة على تقانيهم وعملهم من أجل انجاح اليوم.

شهدت المدرسة الثانوية "ب" في شفاعمرو الأسبوع الماضي يوم اللغة العربية بتنظيم معلمي اللغة العربية ومربي الصفوف التدريسية ومركزة الموضوع المربية هنية علي. شمل اليوم، فعاليات لإبراز اللغة العربية كلغة أم، بأنها اللبنة الأساسية في الحفاظ على الهوية العربية. كما قام كل صف باختيار شخصية أدبية بشكل حر، وتم البحث بالمصادر الأدبية لاستخراج المعلومات القيمة ودراسة الشخصية بعمق، بعدها أبدعوا الطلاب بعرض المعلومات من القاء شعر، من كتابة أقوال مشهورة ومميزة للشخصية و

تخريج الفوج الخامس والعشرون من مدرسة عاطف خطيب الإعدادية شفاعمرو

سماه المجد بالأخلاق الحميدة والتحصيل العلمي. كلمة الطلاب قدمتها الطالبة فاطمة حمادي التي شكرت ادارة المدرسة والمعلمين على الاجواء الرائعة وتمنت ان تكمل تعليمها في نفس المدرسة، مركزة الطبقة المربية وفاء خواجها وتمنت للخريجين دوام التقدم والنجاح وأكدت ان لكل بداية فرصة جديدة للنجاح لذا استغلوا فرصة الانتقال للمرحلة الثانوية لتكون بداية نجاح لكم. وتخلل حفل التخريج العديد من الفقرات بدايتها كان بتسليم شعلة وراية العلم من قبل طلاب التواسع ممثلة بالطالبة فاطمة حمادي لطلاب الثامن.. وفقرات غنائية مواهب الغناء المميزين من طلاب وطالبات المدرسة.. وبمشاهد مقطع من عارضة تشمل فعاليات الطبقة خلال الثلاث سنوات في المدرسة. كذلك تم تكريم السيد حسين الشاعر مسؤول ملف السلة الثقافية في البلدي على دعمه للمدرسة ببرامج ومشاريع ثقافية وتربوية. وفي نهاية الحفل تم توزيع الجوائز والشهادات للطلاب وخرج كل صف مع مربيه ليطلقوا البالونات مع امنيتهم في الحياة عريف الاحتفال الاستاذ بهاء طه ابداع الحضور بكلماته المعبرة وأدائه الجميل



بأجواء مفعمة بالفرح وبحفل فريد من نوعه ارتقى الى اعلى المستويات احتفلت مدرسة عاطف خطيب الإعدادية في شفاعمرو بتخريج الفوج الـ 25 من ابوابها وذلك في قاعة مركز العلوم والفنون اشكول بايس. وتعددت فقرات الحفل المميز الذي بدء بتلاوة من الذكر الحكيم تلاها كلمة مدير المدرسة المربي معمر صغير الذي بارك بدوره للخريجين والخريجات وأكد خلال كلمته على اهمية التعليم في عصرنا هذا لأنه السلاح الوحيد لنا كاقليية في هذه البلاد. واثنى مدير المدرسة على الخريجين والخريجات من الفوج الـ 25 المتألقين والمتألقات بتحصيلهم العلمي وتمنى لهم التحليق عاليا في

مدرسة شفاعمرو "ج" الابتدائية تحصد المرتبة الأولى بمسابقة إبداعات باللغة العبرية



"מה מתרחש בתוך הקלמר". من الجدير ذكره أن هذا الفوز هو الرابع للمدرسة، حيث فازت المدرسة بالسنوات السابقة عن نصوص كتبها الطلاب عام 2015 نانسي قادرية، 2014 حلا جعفري ونغم حماد، 2013 فرناس خطيب. مديرة المدرسة المربية نجاح خازم أكدت ان هذه الإنجازات تعود لجهود المربيات والمركزين ونبارك لجميع الفائزين وسنواصل التقدم وتمثيل المدرسة وشفاعمرو على اكمل وجه.

حققت المدرسة الابتدائية "ج" الفوار من شفاعمرو، إنجازا مشرفا بمشاركتها في الاحتفال الذي أقيم في قاعة "يهلوم" في رمات جان تقديرا للطلاب الذين فازوا في مسابقة الإبداعات الكتابية باللغة العبرية والتي تنظمها الكاتبة ريكا بيركوفيتش كل عام. وبعد عروض واللقاء الطلاب، فاز الطالب "مؤمن محمد سعدة" من الصف السادس "ب" من مدرسة الفوار "ج" بالمرتبة الأولى، حيث كتب نصا بعنوان

مدرسة البصلية شفاعمرو تخرج كوكبة أخرى من طلاب الصفوف السادسة

الخريجين وتمنت لهم مستقبلا زاهرا ونوهت الى التعاون المشترك والمثمر بين المدرسة ولجنة أولياء الأمور. كما وتوجهت بكلمات شكر وامتنان لمربيات السوادس النائب عايدة أيوب والمربية بثينة سعدة بالإضافة للمعلمة راوية صفوري على



التفاني والجهود الكبيرة في سبيل انجاح هذا اليوم، كما وذكرت الإنجازات والمراتب المشرفة التي حصل عليها الطلاب وحققتها المدرسة خلال العام الدراسي في جميع المجالات. تخلل الحفل عدة فقرات قدمها الخريجون أنفسهم إيماناً بنهج المدرسة بصقل وبناء طلاب خطباء للمستقبل، حيث برع الطلاب في تقديم فقرات الحفل، منها وصلة زجل أداها الطالبان مرام طاهر وفارس قادرية، كلمة الخريجين ألقاها الطالب محمد ياسين، وكلمة أولياء الأمور قدمتها أم عز ياسين. اختتم الاحتفال بتكريم المتميزين في جميع المسابقات وتوزيع الشهادات على الخريجين.

أقيم يوم السبت في ساحة مدرسة البصلية حفل تخريج لفوج جديد من طلاب الصفوف السادسة، بحضور الهيئة التدريسية، أولياء أمور الطلاب، لجنة أولياء الأمور ولوفيف من الضيوف. تولى عرافة الحفل المربية بثينة سعدة التي أتحفت الحضور بتقديمها الرائع. افتتح الاحتفال بتلاوة آيات من الذكر الحكيم تلتها الطالبة بروج عطارية من الصف السادس. على أنغام الموسيقى استقبل الطلاب بحفاوة، وبعد دخولهم ساحة الاحتفال قدموا راية المدرسة لطلاب الخوامس. بعدها ألقى مديرة المدرسة السيدة ياسين خضر كلمة رحبت من خلالها بالحضور وهنأت

اثاث الياسمين طمرة

بيوتكم زاخرة بالفخامة

Quality & price



استيراد مباشر، ماركات عالمية، صالونات
ارقي التصميم وازهى الالوان



مزنون + طاولة خشب 100
3,990 ش.ج بدل 6,000 ش.ج



طاولات سفرة
ابتداء من 3990 ش.ج



استيراد مباشر غرف نوم وصالونات من عند الامريكان
Ashley - اشلي يعني راحتك

طمرة، المدخل الرئيسي 100م، ناحية اليمين: 04-6962315 | 04-9949090

تابعونا على الفيسبوك | اثاث الياسمين | رهيتي אליאסמין



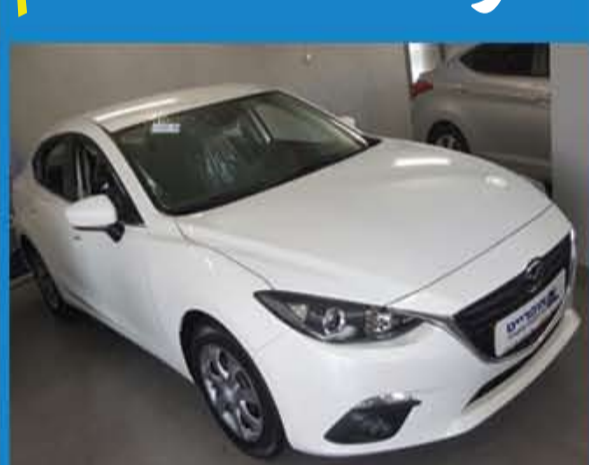
سوزكي 2012 sx4



يونداي i30 مع سقف بانورامي



مازدا 3 2016 0 كم



جيب مازدا 2013 cx4



مازدا 5 2013 7 مقاعد



مازدا 3 2009-2012



شفاعمرو - حي العين - مقابل محطة وقود باز 04-6377758

تشكيلة كايا فورتى
2010-2012



شوفرليت ماليبوا 2014



كايا فورتى 2014



تشكيلة تويوتا كورولا
2013-2015



جيب نيسان كشكاي 2013



هوندا سيفسك 2009-2014



سيتروان برلينغوا 2016 0 كم



تشكيلة يونداي i35

2011-2015

مع كل الاضافات (جلد+سقف بانورامي)



تشكيلة فورد فوكس

2007-2013



خدمة ممتازة مع كفالة 24 شهراً مع توقيع الصفقة
امكانية تمويل 100% من سعر السيارة وحتى 100 دفعة
تمويل بواسطة بطاقة الاعتماد والشيكات وحسب شروط الحملة والشركة

ايام العمل من الاثنين حتى السبت من الساعة 9:00 حتى 19:00

شفاعمرو - حي العين - مقابل محطة وقود باز 04-6377758

دورة علمية استثنائية

لذكرى رحيل البروفيسور والخال إبراهيم فريد الدر



بقلم: مارون سامي عزّام

واكتشافاته، التي اعتمدت كمركب أساسي في تركيب بعض الأدوية، وأشهرها التي يستعملها ملايين البشر يومياً، لتخفيض نسبة الكوليسترول في الدم.

كان يحب الموسيقى العربية، فأحب نوعية خاصة جداً من أغاني الفنان اللبناني والمترجم مارسيل خليفة، فأوكل إلي مهمة البحث عنها، لكن لم أجدها في مكتبي الموسيقية، ولا حتى في موقع يوتيوب، إلا النادر منها، وهذه الأغاني

تحكي واقع الإنسان العربي... حثني على سماع أغاني المطرب الإيطالي أندريا بوتشلي. في إحدى المرات زارني وأعطانني أشرطة كاسيت قديمة، تحتوي على تسجيلات بصوته من الأدب العربي، طلب مني أن أحولها إلى ملفات موسيقية رقمية، خوفاً عليها من الاهتراف، ففقدت طلبه، هذا دليل على أنه حاوية ثقافية ضخمة وشاملة.

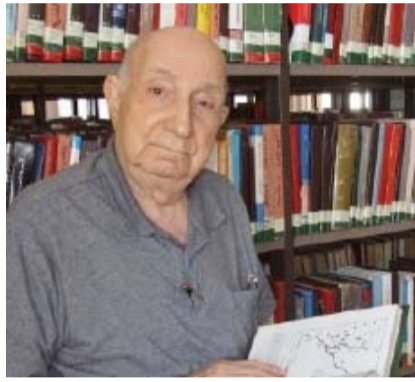
إلى جانب انشغالاته العلمية، لكن بقي عشقه الأكبر للغة العربية، فأتقنها صرفاً ونحواً وأدباً، فكان لغوياً بارعاً، فكنّت أستمتع كثيراً بجلساته مع عمي المرحوم، الربّي الفاضل شفيق عزّام، عندما تناقشا في الأدب العربي، وتبادلا أبياتاً من الشعر العربي القديم، تحدّثنا بعمق في كافة المواضيع الثقافية والعلمية، فكان الكتاب جليهما وأنيسهما.

كتابه "دليل اللغة" المؤلف من جزأين، بدأ في كتابته عمه المرحوم نقولا الدر، وهو أحد مؤسسي منظمة التحرير الفلسطينية، لكن وافته المنية قبل أن يكمله، فأتم البروفيسور إبراهيم تأليفه... وهذا الكتاب يُعتبر شهادة تقدير منه للغة العربية، التي خاف عليها من الإهمال، وخاف على الأجيال الصاعدة من الاستهتار بقيمتها العالية وعظمتها الإبداعية.

ظل البروفيسور إبراهيم يبحر في محيط كلمات ومعاني اللغة العربية، حتى أصدر لاحقاً كتابه "أصول الكتابة الصحيحة"، والذي يعتمد على معرفة معنى الكلمة وأصولها النحوية، دون الإسراف بالتعمق أو التعليل، متجاوزاً الاستعمالات النادرة. كنت محظوظاً أنه أعطاني بعض الإرشادات المفيدة، في كيفية كتابة نص قوي دون اللجوء إلى التعقيد النصي، وعملت بها واكتشفت أنها ساعدتني في نصوصي المتنوعة. عندما كان ينظر إلى بعض كتاباتي، كانت نظرتة مهجيرة، تكتشف مواطن الضعف في النص، بمجرد أن ينظر إليه، وكان يُعجب باستعمالاتي الفنية للكلمات.

الدر العلمية الرائعة، التي سطعت في أرجاء العالمين الغربي والعربي، لم تتر انباه مؤسساتنا الثقافية بنور الوفاء لهذا الإنسان الشفاعة العبقري، ولم تفكر يوماً للأسف أن تكرم إبراهيم الدر، أو تقدر إنجازاته.

في أي مكان حول العالم، كان دائماً يفخر أنه ابن مدينة شفاعمرو التاريخية، إلا إدارات البلديات المتعاقبة لم تتفخر به كما يليق بشخصية عظيمة مثله، فقط بعض وسائل الإعلام المحلية سلطت الضوء عليه، فهو لم يبيح يوماً عن الشهرة أو الظهور الإعلامي، بل كانت الشهرة تلاحقه في كل مكان، يخفي أنه حظي بشهرة اجتماعية من أهل بلده، واعتراهم بأفضاله العلمية على البشرية كافة، بالنسبة له هذا أعظم تكريم ناله في حياته.



قدرة الإنسان على العيش حياة هانئة تبقى رهينة الظروف العائلية والشخصية، وقدرة ذاكرته على استرجاع ذكريات السنين الماضية، تبقى سجيئة خلف قضبان الحسرة، وتكثف الإنسان مع الغربة أمر مستحيل، لأنه يبقى معتقلاً في أسر الحنان، بعد أن فقد التواصل الفعلي مع وطنه، لذا يبقى رابط الاتصال الهاتفي الدائم مع عائلته، هو الذي يخفف عن الإنسان وحدته، هذا ما قام به الراحل البروفيسور إبراهيم الدر، في أواخر حياته، إلى أن رحل ليس عنا فقط، بل عن عالم الكتابة والإبداع العلمي والفكري، الذي كان يملأ أوقات فراغه في غربته.

لم تسعه فرحته بزياراته إلى شفاعمرو عامة وأهله خاصة، إذ كان يعتبرها فترة تاريخية نادرة لن تكرر، بقيت حية في وجدانه. راودته رغبة شديدة بأن يرجع ليستقر في بلده... خلال سفرياته إلى منطقتنا، كان الحنين يوجهه لزيارة أهله، لم يتوان في ذلك. كانت ذاكرته تتمشى معه في أحياء شفاعمرو... في أزقة طفولته وشبابه، فمرت بجانب واجهة الذكريات الجميلة، المزينة بأجمل القصص والحكايات التاريخية.

كان تعلقه بإخوته وأخواته شديداً، كم فرشوا له سجادة الترحاب والاشتياق الحقيقيين على أرض اللقاء الحار في كل زيارته لهم، كم فتحوا له بيوتهم، فكان ضيفا مميّزاً بإطالته، كان مرشداهم الصحي والاجتماعي. أحب مداعبة الأطفال الصغار، فاعتبرها أسعد لحظاته، تأقلم مع كل من حوله بسهولة، لم ينس جيرانه، التقى مع أبناء جيله فكان فرحاً بلقائهم ومرحاً معهم، زار أقاربه، نشط ذاكرته معهم، فركضت ذكرياتهم في ساحة الماضي. البروفيسور إبراهيم، رغم المكانة المرموقة التي وصل إليها، لكنه أثر البساطة والتواضع.

حافظ على عاداته وتقاليده الشرقية، التي لم يتخل عنها، فنقلها إلى ابنتيه نلي وليلي، رغم وجودهن في الولايات المتحدة، إلا أنهما حافظتا على اللغة العربية، وزوجته لولو كانت لؤلؤة تتوهج تفهماً ووعياً، مديرة حكيمة لأموال المنزل. بقي حافظاً لتاريخ شفاعمرو العظيم، فوثقه بشكل بحث علمي، من خلال إصدار كتابه الشهير "شفاعمرو، فسطاط صلاح الدين الأيوبي".

لن أنسى تجمّعنا العائلي حوله، لنسمع منه حكاياته العلمية أو الشعبية المسلية، فاعتبرته الحكواتي المثقف، الذي سرّد لنا بأسلوبه الجميل والشيق أجمل الحكايات، فيها جانب معرفي أو تنقيفي، فكان يروي لنا قصصاً طريفة حصلت معه، خلال جولاته العلمية في دول العالم، التي كانت تدعوه ليُلقى المحاضرات في جامعاتها، انتشر اسمه عالمياً من خلال أبحاثه وتجاربه

جمعية التكرير "الإ" تهني جميع الصائمين بحلول شهر رمضان الكريم وتطلق حملة اعلانية خاصة تحت شعار:

عشان أولادي يسترجع القناني

الحملة عدة عائلات معروفة من الوسط العربي من عائلة زعبي من الناصرة وعائلة حبيب الله من عين ماهل، وعائلة أبو مخ من باقة الغربية، وعائلة أبو رومي من طمرة وعائلة محاجنة من أم الفحم. رئيسة جمعية "الإ" نخاما رونين أشارت إلى ان البلاد حققت هذا العام تقدماً كبيراً في مجال الاسترجاع وبمئات النسب إذ تفوقت على الولايات المتحدة وأوروبا في تكرير قناني البلاستيك وليس فقط في الولايات المتحدة إذ تساوت مع قمة الدول الرائدة في مجال استرجاع القناني. ان هذا التفوق ناتج عن الاستثمار في الاولاد وهم في الحضالة ما يجعل الاولاد عاملاً مهماً في ترسيخ عملية استرجاع القناني منذ الصغر واستبدال الوظائف العائلية.

تواصل جمعية "الإ" مساعيها الحثيثة من اجل غرس الوعي لأهمية استرجاع قناني لتر ونصف خلال شهر رمضان المبارك، إذ قررت المباشرة بحملة اعلانية توعوية تحت عنوان "عشان أولادي يسترجع القناني". فالحملة الاعلانية اتت لتعكس الحقيقة بان عملية الاسترجاع يتوجب ان تكون جزءاً لا يتجزأ من الاهتمامات اليومية الاساسية خصيصاً خلال شهر رمضان المبارك من اجل مستقبل بيئي افضل للأولاد. ويأتي قرار جمعية "الإ" بتسليط الاضواء على الاولاد وأولياء امورهم لان الاولاد بإمكانهم ان يكونوا خير سفراء في البيت والمحرك للعائلات كي تقوم بعملية الاسترجاع. وتشارك في

شركة يفنورا تدعوكم لاكتشاف سر شويبيس

المشروب العالمي الرائد في مجال المشروبات الغازية! وبمناسبة شهر رمضان، أطلقت يفنورا حملة تسويقية خاصة وواسعة في الوسط العربي، تدعو فيها كافة مستهلكيها لاكتشاف سر شويبيس: مشروب غازي، منعش وحيوي، يحتوي على فواكه حقيقية ويعرض تشكيلة طعمات منعشة ستحول وجبة الإفطار إلى وجبة احتفالية وتنعشكم بعد يوم عمل طويل. في المجموعة 7 طعمات: ليموناده وردية، تفاح، أشكوليت حمراء، ليمونيد، جفارتا، عنب، والطعم الجديد: توت لايم. رمضان كريم وإفطار شهي



شركة يفنورا تافوري تهني مستهلكيها في الوسط العربي بمناسبة حلول الشهر الفضيل وتتمنى لهم رمضان كريم وصوماً مقبولاً ومباركاً. لكل شيء في الحياة يوجد سر... حتى شويبيس -

مجموعة تحليات شهية سهلة التحضير بالطعمات التي تعشقونها: فنكوتا، كريم بروليه وفلان كراميل



طريقة التحضير:
- يجب خض عبوة الشمينت (فنكوتا، كريم بروليه او فلان كراميل) ومن ثم سكبها في وعاء للتسخين (أو وعاء للتسخين بالميكروويف).
- تسخن الشمينت مع التحريك المستمر على نار هادئة حتى توشك على الغليان ومن ثم نزلها عن النار.
- نسكب الشمينت الساخنة في كؤوس مقاومة للحرارة، نبردها في الثلاجة حوالي ساعتين ومن ثم نزين التحلية ونقدمها باردة.
تحلية الفنكوتا: التوت المقطع، فواكه الغابة، سيروب شوكولاتة أو ميبل، برش الجوز أو أي إضافة ترونها مناسبة لذوقكم.
تحلية الكريم بروليه: بالإمكان رش سكر بني على الشمينت في الكؤوس قبل التبريد تحلية الفلان: سيروب طوفي كراميل يتم إعادة كالتالي: سخن شمينت يوطاتا 32% دسم مع نصف كأس سكر بني على نار منخفضة حتى يذوب السكر، ومن ثم نرفع الحرارة إلى أن يغلي الخليط ثم نخفضها إلى الوسط ونطبخ مع التحريك المستمر 5-7 دقائق حتى يصبح الخليط لزجاً، يبرد قبل التزين.

ماركة شوكولاتة البقرة من مجموعة شتراوس تقدم: صيف بارد ومُنعش

شوكولاتة منعشة للصيف: سلسلة ألواح شوكولاتة البقرة بطعمات ميلك شيك يُنصح بأكلها مباشرة من البراد

في السنوات الأخيرة نجحت شوكولاتة البقرة بتغيير الفكرة السائدة، والتي تقول إن الشوكولاتة تؤكل فقط في الشتاء، وذلك بواسطة تطوير منتجات تدمج تكنولوجيا، وصفات مميزة ومفاهيم تسويق مبتكرة، وقد تمت ملاءمة الشوكولاتة بحيث يمكن حفظها في البراد. إيال درور، مدير عام قسم الحلوى في شتراوس، يقول: "أفنة الشوكولاتة هي موسمية، وهناك هبوط في استهلاك الشوكولاتة في فترة الصيف الحار. أحد محركات النمو الأساسية في فئة الشوكولاتة هو التجديد، وبما أن المستهلك في البلاد يحب أن يجرب، فنحن نستثمر جهوداً كبيرة في ابتكار منتجات جديدة ومبتكرة. الدمج بين الإفتتاح والتجديد وبين المواسم جعلتنا نبحث عن حلول لفئة الصيف ومن هنا جاءت فكرة سلسلة شوكولاتة البقرة بطعمات ميلك شيك. المنتجات مناسبة لفصل الصيف الحار، وكل سنة من جديد نحن نطلق طعمات مفاجئة ومثيرة". طعمات الميلك شيك التي اختيرت لشوكولاتة الصيف من مجموعة البقرة هي:
• شوكولاتة حليب بحشوة كريم بطعم ميلك شيك توت فانييل
• شوكولاتة حليب بحشوة كريم بطعم ميلك شيك شوكو موز
• شوكولاتة حليب بحشوة كريم بطعم ميلك شيك شوكو فانييل.
منتجات السلسلة ستباع في المتكبات والحوانيت المختارة في عبوة كرتون أنيقة وفاخرة، وهي بوزن 95 غرام لكل وحدة.



ماركة شوكولاتة البقرة من مجموعة شتراوس تستمر بالتجديد وتقديم المفاجآت الحلوة أيضاً في أشهر الصيف، وتطلق سلسلة جديدة من شوكولاتة البقرة بحشوة طعمتين من الكريم بطعمات ميلك شيك المحبوبة. السلسلة تشمل 3 طعمات:
شوكولاتة حليب بحشوة كريم بطعم ميلك شيك توت فانييل
شوكولاتة حليب بحشوة كريم بطعم ميلك شيك شوكو موز
وشوكولاتة حليب بحشوة كريم بطعم ميلك شيك شوكو فانييل.
بما يميز هذه السلسلة هو أنها تعطى متعة لقمة مختلفة من الشوكولاتة المعروفة: طبقتا كريم بأنسجة مختلفة، مغلفتين بطبقة شوكولاتة رقيقة، توفر متعة منعشة في أيام الصيف الحارة.



אסערן קאסע ללשער אלפזל פי

رمضان كريم



₪ 499



₪ 1999



₪ 499



₪ 999



₪ 1999



₪ 449



₪ 49



₪ 999 / ~~₪ 1699~~



₪ 1699

مجموعة الأعلام

شفاعمر و بجانب بنك مركنتيل 049501514

الجزء الثامن والحبل على الجرار



بقلم: زهير دميم

والسؤال الذي يطرح نفسه هو : ماذا تقيدنا هذه المسلسلات في هذا الزمن الراكض نحو الاختراعات في كل ساعة ، ونحن خاملون نلوك الماضي ونجتره ونبكي الفقر والفقراء ، في حين نصرف ملايين الدولارات عليها هباءً منثوراً ، وكان بمقدورنا أن نوزعها على فقراءنا الذين ملأوا الأرض البحار. لقد بات الأمر عادة وادماناً ومخدرًا ، وأضحت القنوات الفضائية المزروعة في شرقنا بكثافة مهولة ، أضحت إملاً للمأكولات والطبخ وإملاً للمسلسلات البائسة التي تعدو بنا الى الوراء للحكم الفرنسي والعثماني. شرّ البليّة ما يُضحك ! فنحن نضحك على نفوسنا وعلى شعوبنا ، فنلوك الماضي ولا نتجرأ أن نقابل الحاضر والآتي لئلا نظهر في عين الشمس والحقيقة ، ولئلا نصدم ، فحالنا بأئس وأكثر ، وحالتنا تستدر العطف والشفقة ... حمداً للرب يوماً .. وحمداً جزيلاً له لأننا في هذا الشهر بالذات نعيش في معمان مباريات كوبا امريكا وكأس اليورو ، فعلى الأقل هناك مُتنفس وبارقة أمل ، وهناك مخرج ، فمباريات كرة القدم فيها من الزركشة شيء جميل ، بل تأخذك على جناحها بعيداً بعيداً الى العطاء والبذل والمنافسة الشريفة والجهاد الحسن ، رغم أن هناك ما يُعكر هذه الروح الجميلة بشغب غير مُستحب ومُدان. وأخيراً أقول - وأنا أعلم أن هناك من سيخالفني الرأي - أن هذه المسلسلات او معظمها بزخمها وفيضاتها تسرق أحلامنا منا وتدفعنا وأملنا وطموحاتنا وتعود بنا الى اقدم وبساطير الفرنسيين والأتراك ، او في أفضل الحالات تجعلنا نروح نتغزل ب " عقيد الحارة " وكأنه مُكتشف المصباح الكهربائي !!!

باب الحارة الجزء الثامن والحبل على الجرار كما تقول جدتي . وأبو النار - كما قالت في تغريدة جميلة لها احدى السيّدات الجميلات- وأبو النار منذ ما يقرب من عقد من الزمن وهو يعالج عين القطع الحديدية في ذات القرن القديم البدائي. دعوني اتكهن أن باب الحارة سيصل الى منزلتين على الأقل ، وسيطارده الكثير من المسلسلات العربية التي تعجّ بها فضائياتنا : تعجّ بغزارة فما ان ينتهي مسلسل حتى يبدأ آخر ، والوجوه هي الوجوه ، والحكايات هي الحكايات ، والحارة هي الحارة بتغيير بسيط. قبل عدّة أيام وبالصدفة تابعت مع زوجتي أحد المسلسلات إيهاها وإذا صبيّة سورية جميلة كما العادة تنحني الى الارض لتلتقط فيما أذكر عقداً سقط منها ، فتكشف النقاب عن وجهها ...فيا للعار والشنار ويا للهول ويا للصبية العظمى !!! فقد شاهدها شاب كان هناك وتبادل معها النظرات .. ولم ينته الامر عند هذا الحد ويا لبتة انتهت ، فالطامة الكبرى أن احدى السيّدات رأّت هذا المشهد "الحرام" فحملته الى الحارة بنسائها ورجالها وأطفالها ، فمألاً الاستياء والقيال والقال كل نفس وانتفضت الحارة وشارت كما فارت الدماء في العروق . وقضيت ثلاثة أرباع الساعة من العمر في قضية الوجه المشوف والعينين المحولتين والشاب مختلس النظر.. هذا الوجه وهذه العينان التي التقت صدفة او عن غير قصد بعينين خشتين كانت مدار الاحداث في ذاك المسلسل الذي نسيت اسمه ! حقيقة.. بحر من المسلسلات يجعل الغواص الماهر والمتمرس ان يغرق ، مسلسلات كلها تصبّ في ذات الفكرة : المرأة ، الزواج ، الإشاعة ، الطلاق ، الزواج من ثانية وثالثة والاعدادات الجميلة ! التي أكل عليها الدهر وشرب.

ورد

(بمناسبة ولادة حفيدي الثالث ورد ساهر دميم في مساء العاشر من حزيران 2016)

ورد...
قصيدة عشق وسرد
تمطرنا حباً ..
وعطراً وشهد
جاءنا في الصيف
مع الأثمار والأقمار
والهمسات ...
تحقيقاً لوعد
خطه الإله لنا
في ضلوعنا
في دفاترنا ..
في خلایانا
أملاً وعهد
وغناه شعراً جميلاً
علي شفاه الزهر
غزلاً وصد
ما أحياك صغيري
فأنت في القلوب
حب ووجد

غردنا بكاءً
اتحفنا حضوراً
وافض علينا من عزك
ألقا ومجد
فلساهر أنت كون
ولميسا سعد ورغد
غردنا زرققة ، ووشوشة
فأنا يا "سيدو"
يا صنو الملاك -
أسعد جد
أحك لو تعلم
أحب قدومك
أحب عطرك ...
أحب يومك وليك والغد
فناغني يا صغيري
اجبني ...
فصرخة البراءة منك
أجمل رد

الكلب في نظر المرأة الألمانية أكثر إخلاصاً من الرجل لأنه لا يكذب ولا يخون



الإعلامي أحمد حازم - برلين

على توفير مساحات لدفن الكلاب الموتى. ففي مدينة كولونيا خصصت السلطات الألمانية مقبرة للكلاب، يصعب على الانسان التفريق بينها وبين المقابر البشرية فيما يتعلق بالاهتمام بالقبور، باستثناء شكل القبر والكتابات الموجودة عليه. معلومات الاتحاد الألماني لدفن الحيوانات، تفيد بأن دخل مكاتب الدفن المخصصة للكلاب والقطط يبلغ عشرة ملايين يورو سنوياً، وان تكلفة دفن الكلب قد تصل إلى 800 يورو. ورغم كل هذا الإهتمام بالكلب، إلا أن دوائر الضريبة في ألمانيا لا تعفي صاحب الكلب من دفع الضريبة، إذ يتوجب عليه دفعها عن كلبه. ويقدر مجمل ضرائب الكلاب بحوالي 250 مليون يورو سنوياً.. الجهات الخاصة بالحيوانات المنزلية في ألمانيا تقول إن الدولة الألمانية يوجد فيها سبعة ملايين من الكلاب مختلفة الانواع، إضافة إلى 13 مليون قطه، تصل تكلفتها السنوية إلى أربعة مليارات يورو. ويقوم بالاعتناء بها 25 ألف طبيب بيطري، جاهزين دائماً ليل نهار لرعايتهم. وهذا يعني أن هناك أكثر من طبيب لكل ألف من هذه الحيوانات المنزلية، في وقت يوجد فيه أقل من طبيب واحد لكل ألف إنسان في الدولة العربية الصومال. وفي افريقيا بشكل عام يوجد طيبان فقط لكل الف شخص. لكن المأساة الكبيرة في زامبيا، حيث تقول منظمة "اوكسفام" الخيرية ومقرها بريطانيا، إن هناك طبيباً واحداً لكل 14 ألف شخص..! بقي علي القول إن عدد جمعيات الرفق بالحيوان بشكل عام في أوروبا، أكثر من عدد جمعيات حقوق الانسان..!!

في العديد من المجتمعات العربية، يصفون حياة الانسان المنبوذ في مجتمعه بأنه يعيش مثل الكلاب، أي لا قيمة ولا احترام له. لكن الأصح أن يقول هؤلاء: مثل الكلاب في العالم الثالث، الذي تنتمي إليه المجتمعات العربية، لأن الكلاب في أوروبا تعيش عند أصحابها حياة رفاهية، يتمنى الملايين من البشر في العالم الثالث أن يعيشوا مثل هذه الحياة. والحديث عن الكلاب في أوروبا، وبالتحديد في ألمانيا على سبيل المثال، هو حديث شيق ويدعو الى الإستغراب في نفس الوقت، لما يتمتع به الكلب الألماني من رفاهية ودلال، خصوصاً فيما يتعلق بالرعاية والطعام والعلاج. وحتى الألعاب المخصصة للكلاب لها ميزاتها. فهناك بعض الاطعمة للكلاب لا تختلف من ناحية النوعية عن طعام الانسان، لدرجة ان الكلاب المريضة او التي هرمت عند أصحابها لها أطعمة خاصة، يصل سعر الكيلو غرام الواحد منها الى ثلاثين يورو. وقد لفت نظري خبر في موقع إخباري ألماني، مفاده أن ثرياً ترك جزءاً من ثروته لكلبه. بمعنى أن الثري خصص مبلغاً من المال لجمعية خاصة بالكلاب مقابل الاهتمام المميز بكلبه. وأوصى في وصيته أن يقوم محاميه بإطلاع متواصل على كيفية تعامل الجمعية مع الكلب. المعلومات المتوفرة تقول إن غالبية البيوت الألمانية يوجد فيها كلب او قطه، وان الكلب له مكانة عند المرأة الألمانية بشكل عام، أهم من مكانة الرجل، لأنها ترى فيه الأصدق والأكثر إخلاصاً. فالكلب لا يكذب ولا يخون، ولا يسأل صاحبه أين كانت؟ وماذا فعلت؟! والاهتمام بالكلب يستمر حتى بعد موته. وإذا كانت الدولة الألمانية مجبرة على توفير مساحات للمقابر البشرية، فإنها مجبرة أيضاً

خاطرة- معين أبي عبيد



مدينتي

درك، حاراتك، أجوا
وك، جدول أعمالك،
حتى وجوه المارة
وأعز الأصدقاء
... قاء قاء قاء .
مهما اغتسلت في مياه المحيطات والأنهار
والجدول والينابيع وشربت منها، ستظل
مياهاك، مدينتي، تجري في عروقي. أقسم لك
وأعدك أن لاشيء يهدئ من روعي، وأني لن أتغير
مهما كانت الظروف والأحوال، سيظل قلبي
يخفق بحبك، وقلمي يكتب عنك بالقلم العريض
مدار الساعة. أعبدك حتى الجنون، صار
حبك مشرّساً في ذاكرتي، يتفرع في واحات
صدري، ولو أطفأوا أنوار قلعتك الشامخة!!

في ليلة مقمرة، وأنا أبكي بصمت وأتأمل
نجومك، وأعيش الوحدة مكتوف
الذكريات، أصدق بك لأنني أعلم أن النظر إليك
سفر لا ينتهي! وعندما تظهر في الأفق البعيد
خيوط بنفسجية، وتتسابق خيوط الفجر قبل
إشراقها، تنسدل أهداب عيني وأبقى يقظاً.
أعود إلى مقعدي المفضل لأسطر كلماتي
هذه، وأتساءل أما زلت فوق أمواج
الحياة الصاخبة تبحثين عن مرسى؟
وهل سافرت أحلامك بلا رجعة؟
يا ترى ماذا سيكون مصيري، وأنا أعزف
خارج الإيقاع، وقلبي يبتعد عن مساحتك،
ماذا حليبي؟ تغيرت وتغيرت أحوالك، هواك
، أفراحك، أحزانتك، ابتسامتك، حواكيرك، بيا

مخيم حضانة AnGels الصيفي

4.7.16 - 29.7.16

1.8.16 - 12.8.16



حتى جيل 4 سنوات

من الساعة 7:30 - 14:00

يتخلل فعاليات عديدة, ورشات حركة
العب منفوخة, سباحة وجبة فطور + غذاء



للأستفسار جهان مر : 0546780412 / 04-8444066
شفاعمرو, بجانب ملعب ظهر الكنيس

كهرباء برانسي (ملك الليديم)



يتقدم بأحر التهاني لعموم المحتفلين بحلول شهر رمضان الكريم
أعاده الله على الجميع بألف خير وبركات



ثريات , سبوتيم , بروجيكتوريم , ليديم , امانات



تنزيلات حادة على غالية الثريات



مجموعة السلام للاعلام

شفاعمرو بجانب كوبات حوليم هستدروت 04-9861222 / 0528449728

حملة رمضان



الاختيار الزكي فقط من Smart

■ play a bit



Samsung j7
₪ 1300
يبואן رسمي



Samsung j5
₪ 1150
يبואן رسمي



Samsung s7
₪ 3300
يبואן رسمي

الندي للإعلان والنشر
0528396302



Samsung s7
edge
₪ 3750
يبואן رسمي



iphone 6
₪ 2750
16G
يبואן رسمي



iphone 6 s
₪ 3700
64G
يبואן رسمي

تتفامرو



قسم خاص لبيع اجهزة
play station و Xbox
وجميع مستلزماتها

خاضع لشروط الحملة • مفعول الحملة حتى نفاذ المخزون

تتفامرو - حي البركة 077-4969007

هكذا تضمن صياما صحيا دون مشاكل!

بسبب ارتفاع درجات الحرارة، ونشر موقع "بولد سكاي" المعنى بالصحة 3 نصائح غذائية للصائمين يمكن أن تقلل من المشاكل المرتبطة بالهضم وتضمن صياما صحيا بدون مشاكل خلال الشهر الكريم، وهي:



1- الأطباق الخفيفة أثناء وجبة الإفطار.. فمن الأفضل الابتعاد عن الأطعمة الدسمة المليئة بالدهون والغنية بالتوابل الحارة، لضمان سهولة الهضم والابتعاد عن المشاكل المعوية.

2- الإكثار من الخضروات والفواكه.. فمن المهم أن تتضمن الوجبتان اللتان تتناولهما خلال شهر الصيام على الفواكه والخضروات الكافية لضمان حصول الجسم على العناصر الغذائية اللازمة، وكذلك لضمان عملية هضم سلسة. كذلك يجب التركيز على الخضروات والفواكه الغنية بالمياه لإمداد الجسم بحاجته من المياه خلال أيام الصيام الطويلة.

3- الأطعمة الغنية بالبروتينات والنشويات أثناء وجبة السحور.. فالأطعمة الغنية بالبروتينات والنشويات المركبة تحافظ على الشعور بالشبع والامتلاء لمدة أطول، لذا فمن المهم أن تتضمن وجبة السحور منتجات الألبان واللوز والشوفان والبقوليات.. الخ.

العديد من الصائمين يعانون من مشاكل في الهضم بعد تناول وجبة الإفطار، والشعور بالامتلاء المصحوب بحرقة المعدة، إضافة إلى الشعور المستمر بالعطش. وعادة ما تمتلئ الموائد على وجبة الإفطار بكل ما لذ وطاب من الأطعمة الشهية والدسمة، مصحوبة بالعصائر المليئة بالسكريات، لتتبعها بالحلويات اللذيذة. وبعد الانتهاء من وجبة الإفطار الشهية، تبدأ المعاناة في الهضم، والتي غالبا ما تستمر إلى وجبة السحور. وفي كثير من الأوقات تلجأ للأدوية المهضمة والمضادة لحرقة المعدة. ودائما ينصح خبراء التغذية بأن تتوفر في وجبات الطعام التي تتناولها خلال الشهر الكريم كميات كافية من السعرات الحرارية والعناصر المغذية من جميع المجموعات الغذائية الرئيسية كالحبوب والفواكه والخضروات والبروتينات ومنتجات الألبان، إلى جانب السوائل لترطيب الجسم وتجنب التعرض للجفاف

نوع طعام السحور يؤثر على الشعور بالعطش والجوع

• تناول الأطعمة التي تهضم ببطء كاللحوم والبروتينات الأخرى، أو الحاوية على الألياف مثل الحبوب الكاملة والبقول والخضار والفواكه، لأنها تبقى لمدة طويلة بالمعدة ولا



تسبب ارتفاعاً سريعاً بسكر الدم. عدم تناول الأطعمة المالحة على السحور كاللحوم المملحة والأسماك المملحة والمكسرات والشيبس وكذلك التقليل من البهارات لأنها تزيد من الشعور بالعطش. يفضل عدم تناول المشروبات الحاوية على الكافيين في السحور بسبب تأثيرها المدر للماء. للفواكه تأثير جيد في التخفيف من العطش لما تحتويه من البوتاسيوم الذي يخفف من الشعور بالعطش. تناول الماء طوال الفترة من الإفطار إلى السحور بكميات معتدلة وذلك للحفاظ على كمية ماء ثابتة في الجسم، فتناول كمية كبيرة دفعة واحدة تؤدي إلى التخلص منها بسرعة.

يأتي شهر رمضان الفضيل هذه السنة في فصل الصيف حيث يكون عدد ساعات النهار الأطول خلال العام مما يزيد من صعوبة الصيام، ولذلك يجب على الصائم الانتباه لنوع الطعام والسوائل التي يتناولها وخاصة على وجبة السحور. تعد هذه الوجبة أساسية خلال شهر رمضان من الناحية الصحية، لأنها تمد الصائم بالطاقة والسوائل اللازمة له طوال النهار، ولتنوع الطعام تأثير على الشعور بالعطش والجوع، وليس كميته فقط. ونقدم لكم بعض النصائح المفيدة:

• تأخير وجبة السحور قدر الإمكان للتخفيف من الشعور بالجوع خلال وقت الصيام.

• تناول كمية كافية من الطعام وخاصة إذا كان العمل خلال النهار يتطلب جهداً بدنياً.

كيف تتخلص من انتفاخ البطن وعسر الهضم في رمضان؟

فيتامين "ب" الذي يحارب انتفاخ البطن بشكل كبير.

- تناول الطعام ببطء ومضغه جيدا، لأن هذا يسهل عملية الهضم.

- تناول اللبن الرائب الذي يحتوي على جراثيم مفيدة حية أو تناول أقراص الجراثيم المفيدة (probiotics)، لأن النقص في هذه الجراثيم المفيدة يؤدي إلى هضم الطعام بشكل جزئي غير كامل وإلى تكون الانتفاخات والغازات.

- قلل من استهلاك الخضار النيئة واستبدالها بالخضار المطبوخة أو شوربات الخضار.

- حاول بقدر الإمكان تخفيف الملح في الطعام، لأن الملح يتسبب في احتباس الماء في الجسم، والسذي ينتج عنه الانتفاخ.

- تجنب الاستلقاء بعد تناول الوجبة مباشرة، لتلافي ارتجاع الطعام إلى المريء وأكثر من المجهود الحركي خاصة بعد الإفطار.

- تجنب تناول الحلويات والأغذية الدسمة، مثل المقالي والوجبات السريعة لأن الدهون تبقى في الجهاز الهضمي لفترة طويلة وتسبب سوء الهضم.

- قسم الوجبات إلى وجبات صغيرة متعددة وتجنب الوجبات الكبيرة.

- تجنب المشروبات التي تحتوي على الكافيين مثل القهوة والشاي والمشروبات الغازية ومشروبات الطاقة.

- تناول مغلي الأعشاب مثل البقدونس والبابونج والزنجبيل لأنها تساعد على التخلص من عسر الهضم والانتفاخات.



يعد انتفاخ البطن من أكبر المشاكل التي تواجه الصائم في شهر رمضان جراء اختلاف أوقات تناول الطعام واتباع عادات غذائية تؤدي إلى عسر الهضم. والانتفاخ هو وجود كمية زائدة من الهواء، أو الغازات في المعدة والقناة الهضمية، مما يؤدي إلى توسع وانتفاخ البطن. ومن أجل تجنب هذا الانتفاخ يجب اتباع عادات غذائية صحية للتخلص من عسر الهضم ومعالجته من خلال مجموعة من النصائح.

- تعويض الماء الذي فقده الصائم طوال نهار اليوم بشرب ما بين 8 إلى 10 أكواب من الماء في الفترة ما بين الإفطار والسحور لأن نقص السوائل يعد السبب الرئيسي للإمساك في شهر رمضان.

- تناول الحبوب الكاملة بدلا من الخبز والأرز الأبيض وهي متوفرة في المعكرونة المصنوعة من طحين القمح ذي الحبة الكاملة والبرغل والفريكة والشعير والأرز البني والكسكي المصنوع من طحين قمح كامل والشوفان. وإن اتبعت هذا النظام الغذائي يحد كثيرا من أعراض الانتفاخ، نظرا لأن مكوناته تحتوي على

شهر رمضان.. فرصة ذهبية للتخلص من التدخين

الذكاء، وعصبية المزاج. إضافة إلى دوره في حدوث السكتة الدماغية والنوبة القلبية. وقد أثبت كثير من البحوث العلمية، أن تدخين سيجارة واحدة أو سيجارتين كاف لأن يخفف درجة حرارة الجلد في أطراف الأصابع.

• اعتقاد خاطئ:



وبالرغم من كل ما سبق يرى كثير من المدخنين أن الإقلاع عنه من الأمور الصعبة، وهذا الاعتقاد خاطئ تماما، فلو كان هذا صحيحا لعانى المدخنون في نهار رمضان، ولعجزوا عن ممارسة حياتهم اليومية المعتادة خلال فترة الصيام التي تتجاوز 10 ساعات يوميا. وما بقاء المدخنين ساعات طويلة بدون تدخين إلا دليل واضح على أن الإنسان يمتلك من القدرة وقوة الإرادة، ما يمكنه من التغلب على إدمان هذه العادة المدمرة لصحته.

يكتسب المدخن خلال شهر رمضان فوائد عظيمة بسبب امتناعه عن السجائر لفترات طويلة، أهمها ترويض النفس لامتناع نهائيا عن التدخين، إضافة إلى تنظيف الجهاز التنفسي والتخلص من أول أكسيد الكربون العالق به، كذلك فإن معدل ضربات القلب وضغط الدم يعودان إلى حالتها الطبيعية، وخلال أيام قليلة تتحسن لدى المدخن حاستا الشم والتذوق. وبعد الإقلاع التام عن التدخين، تزداد فرصة المدخن في التمتع بحياة أطول، وبعد 10 سنوات من الإقلاع تقل فرصة الوفاة بسبب سرطان الرئة بنسبة 30-50%. كذلك يقهر الجسم أمراض القلب والجهاز التنفسي المزمنة.

جاء في تقرير الكلية الملكية لأطباء بلندن أن تدخين السجائر في العصر الحديث يسبب من الوفيات ما كانت تسببه أشد الأوبئة خطرا في العصور السابقة.

• أضرار بالجملة:

التدخين إفساد لصحة الإنسان وسبب لإصابته بالعديد من الأمراض والمضاعفات الصحية، إذ يحتوي دخان السجارة على أكثر من 4000 نوع من المواد الكيميائية الضارة، منها بالطبع مسببات السرطان، بالإضافة إلى مواد سامة أخرى مثل أول أكسيد الكربون، والفحم، والزرنيخ، والرصاص. ويقول أحد أهم أطباء السرطان: "مضى على علاجي للسرطان أكثر من 25 عاما، وجميع من زارني من المصابين بسرطان الحنجرة كانوا مدخنين".

فالتدخين عدو لدود لجهاز التنفس، أحد أهم أجهزة الجسم على الإطلاق، كونه الجهاز الوحيد المتصل بالمحيط الخارجي اتصالا دائما، من خلال عمليتي الشهيق والزفير، وهو المصدر الوحيد لإمداد كل أعضاء وخلايا الجسم بالأكسجين اللازم لحيويتها. كذلك للتدخين آثار سيئة كثيرة مثل: مشاكل جنسية في الانتصاب، تلف شبكية العين (المسبب للعمى)، كثرة السعال، توقف نمو الجسم، هبوط مستوى



رمضان كريم

مستمرّون في حملاتنا

اخوان عوكل B

اسعار خاصة



BOSCH
כל כלי כלי

شفا عمرو 04-9865566

6 مسلسلات رمضانية للـ "الكبار فقط"

بين رمضان وروجينا، في علاقة حميمة، إلا أن التتويج استمر بعد ذلك أيضا، ومن المرجح أنه بسبب أيضا المشاهد العنيفة في المسلسل، من أجل تفادي هجوم النقاد والجمهور.

3- الميـزان
اكتفى فريق عمل مسلسل «الميزان»، الذي تقوم ببطولته النجمة غادة عادل، ويشاركها الفنان إياد نصار، بتحديد فئة الـ 12 عاماً لمشاهدة المسلسل. وسبقت بداية حلقات المسلسل هذا التتويج، بسبب بعض المشاهد الجريئة أو الصادمة التي تضمنتها بعض الحلقات. وفي ظل هذه المحاولات من تلك المسلسلات وغيرها، تعرضت بعض الأعمال الأخرى لهجوم من قبل الجمهور بسبب المشاهد التي تحتويها، إلا أنهم لم يستخدموا التصنيفات العمرية، وهو ما عرضهم للأمر، وسنستعرضهم أيضا.

4- مسلسل ونوس
تعرض مسلسل «ونوس» للنجم يحيى الفخراني، لعدد من الانتقادات، بسبب مشاهد المغالطات الدينية «المقصودة» في المسلسل طبقاً للبناء الدرامي، وخاصة بعض الفتاوى الخاطئة. وطالب عدد من الجمهور، فريق عمل المسلسل بتحديد الفئات العمرية الخاصة به كباقي الأعمال، حتى لا يختلط الأمر على المشاهدين.

5- مسلسل أفراح القبة
لم يستخدم مسلسل أفراح القبة هو الآخر التصنيفات العمرية، وهو ما عرضه لهجوم من الانتقادات، خاصة بعد المشاهد الجريئة، التي ظهرت في بعض الحلقات، والتي كان أبطالها منى زكي ورانيا يوسف. ولم يلتفت فريق عمل المسلسل لهذه الانتقادات، ولم يلجأ أيضا إلى تحديد الفئات العمرية، معتبرين أن هذه المشاهد طبيعية، في ظل السياق الدرامي للعمل.

6- مسلسل الخانكة
نفس الحال، شهدت الحلقات الأولى من مسلسل «الخانكة» للنجمة غادة عبد الرزاق، انتقادات لاذعة، بسبب مشاهد التحرش والألفاظ الجريئة، خاصة أن العمل لم يتضمن أية تصنيفات عمرية أو تحديد فئات معينة للمشاهدة، وهو ما لم يحمه من هجوم الجمهور.

أيام قليلة فقط مرت على الماراثون الرمضاني هذا العام، بين عديد من المسلسلات المصرية المختلفة، تنوعت بين الدراما والأكشن والكوميديا، وما زال يحاول كل مسلسل منها الانفراد بالصدارة بطرق مختلفة، التي شهدت طفرات استثنائية هذا العام. ووسط التنافس القوي بين المسلسلات، تعرض البعض منها لهجوم وانتقاد كبير من قبل الجمهور بسبب المشاهد الجريئة أو المحتوى العنيف، وهو ما سعى فرق عمل هذه الأعمال إلى تجنبه، من خلال التصنيفات العمرية وتحديد فئات معينة للمشاهدة، والتي ربما تحدث للمرة الأولى هذا العام بهذا العدد. وهناك عديد من المسلسلات التي حددت الفئة العمرية لمشاهدها، لتجنب أية انتقادات أو هجوم من قبل الجمهور أو النقاد كغيرها، ونستعرض جميعها خلال التقرير التالي.

1- القيصر
منذ بداية أولى حلقات مسلسل «القيصر» للفنان يوسف الشريف، وتسبق بدايته العديد من الجمل، كان أهمها «جميع أحداث المسلسل من وحي خيال المؤلف، ولا تمت للواقع بصلة»، وذلك لتجنب أية مساءلات قانونية بشأن المحتوى، الذي يناقش قضايا أمنية حساسة. وكان الأهم عقب هذه الجملة هو تحديد الفئة العمرية، حيث كتب تنويهاً قبل بداية الحلقات، جاء نصاً: «هذا المحتوى لا ينصح بمشاهدته ما دون الـ 16 عاماً». وجاء ذلك بسبب ما تحتويه مشاهد المسلسل من عنف ودماء، ومعارك عديدة تستخدم فيها أسلحة نارية وبيضاء.

2- الأسطورة
في الحلقات الأولى من مسلسل الأسطورة للفنان محمد رمضان، لم يستخدم فريق العمل أية عبارات تنوّه عن الفئات العمرية، إلا أنه بعد الحلقة الرابعة تغير الأمر بشكل مفاجئ، حيث كتب منذ بداية الحلقة الرابعة وجميع الحلقات التي تليها، عبارة تنويه تحذر من مشاهدة المسلسل لأقل من 16 عاماً أيضا. وأرجع البعض السبب في ذلك، إلى مشهد جمع

بعد شائعة وفاتها.. نانسي عجرم ترد بطريقة مختلفة

بعد اشائعات التي لاحقت النجمة اللبنانية نانسي عجرم حول تعرضها لحادث سير كبير مع عائلتها، انتقدت الإعلامية ريماء نجيم عبر إذاعة صوت الغد مروّجتي شائعة وفاة نانسي. وقالت «أتركوا نانسي عجرم في حالها. نجمة تحب الهدوء، ولا تفتعل المشاكل مع احد. لم كل تلك الإشاعات المخيفة والعناوين المسيئة؟». وتابعت «رحم الله أيام الصحافة التي تدعم وتقيم وتكون السند للفنان للجلاد والمروّج لشائعات موت. يا عيب الشوم بدورها، غرّدت نانسي على "تويتر" شاكرة ريماء نجيم فكتبت "شكرا ريماء على كلامك الصادق واهتمامك الكبير عبر أثر إذاعة صوت الغد ومواقع التواصل الاجتماعي بوجه كل الإشاعات المغرضة"، وأضافت: «إنت رمز نادر من رموز الصحافة المحترمة والمحترفة بها للإيام يا عيب الشوم».



لطيفة تكشف حقيقة زواجها من كاظم الساهر

كشفت الفنانة لطيفة، حقيقة ارتباطها وزواجها من الفنان العراقي كاظم الساهر، قائلة: «الحب أساس الزواج.. وما تردد حول زواجي من كاظم شائعة». وتابعت لطيفة -خلال حوارها مع برنامج «أبيض وأسود» المذاع على راديو نجوم إف إم يوم الأحد- أنها تتعرض لعدد كبير من الشائعات، وأصبحت تتعامل معها ببساطة. وأشارت لطيفة إلى أنه لا يوجد خلاف بينها وبين الموسيقار حلمي بكر، قائلة: «أنا معرفش حلمي بكر كويس.. بس هو قال عني كلام الله يسامحه عليه».



نادين نسيب نجيم تعتذر لجمهورها بسبب مسلسل نص يوم

نادين كتبت: «باعتذر اذا عيونى وحركاتي بالمسلسل خوفتك انا مجرد ممثلة عشقت دورها وأستمتعت تلعب وجه شخصية ما بتشبهني أبدا بس كمان مبسوطه إنو هيك كان الأثر عليكن يعني قدرت إتغير من لو و تشيللو و سمرا لنص يوم وتشوفوا فيني كل مرة شي جديد بعيني وأدائي بحكم كثير انا ندين مني شريرة بس يارا عندا حسابات خاصة». يذكر أن نادين تشارك في بطولة «نص يوم» أمام الممثل السوري تيم حسن، والعمل من تأليف باسم توفيق السلوكا، وإخراج سامر البرقاوي.



اعتذرت الفنانة اللبنانية نادين نسيب نجيم لمحبيها ومتابعيها عبر مواقع التواصل الاجتماعي بسبب بعض الانتقادات التي طالت أداء الشخصية الشريرة التي تجسدها في مسلسلها الرمضاني الجديد «نص يوم».



تامر حسني باليوم جديد في عيد الفطر

تحضيرات مطوّلة استغرقت عامين كاملين، لينتهي بعدها تامر حسني من وضع اللبس الأخيرة على اليوم الجديد، ويطره في موسم عيد الفطر المقبل، الذي يشهد انتعاشاً في سوق الغناء والسينما أيضاً. وقد أعلن تامر حسني عن استلامه للماستر الخاص باليوم الجديد، الذي يحمل اسم «عمري ابتدا»، تمهيداً لطره بالأسواق في عيد الفطر. حسني، الذي كان آخر ألبوماته الغنائية هو «180 درجة» الذي طرح في العام قبل الماضي، أعلن أن الألبوم سيحمل إهداءً خاصاً لجماهيره، حيث كتب جملة لم يفصح عنها سيفاجئ الجمهور بها وقت طرح الألبوم، معلقاً عليها قائلاً: «الله الجملة دي من قلبي ميعادنا إن شاء الله في العيد». ألبوم تامر حسني الجديد سيحتوي على 14 أغنية يتعاون فيها مع عدد كبير من الشعراء والملحنين، من بينهم أمير طعيمة وسلامة علي وطارق مدكور وتامر عاشور، كما عاد تامر حسني للتعاون مرة أخرى مع الموزع تميم في الألبوم الجديد. ولن يكتب تامر حسني بطرح الألبوم، بل انتهى أيضاً من تصوير أغنية «عمري ابتدا» مع المخرج ياسر سامي، من أجل طرحها كفيديو كليب بالتزامن مع طرح الألبوم بالأسواق. كما يقدم تامر حسني في الألبوم أغنية «بطلة العالم في النكد» التي كتب كلماتها بنفسه، بينما تولى تلحينها عبد الرحمن شوقي.



رمضان الخير بفرهور غير



9⁹⁰

بدلين اكسترنا 1 لتر



3 100

حفاضات بامبيرز



3 100

حفاضات هاجيس



الريال
8 كيلو

54⁹⁰



8⁹⁰

ديودوزانت اكس



14⁹⁰

مسحوق غسيل زوهر دالبا



14⁹⁰

شامبو بنين 600 مل



فيرلي
1,240 لتر

11⁹⁰



14⁹⁰

مطعم زجاج اكس عبوة مزودة



7⁹⁰

شامبو بينوك



2 14⁹⁰

سداسية ورق مطبخ بيكول



4⁹⁰

زوج اكياس زوادة



6

شامبو هاناوي



8⁹⁰

سداسية ماء عيدن



14⁹⁰

ماكس علبين



14⁹⁰

زوج كيتشوب اوسم



ورق
تواليت
تاتش
48 لفة

22⁹⁰



14⁹⁰

شامبو هاناوي



29⁹⁰

كرتونة بلو زوكا



2 14⁹⁰

تشكيله خضار مجمع سان
فروست - بري هجيل



3 24⁹⁰

اشترى سداسية بيبي/
ماريند / سيفن اب
واحصل على
سداسية كول هدية



9⁹⁰

بدلين اكسترنا 1 لتر



3 100

حفاضات بامبيرز



3 100

حفاضات هاجيس



الريال
8 كيلو

54⁹⁰



8⁹⁰

ديودوزانت اكس



14⁹⁰

مسحوق غسيل زوهر دالبا



14⁹⁰

شامبو بنين 600 مل



فيرلي
1,240 لتر

11⁹⁰



14⁹⁰

مطعم زجاج اكس عبوة مزودة



7⁹⁰

شامبو بينوك



2 14⁹⁰

سداسية ورق مطبخ بيكول



4⁹⁰

زوج اكياس زوادة



6

شامبو هاناوي



8⁹⁰

سداسية ماء عيدن



14⁹⁰

ماكس علبين



14⁹⁰

زوج كيتشوب اوسم



ورق
تواليت
تاتش
48 لفة

22⁹⁰



14⁹⁰

شامبو هاناوي



29⁹⁰

كرتونة بلو زوكا



2 14⁹⁰

تشكيله خضار مجمع سان
فروست - بري هجيل



3 24⁹⁰

اشترى سداسية بيبي/
ماريند / سيفن اب
واحصل على
سداسية كول هدية



14⁹⁰

سداسية فانتا
حبيب



9⁹⁰

حلاوة الاناصره 1 كيلو



12⁹⁰

حلاوة العلال 700 غرام



75⁹⁰

كرتونة زيت الشفحة 2 لتر



24⁹⁰

جروس سكر سوجات/ مان



9⁹⁰

حلاوة الاناصره 1 كيلو



9⁹⁰

شمينت توما



16⁹⁰

جلن لبن توما 3 لتر



35⁹⁰

جروس طحين مان



9⁹⁰

طحينة الاناصره 1 كيلو



12⁹⁰

شوربة اوسم خضار



9⁹⁰

تشكيله معلبات



6⁹⁰

حمض احلا/ تسار



35⁹⁰

سداسية شوبيس 2 لتر



26⁹⁰

جلن شراب بريجات 3 لتر



17⁹⁰

سداسية باهاريا



9⁹⁰

شمينت توما



16⁹⁰

جلن لبن توما 3 لتر



9⁹⁰

زيت كانولا الشفحة 1,8 لتر



9⁹⁰

طحينة الاناصره 1 كيلو



14⁹⁰

شوربة اوسم 1 كيلو



9⁹⁰

تشكيله معلبات



15⁹⁰

جبنه لامشكري 12 قطع



35⁹⁰

سداسية شوبيس 2 لتر



26⁹⁰

جلن شراب بريجات 3 لتر



12⁹⁰

شوربة اوسم خضار



9⁹⁰

تشكيله معلبات



15⁹⁰

جبنه لامشكري 12 قطع



54⁹⁰

سداسية شوبيس 2 لتر



19⁹⁰

قهوة طربوش



9⁹⁰

شوربة اوسم خضار



12⁹⁰

لبنه ابو عادل 1 كيلو



6⁹⁰

حمض احلا/ تسار



9⁹⁰

طونا الشفحة



28⁹⁰

قهوة مندر خضر



**قسائم مقترحة للبناء
في أجمل
موقع في عبلين،
بقي 3 قسائم فقط**



**3 دونمات
عمار في عسفيا**

ارض زراعية في عبلين
منطقة جميلة جدًا
كل قسيمة 1.3 دونم
(1300 متر)
بسر مغري

**4 دونمات زيتون
في الرامة**

**700 متر في
وادي الجمال - حيفا**

**9 دونمات
مزارع في عبلين**

**1.8 دونم بين
عبلين وطمرة**

**6.5 دونم
في سهل طمرة**

**4 دونم
في المنطقة الصناعية
المستقبلية في عبلين
(ارض ممتازة جدًا).**

**4 دونمات
في عين عافية
بين عبلين وشفاعمر**

**نصف دونم عمار
في شارع عباس - حيفا
وامكانية بناء
10 وحدات سكن**

**ارض عمار
في ابو غوش
موقع استراتيجي**

**250 دونم طابو
في طبريا**

**7 دونمات زراعي
في طمرة
بين عبلين وطمرة**

**1 دونم على
الشارع الرئيسي
في كفرمندا**

**2 دونم في حيفا
بالقرب من التخنيون
امكانية بناء حتى
96 وحدة سكن**

**11 دونم زيتون
في الرامة**

**للبيع فندق
في الناصرة
موقع استراتيجي**

**عمارة للسكن
في شفاعمر،
3 طبقات
كل طبقة 170 متر
على أرض 500 متر،
فيها طابو
ورخصة عمار
(تشطيب ديلاكس).**

**8 دونمات
في كريات اتا
محاذي للعمار**

**بيت 240 متر
(קוטג')
في حارة
בני ביתך
كفرنا**

**16 دونم طابو
يشمل 297
شجرة زيتون،
عمر الزيتون +30،
ماء + كهرباء
شفاعمر..**

**1 دونم زراعي
في حارة
الكرك - شفاعمر**

**1 دونم على
الشارع
الرئيسي
في عبلين
مدخل البلد**

**3 دونم زراعي
(بعيدة 2 كيلومتر
عن جامعة بنر زيت)**

**1 دونم زراعي
في شفاعمر
قريب من العمار**

**نصف دونم
للعمار
في جبل النور
اعبلين**

**7 دونمات مع
رخص عمار
في طمرة**

كلية سخنين | وحدة التعليم الخارجي

- ◀ مנהל פרויקט בבניה
- ◀ פיקוח וניהול תשתיות ומדידות
- ◀ עיצוב פנים
- ◀ עיצוב גרפי וצילום (עיצוב המדיה)
- ◀ טכנאי C.N.C
- ◀ מתח גבוה בחשמל
- ◀ הנהלת חשבונות וחשבות שחר
- ◀ אוטוקאד | רוויט
- ◀ Photoshop | Indesign | Illustrator
- ◀ עברית מדוברת



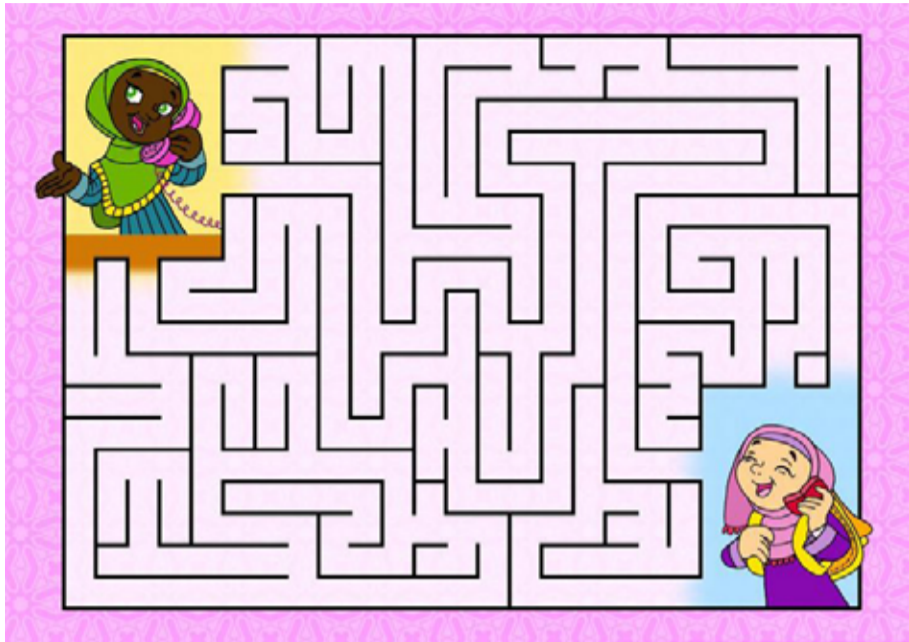
امكانية التسجيل لمسار تعليم مسائي يتضمن ايام الجمعة والسبت

امكانيات مريحة لدفع قسط التعليم | شروط القبول : انهاء 11 أو 12 سنة تعليمية (بدون بجرر

كلية سخنين للاستفسار والتسجيل: 04-6611155/6

كلية الهندسيين سخنين

تأهله



تحمل إليك هذه الفترة الوعور الكثيرة، ولكنها تدعوك إلى التصرف بهدوء ومنطق وتعقل. أحط نفسك بالمحيين ولا تذهب حيث الأخطار. لا شك في أن هذا اليوم يهيك الميزان الحيوية والديناميكية ويزيد من جاذبيتك وسحرك. تترك أثرا أينما حلت ويطلب الآخرون حضورك في أوساط عديدة ما يجعل حياتك الاجتماعية صاخبة ومغنية، إلا أن الحذر يبقى ضروريا عندما تشعر بالخطر.

تعاكسك بعض الرياح السلبية لتمتحن قدرتك على مواجهة المشكلات والضغوط. قد تظهر في هذا الفترة خلافات شخصية. قد تقلق بشأن عاطفي ومتاعب تعطل لغة الحوار بينك وبين الحبيب وتضع أولوياتك تجاهه على المحك، كما قد يتقرر مصير مرحلة مهمة في حياتك.

عيش حالة من الغوران والغبان، وتستفيد من بعض الأوضاع لتناقش شأنا شخصيا بحماسة قصى، وتصطدم ببعض العقائل. لكن المواقف الإيجابية والمسألة تسهم في تخفيف المتاعب. قد تعيش بعض الشكوك أو المخاوف، ما يولد دقات فعل دفاعية. انصح لك الابتعاد عن العداينة والعنف. حاول ألا تعرض استقرارك العائلي أو العاطفي للأخطار، ولا تتخذ قرارا حاسما تحت وطأة الغضب.

تشعر بالطمأنينة والسلام الداخلي. الوقت مناسب للقيام بخطوة جريئة. لا تتردد في الدفاع عن حقلك. باستطاعتك أن تكون محط الأنظار. تلتقي الاصدقاء وتفرح لتأييد ما يمهّد لمشروع مهني جيد، كما ان الأوضاع العاطفية والعائلية على افضل ما يرام.

تحتاج الى السوحدة لمراجعة اوضاعك، وتشهد علاقة شراكة لك. ربما يتقرر زواج او تكتشف ما الدلو يجب حسمه قبل اتخاذ اي قرار، وقد توقع عقدا بشأن عمل مشترك مع بعض الفئات.

استرح بعض الشهيء، انت بحاجة الى الابتعاد عن الصخب والضغوط اليومية. لا تتعهد شيئا، عمل خلف الستار، نظم امورك ورتب الحوت اوضاعك واوراقك بهدوء. كن واعيا دبلو ماسيا لواجهة اصحاب النفوذ والكلمة الفاصلة. وظف كل مواهبك لكن لا تتخط الحدود ولا تتكلم في موضوعات لا تخصك

قد تتورط بقصة خاصة او بأحداث مميزة. تتعامل مع معلومات مربكة وتتلقى بعض الاعتراضات. تجنب حسم الامور المصيرية والنزاعات. الاجواء ضعيفة لا تقدم على قرار. قد تدور نقاشات حسادة حول عقود واوراق رسمية، وربما حول زواج.

تعيش فترة مثقلة بالأعباء العائلية، وقد تختلط عليك الامور فتفقد قدرتك على التركيز لترتكب خطأ واضحا الثور يجبر عليك سلسلة من المواقف المربكة. قد تشعل النار من حولك وتحرق خط العودة فتتأزم الاوضاع ويحرج وضعك.

تشير هذه الفترة الى احداث غير متوقعة تثير الانفعالات، والى ضرورة اجراء تعديلات على شراكة معينة. جوزاء كذلك قد تكون الاجواء العائلية متطلبة من ما يتوجب عليك تفهما وابتعادا عن عدائية الناس والاجواء.

تكلل جهودك بالنجاح وتتعاظم مع الامور الحياتية بانفتاح. تكون المواعيد الاجتماعية والمهنية جيدة تهتم لتوظيف اموالك ولاستقرار وضعك المالي. تجنب تبذير الاموال قد تحمل إليك هذه الفترة ربحا او تقدما.

حانر المشكلات العائلية، انت تشعر بضغوط، لكنك قد لا تنجح في تحديد سببها. حافظ على مشاعرك لنفسك. عمل خلف الستار، ولا تعرض نفسك لآخرين عليك. حاول ان تدرس امورك بصمت وهدوء. تبدو فعاليتك عالية وقدرتك على التواصل ممتازة.

تميل الى روح المصالحة والتقارب، كما ان بلاغتك وقدرتك على التعبير مميزة ولافتة للاهتمام، وبالتالي ستحقق نجاحا على الصعيد الاجتماعي والاعلامي والفني والسياسي. كما يمكنك أن تتقدم بطلب بقرض مالي إذ من المحتمل جدا أن تناله.

				3	6
5			8		
				2	
		4	6		
8					1
		3			
			7	1	5
	3	2			
4				8	

مفتاح



كلمة متقاطعة

١
٢
٣
٤
٥

عامودي:

١. من أنواع التمر.
٢. رخص له الإفطار في شهر رمضان.
٣. نصف كلمة (وضوء).
٤. متشابهان - أداة عطف تفيد التخيير (معكوسة).
٥. بمعنى (نعيش) (معكوسة).

أفقي:

١. الشهر الذي أنزل فيه القرآن.
٢. عود لتنظيف الفم والأسنان.
٣. أحد الوالدين (معكوسة).
٤. جمع كلمة نافلة (معكوسة).
٥. عكس كلمة (برد).



اتحاد المياه والصرف الصحي
منطقة شفاعمرو م.ض



بلاغ أخير للمواطن الكريم !
إذا كنت ممنوعاً من السفر!!

ادفع وسافر

إلى المواطنين الذين تسلموا فواتير دفع
رسوم المياه ورسوم الارتباط بشبكة المجاري

سدّدوا الدين!!

وتجنبوا الأجرأج والأجراءات القانونية، كالحجز
على السيارة، الحجز على حساب البنك أو

المنع من السفر

للتفاصيل اتصلوا: 1800-702-106

الدفع فقط في مكاتب الاتحاد
وأقسام خدمة الجمهور