

اجتمع بزفازف وسيرسم مكان تربص الخضر قريبا

بلماضي يعود لقطر يلتقي بونجاح ويعاين بن يطو

09

الرائد

لا يكذب شعبه
يومية إخبارية وطنية

www.elraed.dz

الثلث: 10 دج

السنة التاسعة

الأحد 06 مارس 2022 الموافق لـ 03 شعبان 1443 هـ

2899

journal.elraed@gmail.com

قال إنه تأكيد على التزامات رئيس الجمهورية، الوزير الأول يصرح:

الدولة عازمة على جعل الجزائر نموذجا في دعم المؤسسات الناشئة

02

تدابير جديدة لفائدة الشركات الناشئة والحاضنات



ضمن خطة التحول الرقمي واستراتيجية "الذكاء الصناعي"

المؤسسات الناشئة وتحديات بناء النموذج الاقتصادي الجديد

02



"الرائد" تنقل نماذج إيجابية
في الانتصار على "الوزن الزائد"

جزائريون

"يكسرون الميزان" ويتحدون السمنة

أزيد من 8 ملايين جزائري
مصابون بداء السمنة

04 / 05

قال إنه تأكيد على التزامات رئيس الجمهورية، الوزير الأول يؤكد:

الدولة عازمة على جعل الجزائر نموذجا في دعم المؤسسات الناشئة

أكد الوزير الأول أيمن بن عبد الرحمن، أمس، عزم الدولة على جعل الجزائر "نموذجا" في دعم المؤسسات الناشئة تستلهم منه الدول تجاربها، مؤكدا استعداد الحكومة على تعبئة كل الشباب والفاعلين الاقتصاديين والاجتماعيين من أجل إنجاح هذا البرنامج، الذي يعد "تأكيدا لالتزامات رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون ببناء النموذج الاقتصادي الجديد".

إيمان. س



بجعل المؤسسات الناشئة رافدا من روافد الاقتصاد الجديد.

ومن بين التدابير الأخرى المتخذة لدعم الشباب المبتكر وتشجيعه على إنشاء مؤسسات ناشئة، في إطار مخطط عمل الحكومة من أجل تطبيق برنامج رئيس الجمهورية، ذكر الوزير الأول بوضع الإطار التنظيمي للابتكار وتدعيمه وكذا وسائل الدفع الإلكتروني ومراجعة الإطار التشريعي للتجارة الإلكترونية، "حيث يتم حاليا استكمال مراجعة القانون التجاري، بما يجعله أكثر مرونة مع المؤسسات الناشئة وهو حاليا قيد الدراسة على مستوى البرلمان".

تسريع وتيرة الرقمنة الشاملة للمعاملات الإدارية

إلى ذلك، أكد الوزير الأول سعي الحكومة لمواصلة العمل على تحسين مناخ الأعمال وتبسيط إجراءات الفعل الاستثماري، من خلال تسريع وتيرة الرقمنة الشاملة للمعاملات الإدارية، خاصة تلك التي لها علاقة مباشرة بتحسين نوعية الخدمات العمومية المقدمة، بالإضافة إلى تعزيز خدمات التصديق والتوقيع الإلكتروني، ووجد إدراك الحكومة بأن إنجاح التحول الرقمي مرهون بمدى القدرة على تقليص الهوة الرقمية، مؤكدا قدرة الشباب الجزائري على رفع هذا التحدي، بالنظر إلى ما تزخر به البلاد من "ثروة الأمة من ملايين الشباب والجامعيين الذين يفوق عددهم مليون و600 ألف طالب جامعي، أغلبهم في اتصال مباشر مع التكنولوجيا ووسائل الاتصال الحديثة".

كما شدد الوزير الأول على عزم الدولة في جعل الجزائر "نموذجا" في دعم المؤسسات الناشئة، تستلهم منه الدول تجاربها، مؤكدا أن "لنا من

قال الوزير الأول في كلمته الافتتاحية لدى إشرافه على افتتاح الطبعة الثانية للمؤتمر الوطني للمؤسسات الناشئة "الجيريا ديسروبت 2022"، إن "ما تحقق فعلا في الميدان، وما سيتحقق بإذن الله، لهُو نتيجة الرغبة، بل الإرادة القوية في التغيير والاهتمام بالشركات الناشئة"، مضيفا أن الإنجازات المحققة في هذا المجال، تعد "ترجمة وتجسيدا ميدانيا للالتزامات التي قطعها رئيس الجمهورية على نفسه بالمضي قدما في هذا المسعى الرامي إلى بناء النموذج الاقتصادي الجديد"، وذكر في هذا السياق بـ"الإيمان العميق" للرئيس تبون بالمؤسسات الناشئة والذكاء الاصطناعي، إذ أسس، لأول مرة في تاريخ الجزائر، وزارة مخصصة لهذه المؤسسات ومدرسة عليا للذكاء الاصطناعي لخلق بيئة تساعد على الانتقال من الاقتصاد الريعي إلى اقتصاد متنوع المداخل والمساهمة في القضاء على روح الاتكال على النفط وتقلبات أسعاره في الأسواق الدولية. وفي هذا الشأن، ذكر الوزير الأول بالأهمية البالغة التي أولاها رئيس الجمهورية للانتقال بالاقتصاد الجزائري من نظام كلاسيكي ريعي إلى نموذج يعتمد على قطاعات منتجة أخرى وعلى اقتصاد للمعرفة تكون فيه المؤسسات الناشئة "القاطرة" التي تقود هذا الانتقال، وأكد أن كل ما تحقق لصالح المؤسسات الناشئة من شأنه أن يساهم في التعجيل بوتيرة الانتقال إلى الاقتصاد الرقمي ومضاعفة المنتجات والمعاملات الرقمية، وبالتالي يساهم على ظهور مؤسسات أكثر إبداعا وابتكارا تقترح أسهل الحلول وتتيح الفرص الأكبر عدد من المؤسسات الناشئة، وبالرغم من الظروف المالية والاقتصادية الصعبة، إلا أنه تم إنشاء صندوق وطني لدعم المؤسسات الناشئة "إيمانا من رئيس الجمهورية

تحمل الدولة لمصاريف براءات الاختراع والملكية الفكرية

تدابير جديدة لفائدة الشركات الناشئة والحاضنات

وتحسين ادائها، بالإضافة إلى إطلاق "مخبر التكنولوجيات المالية" بالتعاون مع سلطة ضبط السوق المالي وشركات التأمين والبلوك، خلال هذه الطبعة التي أشرف على افتتاحها الوزير الأول، أيمن بن عبد الرحمن.

إلى ذلك، أعلن وليد إطلاق تطبيق لصالح الشركات الناشئة MY STARTUP، سيمكن، بالإضافة إلى الإجراءات الإدارية، من التواصل مباشرة مع الوزارة وطرح الإشغالات كما سيمكن أصحاب الشركات الناشئة من البقاء على علم بكل ما تقدمه الوزارة واكتشاف كل الفرص المتاحة للشركات الناشئة (صالونات، تمويل، فرص مع شركات كبرى...) وأشار الوزير إلى أن النظام البيئي للمؤسسات الناشئة يشهد "ديناميكية غير مسبوقه" في كل أنحاء الوطن، مؤكدا أن الهدف من هذا المؤتمر هو أيضا الإجابة على أسئلة مهمة تخص الاقتصاد الوطني.

الأعمال الموزعة على التراب الوطني. وتطرق كذلك لإنشاء تمثيلات جهوية للصندوق الجزائري للشركات الناشئة، حيث يتم حاليا التحضير لإطلاق تمثيلات للصندوق في بعض ولايات الوطن. ومن ضمن أفاق قطاع المؤسسات الناشئة، ذكر وليد "تشجيع الصناديق الاستثمارية الأجنبية على الاستثمار في الجزائر، حيث تم إبرام مذكرات تفاهم في هذا الإطار والمشاركة في عدة تظاهرات دولية".

وفيما يتعلق بتعزيز هياكل الدعم للشركات الناشئة، كشف وليد عن إطلاق برنامج تسريع للشركات الناشئة لـ"الجيريا فنثور"، بمناسبة انعقاد المؤتمر، بالإضافة إلى إنشاء مندوبيات جهوية لمسرّع "الجيريا فنثور"، حيث سيتم إمضاء اتفاقية إطار مع وزارة الصناعة لإنشاء مسرعات على مستوى بعض الولايات، كما سيتم أيضا إنشاء نظام لتقييم الحاضنات

أعلن الوزير المنتدب لدى الوزير الأول المكلف باقتصاد المعرفة والمؤسسات الناشئة، ياسين المهدي وليد، أمس، عن تدابير جديدة لفائدة الشركات الناشئة وكذا حاضنات الأعمال.

إ. س / واج

كشف الوزير المنتدب لدى الوزير الأول المكلف باقتصاد المعرفة والمؤسسات الناشئة، في مداخلة ألقاها خلال أشغال الطبعة الثانية للمؤتمر الوطني للمؤسسات الناشئة "الجيريا ديسروبت 2022" عن تبني الدولة لآليات جديدة تتعلق بـ"تحمل الدولة لمصاريف براءات الاختراع والملكية الفكرية"، مشيرا إلى أن هذه الآلية تندرج ضمن توجهات رئيس الجمهورية، عبد المجيد تبون، معلنا عن برنامج جديد لفائدة أصحاب المشاريع المبتكرة الذين يمكنهم الاستفادة من المرافقة المالية ومن حاضنات

ضمن خطة التحول الرقمي واستراتيجية "الذكاء الصناعي" المؤسسات الناشئة وتحديات بناء النموذج الاقتصادي الجديد

تمثل المؤسسات الناشئة اليوم، أهم حلقة في بناء النموذج الاقتصادي الجديد، الذي تبنته السلطات العليا في البلاد، وتتأسس هذه الاستراتيجية على عاملين أساسيين: "شباب مبادر" ومشاريع مبتكرة. وذلك ضمن سياق جديد قوامه "الذكاء الصناعي واقتصاد المعرفة".

مجيد. ذ

لظلمة كان النقاش منصبا حول آليات "الخروج من الأزمة الاقتصادية" التي كانت دوما في صلب برامج الحكومات المتعاقبة وحتى في نقاشات الخبراء الاقتصاديين، غير أن الواقع الذي أفرزته ممارسات سابقة جعل من موعد الإقلاع الاقتصادي موجلا إلى حين.

لقد كان من بين مثبطات "المبادرة والابداع" في خلق مؤسسات لدى الشباب، تلك "العقليات المتحجرة لبعض الإداريين" الذين كرسوا سلوكيات بيروقراطية منفرة، تكسرت معها أحلام عديد الشباب الحاملين لمشاريع مبتكرة وخلاقة للثروة.

وعليه فإنه وفي زمن التحول الرقمي، يجعل من رهان الحكومة الأول القضاء على هذه الذهنيات التي رهنّت مستقبل اقتصاد البلد، من خلال التسريع في عملية الرقمنة، التي تعد حسب الخبراء والمختصين أساس محاربة البيروقراطية.

وفي ظل وجود إرادة سياسية حقيقية للانتقال من اقتصاد الربع نحو اقتصاد خلاق للثروة، يجعل الفرصة مواتية لتحقيق هذا المبتغى، لاسيما بعد قرار رئيس الجمهورية إنشاء صندوق وطني لدعم المؤسسات الناشئة حتى تكون رافدا من روافد الاستراتيجية الاقتصادية الجديدة، ناهيك عن مدرسة عليا للذكاء الصناعي، تعنى بتكوين اطارات مؤهلة في هذا المجال الهام.

وما إشراف الوزير الأول عن الحدث الاقتصادي "الجيريا ديسروبت 2022" الذي احتضنته ولاية وهران يوم أمس، إلا دليل على هذا التوجه الذي يستهدف وضع قاعدة صلبة للمؤسسات الناشئة التي تعد بعيون الخبراء الاقتصاديين ركيزة أساسية لأي اقتصاد ناشئ يبحث عن موطأ قدم له في النظام الاقتصادي العالمي الجديد الذي يبنى على المعرفة والذكاء الصناعي.

لقد حرص الرئيس تبون، منذ أن انتخب رئيسا للجمهورية، على الدفع بهذا النمط الاقتصادي، بل وجعله ضمن أوليات برنامجه الاقتصادي، وذلك من خلال التركيز على المؤسسات الناشئة، في إعادة بناء الاقتصاد الوطني، وعلى هذا الأساس تم استحداث وزارة منتدبة مكلفة بهذا الملف.

وفي هذا السياق، تحدث الرئيس عن أوليات السنة الجديدة التي انتضى منها شهران، وأكد بانها ستكون اقتصادية بامتياز، فهذه المقاربة الاقتصادية تنزّ من مع الجهود التي تبذلها وساطة الجمهورية من أجل رفع العراقل التي قام بها السلطات العليا للبلاد، حيث عرفت جمودا بسبب عواقب بيروقراطية متعددة الأشكال، ولاسيما ما تعلق باستثمارات الشباب.

إن مرافقة المستثمرين الشباب والشد على أيديهم من طرف جميع القطاعات ذات الصلة، من شأنه أن يدفع بهذه المؤسسات الناشئة قدما نحو الأمام ويجعل منها قاطرة الإقلاع الاقتصادي، لاسيما في ظل الزخم الدبلوماسي الذي تقوم به السلطات العليا للبلاد، حيث كانت زيارات الدولة التي قام بها الرئيس تبون إلى عدد من الدول الشقيقة والصديقة ضمن هذا المسار الاقتصادي الجديد يجعل من باب الاستثمار المحلي والشراكات الثنائية حلقتان موصولتان، تقودان إلى بناء أرضية صلبة للاقتصاد، قوامها دعم المنتج المحلي وشراكة "رابح- رابح".

وفي المحصلة، فإنه نجاح أي سياسة اقتصادية يحتاج إلى توفير "مناخ مواتم"، وهذا ما تكون السلطات العمومية قد تنهت إليه، وتسعى إلى تحقيقه سواء من خلال مراقبة المؤسسات الناشئة، وكذا من خلال الإجراءات والتدابير التي اتخذتها بغية تحقيق الأهداف المتوخاة منها.

توقيع 3 اتفاقيات

إطار لدعم المشاريع المبتكرة

تم أمس، توقيع ثلاثة اتفاقيات إطار بين المسرع العمومي للمؤسسات الناشئة "الجيريا فانثور"، ومؤسسات وهيئات من قطاع الصناعة، تهدف إلى مرافقة اصحاب المشاريع، ويتعلق الأمر باتفاقية لدعم ابداع البراءات للمؤسسات الناشئة التي وقعها المدير العام للمسرّع العمومي للمؤسسات الناشئة "الجيريا فانثور"، والمدير العام للمعهد الوطني الجزائري للملكية الصناعية، أما الاتفاقية الثانية المسماة "الابتكار المفتوح"، فقد وقعها المدير العام لـ"الجيريا فانثور" مع المدير العام للمجمع العمومي الإلك-الجزائر، في حين وقعت الجيريا فانثور بالاحرف الاولى على الاتفاقية الثالثة مع المدير العام للوكالة الوطنية لتطوير المؤسسات الصغيرة والمتوسطة وترقية الابتكار.

ق. و

مع تأكيد وزارة التربية على إلغاء نظام التفويج والتنظيم الاستثنائي

في ظل التخوفات من "الندرة" وارتفاع الأسعار
وزارة التجارة تقرّ فتح أسواق
جوارية خاصة بـرمضان

يزداد الضغط على مصالح وزارة التجارة، تزامنا واقتراب شهر رمضان، لاسيما في ظل الندرة التي عرفتها وما تزال تعرفها بعض المواد على غرار مادة الزيت واسعة الاستهلاك. وفي هذا السياق قررت ذات المصالح تسريع عملية فتح الاسواق الجوارية الخاصة بشهر رمضان، الذي يزداد فيه الطلب بشكل كبير على مختلف المواد الاستهلاكية، حيث ترأس الوزير كمال رزيق اجتماعا تنسيقيا مع مدراء القطاع أكد من خلاله بأهمية "إنجاح عملية فتح الأسواق الجوارية الخاصة بشهر رمضان، قصد ضمان التموين بالمواد واسعة الاستهلاك"، وذلك بالتنسيق مع مختلف الشركاء. وحسب بيان لوزارة التجارة وترقية الصادرات على صفحتها الرسمية على "الفيسبوك"، فقد أسدى رزيق توجيهات تقضي بضرورة التنسيق مع السلطات المحلية واثراك المنتجين والتجار والشركاء المهنيين للقطاع لإنجاح العملية قصد ضمان تموين السوق بالمواد ذات الاستهلاك الواسع بأسعار تنافسية".

كما دعا الوزير، يضيف البيان، المدراء إلى المتابعة الميدانية لعملية تسويق وتوزيع بعض المنتجات انطلاقا من مكان جنيها وذلك "لقطع الطريق أمام بعض المحاولات لعمليات الاحتكار أو المضاربة".

ف. م

الامن الغذائي، الانتقال الطاقي والتحول الرقمي
تحديات الاقتصاد الوطنيكونفدرالية أرباب العمل تعرض "كتابا أبيض"
حول التنمية الاقتصادية في الجزائر

عرضت الكونفدرالية الوطنية لأرباب العمل المواطنين أمس، "كتابا أبيضاً" حول المؤسسة والتنمية الاقتصادية في الجزائر. وتسمى المنظمة من خلال هذا العمل الذي يحمل عنوان "الكتاب الأبيض والتنمية الاقتصادية: من أجل سياسة جديدة للاستثمار"، إلى "تشارك الأفكار وجهات النظر والاشغالات والرؤية المستقبلية حول الاقتصاد الجزائري"، يؤكد رئيس الكونفدرالية محمد سامي عاقل، خلال ندوة صحفية.

ويعد الكتاب أيضا تعبيراً عن إرادة المنظمة في القيام بالتزام قوي في إطار مشروع وطني للانتعاش الاقتصادي، يضيف عاقل، موضحاً أن "جعل المؤسسة أساس أي انعاش اقتصادي يمثل قناعة قوية يتقاسمها كل أعضاء الكونفدرالية". ولهذا، يعد هذا الكتاب الأبيض، المعروف للنقاش، وثيقة "التزامات وطموحات وقيم مهنية اخلاقية ومعنوية، وتشارك ومقترحات في إطار هدف وحيد وهو بناء نموذج لترقية المؤسسة الجزائرية معا في إطار المشروع الوطني للتنمية".

من جانب آخر أكد عاقل، أن هذا الكتاب الأبيض "ليس قائمة شكاوي موجهة للسلطات العمومية، لكنه التزام مواطناتي تجاه شركائنا وكل الأطراف المعنية في عالم الاقتصاد".

ووضعت الكونفدرالية ضمن هذا الكتاب جملة من المقترحات من أجل سياسة جديدة للمؤسسة والاستثمار. وحسب الكتاب الأبيض للكونفدرالية، الذي يتضمن 72 صفحة، فإن التحديات التي يواجهها الاقتصاد الوطني "كثيرة ومتعددة"، منها ثلاث تحديات رئيسية، تتمثل في الأمن الغذائي والانتقال الطاقي إلى جانب التحول الرقمي.

ق. و

80 شركة وطنية وأجنبية منتظرة في الصالون
الدولي للصناعة والبناء والتصدير

تطلق فعاليات الطبعة الرابعة للصالون الدولي للصناعة والبناء والأشغال العمومية والتصدير (Oran-Invest-Expo) من 14 إلى 17 مارس الجاري، بمرکز الاتفاقيات بوهران بمشاركة أكثر من 80 شركة وطنية وأجنبية.

أوضحت مؤسسة "سانفلور للاتصال"، المنظمة للحدث، أن هذه التظاهرة الاقتصادية، الذي تنظم تحت رعاية وزير التجارة وترقية الصادرات، بمساهمة الوكالة الوطنية لترقية التجارة الخارجية ومكتب الكونفدرالية الجزائرية لأرباب العمل المواطنين وبورصة المناولة الصناعية والشراكة، ستشهد "مشاركة مميزة لمؤسسات وطنية عمومية وخاصة وكذا شركات أجنبية ناشطة في المجالات ذات العلاقة بموضوع الصالون".

كما أشارت إلى أن الهدف من جمع قطاعات حيوية ومتكاملة في هذا الصالون هو "خلق ديناميكية فعالة بين المتعاملين ودفع التنمية والشراكة الاستثمارية بصورة فعالة". وأضاف المصدر ذاته ان الصالون سيرفع مشاركة شركات وطنية رائدة في التصدير لعرض تجربتها لإفادة المتعاملين الراغبين في الاستفادة من المزايا والإعانات التي تقدمها الدولة الجزائرية في هذا المجال. ولتشجيع الشباب الجامعي وحاملي المشاريع المبتكرة، يضيف البيان، سيتم منح فضاء عرض بصفة مجانية لجامعة وهران والمدرسة متعددة التقنيات لوهران وكذا جمعيات الشباب أصحاب المشاريع لتمكينهم من التقرب من الفاعلين الاقتصاديين وإيجاد فرص تجسيد وتمويل مشاريعهم. وإلى جانب اللقاءات المهنية، يتخلل الصالون برنامج ثري من المحاضرات والنقاشات ينشطها أرباب شركات كبرى وأخصائيين في المجالات المتعلقة بموضوع الصالون.

ف. م

كمال نواري: "العودة الى التنظيم
العادي للمدرسة سابق لأوانه"

الانتقال إلى "المتوسط لتلاميذ الخامسة ابتدائي باحتساب المعدل السنوي للتقييم المستمر" مع تحضير وزارة التربية الوطنية للعودة إلى نظام التدريس العادي بداية من الدخول المدرسي 2022/2023، يرى النشاط التربوي كمال نواري ان الحديث عن إلغاء نظام التفويج والتنظيم الاستثنائي ابتداء من السنة المقبلة والعودة إلى التنظيم العادي للمدرسة سابق لأوانه.

مريم عثمان

مرحلة التعليم الابتدائي بعد رفع التنظيم الاستثنائي للتدريس ساري المفعول حاليا جراء جانحة كورونا (كوفيد-19) والعودة إلى التنظيم العادي".

هذا فيما أعلنت وزارة التربية الوطنية أن امتحاني شهادتي التعليم المتوسط والكالوريا سيجريان ما بين 6 و 16 جوان القادم، مذكرة بأن امتحان نهاية مرحلة التعليم الابتدائي قد تم إلغاؤه بالنسبة لدورة 2022.

وأكد بيان للوزارة أن رزمة الامتحانات المدرسية بعنوان 2022 قد حددت تاريخ إجراء امتحان شهادة التعليم المتوسط من يوم الاثنين 6 إلى يوم الأربعاء 8 جوان القادم ؟

ويعد ان حيت المجهودات "الجارية والحس التربوي العالي" لجميع مكونات الجماعة التربوية، أهابت وزارة التربية الوطنية في ختام بيانها بالجميع التحضير الجيد لامتحاني شهادتي التعليم المتوسط والكالوريا، كما تمتن الوزارة النجاح والتوفيق لجميع التلاميذ والطمأنينة والارتياح للاولياء.



العادي بداية من العام المقبل، بعد حديثها عن امتحان "السنكيام" حيث نكرت الوزارة بأن امتحان نهاية مرحلة التعليم الابتدائي قد تم إلغاؤه بالنسبة لدورة 2022 ليكون بالتالي الانتقال إلى السنة الأولى متوسط لتلاميذ السنة الخامسة ابتدائي باحتساب المعدل السنوي للتقييم المستمر (مجموع معدلات الفصول الثلاثة تقسيم ثلاثة). وبالمناسبة أكد ذات المصدر أن هذا الامتحان "سيعوض بداية من السنة الدراسية المقبلة 2022-2023 بامتحان تقييم مكتسبات نهاية

دليل جديد حول "الألعاب" ومنشورات توزع على 500 مدرسة

مشروع اتفاقية وزارية مشتركة لتكوين اساتذة الابتدائي في "الرياضة"

يسمح لها بالمشاركة في مسابقة التوظيف رتبة معلم مدرسة ابتدائية كغيرها من التخصصات المدرجة. ويتساءل هؤلاء، كيف يسمح لتخصصات مثل الحقوق والبيولوجيا والعلوم التجارية والاقتصادية... الخ، المشاركة في الترشح لرتبة معلم المدرسة الابتدائية ولا يحق لخريج معاهد التربية البدنية المشاركة، علما أن هذا الأخير قد تحصل على تكوين جامعي يضم فيه مختلف المقاييس من علم النفس، علم الاجتماع، ابستمولوجيا، فيزيولوجيا. والمقياس الأهم هو البيداغوجيا التطبيقية الذي يظل لصيقا بطالب المعهد لمدة تكوينه 3 سنوات أو 5 سنوات بالنسبة لطلبة الماستر. يجدر الإشارة ان دراسة رفعها طلبة المعاهد الخاصة بالتربية البدنية إلى وزيرة التربية أن 80 بالمائة من أسباب السلوك العدواني للأطفال المتدربين هو حرمانهم من مادة التربية البدنية في الطور الابتدائي.

مريم عثمان

مدير المركز العربي لتبادل الأخبار والبرامج محسن سليمان يصرح

اجتماعات المنسقين الإذاعيين والتلفزيونيين العرب بالجزائر حققت جميع أهدافها

اختتام الاجتماعات في جلسة تضم منسقي الإعلام الجديد، وأفاد ذات المسؤول أنها "المرّة الثالثة التي تحتضن فيها الجزائر اجتماعات هذه الهيئة الجديدة التي استحدثت بعد إنشاء لجنة الإعلام الجديد المهتمة بعمل المنسقين المنتخبين للأخبار المنقولة عبر وسائط التواصل الاجتماعي أو على الهواتف النقالة". وشدد على أن "الحكومة الجزائرية التزمت ببناء مقر جديد للمركز وقد لقي ذلك إشادة من قبل المهنيين العرب الذين زاروا المقر الجديد"، لافتا إلى أنه يتم حاليا "الانتقال الفني والهندسي للبنية الجديدة التي ستدخل حيز الخدمة نهائيا خلال الأيام القادمة". ويحتوي المركز -حسب ذات المتحدث- على "تجهيزات فنية متطورة، تزيد قيمتها عن 5 مليون دولار، ويسيره إطارات من مهندسين وفنيين ومنسقين من الجزائر ومن دول عربية عديدة على غرار الأردن والسودان ومصر".

بشكل حضوري بعد تعليقها السنة الماضية بسبب وباء كورونا، باقتراح "الحلول اللازمة لمختلف الانشغالات المطروحة من خلال توصيات عملية لتطوير مختلف نشاطات التبادل في الهيئات العربية"، -حسب السيد سليمان-.

وتم أمس عقد آخر جلسة عمل مفتوحة من خلال تنظيم ورشة حول المنصة السحابية الجديدة لاتحاد إذاعات الدول العربية والتي "شرع في تنفيذها منذ سنة ونصف"، -مثلما ذكره السيد سليمان- الذي أعلن أن "العمل بهذه المنصة سيبدأ في يوليو المقبل بعد فترة تجريبية تنطلق مطلع أبريل المقبل".

وأوضح أنه من شأن هذه المنصة أن "تحل جميع مشاكل تبادل الأخبار أو البرامج مستقبلا، نظرا لاعتمادها على الانترنت واحتوائها على وسائط وتقنيات جد متطورة تستجيب لتطلعات المهنيين في التلفزيونات العربية". وسيتم اليوم،

أعلنت وزارة التربية الوطنية عن اتفاقية وزارية مشتركة مع وزارة الشباب والرياضة من أجل تكوين اساتذة التعليم الابتدائي في "الرياضة". وجاء هذا على لسان مفتش وزارة التربية عيسى تيجاني على هامش دورة تكوينية لفائدة اساتذة التعليم الابتدائي بمدرسة الرياضيات بولاية سطيف اين اوضح انه مشروع عمل عمل مشترك من خلاله لجنة وزارية مشتركة ووزارة التربية مختصة باللجنة الفرعية المختصة بالتكوين، مهمتها تكوين الاساتذة، مشيرا انه تم تخصيص منشورات حول التكوين في الرياضة وتم توزيعها على 500 مدرسة من أجل تكوين الاساتذة في تعليمية المادة ومناهج ومخططات وو الوحدات التعليمية.

وأوضح ذات المسؤول انه تم اعداد دليل جديد يضم ألعاب خاصة مع التوجه الجديد لوزارة التربية من أجل تطوير الرياضة المدرسية، خاصة وان المدارس كلها تحتوى على ملاعب، وليس كقيل ان يقتصر ممارسة الرياضة بساحة

وأوضح ذات المسؤول انه تم اعداد دليل جديد يضم ألعاب خاصة مع التوجه الجديد لوزارة التربية من أجل تطوير الرياضة المدرسية، خاصة وان المدارس كلها تحتوى على ملاعب، وليس كقيل ان يقتصر ممارسة الرياضة بساحة

قال سليمان في تصريح لوكالة الأنباء الجزائرية، على هامش الاجتماعات الدورية للمنسقين الإذاعيين والتلفزيونيين ومهندسي الاتصال وشبكات التبادل المنظمة بفندق "حياة ريجنسي"، أن هذه الاجتماعات التي شاركت فيها 11 دولة عربية، "حققت جميع أهدافها وكانت فرصة للتقييم السنوي لنشاطات التبادل ما بين المنسقين الإذاعيين والتلفزيونيين". كما سمحت هذه الاجتماعات التي استؤنفت

"الرّائد" تنقل نماذج إيجابية في الانتصار على "الوزن الزائد"

جزائريون "يكسرون الميزان" ويتحدون السمنة

ملايين الجزائريين يعانون من زيادة في الوزن، ولأننا نتفق جميعا على أن مواجهة مرض السمنة ليس بالأمر الهين وندرك جيدا حجم التحدي الذي يواجهه المصابون به، نحاول من خلال هذا الاستطلاع زرع نوع من الطاقة الإيجابية والإصرار عند هذه الفئة، من خلال نقل شهادات جزائريين قرروا رفع التحدي واختاروا الفوز بحياة صحية، عوض الاستسلام لدهون أجسادهم والتهرب من "مواجهة الميزان"، وفيما يلي سرد لنماذج مشرفة، قدمت صورة إيجابية للتحدي والانتصار على السمنة.

إيمان سايج

التي تعاني منها، حالت دون بلوغ مرادها وكسب التحدي، فقد رفعت راية الاستسلام وفضلت مواصلة اتباع النظام الغذائي الصحي والمواظبة على ممارسة الرياضة رغم النتائج الضعيفة التي حققتها، ولقد أكدت السيدة زبيدة أنها تزن اليوم 95 كلغ وهو الوزن الذي تطمح لإنقاصه مستقبلا أو على الأقل عدم تخطي عتبته.

"مروان سنة 45"... رحلة إصرار وتحدي عمرها ست سنوات

يؤكد "مروان 45 سنة" موظف، أنه لا يبالغ إن قال إن السنوات الست الأخيرة من عمره، كانت منعرجا لأكبر تحول في حياته، وصفحة جديدة عنوانها العزيمة والتحدي للتحرر من الدهون المسجونة داخل جسده، يقول مروان إنه وبمجرد إقلاعه عن التدخين، بدأ يكتسب مزيدا من الكيلوغرامات، وهو الأمر الذي استحسنه في البداية، غير أن النظام الغذائي غير المتوازن الذي كان يتبعه، "حوّله إلى شخص آخر"، يقول مروان إنه كان يتقاضي مواجهة انعكاس جسده في المرأة، بسبب الكرش البارز والترهلات التي شوّهت جسمه، ليرفع التحدي قبل ست سنوات ويعزم على تحرير شحوم جسده والعودة إلى وزنه السابق: "قبل ست سنوات وصل وزني إلى 93 كيلوغراما، ما صعب عليا القيام بأبسط النشاطات العادية، فكان عقد رباط حذائي مهمة مستحيلة بالنسبة إلي، كما أن مجرد المشي لبضعة أمتار يشكل عذابا لاجسمي"، وعلى ما قاله، باشّر مروان اتباع حمية غذائية صحية تتناسب مع سنه وطوله للوصول إلى الوزن المثالي الذي يحتاجه جسمه، كما كانت بدايته في الرياضة مع بعض الحركات السهلة على غرار القفز على الحبل ورياضة المشي، فتحوّلت غاية بوشاري إلى مقصد له ثلاث مرات في الأسبوع، وخلال أشهر بدأت النتائج تظهر كلما وقف على الميزان، لكن طموح مروان لم يتوقف عند انقاص الوزن بل رفع تحدي الحصول على جسم رياضي، فاشترك بلجدي القاعات الرياضية المتخصصة وهاهو اليوم يكسب التحدي.



"زبيدة 62 سنة"... تعدت الحميات والوزن واحد

تقول السيدة "زبيدة 62 سنة" متقاعدة، إنها اتبعت وعلى مدار عدة سنوات عديد الحميات الغذائية، بحكم أنها تعاني من زيادة في الوزن منذ صغرها، أرجعه الأطباء في بداية التشخيص للعامل الوراثي، فعلى الرغم من مسؤولياتها العائلية والتزاماتها المهنية غير أن وزنها استمر في الزيادة، فغاب وقت الفراغ عندها جعلها تهمل ممارسة الرياضة، كما أن الساعات الطويلة التي تقضيها في المطبخ زاد من شهيتها وحال دون احترامها لقواعد الحمية الغذائية، وأكدت السيدة زبيدة أنه وقبل إحالتها إلى المعاش، وصل وزنها إلى 106 كلغ، ما جعل ممارسة الرياضة واتباع حمية قاسية أمرا ملحا خاصة وأنها تعاني من عديد الأمراض المزمنة على غرار السكري والضغط الدموي، وبالفعل مباشرة بعد تغيير نظام غذائها واشتركتها في إحدى القاعات الرياضية أين مارست رياضة السباحة، بدأت السيدة زبيدة تفقد وزنها نوعا ما، لكن سنّها الكبير والمشاكل الصحية

السكري، وهو ما أكتته نتائج التحاليل الطبية التي أجراها، فالشاب الصغير الذي من المفروض أن يكون مليئا بالحيوية والنشاط والقوة البدنية، وجد نفسه في مقبل العمر في مواجهة مرض مزمن، يجبره على أخذ إبر "الأنسولين" طوال حياته.

لم ينكر أيمن، أنه دخل حالة من الانطواء واليأس في البداية، غير أن نصائح الطبيب المعالج له، جعلته يرفع التحدي، فبدأ بممارسة الرياضة وكانت البداية برياضة المشي، حيث كان يحرص على قطع عديد الكيلومترات يوميا على فترتين، كما شرع في اتباع حمية غذائية صحية تتناسب مع سنه ووزنه الزائد من جهة، ومع إصابته بداء السكري من جهة أخرى، وبالفعل بدأت النتائج تظهر منذ أول شهر، فقد أكد أنه فقد الكثير من الوزن، كما اشترك مؤخرا في إحدى القاعات الرياضية، لكن ورغم كل النجاحات التي حققتها، غير أن أصعب خطوة كان يتوجب على أيمن القيام بها، كانت مقاطعة فطائر الشوكولاتة، التي اعترف أنه لا يتناول منها سوى نصف فطيرة في الأسبوع.

تحول القضاء على السمنة والتخلص من الوزن الزائد، إلى تحد كبير لدى فئة عريضة من المجتمع، بالنظر إلى الأرقام المخيفة التي تعلنها وزارة الصحة بشكل دوري حول هذا المرض الذي أضحي فعلا "مرض العصر" بحكم العدد الكبير من المواطنين الذين يعانون من زيادة في وزنه والذي قارب نصف عدد الجزائريين، ولأن النظام الغذائي الخاطئ يعد العامل الأول والأساسي في انتشار هذا المرض، يعززه غياب الجهد العضلي والامتناع عن ممارسة الأنشطة الرياضية، فإن جل الحالات المصابة بالسمنة تجد صعوبة كبيرة في التخلص من دهون الجسم، وتتخوف من تحدي "مواجهة الميزان"، في حين نجد نسبة أخرى من المواطنين ممن قرروا رفع التحدي ومواجهة أجسامهم البدينة.

ومن خلال هذا الاستقصاء نحاول تسليط الضوء على بعض النماذج المشرفة، التي نجحت في تحدي شهيتها القوية ومناقشة شغفها بالأكل، فجعلت من "مؤشر الميزان" حكما ويفصلا بين ماضي البدانة وقلة الحركة، وحاضر ملئ بالحيوية والنشاط والصحة، بل منها من تحول إلى ممارسة الرياضة وأضحى بطلا في رياضة كمال الأجسام.

"أيمن 17 سنة"... "اشترت" مرض السكري ببطائر الشوكولاتة

بالنسبة لأيمن، فإنه لم يتظن لشكل جسمه ووزنه الزائد إلا بعد أن تعدى الخطوط الحمراء على حد قوله، فالشاب ذو الـ 17 ربيعا، لم يدرك أن النظام الغذائي الذي كان يتبعه قد يتحول في يوم من الأيام إلى خطر على صحته، فإدماحه على تناول السكريات وفي مقدمتها فطائر الشوكولاتة التي كان يحرص على اقتنائها في نهاية كل يوم، من أمام الثانوية التي يدرس بها في "القبّة"، فضلا عن الساندويشات والأكل السريع الذي تعود على مذاقه، جعله يكسب وزنا زائدا.

يؤكد أيمن أنه لم يتظن إلى أنه تعدى عتبة الـ 90 كيلوغراما، إلا عندما بدأ يحس بأعراض الإصابة بداء

الأكل غير الصحي المتهم الأول

أزيد من 8 ملايين جزائري مصابون بداء السمنة

على المشروبات السكرية، وتنظيم وضع العلامات على المنتجات الغذائية، خاصة وأن السمنة في الجزائر تعرف تزايدا بشكل مقلق وسط الكبار والصغار، مما بات يستدعي بذل مجهودات أكبر للتقليل من مخاطرها والوقاية من انتشارها الواسع. ومن جانبه المختص في أمراض السكري والغدد، أكد بأن الوضع يستدعي تكثيف الجهود لنشر التوعية في أوساط المجتمع والتنبيه بخطورة الوضع، مؤكدا بأن ما يعرف بالأكل السريع "الفاست فود"، باتت من أكثر النقاط، التي تسبب السمنة، شديدا على ضرورة العمل لتجنبه والتوجه نحو الأكل الصحي والتركيز أيضا على تخصيص مدة للمشي لا تقل عن الـ 30 دقيقة في اليوم.

وبخصوص اللجوء إلى الجراحة للقضاء على السمنة، والتي تعرف في السنوات الأخيرة اقبالا من قبل بعض الفئات، فقد شدد على أن اتباع نظام غذائي صحي كفيل بعلاجها وأن حالات قليلة جدا تستدعي العمليات الجراحية.

منظمة الصحة العالمية تحذر...

حذرت منظمة الصحة العالمية من الارتفاع الكبير لأعداد المصابين بالسمنة، مشيرة إلى أن أكثر من مليار شخص في جميع أنحاء العالم يعانون منها، مضيفة بأن الإحصائيات تكشف عن تسجيل 650 مليون بالغ و340 مليون مراهق و39 مليون طفل مصاب بالسمنة وأن الأرقام في ارتفاع. وقالت المنظمة في أحدث تقرير لها، بأنها تتوقع أن تسجل بحلول عام 2025 حوالي 167 مليون شخص من البالغين والأطفال أقل صحة بسبب زيادة الوزن أو السمنة، مضيفة بأن الأشخاص المصابون بالسمنة هم الأكثر عرضة بـ 3 مرات لدخول المستشفى بسبب فيروس كورونا.

المأكولات بمحلات الفاست فود تدفع الموظفين للتوجه نحوها مجبرين لا مخيرين، رغم ما تشكله من خطورة على صحتهم، إذ أنهم غير قادرين على تناول أكل صحي، في ظل تدني القدرة الشرائية لهم. وأضاف الطبيب أن الاستهلاك المفرط للسكريات ساهم في ارتفاع أعداد الجزائريين المصابين بداء السمنة، مشيرا إلى أن المنظمة الوطنية لحماية المستهلك طالبت في وقت سابق بضرورة وضع سقف لمادة السكر المستعملة في المشروبات الغازية، خاصة لدى الأطفال، الذين باتوا عرضة للسمنة بشكل كبير في السنوات الأخيرة، ما يجعل التقليل من استخدام السكر في المشروبات ضرورة ملحة.

نداءات متكررة..

يحتفي العالم سنويا يوم الـ 4 مارس باليوم العالمي للسمنة، سعيا لحث كافة الدول للحرص على بذل المزيد من الجهود لمكافحة الظاهرة الخطيرة، والتي يمكن التنبيه بها والوقاية منها. وتأتي الجهود المتواصلة من قبل منظمة الصحة العالمية، في ظل الآثار الكثيرة لمرض السمنة، والذي يصيب معظم أجهزة الجسم، فهو يؤثر على القلب والكبد والكلية والمفاصل والجهاز التناسلي، كما يؤدي إلى مجموعة من الأمراض غير السارية، على غرار مرض السكري من النوع 2، وأمراض القلب والأوعية الدموية، بالإضافة إلى ارتفاع ضغط الدم والسكتة الدماغية، وأشكال مختلفة من السرطان، فضلا عن مشاكل تتعلق بالصحة العقلية. ومن جانبهم الحاضرون في اللقاء، الذي نظمه مخبر نوفو نورديسك، شددوا على ضرورة اتخاذ الإجراءات اللازمة والمستعجلة لكبح تطور الظاهرة الخطيرة والقاتلة أحيانا، مشيرين إلى أنها في بعض الأحيان تكون سببا مباشرة في الانتحار. وطالبوا السلطات الوصية بسن قانون لزيادة الضريبة

الأخيرة بخصوص السمنة في الجزائر، تشير إلى أن الظاهرة تهدد 30 بالمئة من النساء و14 بالمئة من الرجال لدى الفئة العمرية التي تتراوح ما بين 18 و70 سنة، مشيرا إلى أن السمنة تتسبب في 220 مرض أغلبها أمراض مزمنة وخطيرة. وأضاف، رئيس مصلحة الطب الداخلي بمستشفى سطيف، بأن ظاهرة السمنة شهدت في الجزائر ارتفاعا مخيفا في الأعوام الـ 15 الأخيرة، إذا شهدت زيادات بنسبة تصل لـ 80 بالمئة، ما يبرز خطور الوضع.

الأكل غير الصحي المتهم الأول..

وأشار زكريا حوشين، بأن ظاهرة السمنة ترتبط بعوامل وراثية وأخرى غذائية، مشيرا إلى أن تغيير النمط الغذائي، بات جليا في مجتمعنا، خاصة في ظل الإقبال الكبير على تناول المأكولات السريعة وكذا العجائن والعديد من المواد التي تحتوي على السكريات بشكل كبير. وأضاف بأن العوامل الوراثية لا يمكن تغييرها أو التدخل فيها، ولكن في المقابل فإن العوامل المرتبطة بالنظام الغذائي غير الصحي، تستدعي تسطير برامج من شأنها المساهمة في التحسيس بخطورة الأكل غير الصحي والعمل لتغييره تدريجيا. وقال بأن ظاهرة السمنة أصبحت منتشرة بشكل كبير، بسبب عادات الأكل غير الصحية والسريعة، والتي تركز بالدرجة الأولى على أغذية مشبعة بالدهون من جهة، فضلا عن الخمول وعدم ممارسة المصابين بها لنشاطات رياضية تساعدهم في الحفاظ على صحتهم من جهة أخرى وتقلل من نسب إصابتهم بالمرض. ومن جانبه الطبيب وعضو المنظمة الوطنية لحماية المستهلك لولاية بسكرة عمار طمين، أكد في حديثه لجريدة الرائد، بأن محلات الأكل السريع أضحت النقطة السوداء، والمساهم الأكبر في الأرقام المسجلة للإصابة بالسمنة، مضيفا بأن الأثمان التي يتباع بها

يعتبر الـ 4 مارس من كل عام اليوم العالمي للسمنة، والذي تسعى من خلاله عديد المنظمات والهيئات للتذكير بخطورة الظاهرة، التي تعرف في السنوات الأخيرة ارتفاعا كبيرا. تحصى الجزائر في السنوات الأخيرة ارتفاعا كبيرا في أعداد المصابين بالسمنة، ويلعب النظام الغذائي غير الصحي دورا كبيرا في الإصابة بالسمنة، التي دفعت فئة قليلة التوجه نحو الجراحة لاتخاذها كحل لعلاجها والتخلص منها.

ف. م.

أرقام مخيفة...

تعكس الإحصائيات والأرقام، التي تخص ظاهرة السمنة في بلادنا، الارتفاع الكبير الذي تشهده الظاهرة في السنوات الأخيرة، ما أضحي يستدعي إجراءات وتدابير استعجالية للتقليل منها، كونها باتت تمس كافة شرائح المجتمع. ودق المختصون ناقوس الخطر، على هامش الندوة التي نظمها مؤخرا مخبر "نوفونورديسك"، في ظل ارتفاع أعداد المصابين بالسمنة وتعدد الفئات المصابة بها، إذ أن السمنة باتت تصيب الشباب والصغار والكبار، على حد سواء.

وفي هذا الصدد، أكد أمس زكريا حوشين الطبيب المختص في أمراض السكري والغدد في تصريح لجريدة الرائد، بأن السمنة في بلادنا تعرف منحنا تصاعديا مقلقا، كونها تسبب العديد من الأمراض، ما يجعل منها خطرا لا يجب أن يغفل عنه، خاصة وأن أزيد من 8 ملايين جزائري مصاب بالسمنة. ومن جانبه رئيس مصلحة الطب الداخلي بالمستشفى الجامعي سطيف ورئيس الجمعية الجزائرية للطب البروفيسور مالك رشيد، كشف بأن الإحصائيات

في اليوم العلمي لمحاربتها مختصون يدقون ناقوس الخطر

"السمنة" تقتل الجزائريين 19.0%

يعاني الجزائريون من ظاهرة الارتضاع المضط في الوزن، حيث تفاقمت السمنة بين المواطنين بشكل لافت السنوات الأخيرة وتحولت لمرض العصر الذي "يستفز" قائمة واسعة من الأمراض الأخرى وهو ما جعل المختصين يطلقون كل مرة صفارات انذار من أجل تحذير الجزائريين بخطورة ما وصلت اليه أوزانهم.

س. زموش

ثقافة غذائية ورياضية صحية وصحية تعود بالفائدة على الصحة العمومية وتقلل من نفقاتها، ومن الحلول المقترحة من أجل مكافحة أفة البدانة، يوصي سايج عموما بتغيير نمط الحياة، فالغذية المعتمدة بالأساس على الخضار والحبوب ومنتجات الحيوان قليلة الشحوم أو الدهون يمكن أن تسهم في تفادي السمنة أو الوزن المفرط من خلال خفض عدد السعرات الحرارية المستهلكة، كما أن زيادة النشاط الجسماني أو التمارين الرياضية يمكن أن ترفع من عدد السعرات الحرارية المحروقة، وبالتالي الحفاظ على الوزن المثالي للجسم.

أوحدة: "السمنة" تصيب
4 ملايين جزائري بالسكري

وتعتبر البدانة والغذاء غير الصحي عاملين أساسيين للإصابة بالسكري، وفي هذا الصدد يشير رئيس جمعية مرضى السكري فيصل أوحدة أن أكثر من نصف مرضى السكري كانت إصابتهم بالداء بسبب السمنة مضيفا أن الاستمرار في النمط الغذائي غير الصحي الذي يسبب مزيد من البدانة يعقد وضعية 4 ملايين جزائري مصاب بالسكري، بمعدل 15 إصابة سنويا، ويشير أوحدة أن مشكل السكري يترصد بصغارنا وكبارنا ويهدد صحتهم، مما يستدعي الحرص التام للآباء على صحة أبنائهم ومراقبة منظمهم الغذائي، ملحا على ضرورة محاربة السمنة وتجنب تناول السكريات، مع فهم الأسباب التي توصل إلى هذا الداء، وعلى رأسها مشكل السمنة منها إلى أن السكري يجر ثلاثة أمراض أخطر منه، فهو سبب في تآكل الشرايين وقدف البصر والإصابة بالقصور الكلوي، لتبقى النساء الأكثر عرضة لهذا الداء في الجزائر بسبب السمنة والاستهلاك المفرط للسكريات وقلة الحركة.

"الفاست فود" و"السكريات" المتهم رقم واحد

من جهته وفي موضوع السمنة قال أمس رئيس فدرالية حماية المستهلكين زكي حريز أن السوك الاستهلاكي للجزائريين يعتبر متسبب رئيسي في ظاهرة السمنة محذرا من تنامي استهلاك الجزائريين خاصة الشباب والأطفال محذرا من الفراط في تناول عد من المنتجات تسبب السمنة في مقدمتها الخبز بما يناهز 70 مليون خبزة يوميا يستهلكها الجزائريون، بالإضافة إلى السكريات، وذكر زكي بمبادرة بعض المنتجين للعصائر وفي وقت سابق عندما قرروا تقليل نسبة السكر في بعض أنواع العصائر ففسروا أغلب زبائنهم ما جعلهم يرفعون مرة أخرى نسبة السكر مشيرا أن هذا يدل أن الجزائريين وصلوا مرحلة الإدمان للسكر وهو ما يعتبر أمر قاتل.

ثقافة غذائية ورياضية صحية كفيلا
بمحاربة "المرض الظاهرة"

من جهتهم يعتبر المختصون في التغذية أن الغذاء هو أهم حلقة في محاربة السمنة حيث أكد المختص في التغذية وصاحب عيادة في العاصمة بشير سايج في تصريح لـ"الرائد" أن الأنماط الغذائية غير السوية والماكولات السريعة المشبعة بالسعرات الحرارية التي يزداد مستهلكها مقابل قلة الحركة هي السبب الرئيسي في انتشار السمنة والبدانة بين الجزائريين مضيفا أن البدانة التي يعاني منها الكثيرون ناتجة عادة عن انعدام الوعي الغذائي وزيادة كمية الطعام مع سوء اختيار الأصناف الغذائية الصحية المقرونة بقلة الحركة، فنحن نأكل أكثر مما تحتاج إليه أجسامنا ونتحرك قليلا، وبالتالي نحتجز بالجسم الطاقة الزائدة الناتجة عن الطعام على هيئة شحوم تتراكم بأجزاء متفرقة من الجسم. وأشار سايج أن المجتمع يعاني إلى جانب النمط الغذائي غير الصحي، من قلة الحركة حيث أصبح أغلب الجزائريين يعتمدون على السيارات في تنقلاتهم وقضاء أبسط الحاجيات، وعليه طالب ذات المختص بضرورة التنسيق بين مختلف الهيئات الوزارية على غرار الصحة، الرياضة والتربية من أجل ترسيخ

ميزة المجتمعات المعاصرة. وأشار خياطي في تصريح لـ"الرائد" أن ما يخيف حاليا هو أن السمنة في الجزائر باتت أكثر انتشارا منها في أوروبا، وهو ما جعل الجزائر تحتل المرتبة الثانية بعد الولايات المتحدة الأمريكية متفوقة في ذلك على أوروبا، مؤكدا أن السمنة باتت مرض العصر كونها تستفز وتتسبب في العديد من الأمراض الأخرى وتقلل مناعة الجسم ولها خطورة على وظائف الكبد والكلية وحتى القلب وتظهر أضرار البدانة حسب خياطي في انتشار أمراض البول السكري، وارتفاع ضغط الدم، وزيادة الدهون بالدم (الكوليسترول)، ونقص في معدل الخصوية عند النساء، وخشونة المفاصل ولا سيما في الركبتين، وكذا صعوبة التنفس، وصعوبة الحركة والتقليل والذي ينجم عنه الخمول والكسل. هذا إضافة إلى أضرار البدانة النفسية وهو ما يتطلب بضيف خياطي مزيد من تظافر الجهود من أجل العمل على تحسين الجزائريين بخطورة ما وصل إليه أوزانهم. واستعجل خياطي تحرك السلطات لإنقاذ الأجيال المقبلة من خطر الإصابة بالأمراض المزمنة والقاتلة، باعتبار أن السمنة تصيب خمس الأطفال في الجزائر، وإنها إلى جانب الوزن الزائد تهدد 30% منهم.

وقد احتفلت أمس الجزائر على غرار باقي دول العالم باليوم العالمي لمكافحة السمنة هذا المرض الذي تحول إلى ظاهرة في الجزائر وتعدى مجرد "المظهر الجمالي" وبات يقتل حرقيا بسبب ما تسببه هذه السمنة من أمراض مزمنة خطيرة.

أكثر من نصف الجزائريين يعانون "السمنة"

ويعاني أكثر من نصف الجزائريين من الوزن الزائد أو السمنة المفرطة، حسب ما تشير إليه إحصائية رسمية تفيد بوجود 55.6 بالمئة من البالغين يزيد وزنه عن الوزن الموصى به من بينهم 48.3 بالمئة من الرجال و63.3 من النساء وهذا ما يعادل 20 مليون جزائري بإضافة شريحة الأطفال التي يعاني خمسها من هذا الداء. وحسب وزير الصحة عبد الرحمن بن بوزيد فإن السمنة وزيادة الوزن في الجزائر لدى الفئة العمرية بين 18 و69 سنة تقدر وفق دراسة استقصائية بـ 55.6% (63.3% لدى النساء و48.3% لدى الرجال)، معتبرا إياها من الأمراض الناتجة عن تغير نمط العيش وعوامل بيئية أخرى.

توعية قليلة وحملات
تسيسية أقل بـ"أم الأمراض"

ورغم خطورة ظاهرة السمنة والأرقام الجذ مقلقة التي وصلت إليها السنوات الأخيرة إلا أن قطاع الصحة لم يولي أهمية كبيرة للتحميس بهذه الظاهرة على مدار السنة الأمر الذي تترجمه قلة حملات التوعية في المجتمع والوسط المدرسي وغير وسائل الإعلام، رغم أن الأكيد أن مجتمعنا يسير قدما نحو دائرة الخطر التي تتخطى فيها العديد من الدول على رأسها الدولة المتقدمة والغنية وهو ما يستدعي تنسيق أكبر بين مختلف الوزارات من أجل وضع استراتيجية محكمة للتوعية بالمرض الظاهرة والتي تعتبر "أم الأمراض" حيث طرح مختصون أكثر من مرة فكرة ادراج التوعية بالسمنة والتحميس بأهمية الأنماط الغذائية السليمة في المناهج التربوية. خياطي: هذه الأمراض تسببها السمنة وقد تفاقمت السمنة بين الجزائريين الفترة الأخيرة بشكل كبير ما يجعلهم عرضة للإصابة بعدة أمراض على غرار أمراض القلب والسكري والسرطان والعجز الكلوي. وحول الأسباب التي أدت إلى تنامي الظاهرة يؤكد البروفيسور خياطي رئيس الهيئة الوطنية للصحة وتطوير البحث أنها تعود إلى العوامل الجينية، وذلك بنسبة تتراوح بين 40 إلى 70%، تضاف إليها العوامل البيئية المتمثلة بالتغذية غير المتوازنة الغنية بالسكريات والدهنيات والتي أصبحت

أكلات "غير صحية" بسبب محلات "الفاست فود" وعدم ممارسة الرياضة فاقم الوضع

الجزائريون والسمنة.. أرقام مخيفة و"كوفيد 19" يرفع معدلات الوفيات وسط هذه الفئة



الخرق إضافة إلى إصابات الربو وأمراض الكلى المزمنة. وكانت أرقام كشفتها وزارة الصحة حول "السمنة وزيادة الوزن في الجزائر" لدى الفئة العمرية بين 18 و69 سنة تقدر وفق دراسة استقصائية بـ 55.6% (63.3% لدى النساء و48.3% لدى الرجال)، كما أن السمنة وفق مختصين تمس 30 بالمائة من الأطفال.

مريم عثمان

إلى العقم، وآلام المفاصل والظهر، والتهاب الجلد، الخثار الوريدي العميق والانسداد الرئوي، ناهيك عن أمراض الثدي عند الرجال مرض الجزر المعدي والمرئي فضلا عن تسبب ارتفاع نسبة الكوليسترول في العصاره الصفراوية في أحداث حصي "حصوات المرارة" زيادة إلى متلازمة المبيض المتعدد الكيسات ومضاعفات الحمل "من العيوب الخلقية وموت الجنين داخل الرحم" وصداع نصفي، مع لفع معدلات الإصابة بمتلازمة النفق الرسغي وحتى

حتى تلاميذ المدارس، رغم مخاطر ذلك بالنظر إلى عدم الاعتماد في الطهي على المؤكولات الصحية واقتصار ذلك على البطاطا المقلية واللحوم البيضاء والخبز الأبيض الذي يعرف على احتوائه على كميات كبيرة من السكريات التي تلهي بطرق غير صحية، ناهيك عن الاستعمال المكثف لبعض الصلصات التي تحتوي على كميات كبيرة من السكريات وغيرها من المأكولات من "حلويات ومشروبات" التي لا تحتوي على العناصر والفيتامينات التي تتطلبها الجسم والموجودة أساسا من الخضار والفواكه والسمك واللحوم الحمراء المطهية بطرق صحية، يأتي هذا في ظل عدم ممارسة الرياضة التي من شأنها تخفيض الحريات الكثيرة التي تسببها الوجبات السريعة الطهي. ووفق أرقام رسمية صدرت منذ يومين عن البروفيسور رشيد مالك، رئيس مصلحة الطب الداخلي بمستشفى سطيف ورئيس الجمعية الجزائرية للسمنة فإن الإكل غير الصحي رفع معدلات السمنة بالجزائر والذي يجعل هؤلاء عرضة لايزيد من 220 مرضا في حين الإبتعاد عن السمنة يمكن الحماية من مختلف هذه الأمراض منها بالأساس السكري وارتفاع الضغط الدموي وأمراض القلب وأمراض الأعصاب وبعض أمراض السرطان، علاوة إلى أمراض نفسية والاكتئاب، ناهيك عن أمراض أخرى وفق مختصين في الطب تتعلق التهاب المفاصل إضافة

أدت العادات الغذائية الصحية السنية للجزائريين في السنوات الـ20 الأخيرة والتي تركز بالدرجة الأولى على إستهلاك كميات كبيرة من الخبز والأكل السريع المعتمد على "الفاست فود"، والتخلي عن الغذاء "المنزلي" الذي يحتوي على سعرات غذائية معتدلة، من أهم الأسباب التي رفعت نسبة الإصابة بالسمنة بالجزائر، إلى أكثر من 23 بالمائة، رغم النداءات العديد للمختصين من عواب ذلك على الصحة باعتبارها وراء ارتفاع عدة أمراض بالجزائر، في ظل تحذيرات منظمة الصحة العالمية حول الأشخاص المصابين بالسمنة الذي هم أيضا أكثر عرضة، بثلاث مرات، لدخول المستشفى بسبب الإصابة بمرض كوفيد-19.

ومع التطور التكنولوجي والتحول الاجتماعي الذي شهدته الجزائر في السنوات الأخيرة على غرار مختلف دول العالم الذي يتجه إلى عالم السرعة، جعل الجزائريون يتجهون كغريهم من المجتمعات العالمية للاتجاه إلى الأطعمة الجاهزة والتي تحتوي على كميات كبيرة من الدهون أو السكريات أو كليهما معا، وهو ما يرفع من السعرات الحرارية التي يحصل عليها الإنسان، ويساهم في زيادة الوزن ويمهد الطريق للإصابة بالسمنة.

وتشهد مختلف محلات الأكل السريع "المعرفة بالفاست فود" إقبال كبير للمواطنين والتي بدأت تطل

احتفاء بالذكوري الستين للاستقلال

احتفالا بعيد المرأة

فعاليات ثقافية عبر كامل التراب الوطني

الإذاعة تطلق مسابقة وطنية للأغنية الشبابية

للفنون والمعارض برنامجا يمتد إلى غاية 17 مارس يجمع بين المعارض الفنية ومسابقة مخصصة لفن الطبخ الحديث بالإضافة إلى ورشات رسم للأطفال، ويعتزم قصر الثقافة مفدي زكريا إقامة معرض جماعي بعنوان «التعبيرات الفنية الأنثوية» يجمع أعمال خمس فنانات تشكيليات. ويتضمن برنامج الأنشطة الذي أعدته مديرية تنظيم توزيع الإنتاج الثقافي والفني التابعة لوزارة الثقافة والفنون، والذي يستمر إلى غاية نهاية شهر مارس، على وجه الخصوص لقاءات أدبية وشعرية، ومعارض لمنتجات الصناعات التقليدية، وعروض أزياء وحفلات فنية وعروض مسرحية.

ومن المقرر تنظيم في جميع أرجاء الجزائر، على غرار الشلف وباتنة وقسنطينة و بجاية وعناينة و سيدي بلعباس و تبسة أو تمنراست، ندوات متعلقة بمساهمة المرأة في الفن والثقافة بالإضافة إلى التظاهرات التي تسلط الضوء على إبداعات المرأة، في الفضاءات الثقافية العمومية.

برمجت المؤسسات الثقافية بمناسبة الاحتفال باليوم العالمي للمرأة المصادف 8 مارس من كل سنة، عدة تظاهرات ثقافية وفنية عبر كافة أرجاء التراب الوطني. وفي هذا الإطار، قامت المؤسسات التابعة لوزارة الثقافة والفنون وكذلك الإدارات المحلية المكلفة بالثقافة بإعداد برنامج ثقافي وفني غني بالأنشطة.

ومن بين الأنشطة التي تم إطلاقها منذ أسبوع هناك معارض للفنون التشكيلية والكتب والحلي ولقاءات شعرية وحفلات موسيقية وعروض مسرحية وعروض لأفلام، حيث قام ديوان رياض الفتح ببرمجة، من تاريخ 7 إلى 10 مارس، معارض لتسليط الضوء على

الكتاب والحلي واللباس التقليدي، بالإضافة إلى لقاء شعري. كما انضمت الوكالة الجزائرية للإشعاع الثقافي إلى هذه الأنشطة من خلال تنظيم معرض للفنانة التشكيلية نجوى سراء، وأمسية فنية تحييها مونييا شتال إلى جانب عروض لأفلام من إخراج نساء، من جهته، يقدم مركز تلمسان



أعلن المدير العام للإذاعة الجزائرية، محمد بغالي، أمس، عن إطلاق مسابقة وطنية للأغنية الوطنية للشباب تحت شعار «شباب الجزائر يغني للجزائر» في إطار الاحتفالية بستينية الاستقلال.

وقال المدير العام للإذاعة الجزائرية في لقاء جمعه بإطارات مؤسسة الإذاعة السموعة ومديري جميع القنوات الوطنية والموضوعاتية والمحلية ومديري الأخبار ورؤساء التحرير «إن الإذاعة الجزائرية ومن منطلق دورها الرئيسي في التأثير على المجتمع قررت أن تساهم في احتفالية ستينية الاستقلال بمشروع واحد وضخم يتمثل في مسابقة وطنية للأغنية الجزائرية من أجل إثراء المكتبة الوطنية للأغاني وعدم الاكتفاء بالأغاني القديمة التي تبث كل سنة ولم تعد تواكب العصر». وأضاف محمد بغالي أن الإذاعة الجزائرية كمؤسسة إعلامية ثقيلة تدرك جيدا حجم الاهتمام الذي توليه السلطات العليا لهذا الحدث الهام، ولن يقتصر دورها على الإعلام والإخبار فقط وإنما تسعى للتأثير على المجتمع وخاصة الشباب وإعادة الصلة العاطفية بين الشباب والوطن ليس فقط في كرة القدم وإنما في المجال الثقافي من خلال إعادة الصلة بين الشباب وانتمائهم الثقافي للوطن.

وبخصوص المسابقة الوطنية للأغنية الوطنية للشباب، أوضح محمد بغالي أنها ستكون باللغتين العربية الفصحى أو الدارجة المهذبة واللغة الأمازيغية بكل مشتقاتها اللغوية، وهي مفتوحة للشباب والمبدعين الجزائريين عبر جميع ولايات الوطن على أن تتضمن أغاني وطنية جديدة تمجد الوطن تاريخيا وثقافيا وتتغنى بطولات الأجداد وتترجم الانتماء للجزائر وجمالها، وبلغتها جديدة وعصرية تضاف إلى الأرشيف الوطني الذي قال إنه لم يعد يواكب التطورات، مشيرا إلى أن الأغاني المنتقاة سيتم تصويرها بالتنسيق مع التلفزيون الجزائري على شكل فيديو كليب وسيتم عرضها على الدعائم الإلكترونية مجانا.

وتابع المدير العام للإذاعة موضحا أن المسابقة ستتم عبر ثلاث مراحل تنطلق المرحلة الأولى على مستوى كل ولاية ويتم تشكيل لجنين تتولى الأولى التحضير وتتشكل من ممثل الإذاعة الوطنية كعضو فاعل إضافة إلى ممثلين من القطاع الثقافي، بينما تتولى الثانية التحكيم وتكون مشكلة من فنانيين وشعراء وباحثين في التاريخ يتمتعون بالمصداقية مع مراعاة المشتق اللغوي لكل منطقة ليتم انتقاء صاحب المرتبة الأولى والثانية في اللغتين على مستوى كل ولاية.

وأكد المدير العام للإذاعة الجزائرية أن المسابقة لقت صدى إيجابيا لدى السلطات العليا والفاعلين لا سيما وأنها ستثري المكتبة الوطنية بأغاني شبابية وإبداع شبابي يعبر عن انتمائهم للوطن وتغرس روح المواطنة في أوساط الشباب وستكون أحسن رد على المتربصين بالجزائر وليست مبادرة فلكورية لذا يجب أن تليق بالجزائر الجديدة واحترافيا وفنيا وجماليا.

كما شدد المدير العام على ضرورة تبني هذه المبادرة وإنتاج المسابقة التي تعبر بصدق عن انتماء الإذاعة الجزائرية لبعدها المحلي والوطني مؤكدا على أن الإذاعة الجزائرية يجب أن تستعيد دورها كمؤسسة تنشئة اجتماعية وتكرس روح المواطنة في أوساط المجتمع.

افتتاح الطبعة السابعة لجائزة الهاشمي قروابي بالعاصمة



افتتحت فعاليات الطبعة السابعة لجائزة الهاشمي قروابي، مساء أمس الأول، بالجزائر العاصمة بعرض قدمته ستة مواهب شابة من أصل الإثني عشر متنافسا في هذه المسابقة أمام حضور محتشم للجمهور.

وقد نشط الأمانة الأولى من هذه الطبعة التي جرت في بهو مدخل قصر الثقافة مفدي زكريا، الذي احتضن معرضا للصور الفوتوغرافية تستذكر المسار الفني للحاج الهاشمي قروابي، ست مواهب شابة لمدة 15 دقيقة لكل واحد من خلال أداء أغاني الحاج الهاشمي قروابي (1938-2006) برفقة أوركسترا تضم خمسة موسيقيين بقيادة إسماعيل فركيوي.

وكان أول من افتتح المسابقة رفيق عماري من الجزائر العاصمة وسط تصفيقات الحضور حيث أدى أغنية «جل القول باش يندكر» مقطوعة مستمدة من سجل المديح، كما أدى كل من منير عبد الغني من العاصمة أغنية «قرصان إيغمنم» و «كان معكم جات» وعلاء الدين مدني بأغنية «كل من شاف غزالي كاي هابلو» و «إذا كنت عشيق» و عثمان بن داود بأغنية «كيفاش حيلتي» و «دعني يا نديم» حيث استذكر الإرث الفني الذي تركه الحاج الهاشمي قروابي (1938-2006).

واختتم السهرة بأداء كل من فايز غماتي من تيبازة وبابا عمي حاج محمد من غرداية بأداء «خليتيني مهموم» و «الخلاعة تعجيني» و «كيف عمالي وحيلتي» و «البارح»، وقد ذكرت لجنة التحكيم المكونة من الشيخ حميد العيدوي، الخبير في الملحون وسعيد رعب والفائز بجائزة الهاشمي قروابي لعام 2014 سيد أحمد دراجي، بمعايير تقييم الأداء في المنافسة أي الصوت والإلقاء والتمكن من النص والتناسق في تسلسل المقامات (الاستخبار والقصيد والانصراف) والتمكن في الإيقاع والأداء على الخشبة.

وتفاجأ الجمهور كثيرا بالأداء الرائع لعيسى بابا عمي، والد المترشح بابا عمي الحاج محمد من غرداية الذي عندما اعتلى المنصة ليتحدث عن ابنه أدى أغنية «تهديت حين عول ولفي ونوا السحبي»، أغنية أخرى ناجحة للحاج الهاشمي قروابي.

وكانت رئيسة الجمعية الثقافية شهيرة غروابي، قد أعلنت عن الافتتاح الرسمي للطبعة السابعة لجائزة الهاشمي القروابي الكبرى، في كلمة قصيرة ذكرت فيها أيضا الهدف من هذه المسابقة الوطنية التي ترمي إلى «اكتشاف» المواهب الجديدة لأغنية الشعبي والترويج لها».

للكتّاب والصحفي رشدي رضوان

«الهنغاري» تنضم إلى روايات «البوكر»

«الهنغاري» رواية للكتّاب والصحفي الجزائري رشدي رضوان، انضمت إلى روايات البوكر، بعدما وصلت إلى القائمة الطويلة في جائزة البوكر العالمية للرواية العربية، تدور أحداثها في زمن الحرب العالمية الثانية، بين رجلين الأول من هنغاريا، والثاني من الجزائر.

تدور أحداث رواية «الهنغاري» في فترة معقدة من التاريخ البشري الحديث في سنوات الحرب العالمية الثانية، حيث تتقاطع أقدار رجلين من بيئتين مختلفتين، الأول عازف بيانو من بلدة داخلية في هنغاريا اسمه «جينو ماتتيوش»، أما الثاني فهو من بلدة داخلية في الجزائر، وهارب من التجنيد الاستعماري الإيجاري وعازف ناي اسمه «مسعود».

أوعبر مسار أحداث رواية «الهنغاري»، يجد الرجلان نفسيهما متورطين في حرب لا تعنيهما وعلى أرض بعيدة في الشمال الفرنسي بعد رحلة مرهقة مئخنة بالسخط والقنوت، رحلة يفقد فيها ماتتيوش أصابعه ويفقد فيها مسعود رغبته في الحياة، هناك في عاصمة الحرب والجنون، باريس، وفي ظلمة قفو بعيد عن أعين الغستابو، تبدأ حكاية أخرى مع اليهودي يحيى، وتختلط مصائر الرجل، لتشكل معقدة ترفعها الموسيقى وتخنقها الحرب.

يذكر أن، رشدي رضوان كاتب وصحفي من الجزائر، من مواليد 1979. صدر له ديوان «مثلاً» 2010، وديوان «33» 2013، وفي أدب الرحلة، «ركسوس...أيام قبل سقوط القذافي» 2013 ونص مونودراما، «ضمير متصل» 2013. فاز رضوان بجائزة رئيس الجمهورية للإبداع الشعري لسنة 2008 وجائزة الباطين للشعراء الشباب لسنة 2016، وجائزة مهرجان واسط السينمائي بالعراق لأحسن فيلم قصير في 2018.

«مساجد الجزائر» موضوع الصالون الوطني للصورة الفوتوغرافية بتلمسان

زاوية الهامل (المسيلة) وغيرها من المساجد المتميزة بطابعها المعماري وزخرفتها، والتي تعكس ثراء وتنوع الفن الإسلامي في الجزائر. حقبت تاريخية مختلفة، حيث شيدت في عهد المرابطين والموحدين والزيانيين والمرينيين، وقد تم تصويرها ببراعة من قبل شباب فنانيين موهوبين على غرار كسيب عماد الدين (بومرداس) وزهية بن عروس (المسيلة) وإكرام زباني وأحمد بن صديق (تلمسان). وتم تطهير المصورين الشباب من هذه المجموعة من طرف مصورين متمرسين على غرار ناصر وضاحي من تيارت وسامية فيلاي من قسنطينة وخالد مامي من المدينة وكريم بوشحاط من النعامة، الذي وقع صوراً لكثبان رملية مغطاة بالثلج تم تداولها عبر العالم.

وسيتم خلال هذه التظاهرة الثقافية والفنية التي تدوم إلى غاية 5 مارس الجاري، تنظيم ورشات تكوينية ونوادي من قبل مصورين معروفين لتأدية مصوري هواة من تلمسان، كما برمجت مديرية مركز الفنون والمعارض خرجة لفائدة المشاركين في الصالون لاكتشاف ثراء التراث بتلمسان لا سيما المواقع الأثرية الإسلامية الكثيرة بعاصمة الزناتيين.

تتواصل بدار الثقافة «عبد القادر علولة» بتلمسان الطبعة الثانية للصالون الوطني للصورة الفوتوغرافية التي خصصت لموضوع «مساجد الجزائر»، ويشارك في هذه التظاهرة، المنظمة من قبل مركز الفنون والمعارض والمجموعة الوطنية «شغف وصور»، 14 مصور فوتوغرافي قدموا من ولايات وهران والجزائر العاصمة وبومرداس وتيارت والمسيلة وبسكرة وتلمسان والنعامة والمدينة وقسنطينة والذين يعرضون أزيد من 70 عملاً حول المساجد العتيقة عبر الوطن تبرز طابعها المعماري وزخرفتها ومنازلها ومحارباها.

وأوضحت مديرة مركز الفنون والمعارض، صارة اموعزة، أن هذا الصالون يهدف إلى تثمين هذا التراث الأثري والتاريخي الإسلامي وتعريف الزوار بثراء التراث الجزائري، وفتت ذات المتحدث إلى «أن الصورة الفوتوغرافية تعتبر وسيلة هامة لإبراز هذا التراث من أجل تثمينه وحمايته».

وتتناول الصور الفوتوغرافية المعروضة مساجد عتيقة شيدت منذ قرون على غرار المسجد الكبير لتلمسان ومسجد الباشا بوهران والمسجد الكبير للجزائر العاصمة والمسجد العتيق بتيارت ومسجد سيدي عقبة (بسكرة) ومسجد

معرض لصور الحلي التقليدية تشهد على تراث ثقافي واجتماعي بقسنطينة



تعد صور ولوحات شهيرة لكل من نصر الدين دينيه تخلد حلي المرأة النابلية، ومحمد سياخم التي تصور الحلي المتميزة التي تزين بها المرأة الجزائرية، والتي كانت موضوع معرض مفتوح بالمتحف العمومي للفنون والتعبير الثقافية التقليدية بقصر أحمد باي بقسنطينة بمثابة شاهد على تراث ثقافي واجتماعي يعود إلى أزمنة غابرة.

وتجمع الصور المعروضة في هذه التظاهرة التي افتتحت في 72 فبراير الماضي، بمناسبة إحياء اليوم العربي للتراث الثقافي وتتواصل فعاليات، عينات من الحلي التي تشتهر بها مختلف مناطق الجزائر وكتب تتضمن رسومات توضيحية جميلة تسترجع تاريخ الحلي التقليدية.

وتقول واقية درواز، مديرة المكتبة الرئيسية العمومية، مصطفى تطور، التي تشارك في هذا المعرض بجناح كتب تناول الحلي التقليدية، أن الصورة تبقى «عنصراً أساسياً في سرد حكاية الحلي ورواية تاريخ تطورها وقيمتها الاجتماعية والثقافية»، مشيرة إلى أعمال ولوحات نصر الدين دينيه التي تصور المرأة النابلية والحلي التي تزين بها.

وأكدت درواز أن «هذه الحلي غنية بالمعلومات، فهي تروي حكاية عصر ومجتمع وتكشف عن معادن مستعملة في صناعة المجوهرات كما أنها تعكس التراث الثقافي المادي للمنطقة» وتري ذات المتحدث أن «هذا النوع من المعارض يعد فرصة لنفض الغبار عن تاريخ الحلي التقليدية وإضفاء ديناميكية اقتصادية وثقافية حول هذه الكنوز تسمح باستعادة تاريخنا».

وذكرت درواز في نفس السياق، بأن عديد الكتب والمجلات التي تم نشرها

بمناسبة تظاهرات ثقافية كبرى استضافتها الجزائر، قد تتبعت وأظهرت من خلال الصور هذا التراث الذي يعكس عمق الهوية الوطنية وفن صناعة الحلي، ودعت بالمناسبة إلى رقمنة هذا التراث «كوسيلة للحفاظ عليه من السرقة وتخليده وتثمينه».

كما تم سرد التاريخ الجميل لحلي نساء الجزائر من خلال اللوحات المرسومة من طرف طلبة المدرسة الجهوية للفنون الجميلة المشاركين بشكل لافت في هذا المعرض، وتمثل هذه اللوحات بالأبيض والأسود وأحياناً بالألوان امرأة تزين بأقراط من الوبير وأخرى ترتدي بأناقته خلخالاً في شكل رأس ثعبان وثلاثة تترزين بفخر بسخاب (عقد طويل) يعكس سر صناعة هذه المجوهرات مستحضرة بذلك الذاكرة الجماعية في رحلة مثيرة.

وذكرت مديرة المتحف، مريم قبايلية بأن «من المهم للمتحف الوطني العمومي للفنون والتعبير الثقافية التقليدية إشراك المدرسة الجهوية للفنون الجميلة في كل مناسبة من أجل إبراز تعبيرنا الثقافية التقليدية وربط الماضي بالحاضر وإثارة فضول الجمهور لاكتشاف كل تظاهرة يتم تنظيمها بالقصر».

وذكرت أيضاً بأن قاعة المتحف العمومي الوطني للفنون والتعبير الثقافية التقليدية المخصصة لجمع الحلي التي تعود إلى مختلف الحقبات التاريخية، قد تم فتحها أمام الجمهور بالمناسبة مدعمة بشريط فيديو حول صناعة الحلي من تصميم إدارات المتحف.

وأضافت: «تعتبر هذه القطع الإثنوغرافية الهامة من خواتم وقلائد وأساور وحلي فضية أخرى التي تعود إلى الحقبة البربرية والعثمانية كتاباً مفتوحاً على التراث الثقافي القديم الذي يعد مصدراً للأفكار والتفاصيل التي يمكن للباحثين في التاريخ والطب والفنانيين الاستفادة منها لإنجاز تحف فنية في تخصصاتهم».

ويتواصل إحياء اليوم العربي للتراث الثقافي الذي ينظم هذه السنة تحت شعار «الحلي في التراث العربي» بالمتحف العمومي الوطني للفنون والتعبير الثقافية التقليدية - قصر أحمد باي - من خلال برنامج يتضمن ورشات حول الحلي التقليدية ينشطها طلبة كلية الثقافة والفنون بجامعة قسنطينة - 3، كما تلقى محاضرات حول تاريخ الحلي وسيمبولوجيا الملابس من تقديم على التوالي كل من الأكاديميين عبد القادر بلعربي وإسلام غدار من كلية علوم الإعلام والاتصال بجامعة قسنطينة - 3.

«الديوان» فن متوارث عن الأجداد نعمل على الحفاظ عليه والتعريف به عالمياً

أجمع فنانون ديوان من بشار، على هامش فعاليات الإقامات الموسيقية «وان بيت الصحراء» المقامة حالياً بتاغيت، على أن هذا الفن «تراث موسيقي جزائري وشمال إفريقي متوارث عن الأجداد» وأنهم بممارستهم له يعملون على «الحفاظ عليه والتعريف به في العالم أجمع».

وقال الفنان امحمد الدامو من فرقة «سيدي بلال» العريقة، المؤسسة من طرف والده، أن الديوان «فن جزائري متوارث عن الأجداد ويجسد البعد الإفريقي للجزائر»، ولفت المتحدث، الذي شارك في العديد من المهرجانات الوطنية، إلى أن هذا الفن «منتشر حالياً في مختلف مناطق الوطن كوهان وعين الصفر والعاصمة وقسنطينة وغرداية وورقلة»، وقد اكتسب «شهرة دولية» من خلال حضور العديد من الفرق والفنانين في الخارج على غرار فرقة «فعدة ديوان بشار» المتواجدة بفرنسا والفنانة حسنة البشارية وكذا الباحثة الموسيقية الأمريكية تمارا تورنر التي استقرت بالجزائر لسنوات لإجراء بحوث حول هذا الفن وأصوله.

وأشار الفنان إلى أن الديوان، الذي يقام في المناسبات العامة والخاصة يضم «المقدم» وهو القائم الأول على الفرقة و«المعلم» الذي يعزف على القميري وكذا «كويو بانغو» وهو مؤدي كلمات عازف القميري و«القناديز» وهم الراقصين والضاربين على القرقابو وآخرين غيرهم، يقول الدامو مضيفاً أن الديوان فيه عدد «غير محدود» من الأبراج (المقاطع) يتم حفظها وأداؤها بالعربية والبالمبرا وغيرها من لغات منطقة الساحل.

وقال من جهته الفنان عبد الحاكم عبد اللاوي، المعروف ب«معلم حاكم»، وهو مغني ديوان وعازف على آلة القميري ومؤسس فرقة «ديوان الواحة»، أن الديوان فن «جزائري متوارث عن الأجداد»، مضيفاً أنه «من خلال ممارسته له يعمل على الحفاظ عليه والتعريف به في العالم».

ورجع «معلم حاكم» إلى بداياته مع الديوان قائلاً أنه «منذ الصغر ولما كان فنانون الديوان بالمنطقة يبرزون في المناسبات الدينية كالأعياد والمولد النبوي، كان هو معجبا بحضورهم ويعزفهم على آلاتهم التقليدية وخصوصاً القميري الذي كان يستمع له بابتهاج وفرح كبيرين».

وأضاف أن حبه للقميري جعله يصنع واحداً من اللوح ويحاول إعادة ما يسمعه إلا أنه كان يصطدم ببعض الأبراج التي كانت صعبة الأداء بالنسبة له ما جعله يتقرب من معلم ساعده في التحكم فيها وهكذا نشط أول ليلة له في الديوان وهو لا يتجاوز 61 عاماً.

ولفت المتحدث إلى أنه شارك في عام 8002، رفقة فرقته، في المهرجان الوطني الثاني لموسيقى الديوان ببشار والمهرجان الدولي لموسيقى الديوان بالجزائر العاصمة، وأيضاً في حفل فني بالصين في إطار التبادل الثقافي، ويوضح الفنان أن الديوان «لا يتواجد فقط بمنطقة الساوره وإنما أيضاً بأغلب ولايات الغرب الجزائري، كما يتواجد في الشرق الجزائري من خلال مثلاً فرقة «دار بحري» بقسنطينة غير أنه أقرب إلى السطمبرالي التونسي منه إلى الديوان البشاري»، يقول حاكم.

يقول أن الديوان «زيناتي عبد المجيد، رئيس فرقة «فعدة الواحة» ببشار أن جزءاً لا يتجزأ من عادات وتقاليد منطقة بشار ويقام عند كل مناسبة»، مرجعاً من جهة أخرى انتشاره الكبير في الجزائر وخارجها لكونه «محبوباً من طرف الشباب ولتطور الانترنت وشبكات التواصل الاجتماعي التي زادت من الاهتمام به وانتشاره».

وتستمر هذه الإقامة، التي تنظمها السفارة الأمريكية بالجزائر بالتعاون مع وزارة الثقافة والفنون، بإقامة العديد من ورشات العمل المشترك الهادفة للتكوين وتبادل الخبرات والمعارف وكذا التأليف، بالإضافة إلى العديد من الفعاليات المرافقة، وستختتم بتنظيم حفل فني بالقرب من المنحوتات الصخرية للمدينة.

وسينتقل بعدها الفنانون إلى الجزائر العاصمة، حيث سيقضون أسبوعاً آخر بدار عبد اللطيف لمواصلة تدريباتهم وورشاتهم على أن تختتم الإقامة ككل بحفل فني جماعي بأوبرا الجزائر في 11 مارس، وتهدف هذه التظاهرة إلى توهير تكوين عالي المستوى للفنانين المشاركين وإنتاج موسيقى جديدة وأصيلة وكذا فتح آفاق عمل جديدة لهم، بالإضافة إلى تسليط الضوء على التراث الموسيقي الجزائري والإفريقي والأفرو-أمريكي والتعريف بالإمكانيات السياحية لتاغيت والجزائر.



أيضاً في حفل فني بالصين في إطار التبادل الثقافي، ويوضح الفنان أن الديوان «لا يتواجد فقط بمنطقة الساوره وإنما أيضاً بأغلب ولايات الغرب الجزائري، كما يتواجد في الشرق الجزائري من خلال مثلاً فرقة «دار بحري» بقسنطينة غير أنه أقرب إلى السطمبرالي التونسي منه إلى الديوان البشاري»، يقول حاكم.

يقول أن الديوان «زيناتي عبد المجيد، رئيس فرقة «فعدة الواحة» ببشار أن جزءاً لا يتجزأ من عادات وتقاليد منطقة بشار ويقام عند كل مناسبة»، مرجعاً من جهة أخرى انتشاره الكبير في الجزائر وخارجها لكونه «محبوباً من طرف الشباب ولتطور الانترنت وشبكات التواصل الاجتماعي التي زادت من الاهتمام به وانتشاره».

وتستمر هذه الإقامة، التي تنظمها السفارة الأمريكية بالجزائر بالتعاون مع وزارة الثقافة والفنون، بإقامة العديد من ورشات العمل المشترك الهادفة للتكوين وتبادل الخبرات والمعارف وكذا التأليف، بالإضافة إلى العديد من الفعاليات المرافقة، وستختتم بتنظيم حفل فني بالقرب من المنحوتات الصخرية للمدينة.

وسينتقل بعدها الفنانون إلى الجزائر العاصمة، حيث سيقضون أسبوعاً آخر بدار عبد اللطيف لمواصلة تدريباتهم وورشاتهم على أن تختتم الإقامة ككل بحفل فني جماعي بأوبرا الجزائر في 11 مارس، وتهدف هذه التظاهرة إلى توهير تكوين عالي المستوى للفنانين المشاركين وإنتاج موسيقى جديدة وأصيلة وكذا فتح آفاق عمل جديدة لهم، بالإضافة إلى تسليط الضوء على التراث الموسيقي الجزائري والإفريقي والأفرو-أمريكي والتعريف بالإمكانيات السياحية لتاغيت والجزائر.

أعلن عن غياب دياش عن الملاعب لستة أسابيع

غوارديولا يشيد برونالديو
قبيل دربي مانشستر

أشاد مدرب مانشستر سيتي، الإسباني بيب غوارديولا، بنجم نادي مانشستر يونايتد، البرتغالي كريستيانو رونالدو، وذلك قبل مواجهة فريقهما في الدوري الإنجليزي. وقال غوارديولا في مؤتمر صحفي عشية المباراة المقررة اليوم في المرحلة الـ28 من الدوري الإنجليزي الممتاز، في تعليقه على مسيرة النجم البرتغالي: "رونالدو هو أحد أعظم اللاعبين في آخر 15 عاما إلى جانب ميسي، ما قام به هذا الثاني لن نراه مرة أخرى". ويتطلع "السيتي" لتحقيق الانتصار على جاره وغريمه يونايتد في ديربي مانشستر، لتعزيز موقعه في صدارة الدوري، بينما يسعى رفاق رونالدو، للخروج بأقل الأضرار من ملعب "الاتحاد"، للحفاظ على مركزهم الرابع، آخر المراكز المؤهلة لمسابقة دوري أبطال أوروبا في الموسم المقبل. من جهة أخرى، أكد غوارديولا، أن مدافع فريقه، الدولي البرتغالي روبن دياش سيغيب بسبب الإصابة عن الملاعب لفترة قد تصل لستة أسابيع، وقال: "هذا أمر يحصل. في مواسم سابقة غاب أفضل لاعبينا لأشهر عدة. لن يكون دياش متواجدا لكنني لن أبكي من أجل ذلك، مثل هذه الأمور تحصل خلال الموسم". وتعرض دياش للإصابة خلال خوضه مباراة "السيتي" ضد بورتو يونايتد في مسابقة كأس إنجلترا الثلاثاء الماضي، في مباراة تعرض فيها قلب الدفاع الأخر الهولندي نايتن آكي للإصابة أيضا.

الوكالات

عقده مع الريدز ينتهي في جوان 2024

كلوب يلمح لإمكانية الرحيل عن ليفربول

صرح الألماني يورغن كلوب، المدير الفني لفريق ليفربول، بأن خطته مع "الريدز" لا تزال كما هي، ولم يتغير شيء، مشيرا في الوقت نفسه إلى أنه لا يريد الجلوس في النادي وهو أكثر إرهاقا، وينتهي عقد يورغن كلوب، البالغ من العمر 54 عاما، مع ليفربول في جوان 2024.



وقال كلوب خلال المؤتمر الصحفي قبل مواجهة ليفربول أمام ضيفه وست هام يونايتد أمس، حسبما نقلته صحيفة "ديلي ميل". "أنا مليء بالطاقة، لكن يجب أن أتأكد من أن هذا هو الحال في المستقبل، لا أريد أن أجلس في ليفربول وأنا أكثر إرهاقا".

وأضاف المدرب الألماني: "الخطوة لا تزال كما هي، لم يتغير شيء، وإذا قررت الرحيل في عام 2024 فلن يكون لذلك علاقة بجودة الفريق، كل ما نقوم به هو على المدى الطويل، هذا النادي يجب أن يكون أفضل عندما لا أكون هنا بعد الآن".

وإذا ظل كلوب في منصبه مع "الريدز" حتى جوان 2024، فسيصبح المدرب الأطول خدمة لنادي ليفربول منذ الإنجليزي روبرت بوب بيزلي، الذي كان مدربا له من عام 1974 وحتى 1983، ويعتبر كلوب أحد أفضل المدربين في العالم خلال الوقت الحالي، إن لم يكن الأفضل على الإطلاق، وسيكون استبداله مهمة شاقة بالنسبة لفريق ليفربول في حال قرر المدرب الألماني الرحيل. وبحسب تقارير صحفية، فإن كلوب قد خطط في البداية، عند حضوره عام 2015، للبقاء في ليفربول مدة 7 سنوات، تماما مثل ما فعل مع فريقه السابقين ماينز وبوروسيا دورتموند الألمانين، لكن فوز "الريدز" بلقب دوري أبطال أوروبا عام 2019، وإنهاء الدوري الإنجليزي في الموسم نفسه خلف مانشستر سيتي بفارق نقطة واحدة، جعل المدرب الألماني يمدد عقده لمدة 5 سنوات.

الوكالات

بيولي يؤكد أنه سيهزم سباليتي يوما ما ويصرح

"إبراهيموفيتش جاهز لمواجهة

نابولي لياو وأوسيمين مهمان للغاية"



زف ستيفانو بيولي، المدير الفني لميلان، نبأ سارا لجماهير فريقه قبل مواجهة المنتظرة مع نابولي، المقررة اليوم على ملعب ديبغو مارادونا، في قمة الجولة الـ28 من الدوري الإيطالي.

وقال بيولي، خلال المؤتمر الصحفي التقديمي للقاء: "إبراهيموفيتش يعيش حالة أفضل، لقد تدرّب معنا أمس واليوم أيضا، وسيكون موجودا بالتأكيد، لياو وأوسيمين؟ إنهما لاعبان مهمان في الشق الهجومي للفريقين، لكنهما مختلفان عن بعضهما".

وتابع: "أوسيمين هو أكثر من مجرد مهاجم صريح، بينما رفاتيل لياو يجب البدء على الأطراف.. كلاهما لديه القدرة على أن يكون

حاسما.. لياو بخير على المستويين العقلي والبدني، ويعد أحد أسلحتنا الحاسمة".

وعن عدم قدرته على الفوز أمام مدرب نابولي، لوتشيانو سباليتي، أجاب: "عاجلا أم آجلا يجب أن يأتي الفوز على سباليتي.. وأفضل أن يكون عاجلا وليس آجلا". واختتم: "نابولي لديه أفضل دفاع في الدوري، يعرف كيف يراوغ ويهاجم في العمق.. كلا الفريقين لديه خط هجوم قوي، لذا أعتقد أن من سيدافع أفضل سيفوز بالمباراة".

الوكالات

قادة أندية البرومبييرليغ سيضعون شارات بألوان علم أوكرانيا

الصين تمتع عن بث الدوري
الإنجليزي هذا الأسبوع

برنامجها أي خطة لنقل مباريات نهاية هذا الأسبوع. وكانت قناة "سي سي تي في" الحكومية الصينية، امتنعت في العام 2019، عن بث مباراة أرسنال ومانشستر سيتي، بعد تعبير لاعب وسط الأول الألماني مسعود أوزيل عن دعمه للأيوغور المسلمين في تشينجيانغ.

شارات بألوان علم أوكرانيا والمشاركة في لحظة من التأمل والتضامن قبل ركلة البداية، بحسب صحيفة "غارديان" البريطانية. ومن المتوقع أن تظهر حركات التضامن في لقطات البث الدولي، ولكن منصتي "إيكي سبورتس" و"ميغو" الصينيتين للبت التدفقي الحاملتين للحقوق، غاب عن

الوكالات

لن يبث مالكو حقوق الدوري الإنجليزي الممتاز لكرة القدم في الصين، مباريات نهاية هذا الأسبوع، مع توقع إظهار تضامن الأندية مع أوكرانيا حسبما أكدته العديد من التقارير الإعلامية أمس. ومن المتوقع أن يضع قادة فرق الدوري الإنجليزي الممتاز، نهاية هذا الأسبوع،

يريد رفع العلم التركي في العاصمة الإنجليزية

الملياردير محسن بيرق يتقدم بعرض لشراء نادي تشيلسي

مع محامي أبراموفيتش ونحن في طور المفاوضات قبل التوقيع". وسبق لرجل الأعمال الأمريكي توبي بويهي، مالك نادي لوس أنجلوس دودجرز الأمريكي للعبة البيسبول، وشريكه السويسري هانس يورغ فايس، أن تقدما بطلب أيضا لشراء تشيلسي، كما تحدثت تقارير إعلامية إنجليزية أيضا، عن اعتزام رجل الأعمال المصري لطفي منصور، شراء النادي اللندني. يذكر أن أبراموفيتش، اشترى نادي تشيلسي في عام 2003 مقابل 230 مليون دولار، وعاش "البلوز" في عهد ملكه الروسي فترة ذهبية، توج خلالها الفريق بـ19 لقباً، بينها الدوري الإنجليزي خمس مرات، ودوري أبطال أوروبا مرتين.

الوكالات



"بيرق أي بي غروب" القابضة التي تعود ملكيتها لمحسن بيرق، قال لوكالة "بي إي" البريطانية: "نستطيع التأكيد تماما بأننا تقدمنا بعرض لشراء تشيلسي"، وأضاف "يريد رفع العلم التركي في لندن قريبا. نتفاوض حول بنود شراء النادي

دخل الملياردير التركي محسن بيرق، على خط شراء نادي تشيلسي، بعد أن عرضه ملكه الحالي الروسي رومان أبراموفيتش للبيع، إثر تعرضه لضغوط على خلفية العملية العسكرية الروسية في أوكرانيا. وقال سيدا بيرق، المدير العام لشركة

قال أن زوجته كانت وراء قراره

سيدروف يعلن اعتناقه الإسلام



يذكر أن سيدروف انتقل إلى التدريب بعد اعتزاله اللعب في العام 2013، حيث أشرف على فرق ميلان الإيطالي، وديبورتيفو لاکورونيا الإسباني، وشنغن الصيني، ومنتخب الكامبيرون.

الوكالات

دولية مع منتخب هولندا (1994-2008)، من أفضل لاعبي خط الوسط في جيله، وحقق الكثير من الألقاب أبرزها، 4 ألقاب في دوري أبطال أوروبا، ولقبان في الدوري الإيطالي، لقبان في السوبر الأوروبي، ولقب في مونديال الأندية.

أعلن نجم منتخب هولندا السابق، كلارنس سيدروف، إسلامه في تدوينة نشرها على حسابه في موقع "إنستغرام". وكتب سيدروف، الذي سبق له حمل قميص أشهر الأندية الأوروبية على غرار أياكس، وريال مدريد، وإنتر ميلان، وميلان: "شكر خاص لكل الرسائل الطيبة التي تهنئني باعتناقي الإسلام. أنا سعيد للغاية، ويسعدني الانضمام إلى جميع الأخوة والأخوات في جميع أنحاء العالم". ولم ينس صاحب الـ45 عاما، أن يشكر من كانت سببا في اتخاذ القرار، وهي زوجته صوفيا مكرماتي، فأضاف "أخص عزيزتي صوفيا التي علمتني عمق معنى الإسلام بالشكر. لم أغير الاسم الذي منحني إياه والداي، كلارنس سيدروف، أبعث بكل الحب لجميع الأشخاص في العالم". وكان سيدروف، الذي لعب 87 مباراة

اجتمع بزفراف وسيرسم مكان تربص الخضر قريبا

بلماضي يعود لقطر يلتقي
بونجاح ويعاين بن يطو

من المصادر أن يقوم بلماضي بعدد من التغييرات، على اعتبار تواجد بعض اللاعبين بعيدا عن المنافسة الرسمية، وتحدثت ذات المصادر عن إمكانية عودة كل من عدلان قديورة ورياض بودبوز. وأكدت تقارير عديدة ان بلماضي وخلال فترة تواجده في الدوحة القطرية، سيلتقي ببغداد بونجاح من أجل تحفيزه على تجاوز فترة الفراغ التي يمر بها، إضافة إلى معاينة محمد بن يطو المتألق في الأونة الأخيرة في البطولة القطرية.

استمع الناخب الوطني مطولا لحديث المناجير العائد للفاف، بخصوص رحلته إلى غينيا الاستوائية، ومن ثم التنقل إلى الكاميرون، لتنظيم رحلة الخضر إلى هناك. ومن المرتقب أن يعلن يرسم مدرب المنتخب الوطني خلال الأيام القليلة القادمة، تربص تشكيلته في عاصمة غينيا الاستوائية بين 21 و24 مارس الحالي، قبل شد الرحال إلى مدينة نوالا للعب مباراة الذهاب امام منتخب الكاميرون. وبخصوص التشكيلة، فقد توقعت العديد

أمير ل

التقى الناخب الوطني جمال بلماضي بجهد زفراف المناجير العام للمنتخب الوطني، قبل عودته إلى مقر إقامته بالعاصمة القطرية الدوحة، حيث سيفصل في كل ما يتعلق بتحضيرات الخضر تحسبا لمواجهة منتخب الكاميرون ذهابا وإيابا في مباراة السد المؤهلة لمونديال قطر، حسبما أكدته مصادر عديدة أمس. وأوضحت ذات المصادر ان اول اجتماع لبلماضي مع زفراف كان مثمرا، حيث

متوسط ميدان الخضر مستعد لمواجهة نابولي اليوم، وبيولي يؤكد

"بن ناصر عاد محبطا
من الكاميرون لكنه استعاد مستواه الآن"

كشف ستيفانو بيولي مدرب نادي أسي ميلان الإيطالي ان الدولي الجزائري عاد محبطا من مشاركته رفقة المنتخب الوطني في نهائيات كأس إفريقيا للأمم الأخيرة، بسبب الإقصاء من الدور الأول، لكنه أكد أنه استعاد مستواه حاليا وأنه يعول عليه كثيرا في مواجهة اليوم القوية امام نادي نابولي.



وقال التقني ستيفانو بيولي مدرب فريق ميلان أسي الإيطالي، أمس: "عاد بن ناصر من الكاميرون بمعنويات

منحطة. كانت خيبة أمله كبيرة"

وأضاف مدرب فريق "الروسونيري" في مؤتمر صحفي، نقلته المواقع الإعلامية الإيطالية: "يُقدم بن ناصر عروضاً فنية راقية منذ خوضه البطولة الإفريقية، وأتوقع أن يستمر على هذا الإيقاع. إنه لاعب يملك شخصية قوية، إنه رائع"

وكان بن ناصر قد حاز جائزة أحسن لاعب في نهائيات كأس أمم إفريقيا، نسخة مصر، وعدم تمكنه من تكرار السيناريو في الطبعة الموالية، أحد أسباب تأثره السلبي نفسيا.

وتنتظر بن ناصر وفريقه الميلان مباراة قوية، تُلعب أمام المضيف نادي نابولي سهرة اليوم، برسم الجولة الـ 28 من عمر البطولة الإيطالية. علما أن الفريقين يحوزان 57 نقطة في المركز الثاني، خلف الرائد نادي الإنتر الذي يجمع 58 نقطة، قبل 11 جولة من إسدال ستار المنافسة.

ق.ر

بعد مساهمته في عودة فريقه لسكة الانتصارات

مبولحي رجلا لمباراة الاتفاق
والأهلي في السعودية

اختير الدولي الجزائري رايس وهاب مبولحي حارس مرمى نادي الاتفاق السعودي، بعد مساهمته الفعالة في الفوز الذي حققه ناديه امام نادي الأهلي، وتمكن النادي من استعادة نشوة الانتصارات التي كانت غائبة عنه منذ فترة. وتألّق مبولحي مع ناديه الاتفاق السعودي في مواجهة الأهلي، وساهم بشكل كبير في تحقيق الفوز الغائب عن الفريق منذ ثمانية جولات، حيث أدى حارس الخضر مباراة كبيرة، حيث تصدى لكل محاولات المنافس ببراعة، ليتم اختياره رجل اللقاء.

واستعاد مبولحي رفقة نادي الاتفاق نغمة الانتصار، بعد 8 جولات كاملة من دون فوز، حيث حقق النادي 4 هزائم ومثلها من التعادلات، وعقب الفوز على الأهلي بهدف دون رد، يحتل الاتفاق المركز الـ 13 بـ 23 نقطة. من جهة أخرى، أعلنت إدارة نادي الاتفاق عن التعاقد رسميا مع المدرب باتريس كارتيرون، ليكون على رأس العارضة الفنية للفريق.

ق.ر

شارك أساسيا أمس وظهر بمستوى جيد

قديورة يسجل ثاني أهدافه مع ألبينون

واصل الدولي الجزائري عدلان قديورة، تألقه مع ناديه الجديد، البينون الإنجليزي، حيث نجح في هز الشباك من جديد، في المباراة التي جمعت ناديه أمس، بنادي برورس.

وشارك متوسط الميدان الجزائري أساسيا ضمن تشكيلة ناديه ألبينون، في هذه المواجهة التي جمعتهم بفريق برورس ضمن القسم الثالث الإنجليزي، وبرز في الوقت البديل الضائع من الشوط الأول، حين عمق



الفارق لناديه ألبينون، بتسجيله الهدف الرابع. ويعد هذا ثاني هدف على التوالي لعدلان قديورة، بقميص ناديه الجديد ألبينون، الذي انضم إليه في الميركاتو الشتوي الماضي.

ق.ر

بعد زيارة عضوين من المكتب التنفيذي

ملعب مصطفى تشاكير سيكون جاهزا لمواجهة الخضر للكاميرون



أقل من 17 سنة، ياسين بن حمزة و نائبه رشيد اوكالي، باستقبال والي البلدية الذي ترأس جلسة عمل بحضور مدير الشباب والرياضة الولائي، سعد زوقاري ومدير التجهيزات العمومية الولائي، نورالدين بعابشة، حسب نفس المصدر، وزار بعدها، بن حمزة واوكالي، ملعب قسنطينة وعناية.

ق.ر

المطلوبة من طرف الفيغا والكاف. وبالإضافة إلى الموعد الكروي -الذي ينتظر الخضر أمام الكاميرون-، زار العضوان الفدراليان ملعب البلدية، في إطار التحضيرات الجارية لاحتضان الجزائر في الفترة من 8 إلى 30 أبريل كاس إفريقيا-2023، لأقل من 17 سنة. وحظي رئيس اللجنة المحلية لتنظيم كان-

لتفادي رحيله بالمجان في جوان 2023

تفینتی یسمح لزروقي بالرحيل وأندية فرنسية تريده

تراجعت عن موقفها وفتحت الباب أمام زروقي لمواصلة مسيرته الكروية مع فريق آخر وبطولة أخرى، وهذا تجنباً لخسارته مجاناً الموسم القادم، علماً وأن عقد زروقي مع فريق تفینتی ينتهي صائفة 2023. وحسب نفس المصدر، فإن إدارة النادي الهولندي أخبرت وكيل الدولي الجزائري عن موقفها وأكدت له أنها ستدرس كل العروض التي ستصلها بشأن اللاعب، وبخصوص الوجهة المستقبلية المحتملة لمتوسط ميدان الخضر، أوضح ذات المصدر بأنها قد تكون نحو البطولة الفرنسية.



بأن إدارة الأخير وافقت على رحيل صاحب 23 ربيعا عن الفريق. وأوضح ذات المصدر أن إدارة تفینتی

يقترّب الدولي الجزائري راميز زروقي من اللعب في البطولة الفرنسية الموسم المقبل، بعدما سمح له ناديه تفینتی الهولندي بالرحيل خلال فترة التحولات الصيفية المقبلة، حسبما أكدته تقارير إعلامية هولندية أمس. فقد كشفت مصادر إعلامية هولندية أن نادي تفینتی الهولندي منح موافقته لزروقي من أجل الرحيل خلال فترة الانتقالات الصيفية القادمة، وحسبما أكد صحافي هولندي، مقرب من إدارة نادي تفینتی، فإن الموسم الحالي سيكون الأخير لمتوسط ميدان الخضر في صفوف ناديه الحالي، معتبرا

ق.ر

أكدت على الاستمرار في تعميقها من خلال الحوار الاستراتيجي الثنائي المقبل

السفيرة الأمريكية تصف العلاقات بين الجزائر وواشنطن بـ "القوية والمهمة"

ع.ط



وصفت السفيرة الأمريكية بالجزائر، أليزابيث مور أوبين، العلاقات بين الجزائر والولايات المتحدة الأمريكية بـ "القوية والمهمة"، وقالت في السياق "سنستمر في تقويتها وتعميقها من خلال الحوار الاستراتيجي الثنائي المقبل".

وذكرت أوبين، على هامش زيارة لها لقصر تاغيت في إطار إقامة "وان بيت الصحراء" بولاية بشار، أن "العمل المشترك من أجل تنظيم وإنجاح" تظاهرة "وان بيت الصحراء" "دليل على نوعية العلاقات العميقة والواسعة التي يتشاركها البلدان"، مؤكدة "استمرارها في العمل على تقوية وتعميق هذه العلاقات، وهو مهم جدا بالنسبة للولايات المتحدة".

كما اعتبرت أن إقامة هذا "البرنامج الثقافي الدبلوماسي المشترك" بتاغيت بالصحراء الجزائرية "دليل على أن الجزائر والصحراء الجزائرية بالخصوص وجهة سياحية بامتياز سواء للجزائريين أو للأجانب".

واعتبرت السفيرة أن زيارتها لتاغيت وولاية بشار، كأول خرجة لها بعد العاصمة منذ تعيينها كسفيرة قبل شهر، يرجع لكون "الجنوب مهم جدا"، وأن "إقامة هذه التظاهرة في الجنوب نظرا للموقع الجغرافي الذي يضم العديد من الأنواع الموسيقية التي تعتبر جنورا لبعض الموسيقى الأمريكية وأيضا لجمال وأهمية هذا الجزء من الجزائر".

وأعربت أوبين عن "سعادتها الكبيرة" بالتواجد في تاغيت، التي وصفتها بـ "القطعة من الجنة والكنز والمكان الساحر والخلاب الذي وقعت في حبه.."، مشيدة بالتعاون والجهود

المبذولة بين الحكومتين لإنجاح هذا البرنامج الذي "يجمع موسيقيين ويمزج أساليب موسيقية من الولايات المتحدة والجزائر وبلدان إفريقية مجاورة للجزائر في هذا الحدث الرائع والفريد من نوعه".

ولفتت إلى أن هذه التظاهرة، التي تنظم لأول

المدينة تحي الذكرى استشهاده الرائد سعيد المقراني المدعو "سي لخضر"

أشرف، أمس، بولعراس مسعود الأمين العام للولاية نيابة عن والي الولاية جهيد موس رفقة رئيس المجلس الشعبي الولائي والأسرة الثورية على مراسم ذكرى 64 لاستشهاد الرائد سعيد مقراني المدعو سي لخضر ببلدية جواب بحضور الأسرة الثورية النواب والسلطات المدنية الامنية والعسكرية، فعلى مستوى الضريح المخد للشهيد "مقراني رابح" أقيمت الذكرى برفع العلم مع عزف النشيد الوطني ووضع إكليل من الورود على نصب التذكار، ليقف الحضور ترحما على أرواح الشهداء مع قراءة الفاتحة على أرواح الشهداء. الطاهرة، الى جانب كلمة القاها الأمين الولائي للمنظمة الوطنية للمجاهدين لولاية المدينة حول الشهيد الذي فاز بشرف الشهادة بعد أن خاض عديد المعارك ضد الاحتلال الفرنسي وكان النصر حليفه فيها إلى أن سقط في معركة جبل "بولقرون" بمنطقة جواب سابقا بئر بن عابد حاليا يوم 05 مارس 1958، كما عزج في السياق على أهم محطات سيرة البطل ونضاله المستميت دفاعا عن الحرية والاستقلال وأن المناسبة فرصة لاستحضار مناقب الشهداء وتبليغ رسالتهم إلى الأجيال. واختتمت المراسم بتكريم عائلة الشهيد.

ع.بكييري

بمناسبة عيد المرأة نحو تكريم أمهات منخرطي مكتبة "وضاح محمد" بالمسيلة

تستعد المكتبة البلدية للمجاهد "محمد وضاح" تنظيم احتفال بيوم المرأة الجزائرية، تحت شعار "أمي حياتي" حيث يعترزم منخرطي المكتبة يكرمون أمهاتهم، في مبادرة فريدة من نوعها على مستوى المكتبات الجزائرية، تحت إشراف رئيس المجلس الشعبي البلدي لبلدية المسيلة. وحسب ما أفاد به مدير المكتبة البلدية "سمير معروف" فإنهم يعترزمون تنظيم زيارة الامهات الى المعرض من اعمال أبنائهم وكذا النوادي المتواجدين بها إبنائهم والاستمتاع بالحكايات "عقوق الوالدين" كما سيحضر امهات الأطفال المنخرطين لعرض مسرحي وانشادي من تقديم ابنائهم، ومنوعات موسيقية من اداء فرقة نسوية، وأضاف ذات المتحدث أن تكريم الأم يجب أن يكون على مدار العام وفي كل الأيام لما لها من فضل كبير على حياة أبنائها وعلى حياة الأسرة والمجتمع ككل، مشيرا إلى إن هذه الفعالية تأتي احتفاء بالأم لمكانتها الاجتماعية وما تمثله من رمزية في كل أسرة ومجتمع، وإننا نهدف من تكريم الأمهات إلى غرس قيمة البر وإعظام مكانة الأم في قلوب الأطفال.

محمد قرين

إشهار

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

ولاية إيليزي / دائرة إيليزي / بلدية إيليزي / رقم التعريف الجبائي : 098433015066130 / ميزانية البلدية، قسم التجهيز

إعلان عن مزايده بالتعهدات المختومة رقم : 2022/01

يعطن السيد رئيس المجلس الشعبي البلدي لبلدية إيليزي عن إجراء مزايده علنية قصد:

استغلال عن طريق الإيجار المحلات المتبقية بالمجمع التجاري، السوق المغطى الكائن بطريق حي الرمال إيليزي

أصل الملكية : ملك للبلدية

على الأشخاص الراغبين في المشاركة في هذه المزايده العلنية بالتعهدات المختومة. سحب دفتر الشروط من طرف شخص موكل قانونا من مقر بلدية إيليزي، مصلحة الممتلكات العقارية للبلدية باستظهار وصل دفع مبلغ ألفين 2000,00 دج دينار جزائري، التي تتفع لدى أمين خزينة البلدية في الحساب الجاري

رقم : 007 99999 0000 30305237

تودع العروض في المكتب الممتلكات العقارية بمقر بلدية إيليزي وذلك في اليوم العشرون (20) من تاريخ أول صدور هذا الإعلان في الجرائد الوطنية أو BOMOP، قبل الساعة 12:00

يجب أن يحوي الظرف الملف التالي:

دفتر الشروط مملوء و مضمي من طرف المتعهد في كل الصفحات المشار إليها.

نسخة من السجل التجاري يتضمن النشاط مطابق لموضوع دفتر الشروط.

نسخة من بطاقة الرقم الجبائي

شهادة السوابق العدلية سارية المفعول نسخة أصلية أقل من ثلاثة أشهر عند تاريخ إيداعها

نسخة من مستخرج الضرائب مسمى أو مستفاد من جدول زمني للتخليص ساري المفعول عند تاريخ فتح الأظرفة.

نسخة من شهادة أداء المستحقات لصندوق الضمان الإجتماعي للأجراء صافية أو مجدولة (CNAS)

نسخة من شهادة أداء المستحقات لصندوق الضمان الإجتماعي لغير الأجراء صافية أو مجدولة (CASNOS)

شهادة ميلاد إذ كان المتعهد شخصي طبيعي.

صك مؤشر عليه بقيمة الكفالة الموقته.

شهادة النصفية أو أداء المستحقات السابقة.

وثيقة التعهد تسلم من البلدية . مصادق عليها

يوضع العرض داخل ظرف مغلق مبهم ويحمل العبارات التالية:

إلى السيد رئيس المجلس الشعبي البلدي لبلدية إيليزي

مزايده بالتعهدات المختومة قصد استغلال المحلات المتبقية بالمجمع التجاري الكائن مقره بطريق حي الرمال بإيليزي

لايفتح إلا من طرف لجنة المزايده.

حدد تاريخ إيداع العروض قبل الساعة 12,00 في اليوم العشرين (20) من تاريخ صدور أو إعلان في الجرائد الوطنية، يمكن للعارضين حضور الجلسة العلنية لفتح الأظرفة التي ستتم على الساعة 15:00 من ذات اليوم وإذا صادف يوم الفتح يوم عطلة يكون الفتح في اليوم الموالي وفي نفس التوقيت، يبقى العارضين ملتزمين بتعهداتهم لمدة 120 يوم ابتداء من تاريخ إيداع العروض.

الرّائد

«السيدا»..مرض حجبته نظرة المجتمع..!

«الفائزون بالمحليات» يثمنون «أرقام شرقي»

لاشهاراتكم في الجريدة الورقية او الموقع تواصلوا معنا عبر : 0674 94 44 44 journal.elraed@gmail.com

الرّائد

بوصلة أخبارية وطنية

الرّائد

قدرات سياحية كبيرة تتمتع بها المنطقة

"الطاسيلي ناجر" يبهروا وفد سياحي إسباني

حياة مصباحي



معتبرة من السياح الأجانب والوطنيين سيما خلال موسم السياحة الصحراوية (أكتوبر- أبريل)، حيث تعتبر هذه المنطقة قبلة وملادا لهواة السياحة والاكتشاف والمغامرة.

إبدى وفد سياحي إسباني إعجابهم بحجم القدرات السياحية الهائلة التي تتمتع بها منطقة الطاسيلي ناجر الممتدة عبر أقاليم ولايتي إيليزي وجانت، وذلك خلال رحلة سياحية استكشافية يقوم بها إلى هذه المنطقة.

واستمتع الوفد السياحي المكون من 14 فردا بجمال الكثبان الرملية الشاهقة والطبيعة العذراء وزخ الموروث الثقافي المنتشر عبر هذه المنطقة الشاسعة والتي تعكس العمق التاريخي والامتداد الحضاري لمنطقة الطاسيلي ناجر.

وفي حديثه لـ "واج" إبدى "الكسندر شافي" انبهاره الكبير بحجم الثراء والتنوع الطبيعي الذي تتميز بهذه المنطقة بالرغم من زيارته لها للمرة الثانية، مشيراً إلى أن لهذا المكان

>جاذبية وسحرا يشدانك إليه لاكتشافه أكثر والاستمتاع بتفاصيله التي تحمل قصصا ضاربة في عمق التاريخ." ومن جهتها، أعربت مواطنته "ألان" هي الأخرى عن سعادتها وهي تكتشف لأول مرة صحراء الجزائر والتي سمحت لها -حسب قولها- بالتعرف عن كثب على خصوصية هذه المناطق ونمط العيش فيها.

وسيطع الوفد السياحي خلال هذه الرحلة التي تدوم نحو 10 أيام وعلى مسار سياحي يمتد من ولاية إيليزي إلى غاية جانت على مختلف المقومات السياحية والبيئية بإقليم الحظيرة الثقافية الطاسيلي ناجر والتي تتنوع فيها الوجهات الطبيعية والأثرية بين برك ومساحات مائية ومساحات خضراء ومعالم

أمومة وطفولة
تطور مهارات الكلام عند الأطفال

هناك أمور تدل على تطور مهارات الكلام لدى الأطفال، ومنها ما يأتي:

- ينبغي أن يبدأ الأطفال قبل 12 شهرا من العمر بالانتباه إلى الأصوات، والبدء بالتعرف على أسماء الأشياء، ومع حلول عامهم الأول يبدأون باستخدام أصواتهم ليتفاعلوا مع البيئة التي حولهم، ويصدرون أصواتاً ونغماتٍ مختلفة من الكلام دون فهم ما يقصدونه من تلك الكلمات، ويقولون كلماتٍ مثل ماما و بابا.

- يجب أن يكون لدى الطفل في عمر 12 إلى 15 شهراً، مجموعة من الأصوات، والكلمات، حيث يبدأون بتقليد الأسماء التي يسمعوها، ويفهموا ما يُقال لهم.
- يستطيع الأطفال في عمر 18 إلى 24 شهراً التحدث بعشرين كلمة على عمر 18 شهر، وخمسين كلمة أو أكثر في سن الثانية، ويبدأ الطفل بالجمع بين كلمتين لتكوين جملة بسيطة.
- يلاحظ الأباوان تطور كلام الطفل في عمر 2-3 سنوات، ويصبح لديه مفردات أكثر، ويستطيع الجمع بين ثلاث كلمات أو أكثر، لتكوين جمل، ويفهم ما يعنيه الآخرون، و يبدأون بتحديد الألوان، وفهم بعض المفاهيم.



تدابير منزلية

أفضل الألوان لجدران و خزائن المطبخ



هناك العديد من الطرق لاختيار أفضل ألوان المطبخ، ففي حين يُفضل بعض الناس المطبخ ذو اللون الواحد فينالك من يعتبره مملاً ويفضل استخدام درجتين من اللون نفسه لطلاء جدران المطبخ و خزائنه، كما يمكن استعمال لونين مختلفين عندما يختار الشخص في الاختيار بين اللونين الذي يفضلهما للمطبخ، وفي حال كانا متشابهين معاً فقد يساهمان في للحصول على تنوع جميل ومتناسق، و ما يلي أفضل الألوان للمطبخ.

اللون الأبيض: يتميز استخدام اللون الأبيض في المطبخ بعدم ارتباطه بزمان أو فترة معينة حيث أنه قديم وحديث في ذات الوقت، ويمكن وضع مختلف الديكورات والتصاميم معه لكونه لون محايد و كلاسيكي، فعند اختيار اللون الأبيض لطلاء جدران المطبخ فإنه يمكن اختيار الخزائن بلون أبيض ترابي، وطولبة العمل بلون أزرق داكن، ويمكن اختيار ديكور إضاءة بلون ذهبي؛ وذلك لإضافة تنوع وتناغم إلى المكان.

اللون الوردي والأخضر: يعتبر اللون الوردي الخفيف موضة شائعة في العديد من الديكورات ومن ضمنها ألوان الجدران، فعلى سبيل المثال يجد العديد من الناس اللون الوردي جميلاً وملاماً مع خزائن مطبخ بلون أبيض، ويمكن إضافة اللون أخري مناسبة إلى جانبه مثل اللون الأخضر الفاتح لأبواب الشبائيك.

اللون الأزرق المخضر يعد من بين أفضل الألوان التي تظهر المطبخ بشكل عصري، حيث يناسب طلاء جدران المطبخ باللون الأزرق المخضر مع المطبخ عصرياً وأنيقاً أيضاً، ويُفضل أن يرافقه اختيار اللون الكحلي للخزائن والرفوف.

اللون الأخضر الغامق: يعتبر هذا اللون لخزائن المطبخ عصرياً وأنيقاً أيضاً، ويُفضل أن يرافقه طلاء الجدران بلون فاتح كالأبيض، وتنسيق الأرضية بحيث تحتوي على زخرفة بالأبيض والأسود للحفاظ على إشراقه وتناسقه.

اللون الأصفر: يعطي الكثير من الإشراق والحياة للمطبخ، ويعتبر اختياره جريئاً وعصرياً

يحتوي الليمون على نسبة مرتفعة من الفيتامينات الأساسية لجسم الإنسان، على رأسها فيتامين ج، الذي يعتبر أساساً لتعزيز القدرات المناعية للجسم، كونه يقاوم العدوى و يقوي صحة الجهاز التنفسي في الجسم، ويمنع عسر وضيق التنفس، ويقاوم العدوى المرضية المُسببة للأمراض الشائعة، بما في ذلك الإنفلونزا، والبرد، والزركام، والسعال. حيث يخلص من الاحتقان، ويطرد البلغم، ويخفف من حدة الكحة، ويظهر الشعب الهوائية، وبقي مشاكل القصبات الهوائية، يساهم في تفتيح البشرة، ويزيد من نضارتها، ويقضي على الحبوب والبثور، ويخفف ظهور حب الشباب، كونه ينظف مسامات البشرة، ويطرد الأوساخ والشوائب المُسببة لتهيج الندوب، كما بقي من الالتهابات والحساسية بأنواعها المختلفة.

يخفض من معدّل الكوليسترول الضارّ في الجسم، ويسهل بالتالي من توصيل الأكسجين إلى الخلايا، ممّا يمنع من انسداد الشرايين، ومن ضعف نشاط الأوعية الدموية، وبالتالي يخفض من احتمالية الإصابة بأمراض القلب بما في ذلك الجلطات القاتلة، وكذا يضبط مستوى ضغط الدم، ويحول دون ارتفاعه.

يقي من الإصابة ببدء الأسقربوط، يقاوم الروماتيزم، ويخفف من الأوجاع الكبيرة المرافقة له، و يقوّي العظام، والعضلات، والأسنان وكذلك الغضاريف، كونه يحتوي على نسبة لا يستهان بها من عنصر الكالسيوم الهام، كما يحتوي على فيتامين د، الذي يلعب دوراً مباشراً في زيادة كفاءة امتصاص الجهاز الهضمي لهذا العنصر.

يُعين على التخلص من الوزن الزائد، ويحرق الدهون المتكدسة في الجسم و يقاوم التيفونيد، والكوليرا و يخلص من أمراض الكبد المختلفة و يقاوم النزيف، وخاصة نزيف الأنف، ويساهم في ترميم أنسجة الجسم، كما يخلص من مشاكل الكلى، ويعدّ جيداً للتخلص من التهاب المسالك البولية والمثانة وكذا يخلص من الإمساك، و يطرد السموم والفضلات من الجسم، وبالتالي يخلص الجسم من مشكلات الجهاز الهضمي و يخلص من التعفّنات المعوية.

و يوصى بتناوله بكميات معتدلة، تقادياً لاضطرابات الجهاز الهضمي، حيث إنّ الإفراط فيه يزيد من احتمالية الإصابة بالإسهال، وحموضة المعدة، كما أنّ تناوله عصيره دون غسل الأسنان يلحق ضرراً مباشراً بطبقة المينا، فضلاً عن تسببه في زيادة الشعور بالحرقنة لدى النساء الحوامل، مع الحرص على تجنب ملامسته للعين عند استخدامه، والحرص على عدم تطبيقه على الجلد والخروج تحت أشعة الشمس، حيث يتسبب ذلك في حرق الجلد.

صحة
فوائد الليمون لجسم الإنسان من هذه الفوائد:

يحتوي الليمون على نسبة مرتفعة من الفيتامينات الأساسية لجسم الإنسان، على رأسها فيتامين ج، الذي يعتبر أساساً لتعزيز القدرات المناعية للجسم، كونه يقاوم العدوى و يقوي صحة الجهاز التنفسي في الجسم، ويمنع عسر وضيق التنفس، ويقاوم العدوى المرضية المُسببة للأمراض الشائعة، بما في ذلك الإنفلونزا، والبرد، والزركام، والسعال. حيث يخلص من الاحتقان، ويطرد البلغم، ويخفف من حدة الكحة، ويظهر الشعب الهوائية، وبقي مشاكل القصبات الهوائية، يساهم في تفتيح البشرة، ويزيد من نضارتها، ويقضي على الحبوب والبثور، ويخفف ظهور حب الشباب، كونه ينظف مسامات البشرة، ويطرد الأوساخ والشوائب المُسببة لتهيج الندوب، كما بقي من الالتهابات والحساسية بأنواعها المختلفة.

يخفض من معدّل الكوليسترول الضارّ في الجسم، ويسهل بالتالي من توصيل الأكسجين إلى الخلايا، ممّا يمنع من انسداد الشرايين، ومن ضعف نشاط الأوعية الدموية، وبالتالي يخفض من احتمالية الإصابة بأمراض القلب بما في ذلك الجلطات القاتلة، وكذا يضبط مستوى ضغط الدم، ويحول دون ارتفاعه.

يقي من الإصابة ببدء الأسقربوط، يقاوم الروماتيزم، ويخفف من الأوجاع الكبيرة المرافقة له، و يقوّي العظام، والعضلات، والأسنان وكذلك الغضاريف، كونه يحتوي على نسبة لا يستهان بها من عنصر الكالسيوم الهام، كما يحتوي على فيتامين د، الذي يلعب دوراً مباشراً في زيادة كفاءة امتصاص الجهاز الهضمي لهذا العنصر.

يُعين على التخلص من الوزن الزائد، ويحرق الدهون المتكدسة في الجسم و يقاوم التيفونيد، والكوليرا و يخلص من أمراض الكبد المختلفة و يقاوم النزيف، وخاصة نزيف الأنف، ويساهم في ترميم أنسجة الجسم، كما يخلص من مشاكل الكلى، ويعدّ جيداً للتخلص من التهاب المسالك البولية والمثانة وكذا يخلص من الإمساك، و يطرد السموم والفضلات من الجسم، وبالتالي يخلص الجسم من مشكلات الجهاز الهضمي و يخلص من التعفّنات المعوية.

و يوصى بتناوله بكميات معتدلة، تقادياً لاضطرابات الجهاز الهضمي، حيث إنّ الإفراط فيه يزيد من احتمالية الإصابة بالإسهال، وحموضة المعدة، كما أنّ تناوله عصيره دون غسل الأسنان يلحق ضرراً مباشراً بطبقة المينا، فضلاً عن تسببه في زيادة الشعور بالحرقنة لدى النساء الحوامل، مع الحرص على تجنب ملامسته للعين عند استخدامه، والحرص على عدم تطبيقه على الجلد والخروج تحت أشعة الشمس، حيث يتسبب ذلك في حرق الجلد.

وصفات طبيعية للتخلص من سواد مفاصل الأصابع

جمال و رشاقة

الجلسرين والزيتون الطبيعية: يتم تحضير هذه الخلطة من خلال خلط ملعقتان من الجلسرين، وملعقتان من زيت جنين القمح، وملعقتان من زيت اللوز الحلو، وملعقة من زيت الخروع، عصير حبة ليمون، ثم يوضع الخليط على المفاصل المراد تفتيحها، وبعد ذلك تُغشى بالكيس أو قفازات، وتترك لمدة ساعة كاملة ثم تُغسل المنطقة باستخدامليفة ناعمة ثم تنشف وترطب بالكريم المرطب.

لبن الزبادي وعصير الليمون: يعد اللبن من أكثر الوصفات المنزلية فعالية لتفتيح البشرة والتخلص من اسودادها، ويمكن استخدامه للتخلص من سواد مفاصل بوضع عدة قطرات من عصير الليمون، و تخلط المكونات مع بعضها البعض بشكل جيد، عن طريق وضع الخليط على المفاصل المراد تفتيحها، ثم يترك لمدة 10-15 دقيقة و تُغسل المنطقة بالماء الدافئ وتنشف جيداً.



مقشر الليمون والسكر والعسل: تعتبر خطوة التقشير أساسية للتخلص من سواد مفاصل الأصابع، فهي تساعد على تفتيح المناطق الداكنة وتجعلها أكثر نعومة، ويمكن الاستفادة من مقشر الليمون والسكر والعسل للتخلص من سواد مفاصل الأصابع؛ وذلك بسبب احتواء عصير الليمون على فيتامين سي، واحتواء السكر على حمض الجلوكوليك، ويتم ذلك بوضع ملعقة صغيرة من عصير الليمون، وملعقة صغيرة من السكر، وملعقتان صغيرتان من العسل، تخلط المكونات مع بعضها البعض بشكل جيد و يوضع الخليط على المفاصل ويُفرك جيداً و يُترك عليها لمدة 15 دقيقة حتى تمتصه البشرة، وبعد ذلك تُغسل المنطقة بالماء وتنشف جيداً.

بياض البيض والطحين والعسل: و يتم بخلط بياض بيضة واحدة وملعقة كبيرة من العسل وملعقتان كبيرتان من الطحين، المكونات مع بعضها البعض بشكل جيد، و يوضع الخليط على المفاصل وتترك لمدة 20 دقيقة، ثم تُغسل اليدين بالماء الدافئ وتنشف جيداً، و يُكرر ذلك مرتين أو ثلاث مرات بالأسبوع للحصول على مفاصل فاتحة اللون والتخلص من الجلد الميت المتراكم. خلطة الكركم وكريمة الحليب وزيت اللوز: تعمل هذه الخلطة على إزالة السواد من مفاصل الأصابع بفعالية كبيرة، وذلك بخلط ملعقة صغيرة من كريمة الحليب ونصف ملعقة صغيرة من مسحوق الكركم وقطرتان أو ثلاث من زيت اللوز، وتخلط المكونات مع بعضها البعض بشكل جيد، ثم يوضع الخليط على المفاصل وتترك لمدة 20 دقيقة و بعدها تُغسل المنطقة بالماء العادي وتنشف جيداً و يُنصح بتكرار ذلك ثلاث مرات بالأسبوع للحصول على أفضل النتائج.



الممثل الدائم للجزائر لدى الامم المتحدة بجنيف يؤكد

المغرب ينشئ "صناعة للاكاذيب" حول الصحراء الغربية

أكد الممثل الدائم للجزائر لدى الامم المتحدة بالعاصمة السويسرية جنيف، لزهر سولم، أن المغرب يتلاعب بالرأي العام الدولي ويحرف الحقائق بخصوص احتلاله العسكري للصحراء الغربية كما انه أنشأ "صناعة للأكاذيب".

الوكالات

يرفض الاحتلال و سياسة الأمر الواقع للاستعمار و يطالب منذ 4 عقود بتنظيم استفتاء تقرير المصير في هذا الاقليم (الصحراء الغربية) المقيد في الامم المتحدة كإقليم غير مستقل

ينتظر تصفية الاستعمار. ودعا الممثل الدائم للجزائر بجنيف إلى "إيقاظ الضمائر للتأكيد على مسؤوليتنا الجماعية قصد وضع حد لتصرفات المغرب الذي يمارس اعتداء ممنهجا".

بموجب حقوق الإنسان، وأضاف أن "المغرب يزور الحقائق المترتبة عن الاحتلال العسكري لإقليم (الصحراء الغربية) الذي لا يملك أي سند ملكية له (...) ويتلاعب بالرأي العام الدولي ويقمع بعنف معارضيه ويتجسس على حلفائه". وقال سولم: "خلاصة القول هو أن المغرب شيد صناعة

يشهد منذ أسابيع "خروج المتظاهرين في الفضاءات العمومية على مستوى مدينة مغربية تنديدا بالنهب و الظلم الاجتماعي (...) مطالبين بالتغيير". وفي هذا السياق شدد الدبلوماسي الجزائري على أن "هذه المملكة غير دستورية لا تنفك تزور تقاريرها بما فيها المتعلقة

و في إطار حق الوفد الجزائري في الرد على وزير العدل المغربي الذي خصص "ثلث مداخلة للتهجم على الجزائر" خلال الدورة الـ 49 لمجلس حقوق الإنسان، ندد سولم يوم الخميس الفارط، بممارسات المملكة و التعتيم الإعلامي الذي تفرضه لحجب الأحداث في البلد الذي

في انتظار جولة جديدة من المفاوضات، الكرملين يؤكد: روسيا لا تسعى لتقسيم أوكرانيا

قال المتحدث باسم الكرملين دميتري بيسكوف إن موسكو لا تهدف بعلميتها العسكرية إلى تقسيم أوكرانيا، بل تسعى فقط لتحقيق ضمانات لأمنها. وقال بيسكوف في تصريحات نقلتها وكالة "تاس" " إن روسيا تنتظر الجولة الثالثة من المفاوضات مع السلطات الأوكرانية وتأمل في أن تستمع كييف لمطالبها". وتستعد كييف لجولة جديدة من المفاوضات مع موسكو اليوم أو غدا وفق ما أفاد أحد ممثلي كييف. وقال المستشار الرئاسي الأوكراني ميخائيل بودولياك: "قد تعقد الجولة الثالثة هذا الأحد أو يوم الإثنين نحن على تواصل مستمر". وكان الرئيس الروسي فلاديمير بوتين قال في وقت سابق، "إن العملية العسكرية في أوكرانيا تسير وفقا لما هو مخطط لها، وحسب الجدول الزمني الموضوع بدقة"، مشيرا إلى "استكمال المهام بنجاح". وأشار - خلال اجتماع مجلس الأمن القومي الروسي - إلى أن الجيش الروسي يقاتل في أوكرانيا "حتى لا يهدد أحد أمن روسيا". واتفقت موسكو وكييف الخميس الماضي على إنشاء ممرات إنسانية بعد ثمانية أيام من العملية العسكرية الروسية في أوكرانيا

برنامج الأغذية العالمي يحذر من نقص حاد للغذاء في أوكرانيا

حذر برنامج الأغذية العالمي من نقص حاد في الغذاء بالعاصمة الأوكرانية كييف وبعض المدن الأخرى. وذكر البرنامج عبر حسابه بموقع "تويتر"، أنه "يكتف المساعدات الغذائية لأوكرانيا لافتا إلى وجود تقارير عن نقص حاد في الغذاء والماء في العاصمة كييف ومدينة خاركيف الشمالية الشرقية". ونشر البرنامج مقطعاً مصوراً لعدد من الشاحنات قال إنها تحمل مساعدات في طريقها إلى أوكرانيا. وذكر أنه بصدد البحث عن شركاء في أوكرانيا لمساعدته في توزيع المواد الغذائية، موضحاً أنه سيساعد كذلك اللاجئين الأوكرانيين القادمين عبر الحدود إلى الدول المجاورة. وقال برنامج الأغذية العالمي، في بيان له تم إنشاؤه مراكز في البلدان المتاخمة لأوكرانيا للمساعدة في تسليم مواد غذائية لأوكرانيا ومساعدة اللاجئين. واتفقت موسكو وكييف الخميس الماضي على إنشاء ممرات إنسانية بعد ثمانية أيام من العملية العسكرية الروسية في أوكرانيا.

ابتداء من 8 مارس الجاري الخطوط الجوية الروسية تعلق الرحلات الدولية وتستثني بيلاروسيا

أعلنت الخطوط الجوية الروسية "أيرفلوت"، أمس، تعليق جميع الرحلات الجوية الدولية، باستثناء المتجهة إلى العاصمة البيلاروسية مينسك، اعتباراً من 8 مارس / آذار الجاري. ويأتي قرار أكبر شركة طيران مملوكة للدولة، بعد أن أوصت هيئة النقل الجوي الروسية "روافياتسيا" شركات الطيران المحلية التي لديها طائرات مستأجرة أجنبية بوقف رحلات الركاب والبضائع إلى الخارج. وقالت "الخطوط الجوية"، في بيان، إن القرار ستطبقه شركتا طيران "أفروا" و"روسيا"، التابعتان لـ "أيرفلوت". وأرجعت الشركة قرارها إلى "الظروف التي تعوق تشغيل الرحلات الجوية". وأوضحت أنها ستواصل تشغيل الرحلات الجوية داخل روسيا بشكل كامل، باستثناء مدن الجنوب، التي تم تعليق الرحلات منها وإليها في ظل العملية العسكرية الخاصة في أوكرانيا. وأضافت أنها اعتباراً من 6 مارس الجاري، ستتوقف عن قبول الركاب الذين يحملون تذكرة ذهاب وإياب لرحلات جوية دولية موعد عودتها إلى روسيا بعد 8 أشهر نفسه. وأشارت إلى أن الشركة ستحاول العمل على تنظيم عودة لركابها العالقين في الخارج بعد موعد إنهاء الرحلات (8 مارس 2022)، أعلنت موسكو إغلاق مجالها الجوي أمام الرحلات من 36 دولة، ردا على الحظر الذي فرضته الدول الأوروبية على تشغيل رحلات الطائرات المدنية، التي تشغيلها شركات النقل الجوي الروسية أو المسجلة في البلاد. وأطلقت روسيا في 24 فبراير / شباط الماضي، عملية عسكرية في أوكرانيا، تبعتها ردود فعل دولية غاضبة وفرض عقوبات اقتصادية ومالية "مشددة" على موسكو.

بعد صدور احكام جائرة في حقهما

"مراسلون بلا حدود" تدعو إلى إطلاق سراح صحفيين مغربيين

حكم ظالم في حق سليمان الريسوني، ها هي العدالة المغربية تنطق اليوم بحكم آخر غير مشرف، وتابع في ذات السياق قائلاً "إن محاكمات الصحفيين الريسوني والراضي و ستيتو تخللتها الكثير من الخروقات بدءاً من اعتقالهم تحسفاً و عليه فإن منظمة مراسلون بلا حدود تدعو إلى اطلاق سراحهم فوراً و دون شروط".

على أثر محاكمة تشوبها العديد من الخروقات"، وجاء في بيان المنظمة انها "تندد بالإدانة الجديدة و تدعو الى اطلاق السراح الفوري لعمم الراضي و انهاء جميع المتابعات في حق الصحفيين"، وتأتي هذه الإدانة اسبوعاً فقط بعد صدور الحكم على سليمان الريسوني بـ 5 سنوات سجناً نافذاً من طرف محكمة الاستئناف بالدار البيضاء. وصرح مدير مكتب شمال افريقيا للمنظمة، صهيب خياطي قائلاً "بعد أسبوع من اصدار

نددت منظمة مراسلون بلا حدود أول أمس بالاحكام الجائرة التي صدرت في حق الصحفيين المغربيين عمر الراضي وعماد ستيتو، داعية إلى إطلاق سراحهم فوراً وإيقاف كل المتابعات ضدهم. ونددت المنظمة بالاحكام التي صدرت في حق الصحفيين عمر الراضي المتهم "بالاعتصاب" وعماد ستيتو الذي اتهم "بالتجسس" حيث أدينا بعد الاستئناف بست سنوات سجناً للأول وعماد حبس لثاني منها ستة أشهر غير نافذة وهذا

الحكومة الإسبانية تعتبر ما حدث اعتداء واضحا من طرف الرباط

المغرب متهم بالتساهل في قضية محاولة عبور مهاجرين السياج الحدودي لمليبية

يعدوا اللحظة المناسبة للعبور إلى إسبانيا، و من هناك تحرك حوالي 2500 شخص على الساعة 8:00 صباحاً للوصول إلى السياج "بطريقة منسقة" وبعدها على 9:30 صباحاً بدأوا في القفز فوق الحواجز. وكررت الصحيفة الإسبانية ان المصادر الحكومية نفسها ترى في هذه العملية "تساهلاً من جانب الرباط، و تستذكر تلك التي شهدتها في شهر مايو 2021 عندما بلغ عدد المهاجرين أكثر من 10.000، تمكنوا عن طريق السباحة، عبور حدود سبتة، بتواطؤ رجال الدرك المغربي، ما تسبب في أزمة دبلوماسية بين اسبانيا والمغرب".

طابور 2500 شخص على الحدود"، وبنسبة للصحيفة الإسبانية، فإن محاولة عبور المهاجرين يوم الأربعاء الماضي هي "الأولى من نوعها في السجلات" من حيث عدد الأشخاص الذين حاولوا الدخول للمدينة الإسبانية المتمتعة بالحكم الذاتي بطريقة "منسقة"، مع نجاح حوالي 500 منهم في ذلك، وبحسب الصحيفة، فإن المهاجرين، الذين حاولوا الوصول إلى مليبية، كانوا ينتظرون منذ أيام بجبل في مدينة الناظور المغربية، على بعد 15 كيلومتراً من مليبية، موضحة ان هذه هي النقطة التي يتجمع فيها المهاجرون قبل أن

ذكرت صحيفة إسبانية بأن المغرب متهم بالتساهل بخصوص محاولة 2500 مهاجر عبور السياج الحدودي لمدينة مليبية يوم الأربعاء الماضي، حيث اعتبرت الحكومة الإسبانية اعتداءً بـ "نية واضحة" من طرف الرباط بغرض الضغط على اسبانيا في سياق اتسم بتدهور العلاقات بين البلدين. ونقلت صحيفة "إلافاغارديا" عن مصادر حكومية قولها ان " وراء عملية العبور للمهاجرين فوق السياج، توجد نية واضحة للمغرب بغرض الضغط على إسبانيا (...)، مضيفة بأنه "مستحيل على الرباط ألا تلاحظ

بعد إلغاء المحكمة الاتحادية قراراً مماثلاً اتخذه رئيس البرلمان

البرلمان العراقي يوافق على إعادة فتح باب الترشح لرئاسة البلاد

وفي اليوم التالي، ومع انقضاء المهلة الدستورية لانتخاب الرئيس، أعلن رئيس البرلمان محمد الحلبوسي، إعادة فتح باب الترشح لمنصب الرئيس، إلا أن المحكمة الاتحادية العليا قضت لاحقاً بعدم دستورية قرار الحلبوسي، وقالت إنه يتوجب التصويت عليه بالموافقة داخل قبة البرلمان.

باب الترشح لمنصب الرئاسة خلال جلسة حضرها 265 نائباً من أصل 329. وفي 7 فيفوري، فشل البرلمان في عقد الجلسة المخصصة لانتخاب رئيس جديد للبلاد، إثر مقاطعة غالبية الكتل السياسية للجلسة نتيجة الخلافات بشأن المرشحين وأيضاً بخصوص تشكيل الحكومة المقبلة.

صوت مجلس النواب (البرلمان) العراقي، أمس، بالموافقة على إعادة فتح باب الترشح لمنصب رئيس الجمهورية لانتخاب أحد المرشحين، قبل تشكيل الحكومة المقبلة. وقال مجلس النواب في بيان نقلته بعض وسائل الاعلام، إن البرلمان صوت بالموافقة على إعادة فتح

لوضع قاعدة دستورية توافقية

الأمم المتحدة تدعو مجلسي النواب والأعلى للدولة في ليبيا لتشكيل لجنة مشتركة

ليبيا، الذي تحقق منذ توقيع اتفاق وقف إطلاق النار الليبي في أكتوبر 2020، ودعا جميع الجهات الفاعلة إلى الامتناع عن اتخاذ أي إجراءات من شأنها تقويض الاستقرار وتعميق الانقسامات في ليبيا. وأكد غوتيريش ضرورة تحقيق تطورات أكثر من 2.8 مليون ليبي سجلوا أسماءهم للتصويت من أجل اختيار قادتهم "عبر انتخابات ذات مصداقية وشفافة وشاملة على أساس دستوري وقانوني سليم".

أسبوعين لتحقيق الهدف المرسوم". وشددت على "الأهمية الجوهرية للحفاظ على الأمن والاستقرار، والامتناع عن كل أعمال التصعيد والتخويف والخطف والاستفزاز والعنف"، مضيفة أن "حل الأزمة الليبية ليس في تشكيل إدارات متنافسة ومراميل انتقالية دائمة"، وإنما في المضي نحو "طريقة توافقية للمضي قدماً، تعطي الأولوية للحفاظ على وحدة البلاد واستقرارها". وكان الأمين العام للأمم المتحدة أنطونيو غوتيريش، جدد التأكيد على أهمية الحفاظ على الوحدة والاستقرار في

قالت مستشارة الأمم المتحدة بشأن ليبيا ستيفاني وليامز، أول أمس، إنها دعت مجلس النواب الليبي والمجلس الأعلى للدولة إلى تسمية 6 ممثلين عن كل مجلس من أجل تشكيل لجنة مشتركة مكرسة لوضع قاعدة دستورية توافقية" وذلك لتجاوز الخلافات القائمة التي تحول دون إجراء انتخابات رئاسية وبرلمانية. وذكرت وليامز - في سلسلة تغريدات على حسابها في تويتر - أن "من المقترض اجتماع اللجنة المشتركة في الـ 15 من الشهر الحالي تحت رعاية الأمم المتحدة، على أن يستمر عملها



استهدفت جميع الفواعل في الساحة الفلسطينية

الاحتلال الصهيوني أصدر 8700 أمر اعتقال إداري منذ 2015

قال نادي الأسير، إن سلطات الاحتلال الصهيوني أصدرت منذ عام 2015 أكثر من 8700 أمر اعتقال إداري، استهدفت من خلاله كل من هو فاعل في الساحة الفلسطينية، اجتماعيا، وسياسيا، ومعرفيا.

الوكالات

وأضاف النادي في بيان له، أمس، إن هذه الأوامر شملت كافة فئات المجتمع الفلسطيني، بما فيهم الأطفال والنساء وكبار السن، وساهمت المحاكم بشكل مركزي في ترسيخ هذه الجريمة.

ولفت إلى أن عدد الأسرى الإداريين في سجون الاحتلال يفوق الـ 500، بينهم أسيرة وهي شروق البدن، وأن جلهم أسرى سابقون أمضوا سنوات في سجون الاحتلال، غالبيتها رهن الاعتقال الإداري، وهم يتبعون في سجون عدة هي: «مجدو، عوفر، النقب، ريمون، والدامون»، أكثرهم عددا في سجن «النقب» حيث يقبع فيه 228 أسيرا، يليه سجن «عوفر» وعددهم 170 أسير.

ووفقا لمتابعة نادي الأسير، فإن جريمة الاعتقال الإداري، ارتبطت على مدار العقود الماضية، بمستوى المواجهة مع الاحتلال، لذلك نجد أن عامي 1987 «انتفاضة الحجارة»، و2000 «انتفاضة الأقصى» والسنوات التي تلتها، محطات مهمة لقراءة مستوى الجريمة وأبعادها على الساحة الفلسطينية، ومع ذلك فإن سلطات الاحتلال لم تتوقف يوما عن الاستمرار بها، بل حولتها إلى نهج مركزي في سياساتها.

ورفعت سلطات الاحتلال وتيرة التصعيد في سياسة الاعتقال الإداري، منذ عام 2015 مع اندلاع «الهبّة الشعبية»، بلغت أوامر الاعتقال الإداري خلال العام المذكور 1248 أمرا، وكانت أعلى نسبة خلال السنوات اللاحقة عام 2016، وبلغت في حينه 1742 أمرا.

وعلى مدار العقود الماضية تمكن الأسرى الإداريون من مواجهة هذه السياسة بكافة الأدوات المتاحة، أبرزها مقاطعة المحاكم، والإضراب عن الطعام، كما نفذوا منذ أواخر عام 2011 وحتى نهاية العام المنصرم، أكثر من 400 إضراب فردي، علما أن بعضهم نفذوا أكثر من إضراب بسبب الاعتقالات المتكررة، إضافة إلى إضراب جماعي خاضه الأسرى عام 2014، واستمر لمدة 62 يوما.

الأسرى يُقررون الاستمرار في خطواتهم النضالية

أكد نادي الأسير الفلسطيني، أن الأسرى في سجون الاحتلال قرروا الاستمرار في خطواتهم النضالية المتواصلة منذ (29) يوما.

جاء ذلك بعد جلسة حوار انتهت مع إدارة السجون، وتمثلت نتائجها بتراجع الإدارة جزئيا عن بعض إجراءاتها التي أعلنت عنها، وتحديدًا فيما يتعلق بنظام «الفورة»

ساحة السجون، إلا أنها رفضت الاستجابة لمطالب أسرى سجن «نفحة» المتعلقة بالبوابات الإلكترونية والتفتيش، وهو أحد المطالب الأساسية في المعركة الراهنة.

وعلى ضوء ذلك أبلغ الأسرى إدارة السجن أنهم مستمرين في خطواتهم المتمثلة بالعصيان والتمرد على قوانين السجن، حتى الاستجابة لمطالبهم كاملة وبشكل جذري، وتحديدًا المطالب المتعلق بقضية أسرى سجن «نفحة».

كما وقرر الأسرى أنه وفي حال استمرت الإدارة على موقفها الحالي، سيعلمون الإضراب المفتوح عن الطعام في تاريخ 25 آذار/ مارس الجاري. وفي هذا الإطار شدد نادي الأسير على أن هذا الموقف المعلن انبثق عن كافة الفصائل ممثلًا بلجنة الطوارئ الوطنية العليا للأسرى، والتي شكّلت عقب الإجراءات التي فرضتها إدارة السجون بعد تاريخ عملية «نفق الحرية».

ارتفاع أعداد الأسرى الذين أمضوا 30 عامًا إلى 17 أسيرًا

إلى ذلك ارتفع عدد الأسرى الذين مضى على اعتقالهم أكثر من 30 عامًا في سجون الاحتلال بشكل متواصل، إلى 17 أسيرًا. وبحسب المختص بشؤون الأسرى عبد الناصر فراونة، فإن هذا العدد ارتفع بعد أن دخل الأسيرين محمد توفيق جبارين (70 عامًا)، ويحيى مصطفى اغبارية (54 عامًا)، من سكان أم الفحم بالداخل المحتل، لقائمة الأسرى الذين دخلوا عامهم الثلاثين، وكان الأسير جبارين اعتقل في الثاني من مارس 1992، فيما اغبارية في الرابع

من نفس الشهر والعام، بتهمة مقاومة الاحتلال.

الأسير رأفت البوريني يطلق كتابه الأدبي الأول من داخل الأسر

أطلق الأسير رأفت البوريني مؤخرًا كتابه الأدبي الأول «رحلة في متاهات الأسر» من داخل الأسر والذي صدر في بيروت عن دار إبعاد للطباعة والنشر.

وفي هذا السياق هنأ مركز حنظلة للأسرى والمحربين الأسير القيادي البوريني هذا الإنجاز العظيم مؤكدًا أن مشاركة الأسرى في الكتابة ومشاركتهم تجاربهم لهو دليل على عزيمتهم القوية وإرادتهم الصلبة التي لم تكسرهما عنجھية السجان الصهيوني.

كتاب «رحلة في متاهات الأسر» هو كتاب واقعي يسرد أهم التفاصيل الحياتية التي يعيشها الأسير خلال فترة حكمه، وكيفية تعايش الأسير داخل سجون الاحتلال الإسرائيلي، والعزيمة التي تصنع بريق الأمل في الحرية القريبة مهما طالّت السنون.

الأسير أشرف حجارة.. 21 سنة في الاعتقال

دخل الأسير أشرف عبد القادر حسين حجارة (45 عامًا)، من سكان مخيم الدهيشة جنوب بيت لحم، سنته الـ 21 في سجون الاحتلال. وكانت قوات الاحتلال قد اعتقلت الأسير حجارة عام 2002، وأخضعته لتحقيق قاس لأكثر من شهرين، بتهمة الانتماء لكتائب شهداء الأقصى الجناح العسكري لحركة فتح، إضافة إلى المشاركة في عمليات عسكرية ضد الاحتلال أدت إلى مقتل وإصابة جنود ومستوطنين.

وكانت محكمة الاحتلال قد أصدرت بحقه حكمًا يقضي بالسجن المؤبد 12 مرة، وعلى الرغم من الحكم المؤبد المترام بحقه، والسنوات التي أمضاها متنقلًا بين السجون حتى الآن إلى أن الأسرى الذين عاشوا مع الأسير حجارة أكدوا بأنه يتمتع بمعنويات عالية. يذكر بأن والده الأسير حجارة ووالده توفيا وهو داخل السجن بعد أن انقطعوا عن زيارته لعدة سنوات بسبب المرض، والمنع الأمني أحيانًا.

وزير الخارجية الفلسطيني رياض المالكي يؤكد

«بعض الدول تتحاشى إبراز الجرائم الصهيونية في مجلس حقوق الانسان»

دائم خصوصًا حول تعامل الولايات المتحدة وبعض الدول الأوروبية مع القضية الفلسطينية مقارنة بالقضايا الأخرى. وأشار إلى أنه ستتم مطالبة مجلس الأمن الدولي بعقد اجتماعات دورية لمناقشة انتهاكات وجرائم الاحتلال وأن يتحمل مسؤولياته في توفير الحماية للشعب الفلسطيني، مشددًا على أهمية مناقشة تقرير المقرر الخاص حول حالة حقوق الانسان في الأرض الفلسطينية في مجلس حقوق الانسان، مضيفًا أنه موضوع دائم ما دامت هناك انتهاكات.

الولايات المتحدة الأميركية وبعض الدول الأوروبية، لعدم مناقشة البند السابع. وأضاف أن الكيان الصهيوني يرفض أن تتم الإشارة إليها بشكل منفصل ضمن بند خاص باعتدائها على الشعب الفلسطيني، وهناك دول تأتي للدفاع عن الاحتلال الصهيوني وترفض أيضًا مناقشة البند السابع ومنها العديد من الدول الأوروبية. وحول سياسة الكيل بمكيالين والمعايير المزدوجة في التعامل مع القضية الفلسطينية والقضايا الأخرى، بيّن المالكي أنه تتم إثارة هذه القضية بشكل

قال وزير الخارجية والمغتربين الفلسطينية رياض المالكي «إن هناك دولا ترفض مناقشة البند السابع في مجلس حقوق الانسان بالأمم المتحدة، والخاص بحالة حقوق الإنسان في الأراضي الفلسطينية». وأضاف المالكي، في حديث لإذاعة صوت فلسطين، أمس، أن الولايات المتحدة وبعض الدول الأوروبية لا تريد أن تبرز الجرائم والانتهاكات التي تقوم بها الكيان الصهيوني تجاه أبناء الشعب الفلسطيني، وقال «إن فلسطين تواجه حربًا شرسة داخل مجلس حقوق الإنسان تقودها

3 شهداء في 102 نقطة مواجهة وإصابة 6 جنود ومستوطنين

مواجهات عنيفة مع الاحتلال بالضفة خلال الأسبوع الماضي

شهدت الضفة الغربية المحتلة الأسبوع الماضي مواجهات عنيفة مع الاحتلال، في عدة محاور تخللها ارتقاء شهداء وإصابة جنود ومستوطنين وتنفيذ عمليات إطلاق نار.

وخلال أيام الأسبوع استشهد ثلاثة شبان من جنين والخليل، ورصدت 102 نقطة مواجهة، منها 11 عملية إطلاق نار و23 عملية إلقاء عبوات متفجرة وزجاجات حارقة في عدة مناطق بالضفة، في حين أصيب 6 جنود ومستوطنين.

ففي يوم الجمعة أحصيت 19 نقطة مواجهة مع الاحتلال في نابلس وقلقيلية والقدس والخليل ورام الله وبيت لحم. وعمت المواجهات بلدات بيتا، وبيت دجن، وكفر قدوم، والمدخل الغربي لسواد، وباب الزاوية، وحي الشيخ جراح، وشارع الشلالة بالخليل، ومخيم عيادة، وجبل صبيح، والحاجز الشمالي بقلقيلية، ومدخل مستوطنة الدوبيا بالخليل، وبلدة قريوت، وعزون، وبرقين، والشيخ جراح، وجبل الطويل في البيرة.

ونفذ مقاومون ثلاث عمليات إطلاق نار صوب قوات الاحتلال في بلدتي برقين، وقباطية بجنين ومستوطنة بسجوت المقامة على أراضي رام الله والبيرة.

كما رشق شبان مركبات المستوطنين في بلدة عزون قضاء قلقيلية، وألقيت زجاجات حارقة على بؤرة الدوبيا الاستيطانية في الخليل. وفي الخميس أحصيت 9 نقاط مواجهة في القدس ورام الله ونابلس وجنين وقلقيلية. وأصيب مستوطن في عملية طعن ببلدة حرما شرق القدس المحتلة في حين اعتقل المنفذ بعدها بساعات.

ونفذ مقاومون عمليتي إطلاق نار تجاه قوات الاحتلال في مخيم جنين، ومدينة نابلس. وألقى شبان زجاجات حارقة صوب قوات الاحتلال التي اقتتعت بلدة كوبر شمال غرب رام الله.

وأحصيت -الأريبع- 15 نقطة مواجهة في القدس والخليل ونابلس وقلقيلية في المنطقة ذاتها. ونفذ مقاومون عملية إطلاق نار وقنابل محلية الصنع تجاه حاجز الجملة العسكري شمال جنين، في حين أقيمت زجاجات حارقة صوب قوات الاحتلال في قرية بيتين شمال شرق رام الله.

وكان الثلاثاء من أكثر أيام الأسبوع تصعيدًا في الضفة الغربية؛ حيث رصدت 21 نقطة استشهد خلال ثلاثة شبان من جنين والخليل. واندلعت المواجهات في رام الله وبيت لحم والقدس والخليل ورام الله ونابلس وقلقيلية. واستشهد الشاب عماد أبو عفيفة من مخيم العروب بعد ارتقائه برصاص الاحتلال في بيت لحم، كما استشهد الشبان عبد الله الحصري وشادي نجم في مخيم جنين.

ويوم الاثنين رصدت 23 نقطة مواجهة في القدس ونابلس والخليل وبيت لحم. ونفذ مقاومون عملية إطلاق نار، وألقي كوع متفجر تجاه حاجز الجملة في حين أقيمت عبوة متفجرة صوب قوات الاحتلال في جبل جرزيم بنابلس. واستهدف الشبان جنود الاحتلال والمستوطنين بزجاجات حارقة قرب مستوطنة بسجوت، وبيت لحم، وحاجز زعترة، ومستوطنة كرمي تسور. وأصيب أربعة من جنود الاحتلال خلال مواجهات باب العامود في القدس، ومستوطنة جراء رشق مركبة إسرائيلية بالحجارة قرب قرية اللبن الشرقية جنوب نابلس.

ويوم الأحد أحصيت 15 نقطة مواجهة في الخليل ورام الله ونابلس وبيت لحم. واستهدف شبان قوات الاحتلال بكواع متفجرة قرب جسر حلدول، كما ألغوا زجاجات حارقة صوب أهداف إسرائيلية في عابود، جبل جرزيم، مستوطنة جيعات أساف، مستوطنة مجدال عوز.

والسبت الماضي أحصيت 5 نقاط مواجهة في ضواحي القدس وبيت لحم وجنين ونابلس وقلقيلية. ونفذ مقاومون عملية إطلاق نار تجاه قوات الاحتلال على جبل صبيح جنوب نابلس، في حين أقيمت أنواع متفجرة على حاجز دوتان العسكري في جنين.

اتحاد إذاعات الدول العربية

«صوت فلسطين» تحصد جائزة أفضل قسم تبادل إخباري وبرامجي

الدؤوب في نقل الحقيقة والرواية الفلسطينية إلى العالم. وأكد الوزير عساف أنه ورغم الثورة الرقمية، إلا أن الإذاعة حافظت على حضورها ومكانتها، مشيدًا بدور إذاعة صوت فلسطين ضمن منظومة الإعلام الرسمي والوطني.

وقال الوزير عساف إن الإعلام الفلسطيني قدم الشهداء والجرحى والأسرى، خلال تأديتهم واجههم في فضح جرائم الاحتلال الإسرائيلي، مضيفًا أن هذا الإعلام سيواصل نقل الحقيقة للعالم مهما كلف الثمن.

حصدت إذاعة صوت فلسطين لأول مرة، الجائزة الأولى عن جائزة المرحوم عبد الرحمن النوبيرة لعام 2021، كأفضل قسم تبادل إخباري وبرامجي من بين 18 دولة ضمن اتحاد إذاعات الدول العربية.

وجاء ذلك خلال اجتماع المنسقين الإذاعيين، الذي عقد في الجزائر، لمناقشة سبل تطوير التبادل الإذاعي الإخباري والبرامجي. وهنا المشرف العام على الإعلام الرسمي الوزير أحمد عساف كافة العاملين في إذاعة صوت فلسطين على هذا الإنجاز، مثنًا معلم



شعبان شهر يغفل الناس عنه

الله عز وجل "يرفع إليه عمل الليل قبل عمل النهار، وعمل النهار قبل عمل الليل"، وأن أعمال الأسبوع تعرض يوم الإثنين ويوم الخميس، كما في رواية أبي داود والنسائي أيضاً، وقيل: هذا يحتمل عرضها في السنة جملة، ويحتمل عرضها في الأيام أو الأسبوع تفصيلاً أو العكس؛ فكان الأعمال تعرض عرضاً بعد عرض، ولكل عرض حكمة يطلع الله تعالى عليها من يشاء من خلقه، أو يستأثر بها عنده مع أنه تعالى لا يخفى عليه من أعمالهم خافية. وفي الحديث: أن شهر شعبان من الأشهر المرغب فيها بالصوم. قال ابن رجب الحنبلي في لطائف المعارف: "وفيه معان، وقد ذكر منها النبي صلى الله عليه وسلم إلى أنه لما اكتنفه شهران عظيمان: الشهر الحرام وشهر الصيام، اشتغل الناس بهما عنه، فصار مغفولاً عنه، وكثير من الناس يظن أن صيام رجب أفضل من صيامه لأنه شهر حرام، وليس كذلك". وفي قوله: "يغفل الناس عنه بين رجب ورمضان" إشارة إلى أن بعض ما يشتهر فضله من الأزمان أو الأماكن أو الأشخاص قد يكون غيره أفضل منه، إما مطلقاً، أو لخصوصية فيه لا يتفطن لها أكثر الناس، فيشتغلون بالمشهور عنه، ويفوتون تحصيل فضيلة ما ليس بمشهور عندهم". يشير إلى أنه لما اكتنفه شهران عظيمان - الشهر الحرام وشهر الصيام - اشتغل الناس بهما عنه، فصار مغفولاً عنه، وكثير من الناس يظن أن صيام رجب أفضل من صيام شعبان لأن رجب شهر حرام، وليس كذلك. وفي الحديث السابق إشارة إلى أن بعض ما يشتهر فضله من الأزمان أو الأماكن أو الأشخاص قد يكون غيره أفضل منه. وفيه دليل على استحباب عمارة أوقات غفلة الناس بالطاعة، كما كان طائفة من السلف يستحبون إحياء ما بين العشائين بالصلاة ويقولون هي ساعة غفلة، ومثل هذا استحباب ذكر الله تعالى في السوق لأنه ذكر في موطن الغفلة بين أهل الغفلة، وفي إحياء الوقت المغفول عنه بالطاعة فوائد منها: أن يكون أخفى للعمل وإخفاء النوافل وإسراها أفضل، لا سيما الصيام فإنه سر بين العبد وربّه، ولهذا قيل إنه ليس فيه رياء، وكان بعض السلف يصوم سنين عدداً لا يعلم به أحد، فكان يخرج من بيته إلى السوق ومعه رغيفان فيتصدق بهما ويصوم، فيظن أهله أنه أكلهما ويظن أهل السوق أنه أكل في بيته، وكان السلف يستحبون لمن صام أن يظهر ما يخفي به صيامه، فعن ابن مسعود أنه قال: "إذا أصبحتم صياماً فأصبحوا مذهبين"، وقال قتادة: "يستحب للصائم أن يذهب حتى تذهب عنه غيرة الصيام."



صلى الله عليه وسلم يصوم حتى نقول: لا يفطر، ويفطر حتى نقول: لا يصوم، فما رأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم استكمل صيام شهر إلا رمضان، وما رأيت أكثر صياماً منه في شعبان". فقال النبي صلى الله عليه وسلم لأسامة مينا له سبب صيامه: "ذلك شهر يغفل الناس عنه بين رجب ورمضان"، أي: يسهو الناس عنه لإكثارهم العبادة في هذين الشهرين، "وهو شهر ترفع فيه الأعمال"، أي: أعمال بني آدم من الخير والشر والطاعة والمعصية، "إلى رب العالمين"؛ فذلك ينبغي أن تكون الأعمال فيه سالحة، "فأحب أن يرفع عملي وأنا صائم"؛ أي: لأن من أفضل الأعمال عند الله من عبادة الصوم، أو أن الأعمال الصالحة إذا صاحبها الصوم رجع من قدرها، وأثبت خلوصها لله عز وجل. قيل: إن المراد بالأعمال التي ترفع إليه في شهر شعبان هي أعمال السنة، وقد جاء في الصحيحين من حديث أبي موسى الأشعري رضي الله عنه أن

عن أسامة بن زيد رضي الله عنهما قال: قلت: يا رسول الله، لم أرك تصوم شهراً من الشهور ما تصوم من شعبان؟ قال: "ذلك شهر يغفل الناس عنه، بين رجب ورمضان، وهو شهر ترفع فيه الأعمال إلى رب العالمين، فأحب أن يرفع عملي وأنا صائم" (أخرجه أحمد والنسائي وحسنه الألباني في صحيح الترغيب). كان الصحابة رضي الله عنهم يرفعون رسول الله صلى الله عليه وسلم في عبادته ومعاملته وفي كل حياته، ومن ذلك مراقبتهم له في صيامه؛ الفرض منه والتطوع؛ ليتعلموا منه. وفي هذا الحديث يقول أسامة بن زيد رضي الله عنهما: "قلت: يا رسول الله، لم أرك تصوم شهراً من الشهور ما تصوم من شعبان؟" أي: لا تكثر من صيام التطوع في شهر من شهور السنة بمثل ما تكثر في صيام شعبان، وكان قد ورد في صيامه صلى الله عليه وسلم لشعبان ما روي في الصحيحين من حديث عائشة رضي الله عنها: "كان رسول الله

الجامع "الزيداني" بطبريا في فلسطين

هو أحد أهم مساجد فلسطين التاريخية والأثرية، وأخر ما تبقى من المعالم العربية والإسلامية بطبرية؛ بأعمدته المتهالكة وجدرانه الموقسة يجتو بعض وفخار، آخر المعالم الإسلامية الشاهدة على الوجود الفلسطيني في مدينة طبريا، يروي المسجد حكاية يزيد عمرها عن مائتي عام من الأصاله والعراقة، نبض المدينة ومركزها بالتواء منه تدخل السوق الشعبي ليصير رمز المدينة فيخطف أنظار الزائرين بجماله الساحر.

في وسط مدينة طبريا المحتلة لا يمكن للزائر أن يمر هناك دون أن يمر على المسجد العمري أو كما يعرف بجامع العمر الزيداني باعتباره أكبر مساجد طبريا، ويقع في مركزها وبالقرب من سوقها المركزي.

وتقول المصادر: إن الجامع الزيداني بناه يوسف العمر الزيداني وذلك عام 1153 هـ، 1743م وهو شقيق ظاهر العمر الزيداني وذلك عند توليه حكم المنطقة من قبل الدولة العثمانية.

يعتبر المسجد المعلم الهام في المدينة حيث أصبحت صورته رمزا لها، فقد خلده الرحالة والمسافرون في رسوماتهم العديدة عند الحديث عن المدينة ومعالمها.

وهناك قول سائد أن المسجد بني مكان مسجد الياسمين القديم، علماً أن مسجد الياسمين يعود ذكره للفترة الإسلامية المبكرة ويرجع أنه كان في مكان مختلف.

بنا المسجد الحالي يعود إلى منتصف القرن الثامن عشر وقد بني على النمط العثماني الكلاسيكي المعروف، فهو يشبه في بنائه المساجد العثمانية التي انتشرت في أرجاء الدولة العثمانية.

هيكل المسجد:

يتكون المسجد من طابقين، وله قبة مركزية قائمة على رقية شبه متمنة تستند على جدران المسجد، والساحة الأمامية كانت محاطة بثلاثة أروقة من الجهات المقابلة لوجه المسجد فيما يحمل الرواق الأمامي ثلاث قباب، والتي انهارت في هزات أرضية وبني مكانها دكاكين أوقفت على المسجد.

ونظراً لسهولة معالجة الحجارة الجيرية وتطويعها في البناء تم بناء منذنة المسجد من الحجارة الجيرية في حين بني المسجد بأكمله كما هو حال مباني المدينة من الحجارة البازلتية البركانية الأمر الذي أعطاه لمسة فنية وجمالية لا تقاوم.

واجهه قاعة الصلاة مبنية من الحجارة الجيرية وقد زينت بالأبلق البازلتي الأسود والجيري البني والفتح "مداميك حجرية تتبادل فيها الألوان مشكلة لوحة فنية جميلة"، بالإضافة إلى محرابين على جانبي المدخل وإطارات الشبائيك التي زينت بحجارة جيرية فاتحة فضلاً عن أن قاعة الصلاة من الداخل زينت كذلك بالأبلق، والتي ما زال محرابها قائماً، أما المنبر فقد تعرض لعمليات تكسير.

المسجد مصادر منذ عام الفكية وتمنع الصلاة فيه، فضلاً عن تعرضه لاعتداءات عديدة بدءاً بتحويله إلى مخزن بعد هدم مرافقه المحيطة به من دكاكين، وقد أخلي بعد سنوات وما زال على حاله حتى اليوم.

بداية التأليف في السيرة النبوية

-على سبيل المثال- متى وكيف كانت بيعة العقبة؟ متى كانت الهجرة إلى الحبشة؟ وكما عدد الذين هاجروا في الأولى والثانية؟ ومتى عادوا؟ وكيف كانت غزوة بدر؟ ومن الذين شهدوها؟ هذه الأسئلة وأمثالها كانت تلقى على الصحابة ويجيبون عنها، وأسلوب السؤال والجواب -كما هو معروف- من أهم روافد العلم، خصوصاً في مراحل النشأة والتكوين. بل إن القرآن الكريم حافل باستخدام أسلوب السؤال والجواب حتى في مجال العقيدة وإثباتها، وإقامة الحجج على الكافرين الجاحدين، مثل قول الله تعالى: ﴿قُلْ لِمَنِ الْأَرْضُ وَمَنْ فِيهَا إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ﴾، ﴿سَيَقُولُونَ لِلَّهِ قُلْ أَفَلَا تَتَذَكَّرُونَ﴾، ﴿قُلْ مَنْ رَبُّ السَّمَاوَاتِ السَّبْعِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ﴾، ﴿سَيَقُولُونَ لِلَّهِ قُلْ أَفَلَا تَتَّقُونَ﴾، المؤمنون: ٨٤-٨٧.. وكان من الطبيعي أن تكون المدينة المنورة، هي أصلح بيئة للإجابة عن كل ما يتعلق بحياة الرسول وسيرته من حيث عاش معظم الصحابة الذين عايشوا أحداث الإسلام الكبرى في عهد الرسول، ونقلوها للتابعين، الذين لم يكتفوا بالتلقي والحفظ، بل بدأوا تدوين الوقائع والأحداث كما سمعوا من الذين شاهدوها، وكانت تلك لحظة البداية، بداية التأليف في السيرة النبوية. واتسعت دائرة السؤال والجواب، ولم تعد قاصرة على المدينة وحدها، بل سارع الناس في خطى الصحابة في كل مصر حلوا به، مثل: البصرة والكوفة ودمشق والفسطاط... إلخ. ومن حسن الحظ أن من كبار التابعين الذين بدأوا التدوين في السيرة النبوية، وأصبحوا مصدرًا رئيسًا من مصادرنا كانوا من أبناء كبار الصحابة الذين أخذوا العلم عن آبائهم الكرام، وهم الذين رأوا كل شيء وشاركوا بأنفسهم، بل كان من أوائل علماء السيرة من هم على صلة قريبة وثيقة ببيت النبي صلى الله عليه وسلم -مثل: عروة بن الزبير بن العوام، فأمه أسماء بنت الصديق رضي الله عنهما- وخالته أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها- فتتلذذ عليها ونقل عنها أخبارًا كثيرة عن حياة النبي وسيرته. وقد قسم العلماء كتاب السيرة النبوية والمؤلفين فيها إلى طبقات، والطبقة في اصطلاح المحققين، هم جماعة تقاربوا في السن، واجتمعوا في لقاء الشيوخ.

من سنن الله الكونية أن كل شيء يخضع للتدرج في النشأة والتكوين، يتساوى في ذلك الإنسان والحيوان والأفكار والعلوم والفنون، فلا شيء يخلق كاملاً، أو ينشأ ناضجاً مستوي التكوين، وإنما يمر بمراحل زمنية متتابعة، حتى يصل إلى نضجه واستوائه وكماله، وسيرة الرسول -صلى الله عليه وسلم- لم تشذ عن تلك القاعدة ولم تخرج عن ذلك الناموس، فحن نعلم أن سيرة الرسول لم تدون في حياته، أعني: أنه لم يكن من بين الكتاب الذين كانوا يكتبون للرسول -صلى الله عليه وسلم- الوحي وغيره -وهم كثيرون- من تخصص في تسجيل أحداث حياته صلى الله عليه وسلم؛ الخاصة والعامه، واستمر الحال على ذلك طوال خلافة الخلفاء الراشدين الأربعة ١١-٤٠ هـ. ويبدو أنه كان لذلك أسباب كثيرة من أهمها أن الرجال الذين عاصروا الرسول -صلى الله عليه وسلم- وهم صحابته -رضوان الله عليهم جميعاً- لم يكونوا في حاجة إلى تسجيل تلك الأحداث، فهم قد عايشوها وانفعلوا بها وتفاعلو معها بدرجة لم يسبق لها مثيل في تاريخ الرسالات والدعوات الدينية فكل مشهد منطبع في ذاكرتهم، وكل كلمة نطق بها الرسول حفظوها، وكل عمل من أعماله معروف لديهم تمام المعرفة وبكل التفاصيل، هذا مع ما امتازوا به من قوة الحافظة وسرعة البديهة. لم تكن الحاجة إذن تدعو لتدوين أحداث حياة الرسول وسيرته لاستغنائهم بالمشاهدة والحفظ ولانشغالهم بالغزوات والفتوحات، غير أنه لم يكد جيل الصحابة -وهم شهود وحفاظ السيرة- يخفتي حتى ظهرت الحاجة إلى تدوين وتسجيل السيرة النبوية، والتاريخ للعهد النبوي، فجبل التابعين -وهم الذين رأوا الصحابة وعاصروهم وتعلموا منهم- لم يروا بأنفسهم الأعمال الرائعة والجهاد المجيد الذي قام به الرسول -صلى الله عليه وسلم- من أجل الرسالة الإسلامية وتبليغها للناس، ولكنهم سمعوا عن ذلك من الصحابة، فيهرتهم الأعمال والمواقف والأخلاق، فتاقت نفوسهم لمعرفة كل شيء بالتفصيل، ولم يفوتوا الفرصة، بل عضوا عليها بالنواتج، وأخذوا يسألون الصحابة الذين صحبوا الرسول وضحوا معه، وشهدوا جميع مشاهد ومواقعه، ومن الأسئلة التي كانوا يسألونها



الكلمات السَّهْمِيَّة

أحد أكبر أنهار شبه القارة الهندية يبلغ طوله 2510 كم (1560 ميلاً).

6	5	4	3	2	1
					1
					ي
					3
					كلام لا فائدة منه
					مناظر جميلة
					فقد عقله
					(مع)
					وعاء
					6
					أول من قطعت
					يد في السرقة
					والد (مع)
					من فروع
					الرياضيات
					الجمال
					2
					عاصمة أوربية
					برفقة
					للتعريف (مع)
					شقيق (مع)
					شعراء
					أول من أنشأ
					الصيدليات
					ضروري للرضيع
					دمر
					محبة (مع)
					للتألم (مع)
					سمة (مع)
					مدينة سعودية
					(مع)
					صات الضفدع (مع)
					أغلال وسلاسل
					عاصمتها
					مسقط (مع)
					إحسان
					5
					السورة التي تلي
					سورة يونس
					3
					حقد
					للتخيير (مع)
					مقطوع الأذن
					4
					عاصمة أوربية
					برفقة
					للتعريف (مع)
					شقيق (مع)
					شعراء
					أول من أنشأ
					الصيدليات
					ضروري للرضيع
					دمر
					محبة (مع)
					للتألم (مع)
					سمة (مع)
					مدينة سعودية
					(مع)
					صات الضفدع (مع)
					أغلال وسلاسل
					عاصمتها
					مسقط (مع)
					إحسان
					5
					السورة التي تلي
					سورة يونس
					3
					حقد
					للتخيير (مع)
					مقطوع الأذن
					4
					عاصمة أوربية
					برفقة
					للتعريف (مع)
					شقيق (مع)
					شعراء
					أول من أنشأ
					الصيدليات
					ضروري للرضيع
					دمر
					محبة (مع)
					للتألم (مع)
					سمة (مع)
					مدينة سعودية
					(مع)
					صات الضفدع (مع)
					أغلال وسلاسل
					عاصمتها
					مسقط (مع)
					إحسان
					5
					السورة التي تلي
					سورة يونس
					3
					حقد
					للتخيير (مع)
					مقطوع الأذن
					4
					عاصمة أوربية
					برفقة
					للتعريف (مع)
					شقيق (مع)
					شعراء
					أول من أنشأ
					الصيدليات
					ضروري للرضيع
					دمر
					محبة (مع)
					للتألم (مع)
					سمة (مع)
					مدينة سعودية
					(مع)
					صات الضفدع (مع)
					أغلال وسلاسل
					عاصمتها
					مسقط (مع)
					إحسان
					5
					السورة التي تلي
					سورة يونس
					3
					حقد
					للتخيير (مع)
					مقطوع الأذن
					4
					عاصمة أوربية
					برفقة
					للتعريف (مع)
					شقيق (مع)
					شعراء
					أول من أنشأ
					الصيدليات
					ضروري للرضيع
					دمر
					محبة (مع)
					للتألم (مع)
					سمة (مع)
					مدينة سعودية
					(مع)
					صات الضفدع (مع)
					أغلال وسلاسل
					عاصمتها
					مسقط (مع)
					إحسان
					5
					السورة التي تلي
					سورة يونس
					3
					حقد
					للتخيير (مع)
					مقطوع الأذن
					4
					عاصمة أوربية
					برفقة
					للتعريف (مع)
					شقيق (مع)
					شعراء
					أول من أنشأ
					الصيدليات
					ضروري للرضيع
					دمر
					محبة (مع)
					للتألم (مع)
					سمة (مع)
					مدينة سعودية
					(مع)
					صات الضفدع (مع)
					أغلال وسلاسل
					عاصمتها
					مسقط (مع)
					إحسان
					5
					السورة التي تلي
					سورة يونس
					3
					حقد
					للتخيير (مع)
					مقطوع الأذن
					4
					عاصمة أوربية
					برفقة
					للتعريف (مع)
					شقيق (مع)
					شعراء
					أول من أنشأ
					الصيدليات
					ضروري للرضيع
					دمر
					محبة (مع)
					للتألم (مع)
					سمة (مع)
					مدينة سعودية
					(مع)
					صات الضفدع (مع)
					أغلال وسلاسل
					عاصمتها
					مسقط (مع)
					إحسان
					5
					السورة التي تلي
					سورة يونس
					3
					حقد
					للتخيير (مع)
					مقطوع الأذن
					4
					عاصمة أوربية
					برفقة
					للتعريف (مع)
					شقيق (مع)
					شعراء
					أول من أنشأ
					الصيدليات
					ضروري للرضيع
					دمر
					محبة (مع)
					للتألم (مع)
					سمة (مع)
					مدينة سعودية
					(مع)
					صات الضفدع (مع)
					أغلال وسلاسل
					عاصمتها
					مسقط (مع)
					إحسان
					5
					السورة التي تلي
					سورة يونس
					3
					حقد
					للتخيير (مع)
					مقطوع الأذن
					4
					عاصمة أوربية
					برفقة
					للتعريف (مع)
					شقيق (مع)
					شعراء
					أول من أنشأ
					الصيدليات
					ضروري للرضيع
					دمر
					محبة (مع)
					للتألم (مع)
					سمة (مع)
					مدينة سعودية
					(مع)
					صات الضفدع (مع)
					أغلال وسلاسل
					عاصمتها
					مسقط (مع)
					إحسان
					5
					السورة التي تلي
					سورة يونس
					3
					حقد
					للتخيير (مع)
					مقطوع الأذن
					4
					عاصمة أوربية
					برفقة
					للتعريف (مع)
					شقيق (مع)
					شعراء
					أول من أنشأ
					الصيدليات
					ضروري للرضيع
					دمر
					محبة (مع)
					للتألم (مع)
					سمة (مع)
					مدينة سعودية
					(مع)
					صات الضفدع (مع)
					أغلال وسلاسل
					عاصمتها
					مسقط (مع)
					إحسان
					5
					السورة التي تلي
					سورة يونس
					3
					حقد
					للتخيير (مع)
					مقطوع الأذن

الجزائر	وهران	قسنطينة	عنابة	ورثلة
16	16	14	15	19



أعلنت عن انتهاء الأشغال بالوكالة التجارية "عيسات إيدير"
"اتصالات الجزائر" تواصل عصرنة شبكتها نحو الألياف البصرية



أعلنت اتصالات الجزائر عن انتهاء الأشغال على مستوى الوكالة التجارية "عيسات إيدير"، بالعاصمة. ويتعلق الأمر حسب بيان الشركة على صفحتها الرسمية عبر "فيسبوك" باستكمال أشغال عصرنة شبكتها نحو الألياف البصرية على مستوى كل من: حي حسية بن بو علي من العمارة 38 إلى 76، حي حسية بن بو علي من العمارة 41 إلى 105، حي ديدوش مراد من العمارة 63 إلى 105 إضافة إلى حي ديار المحصول المدني.

وحسب بيان شركة "اتصالات الجزائر" فإنه بفضل تقنية "الألياف البصرية حتى المنازل"، سيستفيد الزبائن من خدمتي الهاتف والإنترنت ذات التردد العالي جدا الذي يصل إلى غاية 100 ميغا بنفس أسعار اشتراكهم الحالي ADSL.

وفي هذا الصدد، دعت الشركة الزبائن المعنيين للتقرب من وكالتهم التجارية من أجل تسلم أجهزة المودم الخاصة بهم مجانا، علما أن الوكالة التجارية عيسات إيدير قد أبتعت أبوابها مفتوحة أول أمس، بصفة استثنائية.

س . م .
البطولة الجهوية للرمي بالمسدس الآلي لتأهية الوسط

أمن ولاية الجزائر ذكور يتوج بلقب الفرق في الصنفين

اختتمت أول أمس، فعاليات البطولة الجهوية للرمي بالمسدس الآلي بين مصالح الشرطة لناحية الوسط للموسم الرياضي الجاري بمقر الوحدة العاشرة للأمن بالمسيلة. البطولة التي أعطى إشارة انطلاقها مراقب الشرطة رئيس أمن ولاية المسيلة ممثلا للمفتش الجهوي لشرطة الوسط، وشارك في الفعاليات 120 متنافسا ومتنافسة يمثلون 11 أمن ولاية لناحية الوسط. وفي ختام التظاهرة الرياضية التي أشرفت على تنظيمها المصلحة الجهوية للصحة النشاط الاجتماعي والأنشطة الرياضية بالتنسيق مع أمن ولاية المسيلة تم تكريم الفائزين حيث عادت المرتبة الأولى بالنسبة لصف الفردي ذكور إلى أمن ولاية المسيلة تلاه أمن ولاية المدينة في المرتبة الثانية، أما المرتبة الثالثة فكانت من نصيب أمن ولاية عين الدفلى، وعن صف فردي إناث فقد عادت فيه المرتبة الأولى والثانية والثالثة إلى أمن ولاية الجزائر.

أما بالنسبة للفرق المتنافسة في هذه التظاهرة الرياضية، وعن المتوجين حسب الفرق ذكور فقد عادت المرتبة الأولى لفريق أمن ولاية الجزائر، وتحصل فريق أمن ولاية المسيلة على المرتبة الثانية، يليه فريق أمن ولاية عين الدفلى في المرتبة الثالثة، فيما عادت المرتبة الأولى حسب الفرق إناث إلى فريق أمن ولاية الجزائر، فيما تحصل فريق أمن ولاية البليدة على المرتبة الثانية، أما المرتبة الثالثة فكانت من نصيب فريق أمن ولاية تيبازة.

محمد قرين
سيدي زهار بالمدينة
الدرك يحجز سلاحا ناريا وذخيرة بدون رخصة

قام أفراد الفرقة الإقليمية للدرك الوطني بسيدي زهار في ولاية المدية أثناء قيامهم بدورية عبر إقليم إختصاص المجموعة الإقليمية للدرك الوطني بالمدينة بتوقيف مركبة على متنها شخص. وبعد تفتيشها تم العثور على بندقية صيد نوع "بينلي" من صنع إيطالي ذات ماسورة واحدة نصف آلية عيار 12 ملم وكذا 09 خراطيش مملوءة عيار 12 ملم، وبعد طلب رخصة حمل السلاح من السائق صرح بأن هذا الأخير ليس ملك له. وعليه تم حجز السلاح والذخيرة وإقتياد المعنى إلى مقر الفرقة لمواصلة التحقيق، وقد أسفر التحقيق مع الموقوف عن توقيف مشتبه به ثاني والذي أكد بان السلاح سالف الذكر ملك له ولا يجوز على رخصة أو وثيقة تثبت قانونيته. تم تقديم المشتبه فيها أمام وكيل الجمهورية لدى محكمة بني سليمان عن جناح حيازة سلاح من الصنف الخامس وذخيرة دون رخصة.

ع . بكيري

أبرمت اتفاقا مع نظيرتها الموزمبيقية "سوناطراك" .. مساعي لتوسيع استثماراتها في إفريقيا



التابعة لسوناطراك، استهلقت بمنشآت معالجة الغاز والمركز الوطني لتوزيع الغاز (CNDG) المتواجدة بحاسي الرمل، تلتها زيارة إلى مركبات تمبيغ الغاز وفصل غاز البترول المسال المتواجدين على مستوى المنطقة الصناعية لأرزويو، كما تمت دعوة الوفد لمتابعة عروض تتعلق بالهياكل والوسائل البيداغوجية التي طورها كل من المعهد الجزائري للبترول (IAP) وأكاديمية سوناطراك للتسيير (SMA) بغرض تكوين وتطوير الكفاءات التابعة للمؤسسة. وفي هذا السياق أكد ذات البيان، أن الزيارة تندرج في إطار مذكرة التفاهم الموقعة بين سوناطراك والشركة الوطنية للمحروقات للموزمبيق، والتي تنص على "دراسة إمكانيات التعاون على مجمل سلم قيم المحروقات في الموزمبيق، بدءا من الاستكشاف والإنتاج، إلى النقل وتمبيغ الغاز والخدمات البترولية وكذا التكوين".

فرصة للتعريف والترويج للسياحة الجبلية بمنطقة شيليا في خنشلة

أزيد من 300 مشارك في مخيم وطني بقمة رأس كلثوم



حالات الخطر. وأكد رمزي هواري، رئيس الجمعية الولائية شيليا للرياضات الجبلية في تصريح لـ (وأج) على هامش افتتاح التظاهرة أن الطبعة الأولى للمخيم الوطني عرفت مشاركة أزيد من 300 شاب من مختلف ولايات الوطن بالإضافة إلى عشرات العائلات التي قامت باصطحاب أبنائها لمعيشة تجربة التخييم بثاني أعلى قمة جبلية في الجزائر وهي قمة رأس كلثوم بجبل شيليا (2328مترًا). وأضاف ذات الناشط الجموعي بأن المخيم الوطني كان فرصة للتعريف والترويج للسياحة الجبلية بمنطقة شيليا المتواجدة ببلدية بوحمامة ولاية خنشلة بالحدود مع ولاية باتنة وكذا فرصة لتبادل المعارف ونسج صداقات بين مختلف المشاركين من مختلف ولايات الوطن وسط أجواء أخوية رافقها تساقط الثلوج على ذات المنطقة الجبلية.

ق . م .

ع . ط .
تسعى الشركة الوطنية للمحروقات "سوناطراك" إلى توسيع دائرة استثماراتها خارج البلاد، لاسيما بالدول الإفريقية، وفي هذا الصدد أبرمت "سوناطراك" مع نظيرتها الموزمبيقية (ENH)، اتفاقا يتم بموجبه وضع أسس تعاون دائم وطويل المدى.

وحسب بيان شركة "سوناطراك" فقد اتفقت الشركتان أيضا خلال المحادثات التي جرت بين الرئيس المدير العام لسوناطراك، توفيق حكار، والرئيس المدير العام للشركة الموزمبيقية للمحروقات، إستيفوا بال، في إطار زيارة قام بها إلى الجزائر من 25 فيفري إلى غاية 2 مارس الجاري، على رأس وفد هام، على وضع خارطة طريق لتجسيد هذا التعاون في المجالات التي تم تحديدها.

من جهة أخرى، أشار البيان إلى أن الوفد الموزمبقي زار المنشآت والهياكل القاعدية

6 قتلى و344 جريح خلال 48 ساعة وبومرداس تسجل أثقل حصيلة حوادث المرور تواصل حصد الأرواح

لقي 6 أشخاص حتفهم وأصيب 344 آخرين بجروح متفاوتة الخطورة في حوادث مرور وقعت خلال الـ 48 ساعة الأخيرة.

وحسب بيان لمصالح الحماية المدنية، فإن أثقل أثقل حصيلة سجلت بولاية بومرداس بوفاة شخصين وإصابة 6 آخرين بجروح على إثر إنحراف سيارة واصطدامها بستة سيارات على الطريق السيار شرق-غرب ببلدية الأربعاش. وفيما يخص النشاطات المتعلقة بالوقاية من انتشار فيروس كورونا كوفيد-19 قامت وحدات الحماية المدنية خلال نفس الفترة، بـ 30 عملية تحسيسية عبر كافة التراب الوطني لفائدة المواطنين تذكروهم بضرورة احترام قواعد الحجر الصحي والتباعد الاجتماعي بالإضافة إلى القيام بـ 15 عملية تعقيم عبر منشآت وهياكل عمومية وخاصة ومجمعات سكنية وشوارع.

كما تم إسعاف وإنقاذ 9 أشخاص أصيبوا باختناق جراء استنشاقهم لغاز أحادي أكسيد الكربون المنبعث من أجهزة التدفئة المختلفة بكل من ولايتي تيمميسيلت وسطيف. ومن جهة أخرى، قامت وحدات الحماية المدنية بإخماد 4 حرائق حضرية وصناعية بكل من ولايات تيمميسيلت، تيزي وزو، تيبازة وتيسة. وتسببت هذه الحرائق في إصابة شخصين بحروق من الدرجة الثانية، على إثر حريق شب إثر انفجار قارورة غاز داخل منزل بتيمميسيلت، فيما أصيب شخصان بحروق من الدرجة الثانية، على إثر حريق شب بمسكن بتيسة. وذكر المصدر، أنه تم التكفل بالضححايا في عين المكان وتحويلهم إلى المستشفيات المحلية، كما تم السيطرة على هذه الحرائق ومنع انتشارها إلى باقي الأماكن المجاورة. وفيما يتعلق بالتهالبات الجوية التي مست عدة ولايات الوطن، قامت وحدات الحماية المدنية بعدة عمليات امتصاص مياه الأمطار المتسربة بداخل 3 سكنات بحي البنتور ببلدية بني صاف (عين تموشنت) والسوق الأسبوعي وبعض المنشآت العمومية ببلدية العامرية.

فاتنة؛ الثلوج تعيق حركة السير بالمناطق الجبلية

عرفت أمس، حركة المرور عبر العديد من الطرقات الجبلية بولاية باتنة صعوبة في سير المركبات، وذلك بسبب تشكل طبقة من الثلوج. وفي هذا السياق أفادت خلية الإعلام والاتصال لمصالح الحماية المدنية، أن وحدات التدخل للحماية المدنية عبر هذه المناطق ومنها بلديتي أريس ومنعة قد تخلت ليلة الجمعة إلى السبت لمساعدة المركبات العالقة وتسهيل حركة السير. وأضاف المصدر، أن صعوبة في حركة سير المركبات قد سجلت عبر الطريق الوطني رقم 31 وتحديدا بمنطقة "عين الطين" وكذلك عبر الطريق الوطني رقم 77 بمنطقة "ناقلة" والطريق الوطني رقم 87 بمنطقة "ثنية الرصاص" و"قرزة". نفس الوضعية سجلت على الطريقين الولائيين 54 "ب" بمرتفعات منطقة "بعلي" ورقم 172 بالمكان المسمى "تيزي نثارو" وكذا "عين الطين"، كما جرى توضيحه. ودعت مصالح الحماية المدنية مستعملي هذه المحاور الجبلية إلى "ضرورة توخي الحيطة والحذر واحترام قانون المرور والعمل بنصائح الجهات المختصة في مثل هذه الظروف المناخية".

حياة مصباحي

المشروع يحمل فوائد اقتصادية وصحية وبيئية نحو استحداث مركز وطني لتطوير شجرة "الأرغان"

يرتقب إنشاء مركز وطني لتطوير شجرة الأرغان بالجزائر، بالنظر لما تحمله من فوائد اقتصادية وصحية وبيئية خاصة مع توفر مساحات شاسعة موهلة لاحتضان هذه الشجرة بمختلف مناطق الوطن لاسيما بالجنوب والهضاب العليا. وكشفت رئيسة مصلحة مكافحة التصحر والعناية بشجرة الأرغان بالمديرية العامة للغابات لمياء حماس، في لقاء مع وكالة الأنباء الجزائرية، عن إنشاء قريبا مركز وطني لتطوير شجرة الأرغان في الجزائر بالنظر لما تحمله من فوائد اقتصادية وصحية وبيئية وكذا في إنتاج مواد التجميل موضحة بأنه تم الأسبوع الماضي تنظيم لقاء خصص لهذا الغرض بمشاركة باحثين ومختصين ومستثمرين وفلاحين في مجال استغلال مخرجات شجرة الأرغان.

كما سيتم في هذا الإطار عقد لقاء آخر الأسبوع المقبل بولاية تلمسان بمشاركة كل الجهات المعنية من بينها جمعيات مختصة وفلاحين لمناقشة ودراسة طرق واليات إنشاء هذا المركز وتحديد مهامه وتسميته وطابعه القانوني والإداري إلى جانب تحديد مكان مقره. وأبرزت المسؤولة الفوائد الاقتصادية لاستغلال شجرة الأرغان وما تحمله من خصائص تعود بالمنفعة في الجانبين الاقتصادي والصحي مما يستدعي تعزيز وتكثيف عملية غرسها بمختلف المناطق الموهلة لاحتضانها لاسيما بولايتي تندوف وادار وكذا في ولايات الهضاب العليا.

ر . ن .