

أخبار اليوم

AKHBARELYOUM

www.akhbarelyoum.dz

دعتهم لحماية استقلال بلادهم والحفاظ على وحدتها

جمعية العلماء المسلمين "تحذر" الجزائريين

القضاء يفتح ملف تركيب السيارات تحت أنظار الجزائريين

محاكمة تاريخية لأويحيى وسلال

03



تطالب السلطات التونسية
بكشف مصير أبنائها



عائلات "حراقة" مفقودين
تغلق معبراً حدودياً

03

فيما دعا رابحي للمشاركة
بقوة في الانتخابات

مرشحو الرئاسيات:
"نمر بوضع
خطير"

04

وفقاً لأرقام الاتحاد الدولي
لتاريخ وإحصاءات كرة القدم



بلماضي خامس أفضل
مدرب وطني في العالم

15

قضى على 5 دمويين وأوقف آخرين خلال نوفمبر

الجيش يواصل اقتلاع جذور الإرهاب

05

عمارنة يستنكر..



ندد الأمين العام للاتحادية الوطنية للتعليم العالي والبحث العلمي الدكتور مسعود عمارنة ضد تدخل البرلمان الأوروبي وضد أي شكل من أشكال التدخل الأجنبي في الشأن الداخلي للبلاد.

وعبر عمارنة في بيان تلقى "أخبار اليوم" نسخة منه عن رفضه لأي تهديد أو تدخل أجنبي ومساس بسيادة الوطن مهما كان مصدره، فإنها اليوم، تندد بقوة ضد الموقف السافر للبرلمان الأوروبي وتدخله في الشأن الداخلي لبلادنا، والذي يعتبر سلوكا مرفوضا ويتنافى والمواثيق الدولية، ويجسد محاولة يائسة لشماس بصورة الجزائر ووحدها واستقرارها وعرقلة العمل الديمقراطي ومساره السلمي.

وأكد الأمين العام للاتحادية الوطنية للتعليم العالي والبحث العلمي "تنددها واستنكارها لهذا الموقف الغرض والذي يتم عن حقد دفين ونوايا غير بريئة ضد الجزائر ووحدة أبنائها ومؤسساتها، وإيعاز مشبوه لإلحاق مسعى الشعب السلمي والواحي لتجاوز أزمته".

شرفي: "الحملة ناجحة"

بعد انقضاء أسبوعين منها، أي ما يوازي ثلثي عمرها، قيم رئيس السلطة الوطنية المستقلة للانتخابات محمد شرفي الحملة بالناجحة شكلا ومضمونا. وفي تصريح للقناة الأولى للإذاعة الوطنية، قال شرفي أن الحملة ناجحة شكلا من حيث التنظيم ومن حيث إحترام السادة المترشحين للبرنامج الذي وضعوه لدينا وأيضا إحترام المواثيق التي أخذوها مع امتدادات السلطة الوطنية، ثم أحكام التنظيم داخل القاعات، أما من حيث المضمون فإن الخطاب المتناولة في كل مناسبة التزمت بالحدود المسطرة في القانون المنظم للانتخابات.

وفي نفس السياق، أكد أيضا رئيس السلطة الوطنية المستقلة للانتخابات محمد شرفي أن العمل جارٍ لتنظيم مناظرات بين المترشحين الخمسة.



بريد الجزائر "يربح" ..

أكدت وزيرة البريد والمواصلات السلكية واللاسلكية والتكنولوجيات والرقمنة، إيمان هدى فرعون، أن المتعامل العمومي بريد الجزائر حقق نتيجة ربح 15 مليار دج سنة 2019 لختم ميزانيته لسنة 2018، مما سيسمح له بمواكبة العصرية بشكل أيسر وتمويل مشاريعه الاستثمارية في مجال الرقمنة. وأوضحت الوزيرة في حوار مع وكالة الأنباء الجزائرية أنه "بعد عجز فاق 5 مليار دج نهاية 2014، حقق بريد الجزائر اليوم رقما بقيمة 15 مليار دج خلال السنة، مما سيسمح له بتمويل مشاريعه الاستثمارية لاسيما في مجال الرقمنة"، واصفة "بالإيجابية" الحصيلة المالية للمؤسسة.



وأعتبرت أن بريد الجزائر "في حالة توازن مالي" وهي وضعية تسمح له بمواكبة العصرية لاسيما في التجارة الإلكترونية والدفع الإلكتروني والمشاريع الاقتصادية المستقبلية المرتبطة بالرقمنة. وأضافت قائلة أن "سر هذه النتائج الإيجابية يكمن في استعمال الرقمنة ومن خلال إدراج الرقمنة في تسييره الداخلي وتغيير نظامه المعلوماتي بنظام جديد مومن وفعال، تمكن بريد الجزائر من استعمال كامل لوسائل الرقمنة".

وحسب الوزيرة، سمح تحديث نظام بريد الجزائر لهذه المؤسسة بتدعيم أرصدة المواطنين وتقديم خدمة أقل تكلفة لهم، مما قلل نفقاته ورفع أرباحه مشيرة إلى أن بريد الجزائر استطاع ستحسين "ماليته بفضل إطلاق عدة خدمات إلكترونية، لاسيما تحويل الأموال إلكترونيا وتعبئة رصيد الهاتف.

وأفادت الوزيرة أن هذا المتعامل العمومي الذي سجل 22 مليون حساب بريدي جاري نشيط، قد دعم على مستوى الخزينة العمومية ساكن من 900 مليار دج من الأرصدة الدائنة".

حجز 10 ملايين مزورة بسطيف



في إطار جهودها الرامية إلى محاربة الجريمة الحضارية يشتى أنواعها لاسيما تلك التي تمس بالاقتصاد الوطني، تمكنت مصالح أمن ولاية سطيف من شل نشاط شبكة تحترف تزوير العملة الوطنية مع توقيف شخصين وحجز 10 ملايين سنتيم مزورة على شكل أوراق نقدية من فئة 2000 دج. العملية - حسب بيان لأمن ولاية سطيف تلقى "أخبار اليوم" نسخة منه - أظهرت أفراد الفرقة الاقتصادية والمالية التابعة للمصلحة الولائية للشرطة القضائية بأمن الولاية، وجاءت استغلا لا لمعلومات تفيد بتحركات مشبوهة لشخصين يحتمل أنهما بصدد طرح مبلغ مزور من العملة الوطنية في السوق، ومباشرة لعمليات البحث والتحري الميداني التي قادها محققو الفرقة الاقتصادية والمالية، تم تحديد هوية المشتبه بهما وبعد إعداد خطة محكمة أثمرت بتوقيفهما وسط المدينة وهما في حالة تلبس وبحوزتهما مبلغ مالي مزور من العملة الوطنية فاق الـ 10 ملايين سنتيم مشكلة من أوراق نقدية من فئة 2000 دج.

بعد استكمال كافة الإجراءات القانونية، تم إعداد ملف جنائي ضد المتورطين في القضية عن تهمة جنائية تقليد وترويج أوراق نقدية ذات سعر قانوني بالتراب الوطني، أحيلوا بموجبه إلى الجهات القضائية المختصة.

شرطة الأغواط تواصل التوعية



مواصلة للنشاطات التحسيسية التوعوية الهادفة لتفاداة مختلف شرائح المجتمع، نظمت مصالح كل من أمن دائرة قصر الجيران وحاسي الرمل بالأغواط حملة تحسيسية توعوية، أشرف على تنشيطها إطارات رتباء وأعاون شرطة تابعون للمصلحة الولائية للأمن العمومي، وكذا فرقتي الأمن العمومي والشرطة القضائية بأمن الدائرتين.

وحسب بيان لأمن الأغواط، تلقى "أخبار اليوم" نسخة منه، فقد تم خلال هذه الحملة إلقاء دروس تحسيسية توعوية حول مواضيع السلامة المرورية، الاستعمال الآمن لشبكات الأنترنت ومخاطر الألعاب الإلكترونية، مخاطر أفة الإخدرات، مخاطر سرعة الهواتف النقالة، بالإضافة إلى تنظيم حظائر للترقية المرورية على مستوى الابتدائيات والفضاء العامة تم خلالها تفتين الناشئة بالمبادئ الأساسية للسياقة السليمة والأمنة، مع تنشيط مبادرات تحسيسية توعوية ميدانية حول هذه المواضيع لتفاداة المواطنين.

وتجدر الإشارة إلى أن مصالح أمن الولاية سحرت برنامجا تحسيسيا توعويا لتفاداة المواطنين، وذلك بالتنسيق مع مديرية التربية بالأغواط بمناسبة الموسم الدراسي 2020/2019، أين سحمت المبادرات المنظمة في هذا الإطار لإطارات أمن الولاية بتقديم نصائح وإرشادات مشفوعة بتوزيع مطويات تحسيسية توعوية من مخاطر المواضيع السالفة الذكر.

قالوا

□□ "لائحة البرلمان الأوروبي" أسقطت قناع هؤلاء الشردمة من البرلمان الذين يترصدون بالجزائر ويسعون لزرع البلبلة والتشويش على الرئاسيات المزمعة يوم 12 ديسمبر القادم والتي يتعاضد معها جل الشعب الجزائري بإيجابية عالية"

وزير الاتصال الناطق الرسمي للحكومة حسن رابحي

□□ "أين أنت أيها البرلمان الأوروبي مما يجري على أرض فلسطين، أم أسد على الجزائر ونعامه على من يسيهم الشعب الفلسطيني القتل والنضي والسجن والتعذيب، وكان ذلك ليس كافيا له حتى يجرد من كل شيء في صمت عالمي غريب وقبيح!"

الشيخ أبو اسماعيل خليفة

□□ "الذين يواصلون التشنج في الهجوم على هوارى بومدين نذكرهم بأنه مات منذ نحو 40 سنة وليس مترشحا للانتخابات الرئاسية.."

الدكتور محيي الدين عميمور

□□ "تجاوزت مبيعات المسلسلات التركية عبر العالم في 2018 ما قيمته 500 مليون دولار أمريكي بعد ما كانت 150 مليون دولار في 2013، واحتلت تركيا المرتبة الثانية عالميا في تصدير المسلسلات بعد الولايات المتحدة الأمريكية حيث يشاهد أعمالها حوالي 700 مليون شخص عبر 146 بلدا"

تقارير لصحافة التركية

□□ "أؤمن جداً بالارتباط الروحي، بأن نغزة القلب المفاجئة تعني أنه حتما حصل شيء، وأن الأرواح تتخاطر رغم وجود المسافات.."

تغريدة على موقع "تويتير"

□□ "كأن متحضراً مع الجميع، واجتماعياً مع الكثيرين، ومقرباً للقليبين، وصديقاً لفردي واحد، ولا تكن عدواً لأحد!"

فرانكلين

زورور

بداية من هذا الشهر.. استخدام "البطاقة الذهبية" أصبح متاحا على الشبكة البنكية..

رقم غريب يجمع نجلي كريستيانو وميسي



تترصد وسائل الإعلام العالمية كل التحركات والتفاصيل التي تخص المقارنات بين الأرجنتيني ليونيل ميسي والبرتغالي كريستيانو رونالدو خلال صراعهما الثنائي الطويل والأشهر في تاريخ كرة القدم، وامتدت المقارنات حتى إلى الأبناء.

وكشف موقع "أوربانيان" عن رقم غريب يجمع كريستيانو جونيور، نجل الأيقونة البرتغالي، وتياغو ميسي، نجل الأسطورة الأرجنتيني.

وأوضح الموقع أن تاريخ ميلاد كريستيانو الأب هو الخامس من فيفري 1985، ويكبر ميسي بشارق 896 يوما، حيث ولد نجم برشلونه يوم 24 جويلية 1978.

والغريب هنا أن الفارق بين تاريخي ميلاد كريستيانو جونيور وتياغو ميسي هو نفسه الفارق بين الأيوين بالضبط في عدد الأيام. وولد نجل رونالدو في 17 جوان 2010، بينما ولد تياغو بعده في 12 نوفمبر 2012.

وتوقع البعض امتداد منافسة الأيوين إلى الأيتين في المستقبل إذا احترفا كرة القدم ووصلوا إلى القمة، ما يضمن المزيد من المتعة والإثارة للمشجعين في المستقبل.

وبالفعل أظهر كريستيانو جونيور تمتعه بالمهارات، كما يخوض تدريبات بدنية شاقة مع والده، ولقت الأنظار بفرق الناشئين في ريال مدريد ثم جوفنتوس حاليا. أما تياغو ميسي فلا يبدو حتى الآن بالشغف نفسه تجاه كرة القدم، لكنه ربما يرث سحر والده في المستقبل.

الطباعة:

مصلحة إشارات أخبار اليوم
هاتف/ فاكس: 021 54 26 16
الوكالة الوطنية للنشر والإشهار

التوزيع:

شركة الطباعة للجزائر
أخبار اليوم

تنبيه:

الجريدة غير ملزمة بإعادة كل الوثائق والمقالات التي تصلها.

العنوان

تعاونية الفتح رقم 12 فأريدي 2 القبدة

المحول الهاتفي:

023 70 54 31

فاكس التحرير: 021 54 25 50

فاكس الإدارة العامة: 021 54 25 35

المدير العام

محمد قروش

مسؤول النشر

بن خليفة شيخ

أخبار اليوم

يومية إخبارية وطنية مستقلة

تصدر عن شركة أخبار اليوم للنشر والإعلام والتوزيع (ش.م.م)

www.akhbareyoum.dz

البريد الإلكتروني:

akhbareyoum1@gmail.com

بدعم من مختلف أجهزة التشغيل

تخصيص 300 محل لفائدة أصحاب المؤسسات المستحدثة بالبلدية

خصصت مصالح ولاية البلدة قرابة 300 محل تجاري لفائدة أصحاب المؤسسات المستحدثة بدعم من مختلف أجهزة التشغيل، مع إعطاء الأولوية للنشاطات التي لا تؤثر على المحيط وعدم ازعاج السكان القاطنون بالتجمعات السكنية التي تتواجد بها المحلات السالف ذكرها.



.. وانخفاض عدد حوادث المرور

انخفض العدد الإجمالي لحوادث المرور المسجلة في العشرة أشهر الأولى من السنة الجارية عبر إقليم ولاية البلدة بنسبة 16,38 بالمائة مقارنة بنفس الفترة من السنة الجارية، حسب ما جاء في حصيلة لمصالح الدرك الوطني التي أوضحت أنه بفضل الجهود المبذولة في مجال التحسيس بحوادث الطرقات سجل انخفاض في العدد الإجمالي لحوادث المرور التي وقعت في الفترة الممتدة ما بين جانفي وأكتوبر 2019 بنسبة 16,38 بالمائة مقارنة بنفس الفترة من سنة 2018. كما تم تسجيل "نتائج إيجابية" في عدد ضحايا هذه الحوادث الذي انخفض بنسبة 21,96 بالمائة مقارنة بنفس الفترة من السنة الماضية مع بقاء العامل البشري متصدرا للأسباب وقوع الحوادث بنسبة 92 بالمائة. ورغم هذه الحصيلة الإيجابية إلا أن المجموعة الإقليمية للدرك الوطني بالبلدة تعكف على تعزيز هذه النتائج أكثر والرفع من وتيرة العمل لمكافحة الإجرام المروري وذلك من خلال العمل الوقائي عن طريق الحملات التحسيسية والعمل الجوّاري والذي يليه العمل الردعي للسلوكيات السلبية لبعض السائقين وذلك بهدف الحد أكثر من هذه الحوادث وضحاياها.

للتعريف بمختلف الخدمات التي توفرها للراغبين في الاستفادة من قروض لاستحداث مؤسساتهم الخاصة، ستواصل إلى غاية يوم الخميس المقبل على مستوى كل من مركز التكوين المهني والتمهين "آيت علي خالد" ببوقاريك وكذا مركز التكوين المهني بالصومعة "يخلف مولود" بالإضافة إلى المعهد الوطني المتخصص في صناعة الأغذية الفلاحية بسيدي عبد القادر.

أغلبتهم أين تم في هذا الخصوص مراسلة الوزارة الوصية بهدف إيجاد حل قانوني. وسيتم هذا الدعم الجديد من تخفيف عن أصحاب المؤسسات المصغرة الأعباء المالية الناجمة عن هذا المشكل (اقتناء أو كراء محلات) الذي حال دون تطوير وتوسيع نشاطهم. وللإشارة فقد بادرت مختلف أجهزة التشغيل بالولاية إلى تنظيم أبواب مفتوحة

كشفت مدير التشغيل لولاية البلدة محمد قاسم أن نسبة معتبرة من أصحاب المؤسسات المصغرة المستحدثة بدعم من الوكالة الوطنية لدعم وتشغيل الشباب والصندوق الوطني للتأمين عن البطالة تعاني من مشكل غلاء العقار وكذا ارتفاع تكاليف الكراء، الأمر الذي دفع بالسلطات الولائية إلى تخصيص قرابة 300 محل لفائدة هذه الفئة من الشباب المستثمر.

وتتوزع هذه المحلات التابعة للديوان الوطني للتسيير العقاري على مستوى كل من بلديات العفرون ووادي جرو الأرباء ومفتاح والشبلي في انتظار تخصيص حصة جديدة من المحلات بعد استكمال الوكالة الوطنية لتحسين السكن وتطويره (عدل) من عملية جرد عد المحلات الشاغرة، مضيفا ذات المسؤول أنه تم لحد الآن تسليم 40 قرارا استفادة من هذه المحلات، مشيرا إلى تشكيل لجنة تتكفل بدراسة جميع الطلبات على أن تمتح الأولوية للنشاطات التي لا تؤثر على المحيط وكذا لا تشكل مصدرا زعاج للسكان كون جميع هذه المحلات متواجدة على مستوى تجمعات سكنية.

ومن أبرز الصعوبات التي تواجه هذه العملية اشتراط التزام المستفيدين بالدفع المنتظم للضرائب وكذا اشتراكات الضمان الإجتماعي وهي الشروط غير متوفرة لدى

متفرقات

وهران

عملية جديدة لترميم المزيد من مدرجات حلبة الثيران

قررت السلطات الولائية بهران إطلاق مرحلة ثانية من عملية ترميم مدرجات حلبة الثيران المتواجدة بحي محي الدين "الكميل سابقا" حسبما أفادت به خلية الاتصال لولاية وهران امس الاحد، موضعا ذات المصدر ان والي الولاية خص هذا المرفق بزيارة وأمر بالشروع فورا في تهيئته لاحتضان نشاطات ترفيهية وثقافية مستقبلا. ويتم حاليا استغلال المدرجات السطوية في تنظيم أي نشاط يستقطب بين 1500 و2000 زائر مع العلم أن الطاقة النظرية لحلبة الثيران تتسع لـ 10 آلاف زائر، كما تقرر بالنسبة أيضا تجهيز ساحة الحلبة بشاشة عملاقة لمشاهدة المقابلات الكروية، واستغلالها خلال مختلف المناسبات، سيما وأن هذا الصرح الثقافي والسياحي يقع في حي شعبي، فضلا عن ذلك، سيتم تهيئة فضاء كادئ أسفل المدرجات وتخصيصه كمتحف موجه لرحي المتوجات التقليدية والرسامين لعرض لوحاتهم، خاصة وأن الولاية تتأهب لإطلاق مسار الجافلة السياحية للولاية وبالتالي تمكن الزوار والسياح من زيارة الحلبة واكتشاف تاريخها. في هذا الصدد سيتم إعداد مطويات وتسخير دليل سياحي يداخل الحلبة لمرافقة الزوار، وذلك بالتنسيق مع المختصين في التراث والتاريخ والثقافة، وهي المهمة التي ستتولاها لجنة تضم رئيس غرفة الصناعات التقليدية والحرف ومديرية السياحة والثقافة.

غليزان

3057 مستفيد من جهاز

الإدماج المهني معينون بالترسيم

تخصي ولاية غليزان 3057 مستفيد من جهاز المساعدة على الإدماج المهني معينون بعملية الترسيم قبل نهاية السنة وفق الإجراءات التي اتخذتها الحكومة مؤخرا في هذا الشأن، حسبما لدى مدير التشغيل عبد اللطيف عاصمي الذي أوضح أن هذا الإجراء يمس العمال المستفيدين من عقود في إطار جهاز المساعدة على الإدماج المهني والذين يزاولون عملهم لمدة تجاوزت 8 سنوات سيتم إدماجهم بمناسبة قبل نهاية السنة الجارية كمرحلة أولى، كما سيتم هذا الإجراء العام المقبل في مرحلة الثانية أصحاب أقدمية عمل بأكثر من ثلاثة سنوات فيما سيتم تسوية وضعية باقي العمال في سنة 2021. مضيفا ذات المسؤول أن مصالحه قد شرعت في تحضير القوائم الإسمية للشباب العاملين حاليا ضمن جهاز المساعدة على الإدماج المهني بالتنسيق مع المديرية والإدارات التي يشتغلون بها.

يذكر أن الوكالة الإقليمية للتشغيل تخصي حاليا حوالي 5300 مستفيد من جهاز المساعدة على الإدماج المهني وفق ذات الوكالة.

النعامه

توقيف شخصين ينشطان

في ترويج المؤثرات العقلية

تمكنت الشرطة القضائية لامن دائرة مشرية بولاية النعامه من وضع حد لنشاط شخصين ينشطان في ترويج المؤثرات العقلية وحجز 816 قرص مهلوس كما أورد بيان لخلية الاتصال والعلاقات العامة للامن الولائي، وهي الهيئة الامنية التي افادت بأنه تم توقيف الشخصين في حالة تلبس داخل مسكنهما الذي تم العثور بداخله على 816 قرص مهلوس و19 غرام من الكيف المتعاطج إضافة إلى مبلغ مالي يقدر بـ 930 ألف دج من عائدات الترويج.

بومرداس

توقيف 50 شخصا وحجز 1875

قرص مهلوس بإقليم الولاية

من أجل التصدي للمجرمين ومعالجة كل الأزمات الاجتماعية التي تهدد سلامة وأمن المواطنين داخل الوسط الحضري، عمدت مصالح الشرطة للفرق العملياتية لبومرداس، عبر عمليات شرطية متفرقة بإقليم الولاية، من خلال وضع خطط أمنية محكمة، كللت من توقيف 50 شخص تورطوا في حيازة أقرص مهلوسة لغرض البيع والاستهلاك الشخصي، تم من خلالها حجز 1875 قرص مهلوس، مع ضبط مبالغ مالية وأسلحة بيضاء تستعمل للتهديد والتخوف من طرف المشتبه فيهم. كما حرصت المصالح الامنية لولاية بومرداس على إيقاف نشاط هذه المجموعات الإجرامية، التي تروج هذه السموم بين أوساط الشباب وزرع الرعب داخل الأحياء والشوارع، لارتكاب اعتداءات وسرقات، ليتم تحويلهم وإنجاز ملفات قضائية ضددهم، مع تقديمهم أمام الجهات القضائية المختصة إقليميا.

• ي. تيشات

تيسميسيلت

إطلاق برنامج تحسيسى لحماية غابة "المداد" من التلوث

بالمنطقة الغابية داخل وخارج الولاية، كما برجت بالمناسبة لقاءات جوارية تحسيسية لفائدة زوار غابة "المداد" وكذا هواة التخيم والمشي والتجوال وممارسة مختلف الرياضات الجبلية والتي سيتم خلالها حثهم على ضرورة المحافظة على نظافة هذا الفضاء الطبيعي الجمال وكذا احترام قواعد وشروط زيارة هذه الغابة. وسيتم أيضا إقامة ورشات تكوينية حول كيفية التخيم البيئي السياحي السليم، فضلا على برمجة حملات لتنظيف حظيرة الأرز بمشاركة عديد الجمعيات والقطاعات وتلاميذ المؤسسات التربوية ومتطوعين شباب إلى جانب تنظيم زيارات بيداغوجية استكشافية إلى المعالم الطبيعية الجمالية التي تزخر بها غابة "المداد".

تعتزم دار الحظيرة الوطنية للأرز لثلية الحد بولاية تيسميسيلت إطلاق قبل نهاية السنة الجارية برنامج تحسيسى خاص لحماية غابة "المداد" من كل أشكال التلوث حسبما أفاد به مدير هذه الهيئة محمد معريف الذي أوضح بأن التحضير لهذا البرنامج يتم بالتعاون مع محافظة الغابات ومديريات البيئة والشباب والرياضة والتربية وجمعيات بيئية محلية على أن يشرع في تجسيده فعليا خلال منتصف شهر ديسمبر الجاري.

ويتضمن البرنامج غير المحدد زمنيا، تنظيم تظاهرات علمية وبيئية وثقافية وشبانية أسبوعية على مستوى حظيرة "المداد" تستهدف تلاميذ المؤسسات التربوية ومنخرطين بالمرافق الشبانية وكذا بالجمعيات التي تعنى بالبيئة ومحبي الطبيعة والبيئة والمهتمين

تابعة لقطاع الموارد المائية

4, 8 مليار دينار لتجسيد عمليات تنمية بتلمسان

التزويد بالماء الشرب في الآونة الأخيرة بسبب تراجع مردود إنتاج محطة تحلية مياه البحر بلدية سوق الثلاثاء التي كانت تزود سكان البلديات الواقعة في هذا الرواق، مشيرا أن هذه المحطة التي كانت تنتج يوميا 160 ألف متر مكعب سنة 2011 أصبحت تنتج 20 ألف متر مكعب يوميا اعتبارا من 2018.

بلديات ندرومة وجباله ويا ب العسة وسيدي مجاهد وإنجاز وإبط ثانوية وتوفير مضخات وكل المعدات الخاصة بتوفير الماء للمواطنين إلى جانب عمليات أخرى وفق المخطط الذي سطرته ذات المديرية لتنفيذ مخطتها الاستعجالي الموجه للقضاء على كل النقاط السوداء، مشيرا الى أن الرواق الغربي للولاية عرف تذبذبا في

وستمكن هذه الميزانية من تزويد بلدية ندرومة و ضواحيها بالماء الشرب انطلاقا من محطة تحلية مياه البحر بلدية هنين من خلال إنجاز قنوات ربط على مسافة 40 كلم وكذا إنجاز محطات للضخ وخزانات مائية تتراوح سعتها ما بين 500 وألفي متر مكعب، كما يرتقب إعادة تأهيل الأنابيب الموجودة بالرواق الغربي للولاية بكل من

استفاد قطاع الموارد المائية بولاية تلمسان من غلاف مالي قدره 4, 8 مليار دينار لتجسيد عدة عمليات تنموية موجهة على وجه الخصوص لتعزيز شبكة التزويد بالماء الشرب لفائدة المواطنين حسبما علم لدى رئيس مصلحة التزويد بالماء الشرب بذات المديرية بلعيد رشيد الذي افاد أن الولاية تحصلت على هذا الغلاف المالي من صندوق التضامن للجماعات المحلية وذلك ضمن القرارات التي تم اتخاذها خلال الزيارة الأخيرة لوزير الداخلية والجماعات المحلية والتهيئة العمرانية لتسلميان منتصف أكتوبر الفارط وسيسمح هذا الغلاف المالي من تجسيد عدة عمليات تنموية لتحسين عملية تزويد المواطنين بالماء الشرب قبل حلول موسم الاصطياف المقبل خاصة بالرواق الغربي للولاية الذي يضم 14 بلدية من بينها ندرومة والغزوات والسواحلية وسيدي مجاهد ومرسى بن مهدي غيرها وفق ما أشار إليه ذات المصدر لافتا إلى أن هذه البلديات تتزود حاليا بالماء الشرب مرة كل ثلاثة أيام من عدة مصادر أهمها محطة معالجة المياه بلدية بوحلو وبعض الأنابيب بلدية بني بوسعيد ومحطة تحلية مياه البحر بلدية بوغرارة.

بنحو 85 بالمائة

ارتفاع حجم الصادرات بميناء مستغانم

المركبات، محققة بذلك ارتفاعا بنحو 17 بالمائة، كما تم خلال نفس الفترة، شحن 17500 طن من الرافعات والسيارات والشاحنات والآلات المختلفة، التي تستخدم في الأشغال العمومية والبناء نحو عدة دول أوروبية وإفريقية، كما عرفت هذه الفترة أيضا -وفقا لذات الحصيلة- تصدير 1200 طن من المواد الفلاحية كالخضر منها 710 طن من البطاطس ومجموع 50 طن من الخضروات الأخرى والفواكه بما فيها 470 طن من التمورن وقرابة 80 طن من المنتجات الصناعية الغذائية.

ارتفع حجم الصادرات من ميناء مستغانم التجاري بنحو 85 بالمائة، حيث بلغ نحو 156 ألف طن منذ بداية السنة الجارية وإلى غاية نهاية شهر أكتوبر، حسبما استفيد من المديرية التجارية لهذه المؤسسة المينائية، والتي أوضحت أن هذه الفترة عرفت انتعاشا كبيرا في عمليات التصدير لمختلف المواد الأولية والمنتجات الفلاحية والغذائية والكيميائية والعتاد الصناعي والمركبات والحاويات عبر ميناء مستغانم والتي فاقت الحجم المسجل خلال السنة الماضية، أين تم إحصاء قرابة 106 آلاف طن من الصادرات. وتبرز الأرقام المقدمة من طرف مصلحة الإحصائيات لمؤسسة ميناء مستغانم ارتفاعا في تصدير مادة "الهليوم" بنسبة 18 بالمائة بعد أن بلغت صادراتها 4070 طن علاوة على تصدير 7390 طن من المادة الطينية الأولية، التي تستخدم في صناعة بطاريات

تضع «أخبار اليوم» تحت تصرف قرائها الكرام بمختلف بلديات ولاية الجزائر خطا هاتفيا لطرح انشغالاتهم المختلفة، قصد إبلاغها لمختلف المسؤولين المحليين والوطنيين، فلا تردودوا في الاتصال على الرقم الهاتفي: 21 26 54 021

"أخبار اليوم" ترفع انشغالاتكم للمسؤولين

مؤشر لتصبح من أهم الأنشطة الفلاحية بالمنطقة

تطور في زراعة الزيتون بورقلة

تشهد شعبة زراعة الزيتون تطورا عبر العديد من المناطق بولاية ورقلة مما يؤشر أن تصبح مستقبلا وإلى جانب زراعة النخيل واحدة من أهم الأنشطة الفلاحية التي تزدهر بالمنطقة، وهو ما جعل السلطات الوصية تولي أهمية بالغة لتفعيل زراعة الزيتون عبر اقليم الولاية.



.. وتتموين 2400 سكن بالفاز الطبيعي قريبا

سيتم ربط 2400 سكن بالفاز الطبيعي قريبا ببلديتي العالية والطيبين بدائرة الحجرية بولاية ورقلة، حسبما أفادت أمس اليوم الأحد مديرية توزيع الكهرباء والفاز (سونلغاز) التي شرعت في حملة تحسيسية لفائدة سكان الجماعتين المحليتين بفرض تعريفهم بشروط الاستعمال الآمن لهذه الطاقة الحيوية، كما وجهت مديرية التوزيع لفائدة كافة سكان تلك المناطق نصائح وإرشادات بخصوص احترام مسافات الأمان أثناء البناء وعدم القيام بأشغال بالقرب من شبكة توزيع الغاز الطبيعي، وكذا الإبلاغ عن أي تجاوزات أو اعتداءات على الشبكة، مما

ومن مميزات هذا المشروع الفلاحي الجديد الذي يتوقع أن يحتوي على حوالي 2 مليون شجرة زيتون والذي يتم إنجازه بالتعاون مع إحدى الشركات الإسبانية المختصة أنه سيكون مخصصا للزراعة المكثفة عالية الإنتاج لأشجار الزيتون من نوع "الأريكينزا" والأريوزانسا وذلك بمعدل 1400 شجرة في الهكتار الواحد.

ويهدف هذا المشروع الفلاحي المستقبلي إلى الزيادة في كميات الإنتاج من زيت الزيتون المصدر للخارج من جهة وفي نفس الوقت التخفيض من سعر اللتر الواحد من هذه المادة الغذائية لفائدة المستهلك المحلي والذي يصل حاليا إلى سقف 1000 دج للتر الواحد.

من الأصناف الأخرى وتوفر على معصرة مزودة بتجهيزات متطورة كما يتم بذات المزرعة التعبئة والتغليف والتصدير الذي يتم حاليا إلى عدد من الدول الإفريقية والعربية بمنطقة الخليج العربي، مع التأكيد بان نجاح تجربة زراعة الزيتون بهذه المستثمرة سببا كافيا في التفكير من أجل توسيع هذا النشاط الفلاحي حيث تم اختيار مساحة فلاحية أخرى قوامها 1000 هكتار بمنطقة حاسي لحجر بالضاحية الغربية لمدينة ورقلة وشرع فعليا هذه السنة في عمليات التهيئة وحفر آبار ومد شبكات السقي وغيرها، كما يتوقع أيضا أن يتم مع نهاية شهر مارس 2020 غرس مامجموعه 300000 شجيرة زيتون على مساحة 200 هكتار.

تعد المستثمرة الفلاحية الواقعة ببلدية حاسي بن عبد الله بدائرة سيدي خويلد والتي أشرفت بها السلطات المحلية لولاية ورقلة على إعطاء إشارة انطلاق حملة جني الزيتون، واحدة من النماذج الزراعية الناجحة التي تحمل أفاقا لمستقبل واعد لهذا النوع من النشاط الفلاحي بالمنطقة، حيث حققت هذه المزرعة التي دخلت مرحلة الإنتاج قبل خمس سنوات نتائج جد مرضية في هذا المحصول الفلاحي حيث ارتفع بها الإنتاج من 1500 قنطار من الزيتون إلى 5000 هكتار حاليا بعد غرس أعداد إضافية من أشجار الزيتون وتحصي هذه المستثمرة 100000 شجرة زيتون من نوع "الشمال" و"السيغواز" وغيرها

الطارف

16 ألف سكن مستهدف بعمليتين لتدعيم التزويد بمياه الشرب

تم تدعيم 16 ألف سكن بالبلديتين الحدوديتين عين لعسل وبوقوص بولاية الطارف في مجال التزويد بالمياه الصالحة للشرب وذلك بفضل عمليتين لتجديد وصيانة شبكات التوزيع، حسب ما علم من المدير المحلي للموارد المائية عبد الحميد عزة الذي أوضح أن هذه العمليات تندرج في إطار تهيئة شبكات التوزيع وإزالة نقاط تسرب المياه الصالحة للشرب والمكافحة ضد الأمراض المتقلة عن طريق المياه، مشيرا إلى أن وضع حيز الخدمة للعملية التي تستهدف بلدية عين لعسل بغلاف مالي بـ 106 ملايين دج، أنجزت جزئيا بنسبة 40 بالمائة وأن الأشغال توشك حاليا على الاستكمال، مضيفا بأن وضع حيز الخدمة لهذه العملية سيكون قبل نهاية السنة الجارية، أما عملية تجديد شبكات توزيع مياه الشرب بمقر بلدية بوقوص فقد استكملت أشغالها في الأجل المحددة وذلك لفائدة 4 آلاف عائلة.

وأوضح أن ولاية الطارف قد استفادت من مشروع يتضمن إنجاز 17 خزانا للمياه بغلاف مالي بـ 350 مليون دج. بالإضافة إلى 3 مشاريع أخرى في إطار الصندوق الوطني للمياه، مبرزا أن المشروع الأول الموجه أساسا لتدعيم التزويد بمياه الشرب يتضمن تجديد قنوات مكسة -القالة على طول 10 كلم فيما يستهدف المشروع الثاني 4 كلم طولي من الشبكة بين عين خيار وبيالريدم لفائدة مركز بلديتي عين لعسل والطارف، أما المشروع الثالث والأخير فيتمثل في مد قنوات لتدعيم منطقة مريدمة على مسافة 7 كلم، كما أضافه مدير الموارد المائية، مشيرا إلى أن المؤسسات المكلفة بإنجاز هذه المشاريع تم تعيينها.

ضمن جهاز "أنساج"

إحصاء 100 ملف توسعة لمؤسسات مصغرة بقائمة

طرف وزارة العمل والتشغيل والضمان الاجتماعي في مجال رفع التجميد عن كل النشاطات في مرحلة التوسيع والاستفادة من المحلات المهنية وكذا تشجيع إنشاء المؤسسات الناشئة .

على البطالة نبيل أوشان بأن الأبواب المفتوحة حول جهازي التشغيل "كناك" و"أنساج" التي ستمتد إلى غاية 8 ديسمبر المقبل تتضمن إقامة أجنحة مختلفة لفائدة الجمهور العريض للتعريف بمختلف القرارات المتخذة مؤخرا من

تم إحصاء إيداع 100 ملف توسعة لمؤسسات مصغرة منشأة ضمن جهاز الوكالة الوطنية لدعم تشغيل الشباب "أنساج" بقائمة وذلك منذ رفع التجميد عن توسيع هذه المؤسسات، حسبما أفاد به مدير الفرع المحلي لذات الوكالة موسى مشطر الذي أوضح بأن أصحاب الملفات هم شباب استحدثوا مؤسسات مصغرة في السنوات الماضية ونجحوا في مشاريعهم، مضيفا بأن أصحاب هذه المشاريع لم يتمكنوا سابقا من توسيعها بسبب الإجراءات السابقة التي كانت تمنع ذلك مضيفا بأن الإجراءات الأخيرة التي اتخذتها الوزارة الوصية فتحت الأبواب أمام المؤسسات المصغرة الناجحة في فتح آفاق جديدة أمام مشاريعهم.

واستنادا لذات المتحدث فقد مكنت عملية الدراسة المعمقة للملفات المودعة لحد الآن من قبول 10 طلبات توسعة لمؤسسات مصغرة منشأة في إطار "أنساج" في مختلف مجالات النشاط مبرزا بأن هذه الملفات المقبولة تستوفي جميع الشروط المطلوبة لاستفادتها من الامتيازات الممنوحة ضمن هذا الجهاز فيما يتعلق بالتوسعة، مضيفا بأن ذات مولت خلال الفترة ما بين 2016 وإلى غاية نوفمبر 2019 مامجموعه 582 مؤسسة مصغرة مكنت من استحداث ما يفوق 1300 منصب عمل دائم .

من جهته أوضح مدير الفرع المحلي للصندوق الوطني للتأمين

متفرقات

سكيدة

مصرع رضيع دهسته شاحنة

هلك رضيع يبلغ من العمر 17 شهرا بعد أن دهسته شاحنة بلدية بني الوبان بولاية سكيدة . حسب ما علم من مصالح الحماية المدنية التي أفادت أن الرضيع توفي بعين المكان بعد أن دهسته شاحنة ذات صهريج لبيع المياه عندما كان سائقها يتأهب للرجوع إلى الخلف دون أن يرى الطفل خلف الشاحنة . وقد تم نقل الضحية إلى مصلحة حفظ الجثث بمستشفى الحروش فيما فتحت من جهتها مصالح الأمن المختصة إقليما تحقيقات في الحادث .

باتنة

توقيف شخص يمارس السحروالشعوذة

تم توقيف شخص يمارس السحروالشعوذة بمدينة باتنة وحجز لديه ذخيرة حية تتمثل في 115 خرطوشة عيار 16 و 12 ملم حسب ما أستفيد من خلية الاتصال والعلاقات العامة لأمن الولاية، وهي الهيئة الامنية التي اوضحت ان معالجة القضية تمت على اثر معلومات وردت إلى مصلحة الشرطة القضائية تضيد بوجود شخص يمارس السحروالشعوذة مستغلا مسكنه العائلي بحي تامشيط الشعبي بعاصمة الولاية .

وتم توقيف المشتبه فيه البالغ من العمر 48 سنة بمعوية 3 نساء من زبونات هوق المصدر بعد اتخاذ الإجراءات القانونية اللازمة حيث عثر بعد استصدار إذن بتفتيش مسكنه على الأشياء المستعملة في الشعوذة منها طلاس وعقد وعظام وشعر نسائي وصور لأشخاص مجهولين إلى جانب كمية من الحقاير والنخام لولاية قسنطينة، حسبما علم من مديرية الإعلام والاتصال بالمديرية المحلية للقطاع روميسة حملاوي التي اوضحت أن ما لا يقل عن 315 منصب عمل من بين العدد الاجمالي استفاد منها الشباب من خريجي مراكز التكوين المهني والتمهين وذلك في مجالي البستنة والإطعام المدرسي، كما تم تخصيص 120 منصب عمل آخر لفائدة خريجي الجامعات والتقنيين السامين المدمجين في الإدارات والمؤسسات التربوية في إطار جهاز المساعدة على الإدماج المهني .

قسنطينة

تشغيل 435 شابا بطالا عن طريق مديرية النشاط الاجتماعي

استفاد من مجموعه 435 شابا بطالا خلال موسم 2018 و 2019 من مناصب عمل في إطار البرنامج النموذجي لمديرية النشاط الاجتماعي والتضامن لولاية قسنطينة، حسبما علم من مديرية الإعلام والاتصال بالمديرية المحلية للقطاع روميسة حملاوي التي اوضحت أن ما لا يقل عن 315 منصب عمل من بين العدد الاجمالي استفاد منها الشباب من خريجي مراكز التكوين المهني والتمهين وذلك في مجالي البستنة والإطعام المدرسي، كما تم تخصيص 120 منصب عمل آخر لفائدة خريجي الجامعات والتقنيين السامين المدمجين في الإدارات والمؤسسات التربوية في إطار جهاز المساعدة على الإدماج المهني .

وأكدت ذات المسؤولية أن عملية التوظيف تندرج في إطار استراتيجية مكافحة البطالة وتطبيق مخطط أجهزة التشغيل والإدماج المهني بطريقة شفافة وفقا لآليات المراقبة والتوجيه الموضوعية من طرف المسؤولين المحليين للقطاع، مشيرة الى أنه تم إنشاء خلية توجيه الطلاب بناء على الملفات الشخصية لكل واحد للتذكير فقد تم استحداث ما لا يقل عن 1200 منصب عمل موجه أيضا لدعم المطاعم المدرسية خلال فترة لفتاة مختلف الأجهزة الدعم المسيرة من طرف الوكالة الولائية للتشغيل.

ميلة

طور التدرج العادي "تبدي تأقلم" مع الوسط الغابي ببلدية حمالة

أسفرت تجربة وضع طيور التدرج بغاية عين الكبيرة ببلدية حمالة بولاية ميلة عن إمكانية تأقلمها مع هذه البيئة الغربية عنها، حسبما علم من رئيس جمعية الصيادين لبلدية حمالة التي بادرت بالكرة حسام لشعب الذي أوضح أن التجربة تمثلت في استفاد 100 طائر من طيور "التدرج العادي" الأصل والتي تنتمي إلى صنف التدرجات رتبة الدجاجيات وتم وضعها بقطعة مسجبة ومحمية من غابة عين الكبيرة ببلدية حمالة على مساحة 24 متر طولي و 9 امتار عرض حتى تكون في الوسط الغابي المراد معرفة مدى تأقلمها فيه، فضلا عن أن ذلك يجعلها في احتكاك مباشر مع الحياة الحيوانية الموجودة بداخله .

وأفضت هذه التجربة إلى غاية انقضاء هذه المدة إلى إبداء الطيور قابلية للتأقلم خصوصا وأنه لم يتم خسارة أي طائر منها، ما يعد مؤشرا إيجابيا بالنسبة لتلاؤم طيور التدرج العادي مع البيئة الغابية ببلدية حمالة، مضيفا أنه سيتم في إطار ذات التجربة إطلاق فراخ هذه الطيور في غابة حمالة بعد أن تشدد وتكون قادرة على الاعتناء بنفسها لوحده، موضعا ذات المصدر أن هذه التجربة تهدف أساسا إلى إدماج حيوانات جديدة داخل الوسط الغابي بمنطقة حمالة وكذا تحضير الطرائد لموس الصيد وبالتالي حماية أعداد الأنواع الحيوانية الموجودة بالغابة من التراجع بسبب الصيد .

بسكرة

تخصيص أكثر من 31 ألف هكتار لزراعة الحبوب

خصصت المصالح الفلاحية ببسكرة مساحة تفوق الـ 31 الف هكتار لزراعة مختلف أنواع الحبوب في إطار حملة الحرث والبذر للموسم الفلاحي 2019 - 2020 ، حسب ما أفاد به رئيس مصلحة تنظيم الإنتاج والدعم التقني بمديرية القطاع، محمد علي مودع الذي أوضح أنه سيتم في إطار هذه الحملة التي ستمتد إلى غاية نهاية ديسمبر القادم استغلال 31 ألف و 800 هكتار من الأراضي الفلاحية أي زيادة تتجاوز 1000 هكتار عن الموسم الفارط وذلك نتيجة توسع المحيطات الفلاحية واستغلال الموارد المائية التي تم تسخيرها باعتماد الري المحوري في استصلاح مساحات إضافية، كما سيتم استغلال 40 بالمائة من هذه المساحات في إنتاج القمح الصلب فيما ستخصص 35 بالمائة منها لإنتاج الشعير و 20 بالمائة للقمح اللين والمساحات المتبقية سيتم استغلالها للخرطال . وتتوزع المساحات المستغلة في إنتاج الحبوب بأبوابها عبر المحيطات الفلاحية ببلديات سيدي عقبة وزربية الوادي بالجهة الشرقية من الولاية والدوسن ومنطقة "البارك" ببلدية ليو وأورال و مليلي بالجهة الغربية بالإضافة إلى المحيط الفلاحي ببلدية لوطاية بالجهة الشمالية، حسب ذات مديرية المصالح الفلاحية التي تسجل تطورا في شعبة زراعة الحبوب بالنظر إلى التوسع الملحوظ في المساحات المستغلة في هذا المجال وكذا تصاعد منحنى الكميات المنتجة من الحبوب سنويا حيث تم الموسم الفارط تحقيق إنتاج بمليون قنطار .

تجارة بتريليونات الدولارات

قطاع الحلال بالعالم يتمدد

اختتم أمس الأحد، معرض المنتجات الحلال للدول الأعضاء في منظمة التعاون الإسلامي، وذلك في مركز أوراسيا للضوء والمعارض بمدينة إسطنبول، وتعد هذه النسخة الخامسة لقمّة الحلال العالمية والسابعة بالنسبة لمنظمة التعاون الإسلامي، فيما تحمل هذا العام شعار "الحلال من أجل الأجيال: أهمية الأسرة والشباب".

شارك في فعاليات المعرض أكثر من 250 شركة محلية وأجنبية من خمسين بلدا مختلفا، مختصة في مجالات الغذاء والتمويل والسياحة والمستحضرات التجميلية والصحة والتغذية والكيمياء والأزياء.

وإلى جانب ماليزيا، شاركت في المعرض كل من فلسطين وقطر والسعودية وعمان وإيران ونيجيريا والسنغال وغانا وهولندا وسويسرا وإسبانيا وأفغانستان وإندونيسيا، فضلا عن تركيا التي باتت رائدة في مجال المنتجات الحلال عالميا.

مشاركة كبيرة للشركات التركية وتنعكس الشركات الكثيرة المشاركة في المعرض توجه تركيا إلى التطور أكثر في هذا القطاع ودخول مختلف الأسواق العالمية.

وكان إسرائيلي كورالاي نائب رئيس غرفة تجارة إسطنبول قد أعلن في تصريحات صحفية قبل شهرين، أن قطاع المنتجات الحلال في تركيا ينمو سنويا بنسبة 100 تقريبا.

ويوضح مدير شركات "هورماتات" (HURMATAT) التركية ليفين تيميرجي -ومقرها الرئيسي أنقرة- كيف توسعت منتجات شركته المصنعة كلها من التمور.

ويتابع في حديثه "لدينا الكثير من الفروع، وأحببنا المشاركة في المعرض لنعرّف الزوار من مختلف أنحاء العالم على أهمية استخدام التمور في كل المنتجات. فنحن هنا نضع شرابا من عصير التمر الذي



يعني عن استخدام السكر تماما، وراحة الحلقوم والمربي والمثلجات ومختلف أنواع صلصات الأطعمة والسلطات، كلها تنتجها من التمور ونصّرها".

وقد أعلن في تصريحات صحفية قبل شهرين، أن قطاع المنتجات الحلال في تركيا ينمو سنويا بنسبة 100 تقريبا.

ويوضح مدير شركات "هورماتات" (HURMATAT) التركية ليفين تيميرجي -ومقرها الرئيسي أنقرة- كيف توسعت منتجات شركته المصنعة كلها من التمور.

ويتابع في حديثه "لدينا الكثير من الفروع، وأحببنا المشاركة في المعرض لنعرّف الزوار من مختلف أنحاء العالم على أهمية استخدام التمور في كل المنتجات. فنحن هنا نضع شرابا من عصير التمر الذي

يعني عن استخدام السكر تماما، وراحة الحلقوم والمربي والمثلجات ومختلف أنواع صلصات الأطعمة والسلطات، كلها تنتجها من التمور ونصّرها".

وقد أعلن في تصريحات صحفية قبل شهرين، أن قطاع المنتجات الحلال في تركيا ينمو سنويا بنسبة 100 تقريبا.

ويوضح مدير شركات "هورماتات" (HURMATAT) التركية ليفين تيميرجي -ومقرها الرئيسي أنقرة- كيف توسعت منتجات شركته المصنعة كلها من التمور.

ويتابع في حديثه "لدينا الكثير من الفروع، وأحببنا المشاركة في المعرض لنعرّف الزوار من مختلف أنحاء العالم على أهمية استخدام التمور في كل المنتجات. فنحن هنا نضع شرابا من عصير التمر الذي

يعني عن استخدام السكر تماما، وراحة الحلقوم والمربي والمثلجات ومختلف أنواع صلصات الأطعمة والسلطات، كلها تنتجها من التمور ونصّرها".

وقد أعلن في تصريحات صحفية قبل شهرين، أن قطاع المنتجات الحلال في تركيا ينمو سنويا بنسبة 100 تقريبا.

ويوضح مدير شركات "هورماتات" (HURMATAT) التركية ليفين تيميرجي -ومقرها الرئيسي أنقرة- كيف توسعت منتجات شركته المصنعة كلها من التمور.

ويتابع في حديثه "لدينا الكثير من الفروع، وأحببنا المشاركة في المعرض لنعرّف الزوار من مختلف أنحاء العالم على أهمية استخدام التمور في كل المنتجات. فنحن هنا نضع شرابا من عصير التمر الذي

يعني عن استخدام السكر تماما، وراحة الحلقوم والمربي والمثلجات ومختلف أنواع صلصات الأطعمة والسلطات، كلها تنتجها من التمور ونصّرها".

وقد أعلن في تصريحات صحفية قبل شهرين، أن قطاع المنتجات الحلال في تركيا ينمو سنويا بنسبة 100 تقريبا.

سوق الحلال العالمي إلى النمر بشكل أكبر، إذ من المتوقع أن يصل حجم سوق الحلال العالمي إلى 9,71 تريليونات دولار بحلول عام 2025، بعد أن بلغ نحو 3,7 تريليونات دولار في 2012.

وتتنافس العديد من الدول على الاستحواذ على النسبة الكبرى من سوق المنتجات الحلال، خاصة أن نسب نمو هذه السوق كبيرة والتوقعات المستقبلية تعزز من فكرة الإقبال عليها.

إلا أن تركيا تسعى بقوة للتميز عن باقي الدول في هذا القطاع، فبعد أن أسست المعرض الدولي الأكبر من نوعه، أسست البلاد مؤخرا ما يسمى بـ"هيئة اعتماد سوق المنتجات الحلال بالأرقام

وفق تقرير الاقتصاد العالمي للعامين 2018-2019، بلغ عدد المسلمين في العالم 1,8 مليار شخص في عام 2017، أي ما يمثل 24 من سكان العالم. ومن المتوقع أن يرتفع هذا الرقم بنسبة 70 في عام 2060، أي ليكون المجموع ثلاثة مليارات مسلم في جميع أنحاء العالم.

وهذا النمو الكبير في عدد المسلمين يدفع

اعتقلت السلطات في ميانمار نحو 100 شخص من مسلمي الروهنغيا، كانوا يحاولون الخروج من ولاية أراكان غربي البلاد، والتي تشهد منذ أكثر من عامين حملة عسكرية يقودها الجيش الحكومي راح ضحيتها الآلاف من أبناء الأقلية المسلمة.

ونقلت وكالة أنباء أراكان، إن السلطات في ميانمار ألقت القبض على ما يزيد على 96 مسلما من الروهنغيا، الجمعة، بالقرب من شاطئ شانجثار في منطقة آييارواي (جنوب غرب)، وهو يحاولون الوصول إلى

مدينة يانغون (جنوب شرق) العاصمة التجارية. من جانبه، توقع الناشط الروهنغيا سو ثو مو أن تقوم حكومة ميانمار بتوجيه الاتهام إلى المعتقلين الروهنغيا بوصفهم متسللين غير قانونيين من بنغلاديش. وأكد للوكالة ذاتها أن "تهديد الإبادة الجماعية لا يزال مستمرا بالنسبة للروهنغيا المتبقين في أراكان".

وتحظر حكومة ميانمار على المسلمين الروهنغيا التنقل داخل ولاية أراكان كما تحظر تماما الخروج من الولاية إلى الولايات الأخرى.

وأظهرت لقطات مصورة على مواقع التواصل الاجتماعي مركبات محترقة وواجهة لبناء بلدية "فيلا يونيون" تعرضت لوابل من الرصاص، بحسب وكالة أسوشيتد برس.

وقال حاكم الولاية إن قوات الأمن ستبقى في البلدة لبضع أيام بغية استعادة الهدوء والأمن. يشار أن معدل الجرائم ارتفع في المسكيك إلى مستويات قياسية، حيث زاد بنسبة 2 في الأشهر العشرة الأولى من توي أندريس مانويل لوبيس أوبرادور.

وقال مسؤولون فيدراليون مؤخرا إن هناك 29 ألفا و414 جريمة قتل في 2019، مقارنة بـ 28 ألفا و869 عام 2018.

تمكين الإنسان، والحفاظ على كوكب الأرض، وتشكيل أفاق جديدة. وتستضيف المملكة خلال الفترة التي تسبق عقد قمة القادة ما يزيد عن 100 اجتماع ومؤتمر، على مستوى الوزراء وأخرى ولمسؤولين حكوميين وممثلي مجموعات التواصل.

يشار إلى أن اليابان استضافت أعمال قمة مجموعة العشرين، في مدينة أوساكا يومي 28 و29 جوان الماضي.

أعلنت الشرطة الهولندية، توقيف المشتبه به في تنفيذ حادثة الطعن بمدينة لاهاي، التي أسفرت عن سقوط 3 مصابين. وقالت الشرطة في تغريدة على "تويتر" إنها ألقت القبض على "رجل (35 عاما) باعتباره المشتبه به في حادثة الطعن"، لافتة أنه لا يمتلك عنوان سكن محدد.

وأضافت أنه تم نقل المشتبه به إلى مركز للشرطة من أجل استجوابه. وأشارت تقارير إعلامية أن المشتبه به الموقوف هو رجل تعود أصوله إلى منطقة شمال إفريقيا والشرق الأوسط.

والجمعة استخدمت الشرطة، في منشوراتها حول الحادث سيارة تستخدم في العادة لوصف من يتنمون لمنطقة شمال إفريقيا، عند وصف المشتبه به في الحادثة. يشار أن جميع المصابين قد خرجوا من المستشفى، حسبما أكدت السلطات المحلية.

رفع الأذان من مسجد بمقدونيا بعد 107 أعوام من التوقف

علا صوت الأذان مجددا من منبذة مسجد علي باشا التاريخي في مدينة أوهريد بجمهورية شمال مقدونيا، عقب الانتهاء من أعمال الترميم التي قامت بها المديرية العامة للأوقاف التركية، بعدما المنبذة تعرضت للهدم خلال حروب البلقان قبل 107 سنوات (1912-1913).

وبدأت أعمال الترميم من قبل المديرية العامة للأوقاف التركية في إطار البروتوكول الذي وقعه مع رئاسة الاتحاد الإسلامي في شمال مقدونيا في 1 أبريل 2015، وبلغت تكلفة مشروع الترميم حوالي 14 مليون ليرة تركية (نحو 2,5 مليون دولار).

ويعد المسجد واحدا من الآثار العثمانية في منطقة البلقان وتم بناؤه بأمر من سليمان باشا عام 1573، وجرى ترميمه عام 1823 بأمر من وزير بغداد علي باشا المرشاني، إلا أن منبذته دمرت إبان حروب البلقان عام 1912.

ماليزيا.. ارتفاع أعداد الوفيات نتيجة حمى الضنك خلال 2019

أظهرت إحصائيات نشرتها وزارة الصحة الماليزية، زيادة نسب الإصابات بحمى الضنك والوفيات الناتجة عن هذا الفيروس، في البلاد خلال عام 2019.

وبحسب الإحصائيات التي نشرتها الوزارة، الأحد فإن العام الحالي شهد تسجيل 119 ألفا و198 حالة إصابة بحمى الضنك في عموم البلاد، فيما فقد 162 شخصا حياتهم بسبب الإصابة بهذا الفيروس.

ماليزيا بلغت فيها حالات الإصابة بحمى الضنك، أعلى مستوياتها خلال السنوات الـ4 الماضية، شهدت العام الماضي تسجيل 80 ألفا و615 حالة إصابة بالفيروس المذكور، إلى جانب وفاة 147 شخصا بسببه.

وتنقل فيروسات حمى الضنك إلى الإنسان في طريق لدغة بعوض "الزاعجة" (Aedes)، ويكتسب البعوض الفيروس عادة عندما يمتص دم أحد المصابين بالعدوى، وبعد مرور فترة الحضانة التي تدمر 10-18 أيام، يصبح البعوض قادرا، أثناء لدغ الناس وامتصاص دماهم، على نقل الفيروس طيلة حياته. وتتراوح أعراض المرض، بين الإصابة بالحُمى والصداع الشديد والام المفاصل والعضلات والام المعظام، والام الشديد وراء العينين ونزيف خفيف، مثل نزيف الأنف.

7,4 مليارات دولار.. مبيعات "الجمعة السوداء" عبر الإنترنت بأمريكا

حقق مبيعات "الجمعة السوداء" عبر الإنترنت في الولايات المتحدة رقما قياسيا، حيث بلغت إجمالي المبيعات في عموم البلاد 7,4 مليارات دولار.

الشرطة الهولندية: توقيف مشتبه به في تنفيذ عملية الطعن بلاهاي

أعلنت الشرطة الهولندية، توقيف المشتبه به في تنفيذ حادثة الطعن بمدينة لاهاي، التي أسفرت عن سقوط 3 مصابين. وقالت الشرطة في تغريدة على "تويتر" إنها ألقت القبض على "رجل (35 عاما) باعتباره المشتبه به في حادثة الطعن"، لافتة أنه لا يمتلك عنوان سكن محدد.

وأضافت أنه تم نقل المشتبه به إلى مركز للشرطة من أجل استجوابه. وأشارت تقارير إعلامية أن المشتبه به الموقوف هو رجل تعود أصوله إلى منطقة شمال إفريقيا والشرق الأوسط.

والجمعة استخدمت الشرطة، في منشوراتها حول الحادث سيارة تستخدم في العادة لوصف من يتنمون لمنطقة شمال إفريقيا، عند وصف المشتبه به في الحادثة. يشار أن جميع المصابين قد خرجوا من المستشفى، حسبما أكدت السلطات المحلية.

رفع الأذان من مسجد بمقدونيا بعد 107 أعوام من التوقف

علا صوت الأذان مجددا من منبذة مسجد علي باشا التاريخي في مدينة أوهريد بجمهورية شمال مقدونيا، عقب الانتهاء من أعمال الترميم التي قامت بها المديرية العامة للأوقاف التركية، بعدما المنبذة تعرضت للهدم خلال حروب البلقان قبل 107 سنوات (1912-1913).

وبدأت أعمال الترميم من قبل المديرية العامة للأوقاف التركية في إطار البروتوكول الذي وقعه مع رئاسة الاتحاد الإسلامي في شمال مقدونيا في 1 أبريل 2015، وبلغت تكلفة مشروع الترميم حوالي 14 مليون ليرة تركية (نحو 2,5 مليون دولار).

ويعد المسجد واحدا من الآثار العثمانية في منطقة البلقان وتم بناؤه بأمر من سليمان باشا عام 1573، وجرى ترميمه عام 1823 بأمر من وزير بغداد علي باشا المرشاني، إلا أن منبذته دمرت إبان حروب البلقان عام 1912.

ماليزيا.. ارتفاع أعداد الوفيات نتيجة حمى الضنك خلال 2019

أظهرت إحصائيات نشرتها وزارة الصحة الماليزية، زيادة نسب الإصابات بحمى الضنك والوفيات الناتجة عن هذا الفيروس، في البلاد خلال عام 2019.

وبحسب الإحصائيات التي نشرتها الوزارة، الأحد فإن العام الحالي شهد تسجيل 119 ألفا و198 حالة إصابة بحمى الضنك في عموم البلاد، فيما فقد 162 شخصا حياتهم بسبب الإصابة بهذا الفيروس.

ماليزيا بلغت فيها حالات الإصابة بحمى الضنك، أعلى مستوياتها خلال السنوات الـ4 الماضية، شهدت العام الماضي تسجيل 80 ألفا و615 حالة إصابة بالفيروس المذكور، إلى جانب وفاة 147 شخصا بسببه.

وتنقل فيروسات حمى الضنك إلى الإنسان في طريق لدغة بعوض "الزاعجة" (Aedes)، ويكتسب البعوض الفيروس عادة عندما يمتص دم أحد المصابين بالعدوى، وبعد مرور فترة الحضانة التي تدمر 10-18 أيام، يصبح البعوض قادرا، أثناء لدغ الناس وامتصاص دماهم، على نقل الفيروس طيلة حياته. وتتراوح أعراض المرض، بين الإصابة بالحُمى والصداع الشديد والام المفاصل والعضلات والام المعظام، والام الشديد وراء العينين ونزيف خفيف، مثل نزيف الأنف.

7,4 مليارات دولار.. مبيعات "الجمعة السوداء" عبر الإنترنت بأمريكا

حقق مبيعات "الجمعة السوداء" عبر الإنترنت في الولايات المتحدة رقما قياسيا، حيث بلغت إجمالي المبيعات في عموم البلاد 7,4 مليارات دولار.

المرصد السوري:

الصراع أودي بحياة أكثر من 800 شخص في نوفمبر

أفاد المرصد السوري لحقوق الإنسان بمقتل أكثر من 800 شخص في نوفمبر الماضي جراء الصراع المستمر في البلاد منذ سنوات.

ولفت المرصد إلى أن من بين 805 أشخاص قتلوا في نوفمبر الماضي، هناك 227 مدنيا بينهم 44 طفلا دون سن الـ18، و29 سيدة.

وذكر أن 79 من القتلى سقطوا في قصف للطائرات الحربية الروسية.

وأشار إلى أن من بين القتلى 241 من مقاتلي الفصائل الإسلامية والفصائل المسلحة، و137 من قوات النظام، و71 من قوات سوريا الديمقراطية (قسد).

مخطط لبناء حي استيطاني في الخليل

قالت مصادر من داخل الاحتلال إن وزير الحرب في دولة الاحتلال وافق على البدء في التخطيط لبناء حي استيطاني جديد في مجمع سوق الجملة في الخليل. ومن شأن التجمع الجديد أن يخلق تواصل مباشر بين المسجد الإبراهيمي، وحي أبراهام أقيمت الاستيطاني وبالتالي مضاعفة عدد اليهود في المدينة. بحسب القناة.

وأضافت، "سيتم هدم مباني السوق وسيتم بناء متاجر جديدة في مكانها".

والمستوطنات واحدة من أكثر القضايا الساخنة في الصراع المستمر منذ عقود. ويرى معظم المجتمع الدولي أن المستوطنات غير قانونية، وهي وجهة نظر طالما عارضتها إسرائيل.

هكذا أوقفوا المهاجم على جسر لندن

أظهر شريط فيديو جديد لقطات السيطرة على منفذ الهجوم الإرهابي الذي وقع في العاصمة البريطانية لندن

ويظهر الفيديو الذي نشره أمس الأحد، 3 أشخاص يلاحقون المهاجم عثمان خان، قام واحد منهم برشه بأنبوبة مطافئ الحريق، وكان آخر يحمل عصي فيما عمد الثالث إلى طرحه أرضا للسيطرة عليه، قبل قدوم الشرطة.

ووصفت تقارير إعلامية، هؤلاء الأشخاص بـ"الباطل"، خاصة أنه تمكنوا من متع من ارتكاب مزيد من أعمال القتل، بعدما سحبوا السكان التي كانت بجوارته.

وكرر كثير من المكان بعدما أمر ضباط الشرطة الموجودين بمغادرة الجسر.

وكان خان هاجم بسكين عددا من المارة في لندن، وقتل اثنين منهم، وأصاب ثلاثة آخرين قبل أن يفر من المكان.

وتمكنت الشرطة البريطانية من قتله في وقت لاحق بالرصاص. وتبين أنه كان يرتدي سترة ناسفة زائفة. وتبني تنظيم داعش الإرهابي الهجوم في جسر لندن.

وذكرت الشرطة أن منفذ هجوم لندن هو عثمان خان، 28 عاما، وسبق إدانته بارتكاب جرائم إرهابية، وأفرج عنه من السجن العام الماضي.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية وزارة الموارد المائية ■ الديوان الوطني للتطهير ■ ر.ت.ج. : 000116001715484 طلب عروض وطني مفتوح مع اشتراط القدرات الدنيا رقم 15 / ت.م.م. / دوت / 2019

يعلن الديوان الوطني للتطهير عن طلب عروض وطني مفتوح مع اشتراط القدرات الدنيا رقم: ... / ت.م.م. / دوت / 2019 لإنشاء مؤسسة أو مجمع مؤسسات قصد إنجاز محطة تطهير مياه أفلو (إتمام أشغال) ولاية الأغواط.

تبلغ طاقة إستعاب محطة تطهير المياه المستعملة لمدينة أفلو ب 92.000 معادل سكاني لتعمل بنظام الحماة الناشطة ذات الحمولة الخفيفة .

شروط التأهيل:

لكي يكون العرض مؤهلا يجب على العارضين استيفاء الشروط الثلاثة التالية الخاصة بالتأهيل طبقا للمادة 2.3 من تعليمية المتعهد .

- حالة عارض في إطار فردي :

الشرط الأول: القدرات المهنية.

يجب على العارضين حيازة شهادة التصنيف و التأهيل المهني سارية المفعول أثناء جلسة فتح الأظرفة , في ميدان الري حسب الرموز التالية 34-708 و 34-709 والخاصة بمعالجة المياه و كذا المعدات الكهروميكانيكية ومعدات الري , صنف VI أو أكثر.

الشرط الثاني: القدرات المالية

ان يكون العارض قد انجز خلال الثلاث سنوات الاخيرة (2016 2017 2018) متوسط رقم اعمال بقيمة (200 000 000 د ج)

الشرط الثالث: القدرات التقنية

أن يكون العارض قد أنجز الهندسة المدنية وتوريد وتركيب المعدات لإحدى المنشآت التالية :

-محطة (01) تطهير مياه حضرية بنظام بيولوجي ذات قدرة تعادل أو تفوق 30 000 معادل سكاني

يتم إحتساب مجموع شهادات حسن التنفيذ المتعلقة بالخدمات التي قام بإنجازها العارض المتعلقة بهندسة المدنية أو توريد المعدات والتكيب لتلبية الشرط الثالث الخاص بتأهيل .

- حالة عارض في إطار تجمع مؤسسات :

1. يتنجي على رئيس المجمع باعتباره كعضو أغلبي في المجمع تلبية الشروط التالية :

الشرط الأول: القدرات المهنية.

يجب على العارضين حيازة شهادة التصنيف و التأهيل المهني سارية المفعول أثناء جلسة فتح الأظرفة . في ميدان الري حسب الرموز التالية 34-708 و 34-709 والخاصة بمعالجة المياه و كذا المعدات الكهروميكانيكية ومعدات الري , صنف VI أو أكثر.

الشرط الثاني: القدرات المالية

ان يكون العارض قد انجز خلال الثلاث سنوات الاخيرة (2016 2017 2018) متوسط رقم اعمال بقيمة (200 000 000 د ج)

ملاحظة: رقم الأعمال المتوسط هو مجموع أرقام الأعمال المتوسطة للأعضاء المكونة للمجمع .

2. يجب على أعضاء المجمع تلبية الشروط التالية :

الشرط الأول: القدرات المهنية.

يجب على العارضين حيازة شهادة التصنيف و التأهيل المهني في ميدان الري صالحة لغاية فتح الأظرفة في ميدان الري حسب الرمز التالي 34-705 ، و الخاص بكل أشغال إخلاء الصرف الصحي travaux d'évacuation d'eaux usées صنف V على الأقل .

3. ينبغي على رئيس المجمع أو أحد الأعضاء تلبية الشرط الثالث.

الشرط الثالث: القدرات التقنية

أن يكون العارض قد أنجز الهندسة المدنية وتوريد وتركيب المعدات لإحدى المنشآت التالية :

-محطة (01) تطهير مياه حضرية بنظام بيولوجي ذات قدرة تعادل أو تفوق 30 000 معادل سكاني

- يتم إحتساب مجموع شهادات حسن التنفيذ المتعلقة بالخدمات التي قام بإنجازها العارض المتعلقة بالهندسة المدنية أو توريد المعدات والتكيب لتلبية الشرط الثالث الخاص بتأهيل .

- يتم سحب دفتر الأعباء فور بتقديم وصل دفع مبلغ قدره 20.000.00 دج في الحساب رقم : 003-00638-301141300058 المفتوح لدى بنك الفلاحة و التنمية الريفية -وكالة بئر خادم.

- يتم سحب ملف طلب العروض فور صدور أول نشر لهذا الإعلان بمكتب الصفقات بالمديرية العامة للديوان الوطني للتطهير الكائن مقره:

مفترق الطرق سيدي أرزين - طريق براقبي - الجزائر

-مكتب الصفقات-

ترسل العروض مرفقة بالوثائق المنصوص عليها في دفتر الشروط إلى العنوان المذكور أعلاه

يجب أن يقدم العارضون عروضهم كما يلي : ملف الترشيح، العرض التقني و العرض المالي في ثلاثة أظرفة منفصلة ومقفلتة التالية وفقا للمادة 15 من تعليمية المتعهد .

توضع هذه الأظرفة الثلاثة في ظرف خارجي مغلق وغير مسمى يحمل العبارة التالية :

الديوان الوطني للتطهير.

طلب عروض وطني مفتوح مع اشتراط القدرات الدنيا

رقم.../د.ت.م.م./ و ت / 2019

إنجاز محطة تطهير مياه أفلو (إتمام أشغال) - ولاية الأغواط

لا يفتح إلا من قبل لجنة فتح الأظرفة وتقييم العروض.

- حدد أجل تحضير العروض بثلاثون يوما(30) يوما ابتداء من أول صدور لهذا الإعلان في الصحافة الوطنية أو النشرة الرسمية لصفقات المتعامل العمومي (BOMOP) أو بوابة الصفقات العمومية.
- حدد آخر أجل لإيداع العروض في اليوم الأخير من مدة تحضير العروض قبل الساعة 10 بمقر المديرية العامة للديوان الوطني للتطهير. إذا تزامن هذا اليوم مع يوم عطلة أو يوم راحة قانونية يمدد تاريخ الإيداع إلى يوم العمل الموالي
- جلسة فتح الأظرفة التقنية والمالية للعروض توافق آخر يوم محدد لتحضير العروض ، على الساعة 11سا
- يبقى المتعاهدون ملزمين بعروضهم لمدة تساوي مدة تحضير العروض ممتدة بثلاثة (03) أشهر من تاريخ جلسة فتح الأظرفة.
- لمزيد من التفاصيل حول محتوى الطرف التقني و الطرف المالي يرجى زيارة موقعنا على : www.ona.dz/www.ona.dz.com

لإعلانناكم اتصلوا بـ

أخبار اليوم

www.akhbarelyoum-dz.com

معنا ستحظون بأفضل الأسعار وأفضل الخدمات

العنوان: تعاونية
الفتح رقم: 12
قار يدي (2) القبة
هاتف / فاكس:

023 70 54 31

الله وسيد الخير
أكبر موقع جزائري
للخدمات الخيرية

من الممنون إلى المحتاج

www.wassitalkhir.org

طلقات نارية تمسح القبة الفولاذية وتهزأ بها



■ بقلم:
مصطفى
يوسف
الدلاوي

تمكنت طلقات نارية رخيصة الثمن وفيرة العدد، قصيرة المدى بسيطة الأثر، محلية الصنع سهلة الإنتاج، تملكها قوى المقاومة بكثرة وتستخدمها بسهولة، من إبطال فاعلية القبة الفولاذية الإسرائيلية، وتعطيل مقلاع داوود، وتنفيذ بساط الرياح، فخر مضادات جيش العدو التي يتباهى بها ويتفاخر، ويطمئن بها مستوطنيه ويمنيهم بالسلامة والأمن، وبالنوم الهانئ والأحلام السعيدة، ويهدم بصد الهجمات عنهم، ومنع الصواريخ من الوصول إليهم، وتروج لها مصانعهم العسكرية لتسويقها لدى دول العالم وبيعها لهم، على افتراض أنها الأسرع والأفضل، والأكفأ والأقوى، فأسرعت إلى شرائها، وتنافست على اقتنائها، تماماً مثل الجيل الأخير من دبابة الميركافا الإسرائيلية الصنع، التي فتتت العالم ثم أحبطوا بها.

إلا أن طلقات المقاومة الفلسطينية المضادة للطيران، تمكنت من الاستهزاء بهذه المنظومة والتهكم بها، ونجحت في تحييدها وسلب قوتها، ونزعت عنها رداء الغرور وثياب الغطرسة، وحرمتها من التفوق وجردتها من التميز، وجعلت منها أضحوكة محلية ونكتة دولية، حيث نزع ثقة المستوطنين بها، وتركهم وحدهم في مواجهة قودهم، في العراء بلا حماية وتحت السماء بلا غطاء، وكشفت ضعفها أمام الطامعين فيها والمتطلعين لامتلاكها، وأظهرت عيوبها وأبانت قصورها، وفشخت عقود شرائها ونقضت اتفاقيات استخدامها، إذ تخلت عنها الدول وعافتها الجيوش، ولجأوا إلى غير الكيان الصهيوني لشراء بديل عنها أفضل منها، تماماً مثل دبابة الميركافا التي كسد سوقها وفقدت صيتها وخسرت سمعتها.

تحاول شركات السلاح وكبريات مصانعه في الكيان الصهيوني إخفاء العيوب التي أظهرتها المقاومة الفلسطينية في قبتها الفولاذية، وشرعت تعمل على مدى سنتين كاملتين للتخلص من العيوب الظاهرة وحل مشكلة الخلل الإلكتروني الفاضح، وتجاوز العجز الذي عانت منه

منظومتهم الواقية، التي تشتغل بسرعة فور إحساس راداراتها بالنار في السماء، وتطلق صواريخها المضادة العالية الكلفة والغالية الثمن، حيث لا تميز أنظمتها الإلكترونية بين الطلقات النارية المضادة للطيران وبين الصواريخ، الأمر الذي يكبد ميزانية جيش الكيان خسائر فادحة، حيث تبلغ قيمة الصاروخ المضاد من 30-50 ألف دولار، وهو من نوع "تامير"، الذي يطلق لمواجهة قذيفة واحدة أو صاروخ واحد، إلا أن التجارب العديدة أثبتت أن منظومات القبة الحديدية تطلق صواريخها لمواجهة طلقات نارية، لا تتجاوز قيمة الطلقة الواحدة المصنعة محلياً دولاراً واحداً فقط.

يقول العسكريون الإسرائيليون والمرابطون لسير المعارك والأحداث، بعد كل جولة عسكرية أو خلالها، أن المقاومة الفلسطينية قد كسرت يدها، وحدت من قدرتها، وحالت دون استخدامها للقوة المفرطة وسلاحها المميت، وأجبرتها على التردد والتفكير ملياً قبل الإقدام على أي مغامرة غير محسوبة النتائج، فقد نجحت قوى المقاومة في تحييد قطاع كبير من أسلحتها، وأخرجت من الخدمة

العسكرية وسائل كثيرة اعتادت دوماً على استخدامها، سواء لميؤيد برزت فيها، أو لضعف في بنيتها، وتصدت بكفاءة عالية لعمليات العدو العسكرية، وأفشلت مغامراته الأمنية، وطورت أسلحتها الصاروخية، وخاضت غمار المسيرات، وبنيت قوة بحرية يحسب العدو حسابها، ويخاف من قدرات قطاعها وكفاءة رجالها.

المقاومة اليوم على كل الجبهات تستطيع خوض أي معركة إلكترونية، ولديها القدرة على اختراق البنى الإسرائيلية العسكرية والاقتصادية والسياسية، وقد سبق لها أن اخترقت الحواسيب الشخصية والعامية، ونجحت في الوصول إلى هواتف الجنود الجوالية وسحب ذاكرتها، وأرسلت إليهم صوراً وتهديدات، وتنبهات وتحذيرات، وكانت من قبل دخلت على محطات التلفزة والإذاعة، ونشرت من خلالها رسائلها وعممت مواقفها، وتعرف كيف تدخل إلى البنوك وبيوت المال، الأمر الذي لم يجعل من هذه الحرب حكراً على الإسرائيليين وحدهم، بل باتت المقاومة تبهزم وتتفهم وتتفوق عليهم، إذ يعمل معها جيش من المتطوعين العباقرة الأفذاذ

من مختلف أنحاء العالم، من نوابغ الكمبيوتر وخبراء الإنترنت، ممن يتوقون للمساهمة في المقاومة والاشتراك معها في قتال الإسرائيليين.

إنه القدر الذي يخدم المقاومة دوماً، ويودع أعظم أسراره في أضعف الأشياء وأبسرها، ويبارك في الصغار في أيدي المظلومين الصابرين، ويحضر العظام بين يدي الظالمين المستكبرين، ويمكن المقاومين الصادقين من مواجهة أعتى جيش وأضخم ترسانة وأحدث الأسلحة، فيها هي قوى المقاومة رغم ضعف إمكانياتها، وقلة قدراتها، وجفاف منابعها، والحصار الظالم المفروض عليها، تتمكن من إخراج دبابة الميركافا من معادلة التفوق، وتضعف القبة الحديدية على اختلاف أنواعها، وتبطل بالغول فاعلية القناصة الخبيثة، وتفرض بتوازن القوى وقوة الردع معادلات جديدة، تمنع بموجبها جرائم القنص والاعتقال، واستهداف المباني السكنية والمؤسسات المدنية، وتلزم العدو بالتزام الشروط وحفظ العهود، وإلا العودة إلى معادلة النار بالنار، والقنص بالقنص، والقصف بالقصف، والآتي أكبر وما خفي أعظم.

إرهاصات الانتفاضة الثالثة



■ بقلم:
رجب
أبو سريّة

يمكن التأشير إلى ثلاث محطات فاصلة في تاريخ الصراع الفلسطيني/الإسرائيلي الدائر دون توقف منذ أقل قليلاً من قرن مضى، في حقبته الحديثة الممتدة منذ نصف قرن، وهي على التوالي: انطلاق الثورة المسلحة بدءاً من العام 1965/1967 حتى العام 1982، ثم الانتفاضة الأولى التي اندلعت عام 1987، ثم الانتفاضة الثانية عام 2000. وفي كل هذه المحطات كان الشعب الفلسطيني يطلق من بين صفوفه فعلاً مقاوماً، عفواً أولاً ثم منظماً، سرعان ما يتحول إلى فعل عارم، يشمل جموع الشعب الفلسطيني في كل أماكن وجوده بهذا الشكل أو ذلك أو بهذا القدر أو ذاك، وذلك رداً على استعصاء أو انغلاق أفق الاعتناق، وفق معادلة الصراع القائمة في حينه، فقد جاءت الثورة المسلحة عام 1965، بعد أن ينس الشعب الفلسطيني من قدرة أو إمكانية النظام العربي على تحرير فلسطين ورد حقوقه الوطنية المغتصبة منذ عام 1948 إليه، ثم جاءت الانتفاضة الأولى، تجاوزاً لخروج الثورة المسلحة من لبنان، أي من خطوط التماس مع العدو، فيما جاءت

الانتفاضة الثانية رداً على عدم تحقيق ما اتفق عليه في أوسلو من الانتقال لمرحلة الحل النهائي بعد مضي خمس سنوات كان متفقاً على أن تكون مرحلة انتقالية.

وكل محطة من هذه المحطات حققت إنجازات سياسية وميدانية خاصة بها، ثم هيأت الواقع للانتقال إلى المرحلة التالية من الصراع الذي ما زال مفتوحاً، بين الشعب الفلسطيني بكل مكوناته وفي كل أماكن وجوده، وبين المشروع الصهيوني ممثلاً بدولة إسرائيل بكل مكوناته، وخاصة الفلسطيني. باختصار فقد أنجزت الثورة المسلحة الكيانية الفلسطينية، أو ما سمي بدولة المنفى، ممثلة بـ (م ت ف) بعد أن كان المشروع الصهيوني يهدف إلى نفي فلسطين من خارطة التداول السياسي بعد إخراجها من الجغرافيا، خاصة بعد احتلال ما تبقى من أرضها عام 67، بحيث صارت (م ت ف) بعد عقدين تقريباً بفضل الثورة المسلحة، أي ما بين عامي 67-87، عضواً في الجامعة العربية والأمم المتحدة، يسمع العالم كله عبرها بقضية فلسطين ويكفاحها من أجل الاستقلال.

ثم جاءت الانتفاضة الأولى لتعيد الحيوية في أوصال الكفاح الوطني، وتمنحه البعد الشعبي وتثقل الصراع إلى داخل الوطن في وجه الاحتلال مباشرة، ولتعوض التراجع في

واقع الإسناد الإقليمي والدولي للكفاح الفلسطيني، ومن ثم لتفرض انتزاع الاعتراف من العدو نفسه، بإقامة السلطة الفلسطينية وإن كانت محلية فقط على أرض فلسطين المحتلة.

أما الانتفاضة الثانية، رغم أنها اندلعت بعد الاستعصاء في كامب ديفيد واتضح رفض إسرائيل الانتقال من المرحلي للدائم، أي رفضها إقامة الدولة الفلسطينية المستقلة، وسعيها إلى جعل المؤقت المتمثل بسلطة الحكم الذاتي دائماً، ورغم تولي الفصائل زمام أمرها، وقيادتها بشكل خاطئ ومختلف عن الطابع الشعبي/السلمي الذي كانت عليه الانتفاضة الأولى، من خلال عسكريتها، إلا أنها حققت انسحاباً أحادي الجانب على رئيس حكومة إسرائيل آنذاك، أريئيل شارون، من قطاع غزة، واستمرت تقارع إسرائيل، طوال عدة سنوات، إلى أن تحول الصراع إلى سياسي، تمحور حول انتخابات العام 2006، ومن ثم فتح الصراع الداخلي على سلطة الحكم الذاتي.

في ظل نخبة الفصائل القائمة، منذ عام 2000 وحتى اللحظة، يراوح الشعب مكانه في الكفاح الشعبي، وهذا يؤكد حاجته إلى فعل ميداني يقوم باختيار نخبة الفصائل القائمة من جهة، ومن جهة ثانية، يجعل من المواجهة الميدانية المختبر الحقيقي للخلاف الداخلي، حيث يمكن من خلال

التنافس على مقارعة الاحتلال إثبات أحقية هذا أو ذاك، في القيادة، أو جدارته بها، لكن ما نجم عن تشبث أركان السلطة بوهم المتحقق نتيجة الانتفاضة الثانية، وتشبث أركان خصمها بنتيجة الانتفاضة الثانية، من تحرير لغزة، وضع الطرفين الداخليين في موقعين مختلفين، ذلك أن كادر السلطة مكانه المنطقة المحررة، أي غزة، وكادر المقاومة مكانه الأرض المحتلة، أي الضفة والقدس.

المهم أنه مع التغيرات الإقليمية ومع واقع ما بعد عام 2007، وبعد انسداد الأفق تماماً، حتى لدى من وصلوا المراهنة على حل أوسلو، حتى العام 2014، تزايد التوقع بالحاجة إلى انتفاضة ثالثة، يجري توقع اندلاعها في أية لحظة منذ سنوات مضت، وظهرت فعلاً إرهاصات في أكثر من مناسبة، في هبة السكاكين، التي انخرط فيها شباب ولد ما بعد العام 1993، أي ما بعد أوسلو، شباب مستقل تنظيمياً، ومنتمٍ جداً وطنياً، وفي صورة هبة الأقصى حين قاومت الجموع الشعبية بالصلاة في ساحات وجنابات المسجد الأقصى، وفرضت التراجع على الاحتلال عام 2017، الذي حاول أن يفرض البوابات الإلكترونية توطئة لفرض التقسيم المكاني والزمني للحرم الشريف.

وكل يوم ينتهك فيه المستوطنون حقوق

المواطنين، ويقتل فيه جنود الاحتلال، الشبان والنساء، ويقهرون فيه المعتقلين، وفي كل يوم تشن فيه طائرات إسرائيل الغارات على قطاع غزة، تتزايد فيه الكراهية ضد الاحتلال في صدور وعقول الشباب الفلسطيني، ويتراكم فيه الغضب الشعبي، وهكذا فإن سطبخة الانتفاضة الثالثة يتم طهيها على نار مشتعلة، إلى أن تنضج، فتكون ساحتها الأساسية القدس والضفة الغربية، فيما منصات الإسناد هي غزة ومناطق الـ 48 والشتات.

في انتظار عود الثقب الذي سيشتعل الأرض المحتلة كلها، نقول بأن أفضل ما يمكن للنخبة السياسية أن تفعله هو أن تتوحد وتعيد نقل مقر القيادة السياسية إلى غزة المحررة داخلياً من الاحتلال، فتتحرر هي من العلاقة معه، وتحرر جموع الشعب من تبعات تلك العلاقة، والشعب وحده قادر على دحر الاحتلال وكسبه من كل الأرض الفلسطينية المحتلة، وإقامة الدولة المستقلة مرة واحدة دون ترتيب مع العدو، أو من خلال مفاوضات ماراثونية، والمدخل الممكن والمناسب لذلك، هو الاستمرار في حراك يوم الغضب الذي بدأ قبل ثلاثة أيام، بحيث ينتقل حراك أيام الجمع من حدود غزة، إلى كل مناطق القدس والضفة الغربية، فهكذا فقط، يمكن إسقاط مخطط الضم والإحراق.

فرنسا التي لن يهدأ لها قطعا... بال



■ بقلم:
جمال
نصر الله*

أي مواطن عادي بإمكانه أن يبحث في مسار التاريخ الحديث، ليكتشف بأن أكثر الدول ولعا وعشقا للمستعمرات هي فرنسا وتليها طبعاً بريطانيا ثم إسبانيا والبرتغال ثم بلجيكا... حتى نصل إلى نمط جديد من الاستعمار في طرائقه وأساليبه الـ حديثة الرقمية مع أمريكا العظمى، الذي أردنا التطرق إليه هو ما أحرق لجة وجماع الفرنسيين صهيونيين، ممن لا زالوا يعتقدون بأن الجزائر بالنسبة إليهم لا تزال إقليمياً محروساً بأوامرها... تحن إليه

وتتفقده متى شاءت خواطرها وحاجياتها، وهو ما يؤكد في كل مرة بأن هذه السيدة العجوز ما إن نطقت إلا وحملت كلماتها (والتي مصدرها طبعاً زهايمر قديم) لبا من حرقة التخريف والطمع. كيف لا وهي من تملأ أجندتها بحسابات وأرقام تفي بأن جميع مقوماتها السابقة والأنية وحتى المستقبلية مبنية على ظهور وصدور الغلابي والمستضعفين... وكما قال أحد الشعراء فإن فرنسا لازالت تغدو من ندي إفريقيا وماجاورها... وليتخيل الجميع معنا حجم المأساة إن حدث وأن توقف هذا الضرع أو ذاك عن الضخ؟! إنه القنوط بعينه وما أدراك ما القنوط؟! هذا تقريبا ملخص ما أردنا سرد عن محاولة بعض البرلمانيين الفرنسيين الذي

تقدموا بمذكرة للبرلمان الأوروبي القصد منها هو توقيف ما تصبو الجزائر الحديثة نحوه... فهي أعلم بكل مسافات التحرر والاستقلالية التامة التي يرغّب جزائريو ما بعد 22 فبراير الوصول إليه... نعم فرنسا يقلقها كثيراً أن تعتني وتتفرد بلد المليون ونصف المليون بشؤونها... لهذا وذلك فهي لا ترعب في ابنتها التي رعتها واحتضنتها أكثر من قرن أن تتفصل عنها بطريقة كلية وتستقل بذاتها لذاتها... فلقد استبان اليوم الخيط الأبيض من الأسود وبدا للعيان أن هذه المستعمرة القديمة لم تكن أبداً في غفلة عما كان يحدث عندنا بل كانت تضع قدمها في كل موضع وتتصّب أعينا مارقة وساهرة لأجل أن تحيا معها وتحياها... وكل هذا لأجل أن تحيا

المصالح ويعدها ليذهب كل شيء للجميع... فكل تطور حاصل في العالم وكل أحجام الوعي الذي يتبلور ككرة الثلج عند أبناء هذا الوطن الحبيب بالنسبة لفرنسا وبال وما بعده وبال... فهي تريد تجهيل الجميع... والإبقاء على كل أدواتها التي هي أمام كل تقدم ملحوظ في صداً تاماً رغبة في الشد على أذان الجميع وسياقتهم سياقة القطيع نحو بيت الطاعة الكبير... وهو ما أذابتته الحركات الديمقراطية في العالم العربي مؤخراً والجزائر طبعاً جزءاً كبيراً منه... والمقصود هو حجم الوعي لدى أكبر الفئات الشبانة... لكن ومن المستحسن أن نقول الحمد لله حيث صوتت الأغلبية البرلمانية في أوروبا بإستحالة تمرير أفكار

أولئك (أبناء وأحفاد الطفافة الجدد) حيث لا يسعنا إلا أن نقول بأن الجزائر دولة وشعباً سوف لن تكتثر لهذه الأصوات الناعقة أو تلك بل ستمضي شامخة الرأس مرفوعة الهامة... ولا ضير على أمة مازال دم الشهداء يتوارث نفسه بنفسه... بغية رسم خارطة طريق جديدة الهدف منها هو بناء مقومات دولة قومية بمؤسساتها... ونسيان الماضي أمر مطلوب وضروري... حتى لا تصيبنا عدوى الإكتئاب والنكوص... وإلا ما فائدة كل ماتم تحقيقه على جميع الأصعدة خاصة إعادة سياسة العقاب إلى سكتها الصحيحة ومرعاة مصالح الشعب كضرورة قصوى وهي الأصل في الأشياء والأصل في الأنواع. * شاعر وصحفي جزائري

رجاء

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

نماذج من ورع السلف



ورعه، ولا أروع في فقهه من محمد بن سيرين، وقال عاصم: وذكر محمد عند أبي قلابة، فقال: اصرفوه كيف شئتم، فلتجده أشدكم ورعاً، وأملككم لنفسه) سير أعلام النبلاء، للذهبي .

نماذج من ورع العلماء المتقدمين :

ورع عبد الله بن المبارك :

- عن الحسن بن عرفة قال: (قال لي ابن المبارك: استعرت قلماً بأرض الشام، فذهبت على أن أردّه، فلما قدمت مرو نظرت فإذا هو معي، فرجعت إلى الشام؛ حتى رددته على صاحبه) سير أعلام النبلاء، للذهبي .

- وقال الحسن بن الربيع: (لما احتضر ابن المبارك في السفر، قال: أشتهي سويقاً، فلم نجد إلا عند رجل كان يعمل للسلطان، وكان معنا في السفينة، فنكرنا ذلك لعبد الله، فقال: دعوه، فمات ولم يشربه) سير أعلام النبلاء، للذهبي .

ورع أبي وائل شقيق بن سلمة :

(كان أبو وائل يقول لجاريته، إذا جاء يحيى -يعني ابنه- بشيء فلا تقبله، وإذا جاء أصحابي بشيء، فخذيه. وكان ابنه قاضياً على الكتاسة .

وكان لأبي وائل -رحمه الله- حصن من قصب، يكون فيه هو وفرسه، فإذا غزا نقضه، وتصديق به، فإذا رجع أنشأ بناءه. قلت: - القائل الذهبي - قد كان هذا السيد رأساً في العلم والعمل) سير أعلام النبلاء، للذهبي .

عمر بن الخطاب رضي الله عنه، وهكذا يجب على من تولى شيئاً من أمور المسلمين ألا يحابي قريباً لقربه، ولا غنياً لغناه، ولا فقيراً لفقره، بل ينزل كل أحد منزلته، فهذا من الورع والعدل، ولم يقل عبد الله بن عمر: يا أبت، أنا مهاجر، ولو شئت لبقيت في مكة؛ بل وافق على ما فرضه له أبوه) شرح رياض الصالحين .

ورع عبد الله بن عمر رضي الله عنهما : عن قزعة، قال: (رأيت على ابن عمر ثياباً خشنة أو جشبة، فقلت له: إني قد أتيتك بثوب لين مما يصنع بخراسان، وتقر عيناك أن أراه عليك، قال: أرنيه، فلمسه، وقال: أحرير هذا؟ قلت: لا، إنّه من قطن، قال: إني أخاف أن ألبسه، أخاف أكون مختالاً فخوراً، والله لا يحب كل مختال فخور) رواه أبو نعيم في الحلية.

- وعن طاووس قال: (ما رأيت أروع من ابن عمر، ولا أعلم من ابن عباس) سير أعلام النبلاء، للذهبي

ورع محمد بن سيرين :

- عن العلاء بن زياد أنه كان يقول: (لو كنت متمنياً لتمنيت فقه الحسن، وورع ابن سيرين، وصواب مطرف، وصلاة مسلم بن يسار) سير أعلام النبلاء، للذهبي .

- وعن عاصم قال: (سمعت مورقاً العجلي يقول: ما رأيت أحداً أفقه في

ورع أبي بكر رضي الله عنه :

عن عائشة رضي الله عنها، قالت: (كان لأبي بكر الصديق رضي الله عنه، غلامٌ يخرج له الخراج، وكان أبو بكر يأكل من خراجه، فجاء يوماً بشيء، فأكل منه أبو بكر، فقال له الغلام: تدري ما هذا؟ فقال أبو بكر: وما هو؟ قال: كنت تكهنت لإنسان في الجاهلية، وما أحسن الكهانة إلا أني خدعتك، فلقيني فأعطاني بذلك هذا الذي أكلت منه، فأدخل أبو بكر يده فقآ كل شيء في بطنه) رواه البخاري .

ورع عمر بن الخطاب رضي الله عنه :

- عن عاصم بن عمر (عن عمر قال: إنه لا أجد رجل لي أن أكل من مالك هذا، إلا كما كنت أكل من صلب مالي: الخبز والزيت، والخبز والسمن، قال: فكان ربما يؤتى بالجفنة قد صنعت بالزيت، ومما يليه منها سمن، فيعتمر إلى القوم ويقول: إني رجل عربي، ولست أستمري الزيت) رواه ابن أبي الدنيا في الورع .

- وعن نافع (أن عمر بن الخطاب رضي الله عنه، كان فرض للمهاجرين الأولين أربعة آلاف في أربعة، وفرض لابن عمر ثلاثة آلاف وخمسة مائة، فقيل له هو من المهاجرين، فلم نقضه من أربعة آلاف؟ فقال: إنما هاجر به أبوا، يقول: ليس هو كمن هاجر بنفسه) رواه البخاري .

قال ابن عثيمين: (وهذا يدل دلالة عظيمة على شدة ورع أمير المؤمنين

"لقد كان في قصصهم عبرة لأولي الألباب" غير عتبة بابك.. قصة نبي "أب" مع نبي "ابن"



بابك قال ذلك أبي وقد أمرني أن أفارقك، الحقي بأهلك.

طلقها وتزوج منهم أخرى فلبث عنهم إبراهيم ما شاء الله ثم أتاهم بعد فلم يجده فدخل على امرأته فسألها عنه فقالت خرج بيتي لنا قال كيف أنتم وسألها عن عيشهم وهيئتهم فقالت نحن بخير وسعة وأنت على الله فقال ما قالت الماء قال اللهم بارك لهم في اللحم والماء قال النبي صلى الله عليه وسلم ولم يكن لهم يومئذ حب ولو كان لهم دعا لهم فيه قال فهما لا يخلو عليهما أحد بغير مكة إلا لم يوافقاه قال فإذا جاء زوجك فاقرئي عليه السلام ومره يثبت عتبة بابك فلما جاء إسماعيل قال هل أتاكم من أحد قالت نعم أتانا شيخ حسن الهيئة وأنت عليه فسألني عنك فأخبرته فسألني كيف عيشنا فأخبرته أنا بخير قال فأوصاك بشيء قالت نعم عتبة بابك قال ذلك أبي وأنت العتبة أمرني أن أمسكك

ورع عمر بن الخطاب رضي الله عنه، وهكذا أمر أبو الأنبياء إبراهيم عليه السلام ابنه إسماعيل أن يطلق زوجته، بالطبع كانت له أسباب في ذلك رواها لنا النبي صلى الله عليه وسلم وعرفناها خلال السيرة النبوية

كانت فكرة الصلاح وطاعة الله أساس الصالحين في اختيار زوجاتهم أو فراقها، وكان ذلك غاية النبي إبراهيم عليه السلام حين أمر إسماعيل بتطبيق زوجته، لأنها كانت شكائبة ولم تكن تحمد الله على نعمه، وقد روى ذلك ابن عباس رضي الله عنه في صحيح البخاري في حديث طويل نأخذ منه القصة:

فجاء إبراهيم بعدما تزوج إسماعيل يطالع تركته فلم يجد إسماعيل فسأل امرأته عنه فقالت خرج بيتي لنا ثم سألتها عن عيشهم وهيئتهم فقالت نحن بشر نحن في ضيق وشدة فشكت إليه قال فإذا جاء زوجك فاقرئي عليه السلام وقولي له بغير عتبة بابك فلما جاء إسماعيل كأنه أتى شيئاً فقال هل جاءك من أحد قالت نعم جاءنا شيخ كذا وكذا فسألنا عنك فأخبرته وسألني كيف عيشنا فأخبرته أنا في جهد وشدة قال فهل أوصاك بشيء قالت نعم أمرني أن أقرأ عليك السلام ويقول غير عتبة

الأمثال في السنة

مثل المؤمن الذي يقرأ القرآن

عَنْ أَبِي مُوسَى الْأَشْعَرِيِّ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: (مَثَلُ الْمُؤْمِنِ الَّذِي يَقْرَأُ الْقُرْآنَ كَمَثَلِ الْأَنْجَرِ: رِيحُهَا طَيِّبٌ وَطَعْمُهَا طَيِّبٌ، وَمَثَلُ الْمُؤْمِنِ الَّذِي لَا يَقْرَأُ الْقُرْآنَ كَمَثَلِ التَّمْرَةِ لَا رِيحَ لَهَا وَطَعْمُهَا حَلْوٌ، وَمَثَلُ الْمُنَافِقِ الَّذِي يَقْرَأُ الْقُرْآنَ كَمَثَلِ الرَّيْحَانَةِ: رِيحُهَا طَيِّبٌ وَطَعْمُهَا مُرٌّ، وَمَثَلُ الْمُنَافِقِ الَّذِي لَا يَقْرَأُ الْقُرْآنَ كَمَثَلِ الْحَنْظَلَةِ لَيْسَ لَهَا رِيحٌ وَطَعْمُهَا مُرٌّ)

شرح المفردات

(الأنجرة) ثمر شبه التفاحة، وهي بضم الهمزة والراء بيتهما مئنة ساكنة وآخره جيم ثقيلة، وقد تخفف. ويُزاد قبلها نون ساكنة، ويُقال بخندف الألف مع الوجيهين فتلك أربع لغات وتبلغ مع التحقيف إلى ثمانية. وهي من أحسن الثمار الشجرية وأنفسها عند العرب. (الريحانة) كل بقلة طيبة الريح، وهو ما يستراح إليه. وقيل: هي كل نبت طيب الريح من أنواع المشموم. (الحنظلة) نبت ثمرته في حجم البرتقالة ولونها، فيها لب شديد المرارة، ويمتد على الأرض كالبطيخ وثمره يشبه ثمر البطيخ، لكنه أصغر منه جداً، ويضرب المثل بمرارته.

خواطر قرآنية

ولنا تحسبن الله غافلاً عما يعمل الظالمون

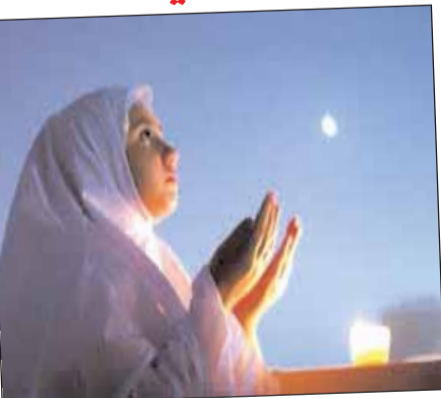
والحساب، يوم العدالة، يوم يؤخذ للمظلوم من الظالم، ويقتص للمقتول من القاتل ﴿يَوْمَ تُجْزَى كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ لَا ظُلْمَ الْيَوْمَ﴾ غافر: 17. ولكن الله يهول للظالم حتى إذا أخذه لم يفلته ﴿إِنَّمَا يُؤَخِّرُهُمْ يَوْمَ تَشْخِصُ فِيهِ الْأَبْصَارُ﴾ أي تبقى أبصارهم مفتوحة مبهوتة، لا تتحرك الأجفان من الفرع والهلع، ولا تطرف العين من هول ما ترى، ﴿مُهْطِعِينَ مُقْنِعِي رُءُوسِهِمْ لَا يَرْتَدُّ إِلَيْهِمْ طَرْفُهُمْ وَأَفْتَدَتْهُمْ أَسْوَابُهُمْ﴾ أي مسرعين لا يلتفتون إلى شئ ممن حولهم، وقد رفضوا رؤوسهم في ذل وخشوع لا يطرّفون بأعينهم من الخوف والجزع وقلوبهم خاوية خالية من كل خاطر من هول الموقف.

ما أعظم بلاغة القرآن وما أروع تصويره للمواقف حتى كأنك ترى المشهد ماثلاً أمامك.

يقول الله تعالى: ﴿وَلَا تَحْسَبَنَّ اللَّهَ غَافِلًا عَمَّا يَعْمَلُ الظَّالِمُونَ إِنَّمَا يُؤَخِّرُهُمْ لِيَوْمَ تَشْخِصُ فِيهِ الْأَبْصَارُ﴾ مُهْطِعِينَ مُقْنِعِي رُءُوسِهِمْ لَا يَرْتَدُّ إِلَيْهِمْ طَرْفُهُمْ وَأَفْتَدَتْهُمْ أَسْوَابُهُمْ ﴿إبراهيم: 42-43. آية تهديد ووعيد ولكن ما أعظم ما فيها من شفاء لقلوب المظلومين وتسلية لخواطر المكالمين، فكم ترتاح نفس المظلوم ويهدأ خاطره حينما يسمع هذه الآية ويعلم علم اليقين أن حقه لن يضيع وأنه سوف يقتص له ممن ظلمه ولو بعد حين. وأنه مهما أظلم الظالم من العقوبة في الدنيا فإن جرائمه مسجلة عند من لا تخفى عليه خافية ولا يغفل عن شئ. والموعود يوم الجزاء

واحة الذاكرين

شرح دعاء "رب زدني علماً"



أمر ربنا عز وجل نبيه محمداً صلى الله عليه وسلم أن يسأله الزيادة في العلم، والأمر لنبيتنا هو أمرنا كذلك؛ فإن الخطاب وجهه إليه صلى الله عليه وسلم لأنه هو القدوة والأسوة للأمة بأكملها، ومعلوم أن الخطاب للقدوة خطاب لأتباعه من حيث الأصل، إلا ما خصه الدليل به دون غيره .

فقوله: **رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا**، **وقل يا محمد: رب**

زدني علماً إلى ما علمتني، أمره بمسألته من فوائد العلم ما لا يعلم فأمره تعالى بزيادة في العلم، وأهمها علم كتابه الكريم؛ فإنه الموصل إلى الترقى في العلوم والمعارف والمنافع في الدنيا والآخرة، ولم يأمره سبحانه وتعالى بطلب الزيادة في الشيء إلا في العلم دلالة واضحة على فضيلة العلم، وأنه أفضل الأعمال، (فلم يزل صلى الله عليه وسلم في الزيادة والترقى في العلم حتى توفاه الله تعالى)

وهذا المطلب كان من مطالب الصحابة رضي الله عنهم أجمعين فكان من دعاء عبد الله بن مسعود رضي الله عنه: **(اللَّهُمَّ زِدْنِي إِيمَانًا وَتَقْوِيًا وَفَهْمًا، أَوْ قَالَ وَعِلْمًا)**

وقد استنبط بعض العلماء ((الأدب في تلقي العلم أن المستمع للعلم ينبغي له أن يتأني، ويصبر حتى يفرغ الملمي والمعلم من كلامه المتصل بعبءه ببعض))

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

خطيب المسجد النبوي:

المسح على الخفين جاء تخفيفاً في الشريعة



أوصى فضيلة إمام وخطيب المسجد النبوي فضيلة الشيخ صلاح بن محمد البدير المسلمين بتقوى الله عز وجل، مشيراً إلى أن الفقه زاد المتعب فمن قل فقهه ساء فعله. وأوضح في خطبته التي ألقاها - نقلاً عن وكالة الأنباء السعودية واس- أن الناس في فصل الشتاء تقبل على لبس الخفاف والجوارب، والمسح على الخفين جائز لا ينكره إلا من خالف جماعة المسلمين مردفاً أنه مما ثبت عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه مسح على الخفين وأما الجوارب فقد ثبتت عن طائفة من الصحابة. وبين أن إباحة المسح على الخفين كانت رفقا وتخفيفاً ويسراً وسعة في الشريعة لأن الحاجة داعية إلى لبسه، مضيفاً أن من أراد لبس الخفين وجب عليه تعلم

أحكامه ومعرفة مدته وصفته، مشيراً إلى أن تفصيل أحكام لبس الخفين والجوارب للمسافر والمقيم أن يكونا ساترين إلى ما فوق الكعبين وشرطهما أن يلبسا بعد طهارة مائية. ولفت الشيخ البدير إلى أن مدة المسح تبدأ بعد الحدث الأصغر قال عمر رضي الله عنه: "يمسح عليهما إلى مثل ساعتها من يومه وليلته"، وصفة المسح هي مسح أعلى القدم إلى الساق في أصح الأقوال لحديث علي بن أبي طالب رضي الله عنه قال: "لو كان الدين بالرأي لكان أسفل الخف أولى بالمسح من أعلاه، وقد رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم يمسح على ظاهر خفيه". ودعا فضيلته إلى الأخذ بالأحوط عند المسح على الخفين كما نص على ذلك الفقهاء، موصياً الناس بتذكر نعم الله الكثيرة.

دور الإعلام الديني في توجه المجتمع

الانتخابات الرئاسية نموذجاً



■ الشيخ قاسم جلول *

إن الدور الذي تقوم به وزارة الشؤون الدينية والأوقاف وما تقوم المناير أي المنبر الإعلامي المسجدي في الإرشاد والتوجيه، والإجابة على انشغالات الناس فيما يتعلق بدينهم يبقى دوراً غير مكتمل !! إذا لم تسهم الجهات الإعلامية المختلفة في تنمية التدين وتربية الشعب على تعاليمه بكل الطرق المتاحة. في الحفاظ على الوحدة الدينية والمرجعية الوطنية والفكر الديني. وحتى يسهل التكامل والتعاون مع الجهات التي تهتم بالإعلام الديني يجب أن نتناصح ونتواصى

تحقيقاً لقول الله تعالى: وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ_سورة المائدة الآية 2.

فعلى من يتصدرون للإعلام الديني في وسائل الإعلام أن يتطرقوا إلى الأمور التي يحتاجها الناس في واقعهم والاعتماد على الدراسات الاجتماعية وغيرها من أجل الوصول إلى المواطن وإقناعه؛ واستغلال المواقع الاجتماعية التي يكثر ارتيادها من قبل المواطنين ك"الفيسبوك" و"التويتر" وغيرها من المواقع وخاصة فئة الشباب !

فإذا صح منطلقنا هذا، واتخذنا من فرضيته قاعدة منهجية ومعرفية لكشف الحجب عما يتوارى وراء تبني المواقف والآراء، من خلف الحصص والبرامج الدينية التي ترسلها الفضائيات والأذاعات وما يكتب في الصحف والمجلات وما سيرتبط بدواعي ومسببات ظهور الآراء، وهو أيضاً مناسب للإعلام الديني في علاقته بالإعلام كمنصَح للآراء ومُصدِر للمواقف. ومن ثم لا يجد المستمع والمشاهد أمامه خياراً آخر غير تبني وجهات النظر المطروحة والمقدمة المتبوعة بأدلة عن محللي الإعلام الديني في وسائل الإعلام. وللإعلام الديني في وسائل الإعلام دور كبير وأمانة عظيمة في عملية توجيه التفكير إلى التعاون والأخوة والتضامن.. والدفاع عن المرجعية الدينية والقيم الوطنية، وتكوين سداً منيعاً في وجه الإعلام المضاد والمترصين بمجتمعنا من الملل والنحل ! والإعلام الديني هو ركيزة أساسية للأمن الفكري وخدمة المجتمع، فالرسالة الإعلامية أمانة وتسألون عنها يوم القيامة! • مسجد القدس حيدرة/ الجزائر العاصمة

والرسائل التي يبثها والعوامل التي يوظفها، ومختلف الجماهير التي يستهدفها

الانتخابات الرئاسية نموذجاً

وحالي كحال أي مسلم غيور على دينه ومجتمعه وثقافته، لا بد وأن يدلي بدلوه في سبيل تماسك أمتة وتنمية حس التدين والأخلاق الكريمة فيها. وقد صرح عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم قوله: "الدين النصيحة" رواه مسلم وغيره.

ويُتسبب إلى عمر بن الخطاب رضي الله عنه قوله: "لا خير في قوم لم يتناصحوا ولا خير في قوم لم يقبلوا النصيحة". ورسالة التناصح هذه في الأصل رسالة كل مسلم بغض النظر عن مركزه وتكوينه. وجهته والقطاع التي يعمل فيه كما تعلمون أن الجهة الرسمية التي تسهر على الحقل الديني ورعايته، تتمثل في وزارة الشؤون الدينية والأوقاف ومن المفروض أن يكون هناك تكامل بين مؤسسات الدولة الإعلامية والتعليمية والدينية والتنسيق والتشاور لأن مهمتهم ورسالتهم وأهدافهم تثقيف المواطن وتربيته على القيم الدينية والوطنية للمجتمع، وأن تعمل المؤسسات على تنمية التدين وحفظ الأمن الروحي والأمن الفكري لدى أفراد الأمة والأمن الديني عبر قنوات الإعلام المختلفة !! وسد حاجاته الفكرية والروحية حتى لا تبت جهات أخرى. سموها وهموماً غريبة عن ثقافته وكيانه.!

القراءة في الساحة الوطنية والإعلامية والنقاشات الكبيرة بأن علماء الدين والشخصيات العلمية لا أثر لهم في وقت وجب حضورهم وسكوتهم، سكوتهم عن الحق وكتفهم عن الحق في ديننا ذنب عظيم كما وصف أهل العلم بأن ((الساكت عن الحق شيطان أخرص...))

دور كبير وأمانة عظيمة في عملية توجيه التفكير والرأي العام إلى التعاون والأخوة والتضامن.. والدفاع عن القيم المجتمعية والوطنية.. وتكوين سداً منيعاً في وجه الإعلام المضاد والمترصين بمجتمعنا من الأفكار الهدامة والملل والنحل ..

وعلى الخطباء الإعلامي الديني في وسائل الإعلام أن يراجع مضامينه، وأسس، وغاياته، وعلى منسقيه أن يعوا قانون التحول التاريخي للمجتمعات الإنسانية عموماً، والمجتمع الجزائري خصوصاً. وأن يُدرِكوا كذلك أن الإعلام الديني في وسائل الإعلام يُوجع الآراء ويكتفها، ويصنع جهات وُصَادِمها ويؤسس لقنوات إعلامية ذات طابع فكري غربي ونحلي ومذهبي من حيث لا يدري لا قدر الله، كما قال تعالى - وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ لَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ قَالُوا إِنَّمَا نَحْنُ مُصْلِحُونَ - سورة (البقرة الآية: 11) والإعلام الديني هو ركيزة أساسية للأمن الفكري وخدمة المجتمع فالرسالة الإعلامية أمانة وتسألون عنها يوم القيامة! التثقيف الديني الذي تكفلت به بعض القنوات والصفحات في معظم الجرائد. يعد خطراً على المرجعية الدينية وعلى القيم الوطنية !

الكلام حول هذا الموضوع يستدعي منا تحليله وتشريحه بطرق علمية وواقعية وموضوعية وعقلانية، لما يشهده من تطورات متسارعة من حيث الرؤى التي يستشرقها والمقاصد التي يتطلع إليها

أقوال ومكّم خالدة الغادر مخذول والناكث مغلول

جاء في "قصص العرب": عمرو بن حفص مولى الأمين أنه قال: دخلت على محمد الأمين في جوف الليل، وكنت من خاصته، أصل إليه حيث لا يصل إليه أحد من مواليه وحشمه، فوجدته والشمع بين يديه وهو يفكر، فسلمت عليه، فلم يرد علي، فعلمت أنه في تدبير بعض أمور، فلم أزل واقفاً حتى مضى أكثر الليل، ثم رفع رأسه إلي فقال: أحضر لي خزيمة بن خازم، فمضيت إليه فأحضرته، فلم يزل في مناظرته حتى انقضى الليل، فسمعت خزيمة وهو يقول: أنشدك الله يا أمير المؤمنين، ألا تكون أول الخلفاء نكث عهد، ونقض ميثاقه، واستخف بيمينه، ورد رأي الخليفة قبله، فقال: اسكت، لله أبوك، فعبد الله بن خازم كان أفضل منك رأياً، وأكمل نظراً حيث يجتمع فحلان في هجمة.

ثم جمع وجوه القواد، فكان يعرض عليهم واحداً واحداً ما اعتمزه، فبأبونه، وربما ساعده قوم، حتى بلغ إلى خزيمة بن خازم وشاوره في ذلك، فقال: يا أمير المؤمنين، لم ينصحك من كذبك، ولم يفشك من صدقك، لا تجرئ القواد على الخلع فيخلعوك، ولا تحملهم على نكث العهد فينكثوا عهدك وبيعتك، فإن الغادر مخذول، والناكث مغلول.

النصيحة من التكافل.. عبلة الكحلاوي:

هكذا يكون السلوك العملي لديننا الحنيف

هذا من ثواب عظيم في الدنيا والآخرة، وكذلك لحفظ أنفسنا وإخواننا ومجتمعاتنا من التمزق وانتشار الرذائل والجرائم. وأشارت أستاذة الدراسات الإسلامية إلى أن الإسلام حقنا على كثير من أمور التكافل الاجتماعي التي تحفظ المجتمع وتمنع من استفراد الشيطان ببعض أفرادها. واستندت إلى ما جاء في الحديث الشريف: (فكوا العاني، وأجيبوا الداعي، وأطعموا الجائع، وعودوا المريض) أخرجه أحمد. وقالت: لا يشترط في التكافل أن يكون بالمال والطعام وحسب؛ بل إن الزيارة في الله من التكافل.. والنصيحة من التكافل... والكلمة الطيبة من التكافل... فهذا هو السلوك العملي لديننا الحنيف.

أكدت الدكتورة عبلة الكحلاوي، أستاذة الدراسات الإسلامية بجامعة الأزهر، أن قوة أي مجتمع وسلامته إنما هي في قوة العلاقة والترابط بين أفراد، مؤكدة أن علاقة أفراد المجتمع بعضهم ببعض إذا كانت علاقة حب وتعاون على الخير ازدهرت حياة المجتمع واستقرت أموره، وإذا كانت العلاقة علاقة مصالح محضة وعلاقة أنانية فإن هذا يعود على المجتمع بالتفريق وذهاب الريح، واستدلت الكحلاوي، عبر صفحتها الشخصية على فيسبوك، بما ورد في الحديث الصحيح: (المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضاً).. مضيفاً أن موضوع التكافل الاجتماعي نحن مأمورون بإحيائه والعمل به؛ لإرضاء ربنا عز وجل وما يترتب على

إنه عمرو بن سلمة رضى الله عنه كان يوم قومه وهو ابن سبع سنوات، لأنه كان أكثرهم حفظاً . قال رضى الله عنه : قال لي أبو قلابية : ألا تلقاه _ يعني النبي صلى الله عليه وسلم، فتسأله.. قال عمرو بن سلمة : فلقيته فسألته .

قال : وكان يمر بنا الركبان فنسألهم : ما للناس ؟ ما هذا الرجل ؟ فيقولون : يزعم أن الله أرسله وأوحى إليه بكذا ؟ فكنت أحفظ ذلك الكلام، وكأنما يقر في صدري .

فلما كانت وقعة أهل الفتح بادر كل قوم بإسلامهم، وبدر أبي وقومي بإسلامهم، فلما قدم قال : جئتكم والله من عند النبي صلى الله عليه وسلم حقا، فقال : "صلوا صلاة كذا في حين كذا، وصلوا صلاة كذا في حين كذا، فإذا حضرت الصلاة، فليؤذن أحدكم، وليؤمكم أكثركم قرآنا" فنظروا، فلم يكن أحد أكثر قرآن مني لما كنت ألتقى الركبان، فقدموني بين أيديهم وأنا ابن ست أو سبع سنين (صحيح البخاري).

فانظر يا فتى الإسلام إلى علو همة هذا الطفل الصغير، الذي ذهب بنفسه إلى النبي صلى الله عليه وسلم، وسأله عن هذا الدين، وكان يحفظ ما يذكره الركبان من القرآن، حتى صار أكثر قومه قرآنا، فاستحق أن يكون إماماً لهم في الصلاة، وهو في السادسة أو السابعة من عمره .

قصص الهمة والطموح في حياة الفتیان الطفل الإمام



غيرة الأنبياء

قال صلى الله عليه وسلم وهو يحكي قصة المعراج إلى السماء: " ثم انطلقنا حتى انتهينا إلى السماء السادسة، فأتيته على موسى عليه السلام، فسلمت عليه، فقال: مرحبا بالأخ صالح والنبي الصالح، فلما جاوزته بكى فتودي: ما بيكيك؟ قال: رب! هذا غلام بعثته بعدي يدخل من أمتة الجنة أكثر مما يدخل من أمتي".

قال العلماء:

"لم يكن بكاء موسى حسداً معاذ الله، فإن الحسد في ذلك العالم منزوع عن آحاد المؤمنين، فكيف بمن اصطفاه الله تعالى؟! بل كان أسفاً على ما فاتته من الأجر الذي يترتب عليه رفع الدرجة بسبب ما وقع من أمتة من كثرة المخالفة المقتضية لتقيص أجورهم المستلزم لتقيص أجره، لأن لكل نبي مثل أجر كل من اتبعه، ولهذا كان من اتبعه من أمتة في العدد دون من اتبع نبينا صلى الله عليه وسلم مع طول مدتهم بالنسبة لهذه الأمة، وأما قوله " غلام " فليس على سبيل النقص بل على سبيل التنويه بقدرته الله وعظيم كرمه: إذ أعطى لمن كان في ذلك السن ما لم يعطه أحداً قبله ممن هو أسن منه".

وانظروا مثلاً إلى حياة قلبي أبي بكر وعمر رضي الله عنهما، وهل أشد حياة من قلبي أقرب وأحب صحابييين إلى رسول الله؟! وتأمل أثر ذلك على تناقضهما في الخيرات، وليس ذلك في ميدان العبادات فحسب بل تعداها إلى العادات والذوقيات، وعن ذلك قال عمر بن الخطاب رضي الله عنه:

"إننا سهرنا ليلة في بيت عند أبي بكر في بعض ما يكون من حاجة النبي صلى الله عليه وسلم، ثم خرجنا ورسول الله صلى الله عليه وسلم يمشي بيني وبين أبي بكر، فلما انتهينا إلى المسجد إذا رجل يقرأ فقام النبي صلى الله عليه وسلم يستمع إليه، ثم قال: " من سره أن يقرأ القرآن رطباً كما أنزل فليقرأ قراءة ابن أم عبد"، فسلمت أنا وصاحبي أنه عبد الله بن مسعود، فلما أصبحت غدوت إليه لأبشره، فقال: سبقك بها أبو بكر!!". وموقف آخر لا يقل غرابية في الحرص على الخير يرويهِ أبو صالح الغفاري أن عمر بن الخطاب رضي الله عنه كان يتعاهد عجوزاً كبيرة عمياء في بعض حواشي المدينة من الليل، فيستسقي لها، ويقوم بأمرها، وكان إذا جاءها وجد غيره قد سبقه إليها، فأصلح ما أرادت، فجاءها غير مرة، فلا يسبق إليها، فرفضه عمر فإذا هو بأبي بكر الصديق الذي يأتيها وهو خليفة.

لذا اعترف عمر رضي الله عنه بفضل أبي بكر وأقر له قائلاً: " ما سبقك أبا بكر قطُّ إلى خير إلا سبقني إليه، ولوردتُ أثي شعرة في صدر أبي بكر.

بعد التراجع الخيب للعميد إدارة المولودية تتذكر كازوني



أهملت إدارة مجلس إدارة نادي مولودية الجزائر، بقيادة المدير الرياضي، فؤاد صخري، جولة أخرى للمدرب بيرنارد كازوني، عقب التعادل الخيب المسجل بعمر حمادي أمام الجار شباب بلوزداد. ودعت إدارة المولودية كازوني امس الأحد للجولوس على طاولة المفاوضات، من أجل الاستماع إلى دواعيه والوقوف على الأسباب الحقيقية التي كانت وراء ظهور الفريق بهذا المستوى الهزيل، قبل البث في مستقبله على رأس الجهاز الفني. وأصبح كازوني مهدداً بفسخ عقده مع المولودية، خصوصاً أن علاقته مع إدارة النادي تدهورت كثيراً في الفترة الماضية، عقب تصريحاته قبل مباراة أهلي البرج، حيث انتقد بشدة الإدارة بسبب غياب الإمكانيات والحوافز التي تجعل فريقه قادراً على لعب الأدوار الأولى هذا الموسم. ويحتل مولودية الجزائر، المركز الثاني في جدول الترتيب برصيد 24 نقطة متأخراً بنقطة فقط عن المتصدر شباب بلوزداد.

قراءة في الجولة الـ12 من الرابطة المحترفة الأولى

لا غالب في مواجهة "العميد" بلوزداد



• وفاق سطيف من سيئ إلى أسوأ

استعاد شباب قسنطينة توازنه في الرابطة المحترفة الأولى، بعد فوزه أول امس، على حساب ضيفه وفاق سطيف بنتيجة (3-1) ضمن الجولة الـ12، سجل أهداف شباب قسنطينة كل من محمد الأمين عبيد بالدقيقتين الـ37، و58، وعبد الفتاح بلقاسمي في الدقيقة الـ47، فيما سجل حسام غشة، هدف الوفاق الوحيد في الدقيقة الـ56.

دخل شباب قسنطينة المباراة من دون مقدمات، وحاول منذ البداية الوصول إلى مرمى الوفاق، وفي الدقيقة 3 كاد عبيد أن يفتتح باب التسجيل، بعد انفراده بالحارس غير أن كرتة مرت خارج المرمى، ليعود نفس اللاعب وينجح في افتتاح باب الهدف لصالح فريقه من ركلة جزاء. وفي الشوط الثاني، منح المدرب الفرنسي لافاني تعليماته للاعبيه بضرورة الضغط على الخصم في منطقتهم، وإضافة أهداف أخرى لتفادي أي سيناريو غير متوقع، وهو ما نجح في ترجمته الأهداف بلقاسمي بعد 3 دقائق فقط من انطلاق الشوط الثاني، برأسية قوية.

رد فعل الوفاق، جاء سريعاً عبر غشة الذي نجح في تقليص الفارق بعد تمريرة سحرية من زميله أكرم جحنيط، لكن المتألق عبيد رد بإضافة الهدف الثالث لصالح الشباب بعدها بدقيقتين، بتسديدة خادع بها الحارس.

وبهذه النتيجة، ارتقى شباب قسنطينة إلى المركز السادس، برصيد 18 نقطة، فيما تجمد رصيد وفاق سطيف عند النقطة الـ11 في المركز الـ14. وجمعية عين مليلة تقصف بلعباس بثلاثية واصل نادي جمعية عين مليلة، سلسلة عروضه القوية في الدوري هذا الموسم، بهدف دون رد.

وواصل نادي جمعية عين مليلة، سلسلة عروضه القوية في الدوري هذا الموسم، بهدف دون رد.

وواصل نادي جمعية عين مليلة، سلسلة عروضه القوية في الدوري هذا الموسم، بهدف دون رد.

عبد القادر عمراي (مدرب شباب بلوزداد): "ضاع منا الفوز في الدقائق الأخيرة"

قال عبد القادر عمراي مدرب شباب بلوزداد، أنه ما زال من المبكر الحديث عن فوز فريقه بلقب البطولة الوطنية، بعد تعادله، مع ملاحقه المباشر مولودية الجزائر (2/2). وقال عمراي "لقد كان من المهم ألا ننهزم، ولكن الفوز ضاع منا في الدقائق الأخيرة، اللاعبون قدموا كل ما يملكون وحاولوا تحقيق نتيجة إيجابية". وأضاف: "كما هو الحال دائما لا نزال بحاجة للعمل المثالي ولكن من السابق لأوانه الحديث عن تتويجنا باللقب"، وأتم "سحیح أننا ضيعنا الفوز في آخر أنفاس المباراة، ولكننا مطالبون بالتفكير بمباراتنا المقبلة، للعودة إلى السكة الصحيحة".

بعد طرده عقب نهاية المباراة مدافع وفاق سطيف مهدد بعقوبات قاسية

بات عبد الكريم نمديل، مدافع وفاق سطيف، مهدداً بعقوبات قاسية من طرف لجنة الانضباط التابعة للرابطة الجزائرية لكرة القدم، بعد طرده عقب نهاية مباراة فريقه أمام شباب قسنطينة، أول امس، في الجولة الـ12 من الرابطة المحترفة الأولى. وشهدت نهاية المباراة احتجاجات كبيرة من طرف لاعبي وفاق سطيف، الذين عاتبوا حكم الساحة، غربال، بعد إعلانه ركلة جزاء مشكوك فيها، قبل أن يشهر

الرابطة الإفريقية لكرة السلة تأهل المجمع البترولي للموسم العادي للمنافسة

تأهل ممثل كرة السلة الجزائرية، المجمع الرياضي البترولي، للمباراة النهائية للدور التمهيدي الثاني (نخبة 16) للرابطة الإفريقية لكرة السلة (المنطقة الغربية)، بعد فوزه على نادي الشرطة المالي بنتيجة (76-61)، الشوط الأول (45-31) مباراة الدور نصف النهائي جمع بينهما أول امس بالعاصمة الكاميرونية، ياوندي.

وواجه المجمع البترولي في المباراة النهائية امس الأحد، الفائز من اللقاء الثاني الذي يجري لاحقا بين فاب الكاميروني ونادي أبي سي لكرة السلة الإيفواري. بهذا الفوز الثمين ستشارك التشكيلة البترولية التي سيطرت على المجموعة الأولى للمنطقة الغربية بموزين وهزيمة، للموسم العادي للمنافسة، التي ستطلق في شهر مارس 2020 بمشاركة أبطال أنغولا ومصر والمغرب ونيجيريا والسنغال وتونس تضاف إليها احسن الأندية الستة من نخبة 16 لتكوين الجدول النهائي على فوجين تضم كل واحدة 6 أندية لتنشط النسخة الأولى لهذه المنافسة.

من جهة أخرى ستجرى الدورة التأهيلية للمنطقة الشرقية ما بين 17 و22 ديسمبر بكيفالي (رواندا) بمشاركة أندية كوبرا (جنوب السودان) و.جي.كا.تي بي بي سي (تانزانيا)، وباتريوت (رواندا)، وسيتي أوبرس (أوغندا)، وفروفيارو مايبوتو (الموزمبيق)، و.جي.ن.بي سي (مدغشقر) وكينيا بور أوتوريتي (كنيا) وأونزا بايسير (زامبيا).

وكان الاتحاد الدولي للعبة "فيا" ورابطة دوري كرة السلة الأمريكي للمحترفين قد علنا في شهر فيفري الماضي عن إنشاء أول بطولة احترافية في إفريقيا والتي تشكل أول مشاركة لرابطة السلة الأمريكية في منافسة خارج أمريكا الشمالية.

البطولة العربية للدراجات (سباق ضد الساعة / أواسط - حسب الفرق)

الجزائر تتوج بالميدالية الذهبية



توج المنتخب الجزائري للدراجات لثمة أواسط، بالميدالية الذهبية، في السباق ضد الساعة حسب الفرق، أول امس ضمن البطولة العربية لثمة 2019 لثمة الأشبال، أواسط والأكابر، والجزارية ما بين 30 نوفمبر و6 ديسمبر بمدينة الإسكندرية المصرية.

وحقق الفريق الجزائري، المكون من حمزة عمري - صديق بن غنيف - يوسف فرصادو - أيوب سحيري، المركز الأول على مسافة 52 كلم بتوقيت (1سا و08د و40ثا) متقدما على مصر صاحبة المرتبة الثانية (1سا و09د و25ثا) فيما حل العراق ثالثا (1سا و11د و79ثا).

من جهته، نال المنتخب الجزائري للسيدات كبريات الميدالية الفضية في سباق ضد الساعة على مسافة 44 كلم.

وقطع الفريق الجزائري، المشكل من: عائشة تيهار- رشا بلقاسم- نور يسمين بوزنن- ليديا قاسمي، مسافة السباق في وقتا قدره (1سا و05د و53ثا). وراء الفريق المصري المتوج بالذهبية (1سا و07د و58ثا)، فيما حاز الكويت على البرونزية (1سا و07د و00ثا).

وتشارك الجزائر بمنتخب الأكابر الذي يضم كل من: عز الدين لعقاب ونسيم سعدي وعبد الرحمن منصور ومحمد بوزيدي وحمزة ياسين وأسامة شيلوي. ولدى الأشبال، فقد وجه الطاقم الفني الوطني الدعوة لكل من صلاح الدين شرقي وعبد الحكيم فركوس وأكرم بلعبي وعبد اللطيف قروجة ومحمد رضوان بريثيس وعياد بن براهيم، لدى الذكور فيما كانت نسرين هويلي المشاركة الوحيدة لدى الشبالات. ويرأس الوفد الجزائري في موعد الإسكندرية عضو المكتب الفيدرالي محمد عمري. وخلال الطبعة السابقة بشرم الشيخ (مصر)، سيطرت الجزائر على المنافسة باحتلالها المرتبة الأولى في الترتيب العام ب7 ميدالية منها 10 ذهبيات، أربع فضيات وثلاث برونزيات.

اتحاد الجزائر - شبيبة القبائل (اجل) الترتيب المؤقت:

ت	الفرق	ن	ل
1	شباب بلوزداد	25	12
2	مولودية الجزائر	24	12
3	شبيبة الساورة	19	12
4	مولودية وهران	19	12
5	جمعية عين مليلة	18	12
6	شباب قسنطينة	18	12
7	شبيبة القبائل	17	11
8	أهلي البرج	17	12
9	اتحاد الجزائر	15	11
10	اتحاد بلعباس	13	10
11	اتحاد بسكرة	13	12
12	نصر حسين داي	12	11
13	جمعية الشلف	12	12
14	وفاق سطيف	11	11
15	نجم مقرة	11	11
16	نادي بارادو	09	10

الجولة المقبلة:

اتحاد بسكرة - أهلي برج بوعريرج
نصر حسين داي - نجم مقرة
نادي بارادو - شباب قسنطينة
شبيبة القبائل - مولودية وهران
اولمبي الشلف - اتحاد الجزائر
شباب بلوزداد - شبيبة الساورة
اتحاد بلعباس - مولودية الجزائر
وفاق سطيف - جمعية عين مليلة

ويدين أهلي البرج بالفضل في تحقيق هذا الفوز إلى لاعبه يوسف جحنيط، الذي سجل هدف المباراة الوحيد في الدقيقة الـ84. وارتفع رصيد الأهلي إلى 16 نقطة في المركز السابع مؤقتا لحين انتهاء باقي مباريات المرحلة، بينما تجمد رصيد نصر حسين داي عند 12 نقطة في المركز الحادي عشر.

جمعية الشلف تعود بنقطة مهمة من بشار

فرض نادي جمعية الشلف التعادل (0-0)، على حساب مستضيفه شبيبة الساورة، في المباراة التي جرت بينهما على ملعب 20 أوت ببشار، وبهذا التعادل رفع الشبيبة رصيده بجدول الترتيب إلى 19 نقطة في المركز الرابع، فيما أضاف جمعية الشلف النقطة الـ12 إلى رصيده في المركز الـ12.

النتائج الفنية:

مولودية وهران 0 اتحاد بسكرة 0
أهلي برج بوعريرج 1 نصر حسين داي 0
مولودية الجزائر 2 شباب بلوزداد 2
جمعية عين مليلة 3 اتحاد بلعباس 0
شبيبة الساورة 0 اولمبي الشلف 0
شباب قسنطينة 3 وفاق سطيف 1
نجم مقرة - نادي بارادو (اجل)

سخر من مسؤولي شباب قسنطينة

لافاني: "سعيد بنقاط الفوز ولن أستقيل"

تنفيذ وعودهم". وتابع "كل النتائج المحققة في الدوري تؤكد أننا بلغنا درجة كبيرة من الجاهزية، فقد جمعنا 16 نقطة في آخر 8 جولات، بفارق نقطة عن شباب بلوزداد، الذي جمع 15 نقطة فقط". وأكد "أزغب في إعلام مسؤولي النادي الذين صرحوا من قبل بأنهم على استعداد لطلب مدرب عملي، أن أوناسي إييري وماوريسيو بوكيتينو، أصبحا حزين من أي التزام، وما عليهما إلا الاتصال بأحدهما، ولتر إن كان هناك مدرب عملي يوافق على العمل في نفس هذه الظروف، وطريقة العمل التي تتبناها".



عبر دينيس لافاني، مدرب شباب قسنطينة، الذي فخره بالمستوى الذي ظهر به فريقه، أول امس، والفوز على وفاق سطيف (3-1)، بحساب الجولة الـ12 من الدوري، مبديا في الوقت ذاته عدم نيته في الاستقالة من تدريب النادي. وقال لافاني في تصريح "أشكر اللاعبين كثيرا على الأداء الرجولي الذي قدموه اليوم، خاصة وأن الفوز جاء بعد مرورنا بأسبوع عصيب للغاية، كل الظروف كانت ضدنا ولكننا أثبتنا أن كرة القدم تلعب على الميدان". وأضاف "مباراة اليوم أكدت أننا نقوم بعملنا على أكمل وجه، وعلى الأشخاص الذين انتقدوني في السابق الظهور الآن والحدث لوسائل الإعلام مجددا، قتلها وأعيدتها، لن أرسل عن تدريب النادي، إلا إذا قرر الملاك ذلك، وعلى من هددوا بالرحيل في حال بقائي

بعد مرورنا بأسبوع عصيب للغاية، كل الظروف كانت ضدنا ولكننا أثبتنا أن كرة القدم تلعب على الميدان". وأضاف "مباراة اليوم أكدت أننا نقوم بعملنا على أكمل وجه، وعلى الأشخاص الذين انتقدوني في السابق الظهور الآن والحدث لوسائل الإعلام مجددا، قتلها وأعيدتها، لن أرسل عن تدريب النادي، إلا إذا قرر الملاك ذلك، وعلى من هددوا بالرحيل في حال بقائي

وفقاً لأرقام الاتحاد الدولي لتاريخ وإحصاءات كرة القدم

بلماضي خامس أفضل مدرب وطني في العالم



إفريقيا، سجل أنيس البديري هدف التقدم، وأضاف أطارا الهدف الثاني، ليرفع الترجي رصيده إلى ثلاث نقاط في صدارة المجموعة، بفارق الأهداف عن شبيبة القبائل الذي حقق الفوز على فيتا كلوب بهدف نظيف، وحل الرجاء في المركز الرابع والأخير بدون نقاط.

محرز يعود إلى نقطة الصفر

تعرض الدولي الجزائري رياض محرز وناديه مانشستر سيتي، لصدمة جديدة في الدوري الإنجليزي، بعدما إكتفوا بالتعادل أمام نيوكاسل.

وشارك الجناح الطائر كأساسي، ولكنه لم يقدم المرود المتوقع منه، ليقيم بيب غوارديولا بإستبداله بييرناردو سيلفا. وإنتهت المباراة بهدفين في كل شبكة، مما يجعل أشبال المدرب بيب غوارديولا بعيدين جدا في سياق الحصول على البريميرليغ.

عبيد يعود إلى تشكيلة نانت

عاد اللاعب الدولي الجزائري مهدي عبيد لقائمة فريقه نانت التي واجهت امس نادي تولوز ضمن الجولة الـ15 من الدوري الفرنسي.

مدرب نانت كريستيان غوركوف استدعى متوسط ميدان الخضر للقاء لمواجهة امس بملعب "لابوجوار".

وكان الدولي الجزائري مهدي عبيد قد غاب عن مواجهة فريقه ضد بريست في الجولة الماضية بسبب المرض.

اللاعبين الجزائريين الثلاثة في نادي نيس الفائز بثلاثية لواحد. لعب اللاعب يوسف عطال تسعين دقيقة، فيما دخل اللاعب وناس اسديا ليتم استبداله في الدقيقة الـ64 بمواطنه بوداوي، وقدم اللاعبون الثلاثة وجدها جيداً خاصة عطال الذي اختير ثالث احسن لاعب في المباراة.

ديلور يواصل نغمة الأهداف في الدوري الفرنسي

واصل الدولي الجزائري اندي ديلور تالقته في الدوري الفرنسي الممتاز، حيث ساهم في فوز فريقه نادي مونبلييه على نادي اميان برعاية لاثنتين، سجل منها الجزائري ديلور الهدف الثالث، رافعا رصيده هذا الموسم إلى ستة اهداف.

بن غيث، بدران وشتي يتألقون مع الترجي في دوري الأبطال

شهدت مباراة الرجاء البيضاوي المغربي والترجي الرياضي التونسي مشاركة ثلاثة لاعبين جزائريين من جانب الترجي ويتعلق الأمر بكل من بن غيث، بدران وشتي.

وحقق فريق الترجي التونسي، فوزاً ثميناً، على نظيره الرجاء المغربي، بهدفين نظيفين، في المباراة التي جمعتهم مساء يوم السبت، على ملعب "المركب الرياضي محمد الخامس"، ضمن مواجهات الجولة الأولى من المجموعة الرابعة لدور المجموعات ببطولة دوري أبطال

حل الناخب الوطني جمال بلماضي في عام 2019، خامس أفضل مدرب في العالم للمنتخبات الوطنية، وفقاً لأرقام الاتحاد الدولي لتاريخ وإحصاءات كرة القدم الصادر امس.

بلابلي تحت رادار أولمبيك مارسيليا الفرنسي

أبدت إدارة أولمبيك مارسيليا الفرنسي، رغبة في التعاقد مع الدولي الجزائري ومهاجم الأهلي السعودي يوسف بلابلي خلال فترة الإنتقالات الشتوية المقبلة. أحد وكلاء إدارة نادي الجنوب الفرنسي، إتصل باللاعب وعرض عليه فكرة اللعب في لوم. خاصة أنه يعيش وضعية صعبة مع فريقه السعودي منذ بداية الموسم.

وبحسب ذات المصدر، فإن اللاعب قرر إنتظار حلول والده والذي يعتبر وكيل أعماله في نفس الوقت، بمدينة جدة السعودية، من أجل مواصلة المفاوضات مع وكيل الأعمال، قبل الفصل بصورة نهائية في العرض.

ماندي يساهم في فوز بيتيس على مايوركا

قاد عيسى ماندي نادي ريال بيتيس إلى العودة بالزاد كاملاً من تنقله إلى مايوركا أول امس ليصم النادي الأندلسي لأول مرة هذا الموسم على انتصارين متتاليين في الدوري الإسباني

وشارك مدافع المنتخب الوطني طيلة أطوار المواجهة التي انتهت على وقع نتيجة (2-1)، مع تقديمه مستويات جيدة في الخط الخلفي، غير أن ماندي تلقى إنذاراً في حدود (67)، وهو ما سيحرمه من المشاركة في الجولة المقبلة، على خلفية جمعه 5 إنذارات حتى الآن، علماً أن بيتيس استضاف امس الأحد نادي أتلتيك بلباو.

وناس استبدل ببوداوي وعطال أساسي في مواجهة نيس وأنجي

شهدت مباراة نيس بنادي انجي التي لعبت أول امس ضمن الجولة الـ15 من البطولة الفرنسية مشاركة

قرباج لخاليلوزيتش:

"أنت إنسان خرف وكفاك كذبا"

وصف محفوظ قرياج الرئيس السابق لنادي شباب بلوزداد والرابطة المحترفة الجزائرية لكرة القدم، التصريحات الأخيرة للمدرب وحيد خاليلوزيتش بالكاذب لأنه أخضى الحقيقة المتعلقة بكيفية استدعاء إسلام سليمان المهاجم الحالي لنادي موناكو الفرنسي، حيث كان حينها يُفضل عليه المهاجم السابق لنادي وفاق سطيف، محمد أمين عودية.

وقال محفوظ قرياج: "خاليلوزيتش يكذب في حديثه عن قضية سليمان، هو أصلاً في بادئ الأمر رفض استدعاءه للمنتخب ولم يكن مُعجباً به، عندما كنت رئيساً لرابطة الدوري دعوته لحضور مباراة شباب بلوزداد ووافق سطيف من أجل متابعة سليمان، لكن عكس ذلك هو أعجب بأمين عودية، وعند إصابة هذا الأخير قرر استدعاء سليمان بعد مدة".

وتابع قرياج في تصريح ناري لموقع "النهار أونلاين": "أقول لخاليلوزيتش كفاك كذبا، ليس أنت من اكتشف سليمان، وأنا

دوري أبطال إفريقيا (الجولة الأولى من دور المجموعات) اتحاد الجزائر يضيع الفوز أمام الوداد البيضاوي

تعادل فريق اتحاد الجزائر أمام الضيف الوداد البيضاوي المغربي بنتيجة 1-1 بملعب مصطفى تشاكر بالبيدة، أول امس، لحساب الجولة الأولى للمجموعة الثالثة من منافسة رابطة أبطال إفريقيا لكرة القدم. وسجل هدف "سوسطارة" عبد الكريم زوراري في الدقيقة الـ5

فيما عدل النتيجة للوداد اللاعب بادي عوك في الدقيقة الـ89. بالمقابل، فاز مثل الجزائر الآخر، في هذه المنافسة، شبيبة

بلال دزيري (مدرب اتحاد الجزائر):

"عمدنا للعب على الهجمات المرتدة ولكن.."



التعادل. عمدنا للعب على الهجمات المرتدة لتأمين الفوز بالنقاط الثلاث".

الصربي زوران ميلونوفيتش (مدرب الوداد):

"سعيد جدا بالتعادل"

أبدى الصربي زوران ميلونوفيتش، مدرب الوداد سعاداته للأداء الذي قدمه لاعبيه الذين نجحوا في الاستحواذ على الكرة بنسبة 60 بالمائة. وقال "من يعتقد أنني سعيد نتيجة التعادل أمام اتحاد الجزائر فهو مخطئ. أنا سعيد جداً لردة فعل اللاعبين الذين قدموا أداء جيداً يجعلني أتفاعل خيراً بالمستقبل".

في ختام الجولة الأولى من دوري أبطال إفريقيا

فوز للترجي وتعادل للوداد وهزيمة للزمالك

الأصوات في الزمالك لإقالة الصربي ميتشو المدير الفني من منصبه في أعقاب الخسارة الكبيرة واستمرار تراجع النتائج.

وفي المجموعة نفسها تعادل بريميرو أوغوستو الأنغولي مع زيسكو الزامبي بهدف لكل فريق في لقاءهما على ملعب الأول، لينال كل منهما النقطة الأولى وليحتلا الوصافة معا خلف مازيمبي.

الدقيقة 76، وقبل النهاية بـ14 دقيقة فقط، ليخرج صن داونز فائزاً على منافسه ويتصدر مجموعته مبكراً.

وفي المجموعة الأولى تلقى الزمالك المصري خسارة كبيرة أمام مازيمبي الكونغولي بثلاثة أهداف مقابل لا شيء، ما جعل مازيمبي يتصدر قمة جدول ترتيب المجموعة برصيد 3 نقاط، لتتعالى

مواجهة نارية وقمة عربية مثيرة، لينال كل فريق أول نقطة له في سباق التأهل للدور ثمن النهائي من المسابقة القارية.

وافتح عبد الكريم زوري في الدقيقة 5 لاتحاد الجزائر، ورد بديع أووك بالتعادل للوداد في الدقيقة 89 وقبل النهاية بدقيقة واحدة، ليمنح فريقه نقطة غالية يعود بها إلى المغرب.

وفي المجموعة نفسها سحق فريق صن داونز بطل جنوب أفريقيا على ملعبه نظيره بترو أتلتيكو الأنغولي بثلاثة أهداف من دون رد، ليتصدر صن داونز قمة الجدول برصيد 3 نقاط، مستفيداً من تعادل اتحاد الجزائر مع الوداد.

وافتح ماورييسيو أفونسو التقدم لصن داونز في الدقيقة 7، ثم وأضاف ماديشا الهدف الثاني في الدقيقة 29، قبل أن يضيف مخولسي الهدف الثالث في

أفرزت نتائج اليوم الثاني لمواجهات الجولة الأولى من دوري أبطال أفريقيا لكرة القدم لموسم 2019 - 2020، عودة نادي الترجي التونسي (حامل اللقب) في بالفوز على مضيفه الرجاء المغربي بهدفين مقابل لا شيء، في لقاءهما على ملعب الرجاء ضمن منافسات المجموعة الرابعة.

ونال الترجي 3 نقاط غالية تصدر بها جدول ترتيب المجموعة، فيما بقي الرجاء من دون رصيد من النقاط، بعد أن سجل الترجي ثنائية التقدم على الرجاء في الشوط الأول عبر أنيس البديري وإبراهيم أطارا في الدقيقتين 8، 15. وفي الشوط الثاني هاجم الرجاء على أمل تدارك الوضع من دون جدوى ليطلق الحكم صفارة النهاية معلناً فوز الترجي.

وفي المجموعة الثالثة تعادل اتحاد العاصمة الجزائري مع الوداد المغربي بهدف لكل فريق في

محمد طلال (رئيس بعثة الوداد البيضاوي):

"شكراً للأشقاء الجزائريين"

أثنى محمد طلال رئيس بعثة الوداد البيضاوي في الجزائر والمتحدث الرسمي باسم النادي المغربي، على حفاوة الاستقبال التي حظي بها وفد الفريق خلال تواجده بالجزائر العاصمة وكذا في مقر إقامته.

وقال طلال -بعد أن حظي رفقة وفد الوداد بمأدبة عشاء أقامها نادي اتحاد العاصمة على شرفهم: "لا يسعنا إلا أن نكون ممتنين لهذا الاستقبال الرائع وحفاوته التي تعزز قيم الإخاء بين الشعبين المغربي والجزائري، ونعد إخواننا داخل اتحاد العاصمة على أنهم سيحفظون باستقبال مائل في بلدهم الثاني المغرب". وتابع طلال: "لطالما تأسست علاقة الوداد مع كل الأندية الخارجية على التقدير والاحترام المتبادل واليوم نشعر وكأننا في الدار البيضاء لما تابعناه وعشنا هنا داخل الجزائر وما حظينا به من ترحيب".

بالفوز على ألافيس

ريال مدريد يواصل قيادته "الليغا"

انتزع ريال مدريد انتصاراً صعباً (2-1) على ديبورتيفو ألافيس، بملعبه الأخير أول امس، ضمن الجولة الـ15 من الليغا، وسجل الأهداف لريال مدريد، راموس في الدقيقة 52، وكارفاخال في الدقيقة 69، بينما أحرز لديبورتيفو ألافيس لوкас بيريز، من ركلة جزاء، في الدقيقة 65.



المضيف في المقدمة من جديد، ليهديه 3 نقاط ثمينة تعيده لدرج الانتصارات بعد خسارة الجولة الماضية على يد ريال بيتيس بنتيجة 2-1. ورفع الفوز رصيد "الخفافيش" إلى 23 نقطة يرتقي بها للمركز السابع مؤقتاً. في المقابل، سقط فياريال في فخ الخسارة الثالثة على التوالي، السابعة هذا الموسم، ليتجمد رصيده عند 18 نقطة، علماً بأن الفريق لم يتذوق طعم الفوز على مدار 5 جولات متتالية.

الجولة الـ13 من الدوري الألماني؛ ليفركوزن يضع حداً لانتصارات البايرن

سقط بايرن ميونخ على ملعبه "أليانز أرينا" بخسارة أولى تحت قيادة مديره هانز فليك، بعدما تغلب عليه باير ليفركوزن (2-1)، أول امس، في الجولة الـ13 من الدوري الألماني. هدفا ليفركوزن جاء من توقيع الجامايكي ليون بابلي في الدقيقة 10 و35، وأحرز توماس مولر هدف بايرن الوحيد في الدقيقة 34. وتسببت الهزيمة في تراجع بايرن للمركز الرابع بعد توقفه عند 24 نقطة، بينما وصل ليفركوزن إلى 22 نقطة وضعته في المركز السابع.

لايبزيغ يواصل تسلسل الدوري الألماني

انتزع فريق لايبزيغ صدارة الدوري الألماني لكرة القدم "بوندسليغا" بشكل مؤقت بفوزه على بادربورن (3-2)، خلال المباراة التي جمعتهم أول امس في الجولة الـ13.

وشهدت أيضًا هذه الجولة تعادل أوجسبورغ مع مضيفه كولون (1-1)، وهونهايم مع ضيفه فورتونا دوسلدورف بنفس النتيجة. وسجل أهداف لايبزيغ باتريك ستيك في الدقيقة 3 ومارسيل سابيتسر في الدقيقة 4 وتيمو فيرنير في الدقيقة 26، فيما سجل هدفي بادربورن ستريلي مامبا وكلاوس جاسولا في الدقيقتين (62 و73).

ورفع لايبزيغ رصيده إلى 27 نقطة في صدارة الترتيب، بفارق نقطتين أمام بوروسيا مونشنغلادباخ، فيما توقف رصيده بادربورن عند 5 نقاط في قاع الترتيب. وفي نفس الجولة، تعادل أوجسبورغ مع كولون (1-1)، حيث تقدم لأوجسبورغ فلويان نايديرليشنير في الدقيقة 43 وتعادل جون كوردوبا لكولون في الدقيقة 86. وشهدت المباراة طرد رافاييل زيشوز لاعب كولون في الدقيقة 39 وطرد أندريه هان لاعب أوجسبورج في الدقيقة 44، وأهدر هان ركلة جزاء لأوجسبورج في الدقيقة 9. ورفع أوجسبورغ رصيده إلى 14 نقطة في المركز الـ12، كما رفع كولون رصيده إلى 8 نقاط في المركز الـ17 قبل الأخير. وفي المباراة الثالثة، تعادل هونهايم مع ضيفه فورتونا دوسلدورف بنتيجة (1-1).

تقدم هونهايم بهدف سجله أندري كراماريتش في الدقيقة 6 وتعادل روين هينينجنز 87، ورفع هونهايم رصيده إلى 21 نقطة في المركز السابع، كما رفع فورتونا دوسلدورف رصيده إلى 12 نقطة في المركز الـ13.

فالنسيا يحقق الأهم أمام فياريال

حقق فريق فالنسيا فوزاً صعباً على فياريال بنتيجة 2-1 في اللقاء الذي أقيم بينهما السبت ضمن الجولة الخامسة عشر بالدوري الإسباني لكرة القدم. وعلى ملعب "المستايا"، انتهى الشوط الأول بشباك نظيفة للفريقين، في الوقت الذي أهدر فيه الفريق الضيف فرصة التقدم في النتيجة بعد مرور 15 دقيقة بأهدار جيرارد مورينو لركلة جزاء تألق الهولندي ياسبر سيليسن في التصدي لها.

ومع بداية الشوط الثاني، وضع المهاجم الدولي رودريغو مورينو فالنسيا في المقدمة في الدقيقة 49. ولكن لم تكد تمر سوى 5 دقائق حتى أدرك الكامبيوني أندري زامبو أنغوسيا التعادل لـ سالغوصات الصفراء.

ومع حلول الدقيقة 70 وضع فران توريس الفريق

الجولة الـ14 من البطولة الإنجليزية

ليفربول يصل إلى النقطة الـ40

حقق فريق ليفربول فوزاً سهلاً على حساب ضيفه برايتون بهدفين مقابل هدفاً، وذلك في المباراة التي جمعت الفريقين أول امس على أرضية ملعب الأنفيلد، ضمن منافسات الجولة الرابعة عشر من الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم. هذا الانتصار جعل الريدز يحصد نقطته رقم 40 في صدارة جدول ترتيب البريميرليغ، وابتعد بالصدارة عن أقرب منافسيه ليستر سيتي ومانشستر سيتي الذي تعثر في وقت سابق أمام نيوكاسل يونايتد بعدما تعادل معه بهدفين لكل فريق. وجاء الهدف الأول مع حلول الدقيقة الثامنة عشر، بعدما استطاع النجم فيرجيل فان دايك افتتاح النتيجة بركلة حرة لعبها أرنولد، وارتقى لها الهولندي ليضعها برأسه في الشباك، قبل أن يعود اللاعب نفسه ويسجل هدفة الثاني بنفس الطريقة في الدقيقة 24. وكاد لليفربول يدفع ثمن حارسة أليسون باكير الذي أشهر حكم المباراة له البطاقة الحمراء، واستغل لويس دانك لاعب برايتون محاولة الحارس الاحتياطي لريدز أدريان لضبط حائط الصد، وسدد سريعاً مسجلاً الهدف الأول.

كلوب يعادل رقم غوارديولا وأسطورة ليفربول

واصل بورغن كلوب، مدرب لليفربول، انطلاقته القوية في الدوري الإنجليزي الممتاز، بالفوز على برايتون (2-1)، أول امس، ضمن منافسات الجولة الـ14. وفي هذا الصدد، ذكرت شبكة "سكاي سبورتنس" أن لليفربول عادل بهذا الفوز، أطول سلسلة له دون هزيمة في الدوري الإنجليزي، برصيد 31 مباراة، بواقع 26 فوزاً و5 تعادلات. وكان هذا الرقم مسجلاً باسم فريق الأسطورة، كيني دالجليش، خلال الفترة من ماي 1987 إلى مارس 1988. ويسبق لليفربول في هذه السلسلة التاريخية، كل من تشيلسي (40 مباراة دون هزيمة من أكتوبر 2004 إلى أكتوبر 2005)، وأرسنال (49 مباراة من ماي 2003 إلى أكتوبر 2004). كما حقق الريدز الفوز الـ14 على التوالي، في ملعب أنفيلد، ليكون على بعد 7 انتصارات فقط من الرقم التاريخي.

ومن جانبها، أشارت شبكة "سكواكا" إلى أن لليفربول، بات ثاني فريق يحقق 40 نقطة، في أول جولة من البريميرليغ، ليكرر ما فعله مانشستر سيتي في الموسم قبل الماضي، تحت قيادة مدربه بيب غوارديولا.

تعادل بطعم الخسارة للسيتي أمام نيوكاسل

سقط مانشستر سيتي في فخ التعادل أمام مضيفه نيوكاسل يونايتد 2-2 أول امس، في افتتاح الجولة الـ14 من الدوري الإنجليزي، وتقدم السيتي أولاً عبر رحيم ستريلينج في الدقيقة 22، قبل أن يعادل جيترو فيلمس النتيجة لنيوكاسل في الدقيقة 25. وكاد السيتي أن يخرج فائزاً عن طريق هدف من كيفن دي بروين في الدقيقة 82، لكن جونجو شيلفي منح نيوكاسل نقطة ثمينة بهدف في الدقيقة 88. وارتفع رصيده سيتي إلى 29 نقطة في المركز الثالث، بفارق 8 نقاط وراء المتصدر لليفربول الذي سيلعب لاحقاً أمام ضيفه برايتون، فيما رفع نيوكاسل رصيده إلى 16 نقطة.

الجولة الـ15 من الدوري الفرنسي

انتصارات مهمة لنادي ليل ومونويلي

حقق فريق ليل فوزاً بهدف نظيف على ضيفه ديجون في المباراة التي جمعت الفريقين في منافسات الأسبوع الخامس عشر من الدوري الفرنسي لكرة القدم، وعلى ملعب "بيير موروا".

وأحرز المهاجم النيجيري فيكتور أوسيمين هدف اللقاء الوحيد في الدقيقة 45+6، وبهذا الفوز، رفع ليل رصيده إلى 22 نقطة في المركز السابع، فيما تجدد رصيده ديجون عند 15 نقطة في المركز الـ17.

وفي نفس الجولة، تمكن فريق مونويلي من الفوز على ضيفه أميان برعاية مقابل هدفين.

وأحرز لأصحاب الأرض كل من داميان لوتاليك في الدقيقة 14، وغابيتان لاورد في الدقيقة 64 وأندي ديلور في الدقيقة 67 ولورديان مولان في الدقيقة 72.

بينما سجل للضيف كل من جايل كاكوتا في الدقيقة 44 وجاك لاهن في الدقيقة 86.

وبهذه النتيجة، رفع مونويلي رصيده من النقاط إلى 23 في المركز الرابع، فيما تجدد رصيده أميان عند 16 نقطة في المركز الـ16.

أنجي يسقط أمام نيس

فاز فريق نيس على ضيفه أنجي بنتيجة 3-1، حيث سجل لأصحاب الأرض كل من أرنود لوسامبا في الدقيقة 39 وميزياني ماويدا في الدقيقة 53 وكاسبر دولبيرج في الدقيقة 90، وأحرز هدف الضيوف الوحيد لاعب الوسط الايفواري أنجيلو فوجيني في الدقيقة 22. وبهذا الفوز، رفع نيس رصيده إلى 20 نقطة في المركز الـ11، فيما تجدد رصيده أنجي عند 24 نقطة في المركز الثالث.

فوز مهم لليون أمام ستراسبورغ

نجح فريق ليون في الفوز على ضيفه ستراسبورغ بهدفين مقابل هدف، وسجل للضيفين كل من ماكسويل كورني في الدقيقة 40 وجيف ريني أدليلا في الدقيقة 75، بينما أحرز لأصحاب الأرض اللاعب يوسف فوفانا في الدقيقة 22.

وبهذه النتيجة، رفع ليون رصيده من النقاط إلى 22 في المركز السادس، فيما تجدد رصيده ستراسبورج عند 18 نقطة في المركز الـ13.

نيم تعادل مع ميتزوريمس أمام بوردو

تعادل فريق نيم أمام ضيفه ميتز بهدف مثله، وافتتح الضيوف التسجيل عن طريق المهاجم السنغالي حبيب دبالو في الدقيقة 30 قبل أن يدرك أصحاب الأرض التعادل عن طريق المهاجم رونو ريبارت في الدقيقة 61. وبهذا التعادل، رفع ميتز رصيده إلى 15 نقطة في المركز الـ18، ونيم إلى 12 نقطة في المركز الـ19.

وتعادل فريق ستاد ريمس أمام ضيفه بوردو بهدف مثله في المباراة التي أقيمت على ملعب ساوجيست دولون.

وافتتح الضيوف التسجيل عن طريق اللاعب جوش ماجا في الدقيقة 27 قبل أن يدرك أصحاب الأرض التعادل في اللحظات الأخيرة عن طريق بولاي ديا في الدقيقة 3+90.

وبهذه النتيجة، رفع بوردو رصيده إلى 23 نقطة في المركز الخامس، وريمس إلى 21 نقطة في المركز التاسع.

الجولة الـ14 من البطولة الإيطالية

أتالانتا يستعيد توازنه أمام بريشيا

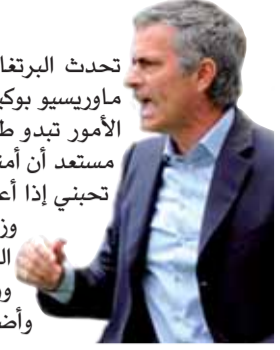
عاد أتالانتا لتذوق طعم الانتصارات في البطولة الإيطالية بعدما فاز خارج قواعده على حساب بريشيا، بثلاثية نظيفة، في اللقاء الذي جمعهم أول امس على ملعب (ماريو ريجامونتي)، ضمن الجولة الـ14.

وتكفل لاعب الوسط الكرواتي الشاب، ماريو باشاليتش، بتسجيل أول هدفين للضيف، في الدقيقتين 26 و61.

بينما اختتم الخضرم السلوهيني، يوسيب البتشييتش، ثلاثية فريق مدينة بيرغامو، في الدقيقة الثانية من الوقت المحتسب بدلًا من الضائع.

وبهذه النتيجة، يستعيد أتالانتا توازنه في البطولة المحلية، ويوقف مسلسل نزيف النقاط، على مدار الأربع جولات الماضية (تعادلين وخسارتين)، ورفع أتالانتا رصيده إلى 25 نقطة، في المركز السادس. على الجانب الآخر، تكبد بريشيا خسارته السادسة على التوالي، الـ10 هذا الموسم، ليظل قاعاً في ذيل الترتيب، برصيد 7 نقاط فقط.

حقق الفوز الثالث على التوالي مورينيو؛ كل الأمور تبدو طبيعية*



تحدث البرتغالي جوزي مورينيو، المدير الفني لتوتنهام، عن علاقته بجمهير السبيرز عقب تولى المهمة خلفاً للأرجنتيني ماوريسيو بوكيتينو. وقال مورينيو، وقال مورينيو، في تصريحات لهيئة الإذاعة البريطانية "بي بي سي": "ترحب جماهير توتنهام بقدومي؟ كل الأمور تبدو طبيعية. إنها تحب النادي والفريق. لن أقول إنها تحبني ولكنها تقبلني كمدرّب محترف من الدرجة الأولى، ولأنني مستعد أن أمّح كل ما لدي للسبيرز". وأردف: "الوقت سيكون رائعاً لتطوير العلاقة بيننا، وسيكون لدى الجماهير أسباب أكثر كي تحبني إذا أعجبت بعملتي".

وزاد مورينيو: "إنهم يرون أن الفريق يتطور، ونحن خضنا 3 مباريات مهمة في فترة قصيرة وحققنا نتائج جيدة وحققنا الفوز في جميعها".

وواصل: "تألّق دييبي آلي؟ أعتقد أن الأمر يعود إلى أنه يلعب دوراً رئيسياً مع الفريق وهذا جعله سعيداً". وأضاف المدرب البرتغالي: "آلي باتت لديه مساحة أكبر للتألق والإبداع في المباريات، كما أن ثقته في ازدياد".

ميسي.. رونالدو وفان دايك يتنافسون على الكرة الذهبية

خليفة مودريتش يعرف اليوم بباريس

تتجه أنظار عشاق كرة القدم حول العالم، إلى العاصمة الفرنسية باريس، سهرة اليوم الإثنين، لمتابعة حفل جوائز الكرة الذهبية الذي تقيمه مجلة "فرانس فوتبول" الشهيرة.



رغم أن الأرجنتيني ليونيل ميسي نجم برشلونة، لم يُحقق ألقاباً كثيرة هذا العام سواء مع البارسا أو منتخب بلاده، لكن توجهه فردياً يُقرّبه من التتويج بالجائزة. حيث أفادت عدة تسريبات في الساعات الماضية أن البرغوث سيرفع الكرة السادسة في مسيرته.

واكتفى ليو بتحقيق لقب "الليغا" مع برشلونة، وخسر نهائي كأس الملك ضد فالنسيا، وأقصى من نصف نهائي دوري أبطال أوروبا ضد ليفربول، وودع من نفس الدور بطولة كوبا أمريكا مع منتخب التانغو على يد البرازيل. حال نجح ميسي بالفعل في التتويج بالجائزة، سيفرض شراكة نادية برشلونة مع غريمه التقليدي ريال مدريد في عدد ألقاب كل منهما في الجائزة، حيث يتشارك الغريمان بـ 11 لقباً. ونفس الحال سيكون مع البرتغالي كريستيانو رونالدو نجم جوفنتوس الحالي، الذي يُعد ضمن المرشحين للتتويج باللقب، إذا توج بالجائزة سيفرض شراكة نادية مع ميلان (8 ألقاب لكل منهما)، ويصبح اليوفي النادي الإيطالي الأكثر تتويجاً باللقب. كما سيكون الهولندي فيرجيل فان دايك المرشح الثالث الأقرب للجائزة، بعد الموسم الاستثنائي مع ليفربول، على موعد مع التاريخ إذا حصد اللقب، حيث سيضع بلده على رأس قائمة الدول الأكثر تتويجاً بالجائزة وتفض الشراكة مع ألمانيا (7 ألقاب لكل منهما).

خلال عام 2019

ميسي قدم أحد أفضل مستوياته في مسيرته

قدم ميسي في عام 2019 أحد أفضل مستوياته في مسيرته حتى الآن، لم يُسجل أهدافاً بطريقة اعتيادية، لم يكن تأثيره أيضاً اعتيادياً، نستطيع ان نذكر لحظات عديدة لميسي عام 2019 حسمت الشك باليقين بأنه الأفضل، لناحية الأداء والتأثير، لكن أيضاً هذا العامل ممكن ان يكون خصمه، إذ ان هذا الأمر يُقدمه موسماً تلو الآخر وليس بالأمر الجديد الخاص بعام 2019، في حين أن فان دايك، منافسه المباشر، قدّم أداءً كبيراً + لقب دوري أبطال أوروبا. ان يفوز ميسي بالكرة الذهبية السادسة أي انه كسر معادلة 5 كرات له و 5 لكريستيانو الذي لديه فرصة دوري الأبطال وبطولة اليورو 2020 هذا الموسم يليق مرة أخرى بليو، وتعني أيضاً ان ميسي الذي توج بكرته الذهبية الأولى عام 2009 وصل إلى السادسة له بعد 10 أعوام في 2019، هذه الاستمرارية ثمنها أكثر من ذهب في مسيرة أي لاعب.

الكل يرشحه للفوز بها

ميسي يعاقب الكرة الذهبية السادسة؟

يهدف ليونيل ميسي للتتويج باللقب ليكون أكثر لاعب في التاريخ تحقياً للجائزة برصيد 6 ألقاب، ويتفوق على غريمه التقليدي كريستيانو رونالدو صاحب 5 ألقاب. الفرنسي ميشيل بلاتيني نجم جوفنتوس السابق، كان أول لاعب في تاريخ الجائزة، يُحقق اللقب في 3 أعوام متتالية في (1983 و1984 و1985)، لكن ليونيل ميسي تفوق عليه بالتتويج بالجائزة 4 أعوام متتالية بين 2009 و2012. الليبيري جورج ويا نجم ميلان السابق كان أول لاعب غير أوروبي يتوج بالجائزة عام 1995، وهو الإفريقي الوحيد حتى الآن الذي حققها. البرازيلي رونالدو نازاريو أسطورة إنتر ميلان السابق، كان أول لاعب من قارة أمريكا الجنوبية يُحقق الجائزة عام 1997. الحارس الأسطوري ليف ياشين لاعب دينامو موسكو الروسي، هو حارس المرمى الوحيد الذي توج بالجائزة عام 1963. 8 لاعبين فقط في التاريخ حققوا كأس العالم ودوري الأبطال والكرة الذهبية خلال مسيرتهم وهم: (بوبي تشارلتون، فرانز بكنياور، جيرد مولر، باولو روسي، زين الدين زيدان، ريفالدو، رونالدينيو، كاكّا).

بعد أن خسر المرة الذهبية العام الماضي لمصلحة مودريتش

صفحة جديدة تنتظر رونالدو أمام ميسي

تستعد العاصمة الفرنسية باريس، لاستقبال حفل الكرة الذهبية لعام 2019، والذي سيقامه مجلة "فرانس فوتبول"، مساء اليوم.

قرعة "يورو 2020" العملاقة في "مجموعة الموت"

أسفرت قرعة كأس الأمم الأوروبية "يورو 2020"، التي أقيمت أول أمس، في العاصمة الرومانية بوخارست، عن مجموعة نارية تضم منتخبات فرنسا، وألمانيا، والبرتغال. ووقع المنتخب الفرنسي، بطل العالم، ووصيف بطولة اليورو السابقة، في المجموعة السادسة، بجوار حامل اللقب منتخب البرتغال، وألمانيا التي تستضيف مباريات المجموعة بالاشتراك مع المجر. كما تنتظر المجموعة المنتخب الرابع الذي سيتأهل من مباريات الملحق الأول.

وتمت المجموعة الأولى، كلا من تركيا وإيطاليا وويلز وسويسرا، فيما تلعب بلجيكا في المجموعة الثانية إلى جوار منتخبات الدنمارك وفنلندا وروسيا.

وتتربع هولندا على رأس المجموعة الثالثة، ومعه منتخبى أوكرانيا والنمسا، بجانب المنتخب الفائز من مباريات الملحق الرابع.

وتتجمع المجموعة الرابعة صداماً بارزاً آخر، بين إنجلترا وكرواتيا، ويلعب المنتخبان إلى جوار منتخب التشيك والمتأهل من مباريات الملحق الثالث.

بينما تلعب إسبانيا في مجموعة سهلة نسبياً إلى جانب منتخبات السويد وبولندا والمتأهل من مباريات الملحق الثاني.

ومن المقرر أن تتحدد المنتخبات الأربعة المتبقية عبر الملحق الذي سيخوضه 16 منتخباً في مارس 2020.

وحال نجاح منتخبات رومانيا، إسكتلندا، أيرلندا والمجر في التأهل عبر الملحق، سيتم وضعها مباشرة في المجموعات التي تستضيفها المدن الخاصة بهم.

ومن المقرر أن تنطلق بطولة اليورو يوم 12 جوان 2020، حيث ستقام مباراة الافتتاح بمدينة روما، وتعدبداً في ملعب الأولمبيكو، وستجمع بين إيطاليا وتركيا.

وسيستمر دور المجموعات حتى نهايته يوم 24 جوان، ليتأهل متصدر ووصيف كل مجموعة لدور الـ 16 بجانب أفضل 4 منتخبات احتلت المركز الثالث في كافة المجموعات.

وسيحتضن ملعب ويمبلي بالعاصمة الإنجليزية لندن، الدور نصف النهائي وكذلك المباراة النهائية للبطولة يوم 17 جويلية.

* مجموعات الملحق:
* الملحق الأول: (أيسلندا- المجر- بلغاريا- رومانيا)
* الملحق الثاني: (البوسنة والهرسك- أيرلندا الشمالية- سلوفاكيا- أيرلندا).
* الملحق الثالث: (سكوتلندا- النرويج - صربيا- والكيان الصهيوني المحتل).
* الملحق الرابع: (جورجيا- بيلاروسيا- مقدونيا- كوسوفو).

* المدن المستضيفة
روما / باكو، تستضيفان مباريات المجموعة الأولى.
سان بطرسبرج / كوبنهاغن، تستضيفان مباريات المجموعة الثانية.
أمستردام / بوخارست، تستضيفان مباريات المجموعة الثالثة.
لندن / غلاسكو، تستضيفان المجموعة الرابعة.
بلياو / دويلن، تستضيفان المجموعة الخامسة.
ميونخ / بودابست، تستضيفان المجموعة السادسة.

لوف (مدرب المنتخب الألماني):

"القرعة لم ترحمنا"

علق يواكيم لوف، مدرب المنتخب ألمانيا، على قرعة المنافسات في كأس أمم أوروبا 2020، واصفاً لوف، لوف التي وقع فيها بأنها "مجموعة الموت"، وقال لوف، في تصريحات أبرزها موقع سيويفا: "قرعة ألمانيا هذه مجموعة الموت".

وأضاف لوف، "ستكون المباريات المقامة في ميونخ بمثابة مهرجان كرة القدم. ستكون التوقعات المنتظرة من فريقنا الشاب عالية للغاية، وتمثل البطولة تحدياً كبيراً لنا".
وأتم مدرب ألمانيا، "اليورو أيضاً سيكون دافعا كبيرا لنا. إن هذه مكافأتنا عقب تصدر المجموعة في التصفيات".

مجموعة الموت لا تهزقة

مدرب البرتغال

أبدى فرناندو سانتوس، المدير الفني للبرتغال، ثقته، رغم وقوع منتخب بلاده فيما يسمى بـ "مجموعة الموت" إلى جانب فرنسا وألمانيا، مضيفاً أنهم سيؤمنون بحفظهم في التأهل. وأوقعت بطولة الأمم الأوروبية (يورو 2020)، حامل اللقب ضمن المجموعة السادسة "الحديدية" مع ألمانيا وفرنسا وأحد المتأهلين من الملحق (رومانيا أو أيسلندا أو بلغاريا أو المجر).

وأشار سانتوس في تصريحات تليفزيونية عقب القرعة "المجموعة تضم أبطال آخر 3 بطولات كبرى"، في إشارة إلى ألمانيا، بطل مونديال البرازيل 2014، والبرتغال، حامل لقب اليورو، وفرنسا، بطل مونديال روسيا 2018.

وأضاف "ستكون مجموعة قوية تضم 3 منتخبات مرشحة للقب، سنحترم بعضنا البعض، وسنتنظر حتى نعرف المنتخب الرابع، من الوارد أن تكون مباراة البرتغال الأولى تكراراً لبطولة يورو 2016، إذا فازت أيسلندا، ببطاقة الملحق، ستؤمن بحفظنا، وسندخل كمرشحين للقب، وبالطبع نريد الفوز".
ويرى المدرب الخضر (65 عاماً) أن هناك 4 مرشحين للقب بالنظر إلى "التاريخ والقيمة"، منهم اثنين في مجموعته (ألمانيا وفرنسا)، حيث يؤمن "بحفظ البرتغال" في هذه المجموعة "الصعبة".

ولا يشك إرنستو فالفيردي مدرب برشلونة في اختياره للساحر الأرجنتيني ليونيل ميسي، إذا اضطر إلى التصويت لمنح الجائزة لأفضل لاعب في العالم.

وقال إرنستو فالفيردي "ليس من متابعي حفل الكرة الذهبية لأنه طويل للغاية، ولكن إذا أردت أن تعطيه للاعب الذي يستحق أن يكون الأفضل في العالم، فيجب أن تعطيه لليونيل ميسي ويتم حل كل شيء".

ماوريسيو ساري:

"ونالدو أحق من ميسي بالكرة الذهبية"

تحدث الإيطالي ماوريسيو ساري المدير الفني لفريق جوفنتوس متصدراً ترتيب الكالتشيو عن الكرة الذهبية وأمنيته بفوز مهاجمه البرتغالي كريستيانو رونالدو بها.

يأمل الإيطالي ماوريسيو ساري المدير الفني لفريق جوفنتوس الإيطالي أن يفوز لاعبه كريستيانو رونالدو بجائزة الكرة الذهبية، والتي ستكون السادسة للونجم البرتغالي، في حين أكد أن باولو ديبالا سيكون أحد الفائزين بالكرة في المستقبل.

يواجه رونالدو غريمه اللدود في الفوز بجائزة الكرة الذهبية، الأرجنتيني ليونيل ميسي ومدافع ليفربول، الهولندي فيرجيل فان دايك، في المنافسة على الجائزة هذا العام.

ويتنافس مدافع جوفنتوس ماتياس دي ليخت على الفوز بجائزة أفضل لاعب أقل من 21 عاماً سجائزة كوبا".

ومن المقرر أن تكشف مجلة فرانس فوتبول التي تقدم الجائزة كل عام، عن هوية الفائز بالجائزة في حفلها السنوي مساء اليوم، في ظل توقعات كبيرة بفوز ليونيل ميسي نجم برشلونة الإسباني بالجائزة.

وقال ساري في تصريحات صحفية عن الفائز بالكرة الذهبية: "لا أعرف من سيفوز بالبالون دور، ولكن أتمنى فوز كريستيانو، إنه يستحق الفوز بها". وأكمل: "إن لم يكن رونالدو الفائز سأقبل الأمر بطريقة سيئة".

وأشار: "رونالدو لاعب من مستوى يسمح له دائماً بالفوز بالكرة الذهبية، كما أتمنى فوز دي ليخت بجائزة الكرة الذهبية لأفضل لاعب شاب".

وأردف: "من المؤكد مستقبلاً أن باولو ديبالا سيكون مرشحاً بقوة للفوز بالبالون دور".

إرنستو فالفيردي:

"أعطاوا الكرة الذهبية لميسي"

أكد المدرب الباسكي إرنستو فالفيردي المدير الفني لنادي برشلونة الإسباني، أحقية النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي أسطورة الفريق، بالفوز بجائزة الكرة الذهبية لأفضل لاعب في العالم لعام 2019.

على رأسها منتجات العناية بالبشرة

مستحضرات التجميل المحلية تشق طريقها نحو التصدير



بعد أن كان الكحل يتلهف على مستحضرات التجميل المستوردة يبدو أن الإنتاج المحلي دخل المعترك وأضحى يناهس منتجات وماركات عالمية وبعد أن حققت المنتجات المحلية الصنع رضى الزبون الجزائري راحت تبحث عن زبائن آخرين وشقت طريقها نحو التصدير إلى الخارج وإلى بلدان أفريقية ومغربية من أجل التعريف بالمنتجات الجزائرية في مجال التجميل والعناية بالبشرة، خاصة وأنه جانب حساس ويخضع إلى ضوابط وشروط من أجل حفظ الصحة وهو معيار يسهر المنتجون المحليون على احترامه قصد تسويق منتجاتهم والتعريف بها وكسب زبائن داخل وخارج الوطن.

عرف الإنتاج الوطني من مستحضرات التجميل ارتفاعاً في سنة 2019، حيث تم تسليم 293 ترخيصاً مقابل 196 أخرى للاستيراد، حسب ما أكدته مؤخرًا نائبة مدير تقييس المواد الصناعية بوزارة التجارة، نادية دوفان.

أكدت السيدة دوفان في تدخل لها حول موضوع سالف القانون الجزائري في مجال مستحضرات التجميل "في إطار يوم علمي نظمته النقابة الوطنية للصيادلة الخواص حول سموات العناية بالبشرة: واقع وفاق" بحضور ممثلين عن وزارة الصحة والأسرة



مستحضرات التجميل غير المطابقة على صحة الإنسان "الأخيرة انتشاراً كبيراً" مؤكدة كذلك على "الفرغ القانوني" المسجل سيما فيما يتعلق بتلك المواد "التي هي ليست أدوية ولا مواد

قفزة نوعية في الإنتاج ورواج واسع

تجميل لكنها بين الاثنين". وقامت في ذات السياق بمقارنة مع المكملات الغذائية "المترجحة بين وزارتي الصحة والتجارة" متطرفة ذات المسؤولية إلى التفاصيل المتعلقة بمختلف النصوص القانونية المسيرة خاصة لإنتاج واستيراد وبيع مستحضرات التجميل. أما رئيس مكتب الجزائر العاصمة للنقابة الوطنية الجزائرية للصيادلة الخواص، شفيق راحم، فقد تساءل عن "مدى كفاءة الصيدلة في نصح المرضى بطريقة حكيمة" حول مستحضرات التجميل علماً أن الصيدليات الـ11,000 الموزعة عبر التراب الوطني تتوفر على هذه المساحة من المنتجات". كما تطرق ذات المتدخل إلى صعوبة معرفة سالحود "التي تفصل بين الأدوية المتعلقة بالعناية بالبشرة ومستحضرات التجميل متسائلًا عما إذا كانت هذه الأخيرة سمقنة بشكل كاف وأمنة "

العناية بالبشرة متبوعة بالعطور وأنواع الغسول وما بعد الغسول والصابون ومستلزمات العناية ومزيل الروائح.

وفي معرض تطرقها للجانب المتعلق بالمراقبة، أشارت السيدة دوفان إلى أن مصالح وزارة التجارة قد قامت خلال السنة الجارية بـ13161 تدخلًا منها 12,697 على مستوى منتجي التجزئة و 186 بالنسبة للجملة، أما الأسباب فتتعلق خاصة بغياب الترخيص المسبق أو التصريح الضياع أو عدم المطابقة مع المواصفات التقنية وكذا لغياب العلامة التجارية وأحياناً لغياب الوسم. وعلى إثر عمليات المراقبة تلك -تضيف ذات المسؤولة- تم تحرير 726 محضراً ضد المنتجين والمستوردين الذين لم يحترموا شروط مطابقة هذا النوع من المنتجات مع القانون الساري، متأسفة في ذات الوقت سلغياً بتسويق حقيقي بين هيأت وزارة الصحة والتجارة والجمارك حول هذا الموضوع. كما أشارت من جانب آخر إلى "عدم انجاز أي دراسة حتى الآن تخص آثار

ساعدي طفلك على بناء الثقة بالنفس

من الأسهل لطفلك إنجاز المهام والاستمتاع بالكفاءة عموماً عندما يشعر بالثقة بالنفس، وسيجد طفلك سهولة أكبر بكثير في الثقة بنفسه عندما يرى أن الناس من حوله يتقنون به، مثل جميع الأطفال، يتفتح طفلك عندما يؤيد الأشخاص البالغين المقربون منه ما يفعله ويوافقون عليه.

المساعدة على اكتساب الثقة

تساعدنا طفلك عبر الثقة والإيمان به. عندما تؤمنين بأن طفلك يمكن أن يفعل شيئاً، تعكسين هذا السلوك عليه (تعلم أو بدون علم) فيؤثر بشكل كبير على ما يمكن أن يفعله. تشير الأبحاث إلى أن الأطفال يتفتحون في المدارس التي تنظر إلى جميع تلاميذها بتوقعات عالية، خاصة عندما يتوفر لهم التشجيع والمدح بوفرة، إذا كان للمعلم أو للمعلمة هذا التأثير، فتختلي حجم ما

تستطيعين القيام به لطفلك.

رأيك مهم في مسألة تقديره لذاته

إن السلوك الذي تعكسينه على طفلك كأم أمر جوهري. والسبب أن نظرة طفلك لنفسه هي جزئياً انعكاس لأراء الآخرين فيه. عندما كان يعيش معظم الأطفال في أسر كبيرة وممتدة، ربما كانت وجهات النظر السلبية من شخص واحد مشكك أقل خفلاً ووطاة مما هي عليه اليوم. لا يظهر جميع الأباء والأمهات مشاعر المحبة التي يحملونها لأطفالهم بوضوح. كما لا يوازن الأهل دائماً بين الانتقادات والمدح. تشير الأبحاث إلى أن الأطفال يسمعون تعليقات سلبية ضعفي الإيجابية حتى في الأسر الأكثر إيجابية.

مع الحياة المزدحمة، يغري استغلال الأوقات التي يتصرف فيها طفلك جيداً لإتمام المهام التي تحتاجين إلى إنهاؤها. في الواقع، أنت تتجاهلينه عندما يكون جيداً. ولكنك تركزين أكثر، عن غير قصد، على السلوك السيئ لإستحالة قدرتك على إنجاز مهمتك الخاصة عندما يبسئ التصرف.

بناء تقدير الطفل لذاته

دائماً استخدم سياسة الجزرة بسخاء والعصا فقط عند الضرورة التي لا مفر منها أو ما يعرف بمبدأ ثواب- عقاب، تحقق الطريقتان نجاحاً، لكن تمنى سياسة الجزرة تقدير الذات في حين تلغي سياسة العصا هذا التقدير. إذا كان طفلك يتمتع بالثقة وتقدير الذات، فسيتصرف بشكل أفضل ويحتمل أكثر أن يجهد في تفعيل كامل إمكانياته.

حاولي تجاهل السلوك السيئ. لا تصرخي. غادري المكان أو ضعي تعبيراً محايداً على وجهك، احمليه وضعية خارج الغرفة. وعند عودته إلى الغرفة (الأمر الذي يستطيع فعله)، قولي له أنك سعيدة لأنه قرر أن يكون ولداً مطيعاً. انتقدي السلوك وليس طفلك ("أخذ أشياء الآخرين تصرف شقي" وليس "أنت ولد شقي"). يحافظ الأسلوب الأول على تقدير الذات، بينما يقلل الأسلوب الثاني منه. انتهى للسلوك الجيد. في كثير من الأحيان، كل ما تحتاجين إلى القيام به هو ابتسامة، وتربيتة على رأسه، وتعليق مثل سيبدو هذا رائعاً. واحرصي على أن يسمعك طفلك جيداً وأنت تخبرين الآخرين عن إنجازاته، مثلاً عندما تكونين على الهاتف مع الجدة. احسبي عدد مرات المدح والانتقاد، واحرصي على أن تكون القلبية للمدح.

أبدأ، أبداً، لا تطلقي عليه أسماء أو تجعله يشعر بأنه قليل الشأن، لا تدعي الآخرين يطلقون عليه أسماء أو يقللون من شأنه، لا تنسي أن تقولي له كم تحبينه.

تعزيز شعور الطفل بالكفاءة

ساعديه بطرق لا يلاحظها. مثلاً، إذا وضعت الجهة الامامية من قميصه القطني أي التي شيرت إلى أسفل على السرير، فسيتمكن من ارتدائه بشكل صحيح، دعبه بتقديم تدريجياً. عندما يتمكن من حل أحجية تتكون من أربع قطع، أعطيه واحدة مكونة من ست قطع، ثم 10، ثم 15. ما لم يتمكن من حل الأحجية ذات الـ15 قطعة، أحضري واحدة تتألف من 12 قطعة، دائماً أضيفي وابني على نجاحه وليس على فشله.

دعبه يعرف أنك تخطئين: "يا لسخافة ماما، انظر إلى ما فعلته! الآن علي أن أبدأ من جديد. كم الأمر مزعج". قسمي المهام إلى أجزاء يمكنه تدبيرها واعلمي معه بحيث ينتج الجزء السهل الذي يستطيع القيام به، دعبه يعرف أنك في بعض الأحيان بحاجة إلى التشجيع، ساعته قد تحتاج إلى عناق يا نومي الصغير. قولي له "أنا أعلم أنك ستفعل كل ما بوسعك". قولي له "أنا أعلم أنك حاولت بكل جهدي". انتظري منه أن يكون جيداً في الأشياء، وامتدحيه عندما يكون كذلك كذلك تابعي تطور طفلك.

جمال و أنوثة

وصفات من الأرز المطحون لتفتيح البشرة



ملعقة من الكركم. اخلطي المكونات جيداً و قومي بتطبيقها على البشرة والشفاه و بحركات دائرية. اتركيه لمدة نصف ساعة ثم بعد ذلك أشطفيه بالماء جيداً و كرري هذا الماسك مرتان يومياً لمدة 3 أيام و تتمتع ببشرة ناعمة وشفاه بلون الوردى خلال أيام العيد.

الأرز المطحون مع مسحوق النشا

الأرز والنشا لهما قدرة كبيرة على تفتيح البشرة و جعلها بيضاء خالية من أي عيوب

التقشير والتشقق.

الأرز المطحون مع صودا الخبز والعسل

الأرز المطحون وصودا الخبز يقومان بامتصاص الزيوت الزائدة والمتكونة على البشرة الدهنية، كما يساهمان في تعزيز صحة البشرة و لا يسببان بظهور حب الشباب أو البثور السوداء. تساعد هذه الوصفة أيضاً على شد تجاعيد الوجه ويجعل البشرة نضرة وصافية وخالية من أي شوائب. جهزي ملعقتان كبيرتان من الأرز المطحون مع ملعقة من العسل الذي يعمل على تنقية البشرة وإزالة الخلايا الميتة ومقدار قليل من صودا الخبز الذي يعالج حروق الشمس ويفتح البشرة. اخلطي هذه المكونات جيداً ثم قومي بتوزيعها على البشرة و اتركيها لمدة 20 دقيقة ثم أشطفيها بالماء جيداً. كرري هذه الوصفة يومياً لمدة 3 أيام.

الأرز المطحون وحليب جوز الهند

يساهم الماسك في ترطيب الشفاه ويمنع عنها التشققات ويعزز من تفتيح البشرة ويجعلها ناعمة ومتألقة خالية من أي اسمرار. حضري ملعقة من حليب جوز الهند وملعقة من الأرز المطحون ونصف

الأرز المطحون يتميز بالعديد من الفوائد الجمالية لبشرتك أهمها التفتيح والترطيب وشد البشرة. يعالج أيضاً الكثير من المشاكل الجلدية التي تصيب البشرة كالإلتهابات والإحمرار فهو يحتوي على مركبات فينولية تعمل على الحد من احمرار وتهيج البشرة. يحتوي أيضاً على مواد مضادة للأكسدة تعمل على محاربة التجاعيد المبكرة وشدها بالإضافة إلى أنه يساهم في تنعيم الشفاه وتقشيرها ويحافظ على رطوبة البشرة وعلاج حب الشباب، وهناك عدة وصفات من الأرز المطحون لتفتيح البشرة والشفاه خلال 3 أيام فقط.

الأرز المطحون مع السكر

يمكنك تحضيرها في المنزل عن طريق مزج ملعقتان كبيرتان من الأرز المطحون مع نفس الكمية من السكر المطحون وملعقة من الحليب. يمزج الخليط جيداً لكي تصعب عجينة متماسكة وتطبق على الوجه وعلى الشفتين. تترك لمدة نصف ساعة ثم يُغسل الوجه جيداً بالماء. تكرر هذه الوصفة لمدة 3 أيام وسوف تنبهر بالنتائج لأن تفاعل الأرز مع السكر والحليب يجعل بشرتك فاتحة وناعمة وستحصلين على شفاه رطبة وخالية من

للظفر بأفخم القاعات بأسعار تنافسية جزائريون يفضلون إقامة أعراسهم شتاء

تفصّلت العائلات الجزائرية إلى الأسعار الزهيدة لقاعات الحفلات في فصل الشتاء، بحيث تنخفض الأسعار كثيرا ولا تكون على المستوى الذي تشهده في فصل الصيف، بحيث تعرف ارتفاعا في السعر بالنظر إلى كثرة الطلب عليها لكن وما إن يمر فصل الصيف حتى تنخفض الأسعار ما أجبر بعض العائلات على اختيار الفصول الباردة لإقامة أعراسها على غير العادة.

■ نسيم خياجة



التي يقل ثمنها عن فصل الصيف، وهو ما أوضحه السيد مصطفى الذي قال إن القاعات في فصل الصيف أسعارها نار فأبسط قاعة يتعدى سعرها 8 ملايين سنتيم مما أجبره على تأجيل موعد زفافه إلى أواخر شهر ديسمبر وقال إنه حجز قاعة راقية بـ 12 مليون سنتيم ويكون سعرها في فصل الصيف بـ 22 مليون سنتيم فالفارق هو 10 ملايين، كما أن خدماتها راقية وديكورها رائع جدا لذلك فضل تأخير موعد حفل زفافه للاستفادة من بخس الثمن.

نفس ما عبرت به سهام التي قالت إنها قررت تأجيل موعد زفافها إلى شهر جانفي من السنة المقبلة للاستفادة من قاعة راقية بثمن منخفض واختارت قاعة بـ 10 ملايين سنتيم بنواحي براق مع العلم أن سعر القاعة كان محمدا بـ 20 مليون سنتيم في فصل الصيف بالنظر إلى جمال ديكورها المليء بباقات الورد وفخامة القاعة ككل، الأمر الذي جعلها ترضخ للأمر الواقع وتقيم عرسها في عز الشتاء.

العرس الشتوي... إيجابيات وسلبيات

كانت وإلى وقت قريب العائلات الجزائرية ترفض إقامة أعراسها في فصل الشتاء بالنظر إلى طبيعته الغاضبة التي لا تتلاءم مع مراسيم العرس الجزائري وأجوائه

ما عهدت عليه العائلات هو اختيار فصل الصيف المقترن بالعطل المدرسية وعطل العمال لإقامة ولائمها ومناسباتها السعيدة لتمكين الكل من الحضور واقتسام الأجواء البهيجة مع الأحباب والأقارب والأصدقاء، إلا أنه يبدو أن التكلفة المادية لقاعات الحفلات صيفا أجبرت العائلات على الاستغناء على العديد من الإيجابيات فيما يخص الأعراس الصيفية إن صح التعبير والتوجه إلى الأعراس الشتوية رغم تزامنهما مع العام الدراسي وتقييد الكل برزنامة العمل وكذا الدوام المدرسي مما يؤدي إلى حرمان العديد من الأقارب من الحضور إلى حفلات الأعراس بسبب المشاغل والدراسة والعمل.

أفخم قاعة بأقل سعر

لكن انهيار أسعار قاعات الزفاف شتاء أدى إلى توجه العائلات إلى إقامة ولائمها في الفصول الباردة للظفر بقاعات راقية وبخدمات مميزة وبأسعار معقولة خصوصا وأن قاعة الحفلات صارت تحصيليا حاصلا في الأعراس الجزائرية ولا يمكن الاستغناء عنها بأي حال من الأحوال، إلا أن غلاء أسعارها وقف حجر عثرة لدى الكثير من الأسر مما أجبرها لإقامة ولائمها شتاء للاستفادة من انخفاض أسعار بعض القاعات الراقية

الذي تفضله الأعراس وعدم ملاءمتها مع الجو الحار صيفا، إلا أنها اكتشفت سببا آخر وهو انخفاض أسعار القاعات في الفصول الباردة ويكون الفارق كبيرا بـ 10 ملايين سنتيم وهو السبب الأقوى، بحيث يستفيد صاحب العرس من قاعة راقية بثمن منخفض ما أدى إلى ميل العديد من معارفها إلى إقامة أعراسهم في فصل الشتاء - تقول -.

ويرجع أصحاب قاعات الأعراس الأمر إلى الطلب الكبير على قاعات الزفاف مما يلهب الأسعار صيفا لينخفض الطلب استثناء في فصل الخريف والشتاء، وبعد أن تقطعت الكثير من العائلات إلى الأمر مالت الكفة إلى الأعراس الشتوية للظفر بقاعات فخمة بأسعار تنافسية.

المميزة، ولذلك أطلق على فصل الصيف موسم افتتاح الأعراس دون منازع لكن يبدو أن الكفة مالت إلى فصل الشتاء بعد أن حكمت الظروف بذلك، بحيث فضلت العائلات تقليص نفقات العرس والاستفادة من العديد من المزايا الإيجابية بعد أن مالت إلى الأعراس الشتوية رغم عدم ملاءمتها مع الدوام الدراسي ودوام العمل، إلا أن انخفاض ثمن القاعات رجح الكفة إلى فصل الشتاء مما فوّت فرصة عيش الأجواء البهيجة على الكثيرين، وهو ما عبرت به السيدة فريدة قائلة: أنها تلاحظ ميل العديد من اقاربها إلى إقامة أعراسهم في فصل الخريف والشتاء، وأرجعت السبب في بادئ الأمر إلى عامل الحرارة والجهد

الثوم.. دواء فعال وصيدلية منزلية متكاملة

فوائد صحية لا حصر لها يمكنك قطعها من نبات الثوم، وفي الوقت نفسه فإنه يتمتع بقدرة كبيرة على الحماية من أمراض شتى، وهو ما جعله أداة وقائية وعلاجية، وصيدلية قديمة استخدمها القدماء منذ العصور الغابرة، وكان يستعمل كدواء رئيسي في الطب العربي والهندي والصيني القديم لعلاج العديد من الأمراض..

خصائص علاجية

أثبتت الدراسات الحديثة أن للثوم فوائد عديدة للرجال والنساء وأيضا للشعر، والبشرة والجمال، وأولها خفض مستوى الكوليسترول وضغط الدم، ومنع الجلطات بالإضافة للحد من الأمراض المعدية، ويصنف الثوم بأنه من أكثر النباتات المعروفة من حيث الخصائص العلاجية، فهو ذي فوائد صحية متنوعة، بحيث يمكن منع ومعالجة العديد من المشاكل الصحية بمساعدة الثوم. وهناك عدد لا يحصى من الأدلة التي تثبت أن مصدر هذه الاستعمالات هو الثوم الذي استخدم منذ آلاف السنين لدى حضارات مختلفة حول العالم.



مكافح للأمراض المعدية

ذكرت دراسات أن تناول الثوم بصورة منتظمة يقلل من مستويات الكوليسترول في الدم، وأن تناول الثوم بشكل منتظم يساهم في خفض ضغط الدم وبالتالي يمنع حدوث أمراض القلب والسكتة، وتخفيف مخاطر الإصابة بالجلطات الدموية التي تؤدي إلى انسداد الشرايين أو الأوردة، وما تنتج من إصابات بالسكتة الدماغية والنوبة القلبية. ويساعد تناول الثوم على توسيع الأوعية الدموية من خلال إنتاج مادة أكسيد النتريك، بجانب مكافحة الأمراض المعدية، حيث استخدم منذ آلاف السنين كوقاية ومعالج للعديد من المضاعفات الصحية.

يحد من الزكام

يحتوي الثوم على مركبات الكبريت، وفيتامين سي فضلا عن مواد السليينيوم، المغنيزيوم، البوتاسيوم والكالسيوم وغيرها من المواد الكيميائية المعروفة بقدرة عالية على مكافحة الجراثيم والفيروسات والعدوى الفطرية. لذلك يدخل في صناعة بعض المراهم والقطرات التي تستخدم لعلاج التهابات الأذن والعلاج الخارجي للفطريات. وكشفت دراسة شملت مائة وخمسون مشتركا خلال ذروة موسم الشتاء، أن من فوائد الثوم مساهمته في منع ومعالجة حالات الزكام. وأشارت نتائج الدراسة إلى انخفاض حالات الزكام لدى الذين تناولوا الثوم بشكل ملحوظ مقارنة بغيرهم، بالإضافة إلى أن الذين تناولوا الثوم يشفون من نزلات البرد بسرعة أكبر من غيرهم.

يقلل الإصابة بالسرطان

يحتوي الثوم على مضادات الأكسدة، وخصائص أخرى تقوي جهاز المناعة في الجسم، بل وتقلل من احتمال الإصابة بسرطان القولون، المعدة والبنكرياس. كذلك، قد تمنع كميات الثوم تطور الخلايا السرطانية لدى الأشخاص الذين عانى أحد أفراد عائلتهم في السابق من سرطان الثدي، البروستاتا والحلق، وبالإضافة إلى ذلك، يمتلك الثوم القدرة على مكافحة العديد من أنواع الطفيليات، وخاصة الطفيليات المعوية والديدان.

محاذير إفراط تناوله

يعتبر تناول الثوم بكميات متوسطة مع الطعام آمنا ولا تنتج عنه سميات أو آثار سلبية، ولكن هناك بعض الحالات التي تنتج عنها آثار سلبية في حال تناول كميات علاجية أو حبوب مستخلصات الثوم، والإفراط في تناول الثوم يسبب حرقة في المعدة أو شعورا بالانتفاخ، وقد يسبب الحساسية والطفح الجلدي وبعض أعراض الجهاز الهضمي الأخرى، ونظرا إلى الأثر الفعال للثوم، فإن أخذ الحيلة عند تناوله مع الأسبرين والأدوية المضادة للتخثر أمر ضروري.

ترجع على عرش حضارات عريقة

"القبقاب" .. تراث قديم يتوارى في صمت



بالجواهر وقيمتها زادت على 150 ألف درهم.

حرفة تواجه الاندثار

لم يكن "القبقاب" حكراً على النساء فقط، بل انتعله الرجال في الأسواق والمساجد، والحمامات وأيضاً لتفادي

الوحد في فصل الشتاء. ويذكر السبعيني عبد الرحيم قادر، أحد صانعي "القبقاب" في العاصمة الأردنية عمان، أن ضعف الإقبال على شرائها دفع معظم صانعيه إلى امتحان مهن أخرى، ولا يزيد أصحاب هذه المهنة عن أربعة في عمان. لافتاً إلى أن "المواسم الدينية تعتبر أحياناً موسم ازدهار للقبقاب، إذ يشتري بعض الأشخاص عدداً منها ويتبرع بها إلى المساجد. لكن تبقى الأحدثى البلاستيكية المنافس الأقوى للقبقاب".

في الأمثال الشعبية

لا تخلو الأمثال الشعبية العربية من ذكر سالفقباب، فقديماً قالوا في الأمثال الفلسطينية "صار للشرشوشة مرجوحة، وصار لأبو بريص قبقاب". وفي المثل السوري يقال "إلي ما لو قبقاب، ما إلو عيد"، وفي المثل المصري "سبحان العاطي الوهاب بعد الشبشب والقبقاب". وربما يكون آخر ما يتذكره المرء في التاريخ المعاصر عند سماع كلمة "قبقاب"، هو الفنان السوري دريد لحام في مسلسلته الشهيرين "غوار الطوشة" و"حمام الهنا".

الارتفاع الحاد للكوليسترول يزيد مخاطر الإصابة بالنوبات القلبية



الكوليسترول هو مادة شمعية توجد في الدم يحتاج الجسم إلى مادة الكوليسترول لبناء الخلايا الصحية، ولكن يمكن أن يتسبب ارتفاعها الشديد في زيادة خطر الإصابة بالنوبة القلبية. فبسبب الكوليسترول المرتفع، يمكن أن تتكون ترسبات دهنية في الأوعية الدموية الخاصة بالمرض. وفي نهاية المطاف، تنمو هذه الترسبات وتؤدي إلى صعوبة تدفق الكمية الكافية من الدم عبر الشرايين. وأحياناً ما تنفجر تلك الترسبات فجأة لتشكل جلطة تسبب النوبة القلبية أو السكتة الدماغية، ويمكن تورث ارتفاع الكوليسترول، ولكن عادة ما تحدث هذه الحالة نتيجة لتباعد أسلوب الحياة غير الصحي، الأمر الذي يجعل هذا الارتفاع قابلاً للعلاج والوقاية منه. باتباع نظام غذائي صحي وممارسة التمارين الرياضية وتناول الأدوية في بعض الأحيان، يمكن خفض الكوليسترول المرتفع.

متى تزور الطبيب؟
اسأل طبيبك عما إذا كنت بحاجة إلى إجراء اختبار كوليسترول. يُختبر الأطفال والشباب عادة الذين لا يعانون من عوامل الخطر لأمراض القلب مرة واحدة بين عمري 9 و 11، ومرة أخرى بين عمري 17 و 19. يُعاد الاختبار عادة كل خمس سنوات للبالغين والذين لا يوجد لديهم عوامل خطر للإصابة بأمراض القلب.

إذا لم تكن نتائج الاختبار ضمن نطاقات مرغوبة، فقد يوصي الطبيب بإجراء المزيد من القياسات المتكررة. قد يقترح طبيبك أيضاً إجراء اختبارات أكثر تكراراً إذا كان لديك تاريخ عائلي لارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم أو أمراض القلب أو عوامل الخطر الأخرى، مثل التدخين أو السكري أو ارتفاع ضغط الدم.

"القبقاب" هو ما يُنتج في القدمين مصنوع من الخشب والجلد، ويعود إلى العصر العثماني. هو جزء من التراث العربي المشترك، حيث تجده في العراق والشام وفلسطين ومصر، كما في تونس والمغرب والجزائر.

رمز للدلال والجمال

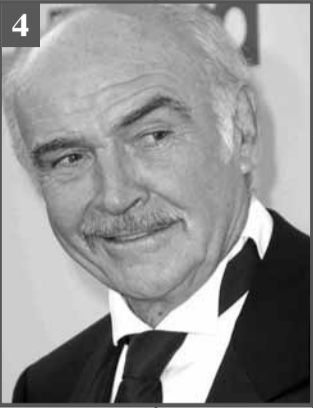




قيل إن "القبقاب" منذ القدم كان رمزاً للدلال والجمال، إذ كانت تلبسه السيدات مع الخلال، ويستخدم بكثرة في المنازل والحمامات الشعبية والمناسبات الاجتماعية التقليدية، مثل: يوم حمام العروس، إذ تنتعله العروس - اتقاء البلاط الساخن - مطرّزاً بالعقيق والخيطان الفضية والذهبية، مع الفوط المخططة القطنية التقليدية في مختلف مناطق بلاد الشام، ودول المغرب العربي.

لعب "القبقاب" دوراً بارزاً في الثقافة الشعبية العربية، وتعتبر دمشق من أشهر المدن العربية والإسلامية التي عُرفت بصناعة "القبقاب"، حيث كان لها سوق عريق يعرف بـ"سوق القباقبية"، يُباع فيه منتجات من الحرير والمعدن والجلد، حيث تُصدر "القباقبية" إلى مصر وبيروت واسطنبول، نظراً لحرفية ومهارة الدمشقيين. بحسب وكالة الأنباء السورية (سانا). ويستخدم لصنع "القبقاب" خشب الجوز والمشمش والتوت والصفصاف والزان، بينما يُصنع "القبقاب" الدمشقي من خشب الصفصاف والهور.

تاريخ "القبقاب"

المؤرخ الفلسطيني عبد الحفيظ جمال في دراسة له عن التاريخ المعاصر، أشار في بعض الروايات التاريخية إلى أن تاريخ سالفقباب يعود إلى عصر الفاطميين (909 - 1171)، إذ كان يُنتج في الحمامات العامة لمنع الإنزلاق. كما ارتبط في عصر المماليك (1250-1517) بالثقافة الشعبية المصرية. وقيل إن الملكة شجر الدر التي حكمت مصر 80 يوماً ماتت ضرباً بـ "القبقاب".

وفي عهد الملك الناصر محمد بن قلاوون، قيل إن الأغنياء والملوك انحدروا باقتناء سقباقية مصنوعة من الذهب ومرصعة بالجواهر، كما قيل إن نائب الشام الأمير منجك وفد إلى مصر العام 1372، وكان في جملة هداياه للسلطان ثلاثة "قباقية" نسائية من الذهب؛ اثنان منها مرصعان

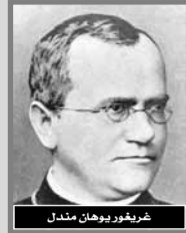
							متشابهان عاصمة سيراليون في الصورة رقم 2		للتداء قليل الحياء	
			ناعم السطح عبأ	4						
	للتمني طري وهش عاصمة بوتين							أعالج اغتاب برد		
			علاج بالنار يئس						يضم عاصمة تايلندا	
	5					للتفسير داس بقدمه مضى		حسم في الأمر سقي		
								عاصمة الكامرون الأعيب شاند		
	ثاني أطول سورة قرآنية في الصورة رقم 5				صلوات غير مفروضة من الفصول					الدولة الإفريقية التي أنشئت بقرار من الكونغرس الأمريكي
					في الصورة رقم 4 صوت المياه بنت مزاحم			جاء لرمي المهملات مجنون جولبيت		
		لقياس المساحة (م) نصف روما متشابهان		3						
			انعصر حلقة حتى مات ملأ من الأنبياء							
	نقيض متهم لم يتذكر عماد الدين					يثور للتعريف في الصورة رقم 3			أديب فرنسي مضرب المثل في الدموع الزائفة	
					إشهار طابق في مبنى					
					غير جديد يفارق الحياة مخترع الآلة الحاسبة					
		معمل تقال للتهنئة كشط						دلالات طاف حول الشيء		1
	بجانب أتعلم أقعد									
					نطف ثلاثة بالأرقام الرومانية					
			يقابل المطرقة فعل قبيح تقال للندبة		2					
									عاصمة الأنوار غطاء يتقاضاه العامل ينتسب	
		عاصمة النرويج شحد السكين النسيان						رئيس دولة إسلامية في قم الأفعى		في الصورة رقم 1 متشابهان

6 5 4 3 2 1

التعريف: اسم يطلق على ولد الناقة من وقت ولادته إلى أن يفطم.

					مرض معد يفرز بثورا في الجسد				
					عاصمة موزمبيق				
6					أعثر				
					محاة متفرقة				
					حاد عن الصواب				
					متشابهان				
					أبناء الضاد				
					إظهار الشجاعة				
					شاطيء				
					شكوى ومعاناة				
					طائرة مقاتلة				
					شدة الحر				
					اقترب				
					تناحر وصراع				
					تصديق				
					طفغان وجور (م)				
					غلى الطعام في الماء				
					التفكير المتعمق				
					ثلثا وتر				
					شديد الخصومة				
					إرهاق				
					عملة خضراء				
					ناصح				
					اكتمل				
					أحد الكواكب				

حدث في مثل هذا اليوم



810: مولد محمد بن إسماعيل البخاري، أحد أشهر علماء الحديث وصاحب صحيح البخاري.

1402: جيش تيمورلنك المغولي ينتصر على جيش بايزيد الأول العثماني عند جيق آباد، حيث انتهت المعركة بهزيمة العثمانيين وأسر السلطان بايزيد الأول.

1822: مولد غريغور يوهان مندل، راهب وعالم نمساوي يعرف باسم مؤسس علم الوراثة.

1919: إدموند هيلاري، مستكشف نيوزيلندي وأول شخص يصل إلى قمة جبل إفرست في العالم.

1944: نجاة الزعيم النازي أدولف هتلر من محاولة اغتيال قادها الضابط في الجيش كلاوس شتاوفنبرج.

1951: اغتيال ملك الأردن عبد الله الأول وهو في طريقه إلى صلاة الجمعة في المسجد الأقصى بالقدس.

1951: تتويج الملك طلال بن عبد الله على عرش الأردن ليكون خلفاً لوالده الملك عبد الله الأول بن حسين.

2004: الجمعية العامة للأمم المتحدة تتبنى وبأغلبية ساحقة قرارا يطالب إسرائيل بتفكيك معظم أجزاء الجدار العازل الذي أنشأته في الضفة الغربية.

1969: أبولو 11 يحط على سطح القمر.

حقائق ومعلومات

ما هو أعلى الحيوانات صوتاً؟

صدق أو لا تصدق! فهذا الجمبري الصغير يحتل المرتبة الأولى بين الحيوانات في الصوت أو الصخب الأعلى، بل إنه المسبب الأول للضحج في المحيطات، والذي يعيق عملية نقل الإشارة والاتصال بين السفن وخاصة الحربية منها. ولا تعجب إذا علمت أيضاً أن هذا الجمبري يملك نوعاً من المخالب يشبه تماماً في عمله المسدس ويطلق من خلاله فقاعة ماء ذات سرعة وحرارة فائقتين تفتكان بالكائنات الحية التي في طريقها، ومن هنا جاءت تسميته بـ «الجمبري ذو المسدس» أو «الجمبري القاذف».

أقدم قصر في العالم

أقدم قصر في العالم يقع في تركيا في مقاطعة أصلان تيب، ويعود إلى 5000 سنة قبل الميلاد. وقبل اكتشاف هذا القصر كان يُعتقد أن قصر «غمدان» في اليمن هو الأقدم.

أقوال وأمثال

لحظات مع الله ..

في اللحظات السعيدة اثن على الله.

وفي الأوقات العصبية أحسن الظن بالله.

وفي اللحظات الهادئة اذكر الله.

وفي الأوقات الأليمة ثق برحمة الله.

وفي جميع الأوقات استغفر الله فإنه الرقيب المجيب.

عظماء ومشاهير

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

كيميائي أمريكي ولد في كندا عام 1923. نال جائزة نوبل عام 1992 لمساهمته في نظرية انتقال الإلكترونات بين الجزيئات.

■ 1 + 2 + 3 + 6 = 12 جنة.

■ 7 + 9 + 10 = 26 اشتر به حاتم.

■ 4 + 8 + 11 = 23 بين المطرقة والسندان.

■ 1 + 8 + 5 + 4 + 3 = 21 العملة الخضراء.

الكلمة الضائعة

ب	ا	ل	ي	ب	ا	س	ا	ا	ا	م
ج	ا	ب	و	ك	ا	ن	ن	ا	ا	أ
م	ي	ت	ل	م	و	و	س	ه	ل	
ي	و	م	س	د	ي	ك	و	خ	ي	
س	ل	ي	ا	ت	ي	د	ا	ي	خ	
ي	ك	ر	خ	ر	و	ف	ل	ن	ا	
د	ا	و	ا	ر	ر	ي	ت	ب	خ	ن
م	و	ن	د	ي	ي	و	ا	و	د	
و	و	ر	ر	ا	ر	س	ك	ج	ر	
ر	ا	ت	س	ي	ت	ا	ب	ة	و	

السورة القرآنية التي تشفع لقارئها من عذاب القبر.

باتستوتا	روبن	أليخاندر	يون
كودا	سيرخيو	خوجة	رود
مارادونا	خافيير	بوكا	لي
سابيلا	ماسكيرانو	جيم	رو
ميسي	باتيستا	هود	

كلمات متقاطعة

10 9 8 7 6 5 4 3 2 1

1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									

أفقياً:

- 1 - الصحابي الذي اهتز لموته عرش الرحمن. 2 - بالإشارة يفهم - مكان للتجارة. 3 - يسب الماء. محكمة دولية. 4 - أشحن القلم. أصر. 5 - قطعة - تنفيذ ذل. ضمّد. 6 - عاصمة كينيا. قامه. 7 - قبل كليبتون. عصب التجارة. 8 - مكتشف الجاذبية الأرضية. مبذر للمال. 9 - بمعنى إلى الأمام. رأس الشياطين. 10 - لعاب. البدين.

عمودياً:

- 1 - النبي الذي مات متكئاً على عصاه. طائر يلقب بملك الفضاء. 2 - قبيلة عنتره بن شداد. نجم كرة قدم فرنسي محترف في بايرن ميونخ. 3 - بطل فيلم تيتانيك. 4 - حروف متشابهة. أقرأ (م). 5 - خوف. خير. 6 - دولة آسيوية عاصمتها كوالالمبور. متشابهان. 7 - ارتفع. امرأة لينة الملمس. 8 - مرض يصيب البطن. سمسم (متفرقة). 9 - أول سيف تقلده الرسول (ص). 10 - مادة فاسدة تخرج من الجرح - أدنى حيوان بحري.

الخطوط

الخطوط

الخطوط

الخطوط



أن تفكر في ذلك. قم بالتمارين ذاتها مع اللحظات الإيجابية التي مرت في النهار. أعد الذاكرة. عندما تذهب لشراء الأغراض، حاول أن تحسب الأسعار بعقلك. وستأكد عند الصندوق إذا كان حسابك صحيحاً.

التخلص من الآلة الحاسبة

ما عاد أحد يستغني عن الآلة الحاسبة لحسب ولو أرقام بسيطة، مع أن هذا التمرين مثالي للذاكرة. عندما تذهب لشراء الأغراض، حاول أن تحسب الأرقام أساسياً، حتى في إطار جدول عمل حافل: إيجاد الوقت لممارسة هذه التمارين، فهي تتطلب استثمار بعض من وقتك. في النهاية، هذه الاستراتيجيات اليومية تساعدك على الاهتمام بذاكرتك بنفسك. ويومًا بعد يوم، ستتمكن بالتأكيد من تنشيطها.

تدوين الأحلام في الليل

احتفظ إلى جانب السرير بدفتر صغير وقلم. في حال عانيت بعض الأرق خلال الليل، سجل بعض الذكريات أو الأفكار التي تجول في بالك. يسمح لك ذلك بإعادة تركيبها في الصباح حين أننا عادة ما ننسها عند الاستيقاظ.

نسب الأسماء إلى الصور

دعيت إلى عشاء تشارك فيه مجموعة من زملاء الجدد الذين لم تلتق بهم سابقاً: من المحتمل جداً ألا تطيح بأسمائهم في ذاكرتك، فخذ الوقت الكافي لنسب الأسماء إلى سمة تلفت انتباهك في كل منهم. شامات، ستره حمراء، تعبير شفهي مضحك، كل ما قد يخطر في بالك بطريقة عفوية وأنت تنظر إليهم. تسمح لك هذه الطريقة باسترجاع الأسماء إلى الذاكرة بشكل أسرع من المعتاد.

حتى لا تخذلك.. كيف تقوم بتمرين ذاكرتك؟

نحن بحاجة دائمة إليها ومع ذلك، يحدث أحياناً أن تخذلنا ذاكرتنا، فننسى اسم شهرة أحد الأشخاص أو تاريخ مولد أحد الأصدقاء. مهما كانت هذه الهفوات غير خطيرة، إليك بعض الطرق التي تساعدك على تمرينها.

احترام عملية الحفظ

فك التشفير يتم الحفظ دائماً بالطريقة نفسها: نكتسب معلومة جديدة ونحفظها ثم نعود إليها عند الحاجة. في كل من هذه المراحل الثلاث، قد تواجه صعوبات أو مشكلات عميقة الذاكرة. لذلك، يساعد تحديد هذه العناصر المقلقة قبل حدوثها على تجنبها وتحسين الذاكرة.

تخفيف الذاكرة قصيرة الأمد

تساعدنا الذاكرة قصيرة الأمد على القيام بالمهام اليومية، غير أن كل ما يدخل إليها يختفي في الثانية التالية. إنها ذاكرة مصممة كي تتسبب، متطابرة وحساسة إلى التداخلات، تحمي الدماغ من الإغراءات المفرطة التي لا داعي لأن يحتفظ بها. تحفظ هذه الذاكرة ما مدله سبع معلومات في هذه الفترة الوجيزة. قم بهذا الاختبار، وعدد عشرة منتجات تريد شرائها من المتجر. من المحتمل جداً ألا تتذكر سوى الأغراض السبعة الأولى التي تحتاجها.

تخلص من الفوضى التي تعم هذه الذاكرة كل ما عليك فعله هو كتابة المهام التي عليك

إنجازها خلال النهار: سيساعدك ذلك على تجنب امتلاء ذاكرتك القصيرة الأمد.

تمرين الذاكرة طويلة الأمد

تتمثل إحدى أفضل الطرق لتذكر حدث ما في مشاركته مع الآخر، لأن ذكره يستدعي تكراره، ما يسمح بتكريزه في الذاكرة طويلة الأمد. تحفظ الذاكرة طويلة الأمد المعلومات بالطريقة نفسها دائماً:

1- تصنف المعلومات التي تصل إليها كما يفعل أمين المكتبة الذي يسجل على كل كتاب رقمه: ترمزها.

2- تربط الذاكرة كل معلومة بفكرة أو بصورة، فتلتصق هذه الأخيرة بها لمساعدتك على إيجادها لاحقاً بشكل أسرع وأسهل.

3- في النهاية، تحتاج الذاكرة إلى تكرر المعلومات خمس إلى ست مرات خلال اليوم لتسجلها بشكل صحيح في الدماغ. تفترض هذه العملية شرطاً أساسياً آخر للذاكرة السليمة وهو النوم بشكل كافٍ. ففي الواقع، تؤدي قلة النوم إلى تشتت الانتباه خلال النهار وبالتالي إلى العجز عن ترميز المعلومات والذكريات. فضلاً عن ذلك، 60 في المئة من

المشي السريع المنتظم ليس كافياً

لشباب دائم.. حافظ على قوة عضلاتك



تقارن القوة أمر بالغ الأهمية ليس لإحيى كمال الأجسام فحسب، بل بالنسبة إلينا أيضاً. إليك بعض التفاصيل ونصائح الخبراء.

عندما يتعلق الأمر بممارسة الرياضة، لا يعود المشي السريع المنتظم لمدة 30 دقيقة كافياً. تظهر الدراسات أن تمارين القوة هي مفتاح لإحياء أطول وأكثر صحة. يقول كيلي ماكولي، مشرف على المرضى في معهد ماساتشوستس العام الاستشفائي للمهن الصحية، "تمارين القوة لدى كبار السن مهمة، إذ يمكن أن تبطن انخفاض كتلة العضلات والتحمل العضلي المرتبطين بالعمر، فيحافظ المسنون على صحة جيدة لفترة أطول".

فوائد العضلات الأقوى

مع التقدم في العمر، تبدأ الأنسجة العضلية لدينا بالانخفاض، وفي السبعين عاماً يكون معظمنا قد فقد ربع قوة العضلات. لذا تعتبر تمارين القوة (تسمى تمارين المقاومة ورفع الأثقال أيضاً) مسألة حيوية وقد تساعدنا على التقليل من خطر السقوط، هشاشة العظام، آلام الظهر، الاكتئاب، وحتى التهاب المفاصل. يقول ماكولي: "زيادة القوة تزيد الاستقرار حول المفاصل، ما يساعد على الحد من الألم الذي يرافق التهاب المفاصل".

أشارت دراسات نشرت هذا العام إلى أن المسنين الذين يمارسون تمارين القوة مرتين أو ثلاث مرات في الأسبوع، يحسنون الوظائف المعرفية بالمقارنة مع أولئك الذين لا يمارسون هذه التمارين. فضلاً عن ذلك، استنتجت دراسة أجراها باحثون في كلية هارفارد للصحة العامة ونشرت على الإنترنت ضمن أرشيف الطب الباطني، أن 150 دقيقة من تمارين رفع الأثقال في الأسبوع يمكن أن تقلل من خطر الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني بنسبة 34 في المئة.

بطبيعة الحال، تعارب تمارين رفع الأثقال السمنة، بحسب ماكولي: "كلما زادت كتلة العضلات لديك، تحسنت عملية الأيض في جسمك، لذلك، يحرق أي شخص يتمتع بكتلة عضلات كبيرة مزيداً من السعرات الحرارية".

كيف نبدأ؟

على غرار أي نوع من أنواع الرياضة تتحدى تمارين القوة القلب، لذا راجع الطبيب للتأكد من أن قلبك سيستجيب لهذا التحدي. قد تؤدي تمارين القوة إلى إصابة العضلات والأوتار إذا لم تمارس بشكل صحيح. بحسب ماكولي: "ستتعرض لإخاطر في حال بدأت تمارين القوة من دون توجيه مدرب محترف ومن دون تصريح من قبل الطبيب. يمكن أن تشمل الإخاطر المحتملة سلاطات العضلات، إصابة الوتر أو الرباط، أو حتى إصابة أكثر

أحلامنا مخصصة للعب أحداث النهار مجدداً، بطريقة تسمح بحصول عملية التكرار الضرورية للحفظ. إذا شعرت بأن ذاكرتك تضعف، أول علاج ننصحك به هو تحسين نوعية النوم.

تسهيل استرجاع الذكريات

استرخ! يمكن ألا يكون طريق الذاكرة مرسوماً بشكل كافٍ ليسمح للذكريات بالعودة بسهولة إلى الواجهة. من الممكن ألا تكون المعلومة قد تكررت كفاية أو أنها ارتبطت بذكريات مزعجة يرفضها اللاوعي أو حتى تم صدها بسبب التوتر: يكفي توجيه سؤال فاس إليك حتى يمنع استرجاع معلومة ولو محفوظة بشكل صحيح.

تحتاج الذاكرة أيضاً إلى الراحة، وتتمثل إحدى الطرق المتبعة لضمان ذاكرة أمينة في عدم التفكير فيها كثيراً! بطريقة تخفف عنها الضغط.

تحفيز الذاكرة الطويلة

الاستراتيجيات ألعاب الأرقام والكلمات المتقاطعة تمارين تدريبية للذاكرة تحفزها بالتأكيد، إلا أنها قد تستنزفها فقد تبين أن من غير المفيد أن نرهق الذاكرة بها في الحياة اليومية.

قد تشكل ثقوب الذاكرة مصدر انزعاج حقيقياً، ويهدف استرجاع القدرات بسهولة كفاية يجب قياس الذاكرة لتزويدها بالتحفيز المناسب.

مواجهة التحديات اليومية

لقياس مدى اضطراب الذاكرة بشكل أفضل، حاول مواجهة التحديات اليومية البسيطة: على سبيل المثال، احفظ رقم هاتف جديداً بدلاً من تسجيله على الجوال، اجبر نفسك على تسجيل ساعة وتاريخ موعد مهم، شاهد الأخبار وتذكر بدقة معلومة رقمية، هذه التحديات الأولية تسمح لك بتقييم قدرات

تنمية قدرات الطفل تتحكم بذاته دور الأسرة في تعزيز الثقة بالنفس لدى الطفل



فمن خلال المشاركة يستفيد الطفل مهارات مختلفة وجديدة تزيد من اندفاعه نحو الإنجاز وإثبات الذات.

6. ساندته وادعمه نفسياً:

تتمثل مساندة الطفل ودعمه نفسياً من خلال تقديم المساعدة والتشجيع على تحقيق الذات من خلال المحاولة وعدم اليأس ومن خلال المشاركة والشعور بالأهمية.

في الإختام لا تنسى أن تخصص وقتاً لطفلك ولا لممارسة ما يحب ويفضل ولكي يبرز من خلالها مهاراته ويعبر بها عن نفسه بثقة ولكن بحدود معينه حتى لا تتحول الثقة بالنفس ثقة عمياء وغير محببه.

فقد أثبتت الأبحاث الحديثة التي ينصح بها خبراء التربية وعلما النفس إلى ضرورة تنمية قدرات الطفل على التحكم بذاته وضبط النفس لمواجهة صعوبات الحياة في المستقبل، ولكن الأهم من ذلك هو تربية الطفل على حب التعاون والتسامح مع الآخرين وحسن الحوار والتيقظ الدائم والانضباط الشخصي وإقامة علاقات اجتماعية بناءة واتخاذ قرارات مسؤولة في أصعب الظروف.

تعتبر الطفولة من المراحل النشطة في حياة الإنسان، والطفل يجد ذاته تكمن بداخله طاقة كبيرة تتمثل بانفعالات متفاته تنتج عنها قدرات ومواهب قد تختلف من طفل إلى آخر، لهذا من الضروري على الأم والأب تفهم هذه النقطة وعدم تجاهلها.

نلاحظ اتباع أساليب المقارنة لدى أولياء الأمور أو عدم تفهم نمط شخصية الطفل، حيث نجد الطفل الأكبر يختلف عن تصرفات الطفل الأصغر عمراً وقد يختلف عنه في الحركة والتفاعل وسرعة الاستيعاب في هذه الحالة قد يواجه الطفل الأكبر ضغوط من الوالدين لممارسة رياضة معينة أو تادية عمل لا يميل له الطفل أو قدراته لا تسمح بذلك أو في بعض الاحوال لا ينجح المستوى المتقدم الذي يطمح له الوالدين نجد الأب والأم في هذا المجال يمارسون أسلوب الضغط والتأنيب للطفل لهذا تظهر علامات اليأس والاختلاف عليه وقد لا يفكر في تكرار السلوك خوفاً من عواقبه.

هناك أمر ضروري لابد من فهمه الا وهو اختلاف قدرات الأطفال فكل طفل يمتلك قدرات قد لا تكون متوافره في أخيه أو عند زميله في المدرسة لهذا على أولياء أن يتبعوا أفضل الطرق التربوية في تعزيز الثقة عند الطفل فالثقة أمراً ضروري في سبيل بناء الشخصية ونماؤها وتطورها، والثقة عنصر مطلوب وأساسي لدى كل فرد في سبيل مواجهة الحياة وأعبائها المختلفة ولتفادي مشكلات الثقة عند الطفل اليكم أفضل الطرق المقترحة لتجنب أزمة عدم الثقة في النفس عند الأطفال:

1. إيضاح الأخطاء وتصحيحها للطفل، فلا بد من توضيح أن الفشل لا يعني النهاية، بل البداية لتصحيح الأخطاء والمحاولة من جديد، لذا يجدر بالوالدين تعليم الطفل عدم الخوف من تكرار التجربة عند الفشل في أمر ما مع البحث عن السبب الذي أدى إلى عدم تحقيق نتائج إيجابية وتصحيح المفاهيم الخاطئة لديه.

الذاكرة طويلة الأمد، تلك التي تحفظ ذكرياتك وتسمح لك بإعادتها إلى الوعي عند الحاجة. للبدء في ذلك، من المهم رفع السقف كثيراً. بحسب نتائجك، يكفي زيادة الصعوبة بشكل تدريجي: احفظ كل اسبوع ثلاثة أسماء، ثلاثة أرقام، ثلاثة أحداث جديدة من دون أن تخطئ، لخص كتاباً قرأته أخيراً من دون أخذ رؤوس الأقسام، إلخ.

لكن لتتجح في مواجهة تحديات مماثلة، يجب أن تلبى شرطاً أساسياً، حتى في إطار جدول عمل حافل: إيجاد الوقت لممارسة هذه التمارين، فهي تتطلب استثمار بعض من وقتك. في النهاية، هذه الاستراتيجيات اليومية تساعدك على الاهتمام بذاكرتك بنفسك. ويومًا بعد يوم، ستتمكن بالتأكيد من تنشيطها.

الذاكرة تشبه العضل

في الحياة اليومية، نتلقى كميات مفرطة من المعلومات. مع ذلك، ليس بالضرورة أن نشط الذاكرة من خلالها. يمكننا تحفيزها من خلال طرق كثيرة، لكن من دون إجهادها.

تلخيص النهار

كل مساء، كرس 10 دقائق من وقتك للذكريات. أي ذكريات؟ تلك المتعلقة بالناس الذين قابلتهم، والأصدقاء الذين تحدثت إليهم في آخر الأخبار. أعد تشكيل صورة الأشخاص الذين رأيهم في النهار. يساعدك هذا التمرين على تحفيز مختلف مستويات ذاكرتك من دون

التعبير عن التقدير بالشكر والامتنان:

من الضروري أن نعبر لاطفالنا عن شكرنا وتقديرنا في حال تحقيق أمر يحتاج الثناء حيث أن الشكر والثناء للطفل يعمل على زيادة الرغبة في الإنجاز وإثبات الذات.

3. لا تبين له شفتك!

لان شعور الشفقة قد يشعره بالأسف في مواجهة المشكلات، لذلك لابد من تعويده على الشجاعة وعدم اظهار التعاطف لان التعاطف الزائد يؤدي إلى التراجع وعدم الثقة بالذات.

4. لا تقارن!

خطأ شائع يتكرر لدى الآباء والأمهات وهو أسلوب المقارنة، مثال: فلان أفضل منك، أخيك مبدع وأنت عكس ذلك، أنت غبي، كسول .. الخ

حيث أن المقارنة تؤدي إلى تراجع الثقة وعدم الرغبة في التجربة والمحاولة من جديد ولها آثار سلبية تراكمية قد تؤثر بشكل سلبي في المستقبل.

5. المشاركة والمنافسة:

من الضروري تفعيل مشاركة الطفل وتعليمه قيم العمل والاجتهاد من خلال العمل في فريق

كلام الهنديات

لمرضى السكري.. أطعمة مفيدة تخفض السكر بالدم

يعد مرض السكري من النوع الثاني، من الأمراض الشائعة، التي يمكن أن تتطور لمشاكل صحية خطيرة، وذلك في حال عدم مراعاة تناول أطعمة تساعد في التحكم بمستوى السكر بالدم.

ووفقاً للاختصاصية الدكتورة سارة بريور، التي ألقت نحو 60 كتاباً صحياً، فقد ثبت أن تناول بعض الأطعمة يساعد في التحكم في مستويات السكر في الدم.

وتوصي بريور مرضى النوع الثاني من السكري بنحو 15 طعاماً مفيداً التي يمكن أن تمنع ارتفاع مستويات السكر في الدم؛ اللوز؛ يعتبر مصدراً جيداً للدهون الأحادية غير المشبعة، وفيتامين إي المضاد للأكسدة، وبالتالي فإن تناول حفصة (نحو 68 غراماً) يومياً يقلل من الكوليسترول الضار، ويرفع الكوليسترول الحميد، بدرجة كافية لتقليل خطر الإصابة بأمراض القلب التاجية والسكتة الدماغية بنسبة 12 في المئة.

التفاح؛ تعد هذه الفاكهة من أغنى المصادر الغذائية للضالافونويدات المضادة للأكسدة، ويمكنها، وفقاً لبريور، أن تمنع الضعف التدريجي لوظيفة خلايا بيتا البنكرياس بسبب الإجهاد التأكسدي.

الشوكولاته الداكنة؛ مصدر غني للضالافانول المضادة للأكسدة، ويمكنها خفض ضغط الدم، كما تقلل من مقاومة الأنسولين.

القرنفة؛ تحتوي على مواد تعزز إفراز الأنسولين، ووفقاً لبريور فإن تناول 1 غرام يومياً يمكن أن يحسن مستويات الغلوكوز في الدم بنسبة 10 في المئة لدى مرضى السكري من النوع الثاني.

الخضار والفاكهة الصفراء أو البرتقالية؛ من المصادر الغنية للكاروتينات المضادة للأكسدة، مثل الجزر والبطاطا الحلوة والجوافة والمانغو والقرع، ومن المحتمل أن يكون الأشخاص الذين لديهم أعلى كمية من الكاروتينات أقل عرضة لتحمل الغلوكوز مقارنة بمن يتناولونها بشكل أقل.

الثوم؛ مصدر هام للأليسين الذي يقلل من ضغط الدم والكوليسترول ويجعل الشرايين أكثر مرونة، بالإضافة إلى احتوائه على مضادات الأكسدة القوية مثل الساليسيتين، التي تساعد على خفض

نسبة الكوليسترول الضار في الدم بدرجة كافية لتقليل خطر الإصابة بتوبة قلبية أو سكتة دماغية بنسبة 25 في المئة.

الزنجبيل؛ يحتوي على مادتي الجينجبارول والزينجرول، والتي تساعد في التقليل من تخثر الدم، وتعزيز الدورة الدموية وتخفيف ضغط الدم، كما يزيد من إفراز الأنسولين ومن امتصاص الغلوكوز.

الجريب فروت؛ فاكهة غنية بمضادات الأكسدة، كما تحتوي على نسبة عالية من الضالافونويد والأنثوسيانين، وجميعها تساعد في خفض الكوليسترول الضار والدهون الثلاثية.

العنب؛ تتميز بفناتها بمضادات الأكسدة مثل ريسفيراترول، كما أن المركبات الموجودة في العنب الأحمر، على وجه التحديد، يمكن أن تزيد بشكل كبير من مستويات الغلوتاثيون المضاد للأكسدة في خلايا البنكرياس، وترفع من إنتاج الأنسولين لدى مرضى السكري من النوع الثاني.

زيت الزيتون؛ غني بالدهون غير المشبعة ومضادات الأكسدة الأحادية، وقد ثبت أن النظام الغذائي الغني بزيت الزيتون يقلل من ضغط الدم، وخطر الإصابة بأمراض القلب التاجية بنسبة 25 في المئة.

البرتقال؛ تساعد المستويات العالية في فيتامين سي المضاد للأكسدة وأنثوسيانيد والضالافون، في إفراز الأنسولين.

الرمان؛ يخفف عصير الرمان نسبة الكوليسترول الضار في الدم، وذلك لفنائه بمادة البيوليفينول ومضادات الأكسدة الأنثوسيانين.

التوابل؛ تفيد في السيطرة على الغلوكوز وتحسين التمثيل الغذائي، وذلك نظراً لفنائه بمضادات الأكسدة.

الطماطم؛ تقلل الطماطم من تراكم الصفائح الدموية للمساعدة في الحماية من تجلط الدم غير الطبيعي المرتبط بالتوبات القلبية والسكتة الدماغية، بسبب فنائها بمضاد الأكسدة ساليكويين.

الجوز؛ له تأثير مفيد على مستويات الدهون في الدم بسبب فنائها بأحماض أوميغا 3، وبمقدورها تخفيض الكوليسترول الضار.

• عن منتديات لها اون لاين

كأس دافئ من الماء صباحاً يقيك من هذه الأمراض



يحرص الناس في العادة على شرب الشاي أو القهوة حين يستيقظون من النوم، لكن الأطباء يوصون بمشروب آخر، ويقولون إنه يعود بمنافع صحية كبيرة على الجسم.

ويحسب موقع "ستاندرد ميديا"، فإن شرب الماء الساخن قبل تناول الفطور، يحقق عدة فوائد، مثل المساعدة على الهضم وتخفيف التعب والراحة من آلام المفاصل واحتقان الأنف.

ويحذر الخبراء من شرب ماء ساخن جداً، لأنه من شأن ذلك أن يصيب الأمعاء بحروق، ويوضحون أن الحرارة المثالية يجب أن تتراوح بين 48 و60 درجة مئوية.

ويضيف المصدر أن الدفء الموجود في الماء يحدث تأثيراً يخلص من الاحتقان لدى الأشخاص الذين يعانون الحساسية، لا سيما أن الشخص الذي يمسك كوب الماء يستنشقه البخار المنبعث، ثم يتخلص تلقائياً من الصداع.

ويؤدي البخار المنبعث من كوء الماء الساخن إلى تدفئة جزيئات المخاط، كما يعمل على تخفيف الحموضة في منطقة الحلق من جراء تكون المخاط.

وبفضل هذا الماء الساخن، يصبح هضم الطعام أكثر سهولة وسلاسة، لأن السائل الدافئ ينتقل عبر الأمعاء ويعين على التخلص من الفضلات، كما أنه يؤدي إلى تحلل عناصر صلبة قد تتطلب جهداً ووقتاً كبيرين من الجهاز الهضمي.

وبما أن شرب الماء الساخن يقوم بتهدئة الجهاز العصبي، فإنه مفيد جداً للأشخاص الذين يعانون الآلام في المفاصل، وهذا ينطبق أيضاً على المصابين بالإمساك.

وبما أن الناس لا يشربون القدر المطلوب من الماء في العادة، فإن شرب كوب ساخن من شأنه إمداد الجسم بالسوائل طيلة النهار، وهذه العادة الصباحية تساعد على فقدان الوزن ومرونة الدورة الدموية والتخلص من السموم.

الجمعة العظيمة في فرنسا تتحول إلى احتجاج ضد أمازون



بينما يصطف المتسوقون في الولايات المتحدة للاستفادة من خصومات الجمعة العظيمة، نظم ناشطون في فرنسا اعتصاماً خارج مقر شركة أمازون للتجارة الإلكترونية ومركزها للخدمات اللوجيستية بالبلاد للتدبير بهذه المناسبة الدخيلة على فرنسا والوارد من أمريكا.

وذكرت اليوم وكالة أنباء بلومبيرغ أن العشرات من المناهضين للرأسمالية والناشطين في مجال الحفاظ على البيئة نظموا احتجاجاً خارج مقر الشركة في كليفتشي بشمال غربي باريس وعرفوا بشكل مؤقت مركزين للخدمات اللوجيستية في شمال فرنسا وليون قبل أن يتم تفريقهم من جانب الشرطة.

وألقى الناشطون باللانمة على أمازون باعتبارها رمزاً لحوادث الجمعة العظيمة في فرنسا، وتعزيز النزعة الاستهلاكية، حيث يقولون إنها تساهم في الإضرار بكوكب الأرض. وتتنوع شركات التجزئة الأوروبية العادة الأمريكية يجعل الجمعة العظيمة وهي اليوم التالي على عيد الشكر الأمريكي بداية موسم التسوق في العطلات.

وكان الاتجاه قد وصل في بداية الأمر إلى المملكة المتحدة في بداية العقد عندما تجاوزت السلاسل المحلية لخصومات أمازون في فترة ما بعد عيد الشكر وبعد ذلك انتقلت إلى القارة الأوروبية. وعزز تجارة التجزئة في فرنسا وألمانيا مشاركتهم خلال السنوات القليلة الماضية.

نكتة فيلسوفية

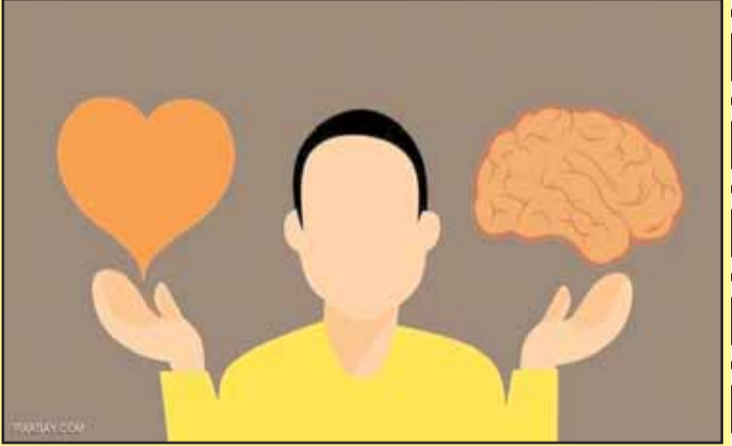


• مره واحد سأل سكان قالو شفت لكتيبة علي الحيط
قلو أي شفتها بصح مشفتش الحيط

• قال لك طيارة هليكوپتر كانت مارة على واحد المدينة
أخذ الأطفال يرمونها بالحجارة حتى سقطت
فنزّل منها رجال
فقالوا الحمد لله الي قتلناها شفتوا واش كانت أكلة؟

• قالك واحد النهار واحد مشى لجانوت نتاع مواد غذائية
وسقسه شحال يدبير العلك؟
قاله ما نبيعش
عاود رجع عنده غدوة ولايس حطه.
وسقسه شحال العلك؟
قاله مانبيعش
خرج ومن بعد رجع عنده قاله كيفاش عرفتنى
قاله البائع هذا ماشي علك جومبو

العقل أم القلب.. أيهما أفضل لاتخاذ القرارات المصيرية؟



يختار الناس كثيراً حين يتخذون قرارات بقضايا مصيرية في الحياة مثل الوظيفة والزواج، فيحسبون الأمر بالمنطق والعقل، أو أنهم ينصاعون إلى ما يريده القلب، وترتاح له النفس. وبحسب ما نقل موقع مجلة "إي إن سي" الأمريكية، فإن دراسة حديثة، أوصت بأن يتبع الناس ما يريده القلب، لأن هذا الخيار هو الذي يضمن سعادة أكبر في الحياة. واعتمدت الدراسة التي أعدت من قبل هيئة "ميديكال أليرت بايرز غايد"، على عينة من 1011 شخصاً، وسألتهم حول طريقة اتخاذهم للقرارات، سواء تعلق الأمر بشراء منزل أو اختيار مسار مهني، والقبول بوظيفة جديدة. وكشفت النتائج أن من يتخذون القرار، بناء على ما يريده القلب، يحققون نجاحاً أكبر في المجال المهني، ويعيشون حياة أسعد في نهاية المطاف.

وقال في 79 في المئة من المستجوبين، إنهم اعتمدوا على العقل في اتخاذ القرار، فيما أكد 21 في المئة فقط أنهم أذعنوا لما يريده القلب.

وأكد الأغلبية أنهم لا يولون أهمية كبيرة للقلب، حين يتعلق الأمر بالهنة، لأن المهم في نظرهم هو أن يحققوا الاستقرار في الوظيفة، ويضمنوا راتباً عالياً.

ورأى في 68 في المئة من المشمولين بالدراسة، أن اتباع القلب في أمور من قبيل العمل، يجعل الإنسان أمام رؤية غير واضحة.

وأظهرت الدراسة أن 16 في المئة من المستجوبين غيروا وظائفهم بعدما اتخذوا القرار، استناداً إلى القلب، لكن 15 في المئة من المستجوبين أيضاً أكدوا أنهم غيروا المهنة بعدما قاسوا الأمور بمنطق العقل، وهو ما يعني أن من يسفون للقلب لا يواجهون خطراً كبيراً كما قد يتبادر إلى الذهن.

رئيس البرازيل يتهم ديكابريو بتمويل حرائق الأمازون

قال الرئيس البرازيلي جايير بولسونارو إن نجم هوليوود ليوناردو ديكابريو مول الحرائق التي تشتعل في غابات الأمازون المطيرة دون تقديم أي دليل في أحدث هجوم من قبل الزعيم اليميني في القضاء المسؤولية عن حرائق الغابات والتي أثارت قلقاً دولياً.

وكان بولسونارو يعلق على ما يبدو على منشورات في وسائل التواصل الاجتماعي تقول إن الصندوق العالمي للحياة البرية قد دفع أموالاً من أجل صور التقطها رجال إطفاء متطوعون يفترض أنها استخدمت بعد ذلك من أجل جمع تبرعات من بينها تبرع قيمته 500 ألف دولار قدمه ديكابريو. ونفى الصندوق العالمي للحياة البرية تلقيه مساهمة من ديكابريو أو حصوله على صور من رجال الإطفاء. وقال بولسونارو خلال تصريحات مقتضبة أمام قصر الرئاسة، ليوناردو ديكابريو رجل رائع أليس كذلك؟ أعطى أموالاً لجرع الأمازون.

ونفى ديكابريو تبرعه للصندوق العالمي للحياة البرية. وقال في بيان إن شعب البرازيل يعمل على إنقاذ تراثه الطبيعي والثقافي.. ولكن لم نمول المنظمات المستهدفة على الرغم من استحقاتها الدعوى.

ويعد ديكابريو من المدافعين بقوة عن مكافحة التغير المناخي وتحدث مراراً عن قضايا بيئية ومن بينها حرائق غابات الأمازون. وتعد مؤسسته التي تركز على المشروعات التي تحمي الحياة البرية المعرضة للخطر من الانقراض جزءاً من مؤسسة تحالف الأرض (إيرث الاینس).

