



روناها، صحيفة سياسية ثقافية عامة تصدر عن مؤسسة روناها للإعلام والنشر. تسعى إلى بناء أواصر الأخوة بين الشعوب وإرساء دعائمها وأساس الديمقراطية والتعددية في معتقدتنا وتتطلع إلى نشر وخلق ثقافة ديمقراطية بيئية الساندية حرة أساسها الاحتراف والاحترام للتبادل بين جميع مكونات المجتمع من خلال تفعيل الآليات الحرة في المنطقة وتأمين أسس نقاش فكري تحليلي واقعي يتطرق إلى مسكنات العمل وطرح الحلول المناسبة لها وعلى هذا الأساس تفتح الصحيفة صفحاتها لمحلل الشؤون على مستقبل منطقة الشرق الأوسط مهد الحضارات البشرية عامة. ونحلم من بهمهم ترسيخ وتطبيق وتنشيط الفكر الديمقراطي التقدمي الذي يقبل التنوع والاختلاف ويصبر على المخالفة.

استذكار شهيدا الإعلام الحر دليشان إيش وهوكر محمد في ذكراهم السنوية الأولى



واستدعاهم من قبل المرتزة مع المدنيين الفارين من بطش داعش بسيارتين مفخختين، وأكد البيان: «وفي الوقت الذي نستذكر فيه رفاقنا وشهداءنا في الإعلام الحر، فإننا نؤكد بأن ذهنية دولة الاحتلال التركي التي تتهاجم الصحفيين في باكور كردستان وكان آخر من اعتقلتهم قبل أيام الصحفيين عبد الرحمن كوك وكبرية أفون وسامحة الأتكور، هي نفسها ذهنية داعش التي تسعى لاستبعاد الشعوب والتعقيم على الحقيقة. كما نؤكد بأن مثل هذه الممارسات لن تثبتنا عن متابعة دورنا في النضال والسعي وراء الحقيقة». والعالم، ومنهم شهداء الإعلام الحر دليشان إيش وهوكر محمد ورزكار دنيز الذين سعوا لإظهار حقيقة المرتزة في حملة عاصفة الجزيرة لتحرير ريف دير الزور،

شعوب المنطقة، كما وذكر البيان سعي الإعلام الحر لنقل حقيقة هذه المقاومة إلى العالم، ومنهم شهداء الإعلام الحر دليشان إيش وهوكر محمد ورزكار دنيز الذين سعوا لإظهار حقيقة المرتزة في حملة عاصفة الجزيرة لتحرير ريف دير الزور،

روناهي/ قاشلو - شارك العديد من الإعلاميين في قاشلو مراسم استذكار مراسلي وكالة أنباء هوار الشهداء هوكر محمد ودليشان إيش في مقبرة الشهيد دليل صاروخان بقاشلو، اللذان استشهدا نتيجة تفجير سيارتين مفخختين في ريف مقاطعة الحسكة، استهدفتا المدنيين الفارين من المناطق التي يسيطر عليها مرتزقة داعش، وذلك في الثاني من شهر تشرين الأول من عام ٢٠١٧. بدأت مراسم الاستذكار بالوقوف دقيقة صمت. ثم ألقى رئيس هيئة التحرير في وكالة هوار دليشان إيش كلمة قال فيها: «تابع شهداء الإعلام الحر هوكر ودليشان ورزكار أوضاع النازحين الفارين من بطش داعش. لكن؛ نتيجة فشل تلك القوى وعدم تحملهم تلك الانتصارات التي حققها البطلون والصحفيون، أرسلوا سيارتين مفخختين وفجروهما بين النازحين، مما أدى إلى استشهاد كل من دليشان وهوكر وعدد كبير من النازحين، وإصابة رزكار دنيز». وأضاف: «يمثل الشهداء رمزاً للمقاومة



منذ فترة وتجاهد على الصفحات الرسمية للبلدية على مواقع التواصل الاجتماعي «القيام بحملة ترفيت الشوارع في قاشلو؛ إضافة لتزفيت الرقع في حي الغربي من المدينة». ولكن؛ أين تلك الشوارع التي تزفت.. لا أحد يدري؟! أم كلثوم كانت تتجول في شوارع الحي وشاهدت بأن أغلبها ما زالت كما هي، وكما قالت في أغنياتها السابقة: «زفت إيه.. إني أنت جاي تقول عليه»، وبدأت تضرع من هذا التقاعس، وطلبت بتزفيت شوارع حي الغربي، وقامت بإهداء المعنيين أغنياتها الجديدة للعام المقبل: «بعيد عن زفتك حياتي عذاب».



أقليم الجزيرة- قاشلو (مكتبة سعدو)- فرع (١) شارع زكي الأرسوزي- جانب البلدية ٢٠٩٩٧- فرع (٢) الشارع العام، مقابل جامع الشلاح ٤٥٢٠٨١/ مكتبة أواز- طريق عامودا ٤٣٩١٥/ مكتبة الحرية- الشارع العام ٤٢١٣٦٠/ مكتبة سومر- الشارع العام ٤٢٤٠٣٧/ مكتبة الراوي فرع (١) شارع الكورنيز، تجمع محلات الراوي ٤٤٤٠٢٨ - فرع (٢) مقابل الصيدلية العمالية ٤٥٨٢٠/ مكتبة الزهراء- دوار البشيرية ٤٦٠٦٩٩- مكتبة الجواهري ٤٣٧٤٢/ مكتبة دار القلم - الشارع العام ٤٥٢٧٤ - مكتبة الأنوار شارع عامودا ٤٣٨٢٠٧- كركي لكي- مكتبة الحرية هاتف ٧٥٢٩٩٧ - مكتبة الرسالة الشارع العام هاتف ٤٥٧٧٤٥٧-٧٤٥٧٣٣- كركي لكي- ٤٥٤١٦٦ عامودا (مكتبة هجاز ٧٣١٤٦٦- درباسية) (مكتبة سما ٧١١٤١٠) جل اغا (مكتبة وائل ٧٥٥٥٥١) تربه سبيه (مكتبة الجهاد ٤٧٠٦١٨)

«لن تستطيع تركيا التصدي لإرادة السوريين»



سياسية ثقافية عامة - تصدر عن مؤسسة روناها للإعلام والنشر - ل.س. العدد ٥٩١ - الأحد ١٤/١٠/٢٠١٨ م

وجهاً القبائل العربية بالطبقة: «شمال وشرق سوريا تحررت بفكر القائد أوجلان»



لماذا الإسلام الديمقراطي؟! الثورة السورية... من ثورة سلمية إلى حروب إقليمية -١-

لم تكن الثورة السورية عام ٢٠١١ مجرد حالة عرضية أو مشاغبات أفتعلها أطفال درعا، أو مظاهرات عفوية عمت بعض المدن السورية فحسب، بل هي نتيجة تراكمات سياسية واجتماعية وإدارية واقتصادية لحقت بشعوب سوريا منذ بداية الستينات من القرن العشرين

الإسلام الديمقراطي عنوان كان محل نقاش كبير وصل للجنل، وكانت معظم المواقف ردات فعل شخصية، لم ترتق لمستوى المسؤولية المجتمعية، واختصاراً

نقول طرح الموضوع كان سليماً، لا بل يؤخذ على الإدارة الذاتية تأخرها بطرحه، ولعلنا نقاش الاسم ولكن ليس بالضرورة، فالديمقراطية هي أسلوب مقاربتنا للدين. «

دليشان إيش شهيدة الحقيقة ورمز المرأة الحرة



لم تكن الشهيدة دليشان الأولى في استشهادها، بل سبقتها شهديات عدة استشهدن في جبهات القتال لرصد الحدث بشفاافية ونقله بكل مصداقية إلى العالم، فأثبتت المرأة الإعلامية إن العمل الإعلامي يجب أن يكون متكامل لا يشوبه أي نقص إن كان الهدف بناء قاعدة جماهيرية تنق بالخبر وتمتلك المصداقية وهذا يحتاج إلى بذل الجهود الحثيثة وتقديم التضحيات.

في ذكرى الكونكاف... تسمي قشعك بداروش

كشف المركز الإعلامي لقوات سوريا الديمقراطية عن نتائج معركة نحر الإرهاب، في الـ ٢٤ ساعة الأخيرة، وأكد مقتل، ٣٤ مرتزقاً من داعش، وتدمير ثلاثة مواقع لهم.

بصباح الشهداء نركب... صريح طس لوروي الصريح

تعد القراءة أولى مداخل بناء المعرفة، وأيسر الطرق لإعداد جيل واع، ملم بكافة قضاياها، فعندما نريد أن نبني ونعد مجتمعاً قارناً لا بد أن نوفر له الأرضية المناسبة والأدوات اللازمة لتعزيز ثقافة المطالعة لديه.

بصباح الصلح يتكلم... روي الأوصاف في المجتمع

روناهي / قاشلو- لا يتطور أي بلد ولا يزدهر إلا عندما يكون عادلاً، فتركز البلدان المنحصرة على أن تكون عائلة بين مواطنيها، ولهذا كانت لهيئات العدل في شمال سوريا المكاتب الرئيسية بين الهيئات كافة، حيث لا بد من أن تكون المحور الأول والرئيسي في حل الكثير من القضايا العالقة بين المواطنين بالعدل، ويحتمي المواطنون تحت ظلها.



مراكز توزيع صحيفة روناها واقتناء الكتب

وجهاء القبائل العربية بالطبقة: “شمال وشرق سوريا تحررت بفكر القائد أوجلان”



لورس البورسان



خالد الموسى



تيسير الفعات

مركز الأخبار - تستمر دولة الاحتلال التركي في سياسة العطرسة والاعتداء على مناطق الشمال السوري وارتكاب المجازر فيها، وكان احتلال غفرين شاهداً على وحشييتها وممارساتها اللااخلاقية، وكذلك المدن السورية الأخرى مثل جرابلس والباب وادلب. كما وتستمر بتهديتها باحتلال مدن الشمال السوري ولا سيما منبج بترائع واهبة. وفي هذا السياق؛ التقت صحيفتنا «روناهي» ببعض وجهاء القبائل العربية في الطبقة لاستطلاع آرائهم حول التدخل في الشؤون السورية من قبل الحكومة التركية. وحدثنا رئيس الرابطة العلمية للانساب السورية خالد الموسى عن التدخل التركي قائلا: «باسم الرابطة العلمية نستنكر أي تدخل خارجي في سوريا ولا سيما في غفرين، إن ترهبنا دولة الاحتلال التركي بانتهاكاتها، بل تتصدى لها من خلال تكتلتها وسيرنا بتطبيق المشروع الديمقراطي في مناطقنا، وسنظل بدأ واحدة نحن شعوب

كوثر دوكو: لجان إعداد المناهج التعليمية ستصحح الأخطاء الواردة



مركز الأخبار - قالت الرئيسة المشتركة لهيئة التربية والتعليم في الإدارة الذاتية لشمال وشرق سوريا كوثر دوكو بأن الأخطاء التي خرجت في المناهج التعليمية ستصحح من قبل لجنة مختصة. وقالت كوثر دوكو أنهم شكلوا لجاناً ستقوم بتصحيح الأخطاء الواردة في المناهج التعليمي. وأكدت أن وسائل إعلامية استطلت الأخطاء لتضليل وتشويه المناهج التي يتم إعدادها في شمال وشرق سوريا. الرئيسة المشتركة لهيئة التربية والتعليم في الإدارة الذاتية لشمال وشرق سوريا كوثر دوكو أعلنت في بيانها أن لجانها المختصة ستتحقق

أخبار

في دحر الإرهاب... قسد تفتك بداعش

مركز الأخبار - كشف المركز الإعلامي لقوات سوريا الديمقراطية عن نتائج معركة دحر الإرهاب، في الـ ٢٤ ساعة الأخيرة، وأكد مقتل، ٣٤ مرتزقاً من داعش، وتدمير ثلاثة مواقع لهم. أصدر المركز الإعلامي، لقوات سوريا لديمقراطية، بياناً إلى الرأي العام، كشفت فيه نتائج الـ ٢٤ ساعة من معركة دحر الإرهاب التي تعتبر آخر مراحل حملة عاصفة الجزيرة، لتحرير منطقة هجين، آخر معاقل داعش شرق نهر الفرات. وجاء في البيان: «انلعت، منذ ساعات الصباح الأولى، اشتباكات عنيفة جداً بين مقاتلينا ومرتزقة «داعش» على محاور داعش هجومياً واسعاً وعنيفاً، وبأعداد كبيرة، على نقاطمركز مقاتلينا في المحاور كافة، مستغلاً الأحوال الجوية السيئة، حيث تعرّض منطقة الاشتباكات إلى عاصفة رملية مزيرة تحجب الرؤية. ولكن قوّاتنا تصدّت لكافة هجمات الإرهابيين، وأوقعت



ابراهيم القفطان: “نحن مع أي اتفاق يخدم السوريين”

مركز الأخبار - في الفترة الحالية يطغى على الوضع السوري مسألة إلب وبخاصة بعد الاتفاق بين الأتراك والروس على إقامة منطقة منزوعة السلاح على مسافة تقدر بين ١٥ إلى ٢٠ كيلو متر ونزع سلاح الفصائل في المنطقة ونقلها لمكان آخر. التدخل التركي مستمر في الشأن السوري وتهدياتها مستمرة لمنطقة منبج والشمال السوري بالعموم. وفي هذا الصدد كان لصحيفة روناهي لقاء حصري على هامش معرض الأسباب الذي انعقد في مدينة الطنقة مع الرئيس العام لحزب سوريا المستقل ابراهيم القفطان والذي أكد في اللقاء أن تركيا لا تريد استقرار المنطقة وأن إقتال مخطط تركيا يكون في اتحاد الشعب السوري



صحة وعلوم

ارتفاع ضغط الدم - ٢ -

أسباب إرتفاع ضغط الدم :



أسباب ارتفاع ضغط الدم دوراً في نشوته، كما يتأثر ارتفاع الضغط المعروف، إلا أن هناك العديد من العوامل والاضطرابات قد تلعب دوراً في نشوته من مثل:

- التدخين.
- فرط الوزن أو البدانة.
- قلة النشاط البدني.
- تناول الكثير من الملح مع الطعام.
- الإكثار من شرب الكحول.
- التوتر والتقدم بالعمر.
- المورثات.
- وجود قصة مزّضية عائلية لارتفاع ضغط الدم.
- الأمراض الكلوية المزمنة.
- اضطرابات الغدة الكظرية والدرقية.
- ارتفاع ضغط الدم الأساسي ونطلق يصل إلى ٩٥٪ من الحالات الموثقة. ونطلق على هذا النوع من ارتفاع ضغط الدم اسم **ارتفاع ضغط الدم الأساسي.** ومع أن ارتفاع ضغط الدم الأساسي يظل لغزاً إلى حد ما، غير أنّ العلماء ربطوه بعوامل خطيرة معينة، فارتفاع ضغط الدم يعيل لأن يكون وراثياً، وهو يصيب الرجال

- الأفارقة سمر البشرة.
- الحوامل.
- اللواتي يتناولن مانعات الحمل.
- الأكبر عمراً من ٣٥ سنة.
- زائدو الوزن أو البدنيين.
- غير النشطين جسدياً.
- الذين يشربون الكحول بكثرة
- الذين يكثرون من تناول المأكولات الدسمة والملح.
- المصابون بتوقف النفس أثناء النوم.

أعراض ارتفاع ضغط الدم

أعراض ارتفاع الضغط الأساسي لا يكون هناك أية أعراض في غالب الأحيان، غير أنّ بعض المرضى يتحدثون عن أعراض مثل الصداع والوار والإبهام وخفقان القلب. تكتشف ارتفاع ضغط الدم غالباً عندما يجري المريض فحصاً لسبب لا علاقة له بارتفاع الضغط. ولأنّ ارتفاع ضغط الدم الأساسي لا يكون مصحوباً بأعراض غالباً، وقد يكون موجوداً منذ سنوات، فمن المهم أخذ التاريخ المرضي في حال وجود أي تلف في أحد الأعضاء.

أعراض ارتفاع ضغط الدم الثانوي قد يظهر المرضى أعراض وعلامات الإصابة بالمرض المشتبه. فقد يظهر المرضى المصابون بالألدوستيرونية الأولية، أعراض تشنجات وضعف عضلي، ويكون لدى المصابين بورم القوائم سوابق نقص وزن وتعرّق قلب وخفقان، وصداع انتقالي، ونقص ضغط قياسي، كما يشكو مرضى متلازمة كوشنغ و Cushing syndrome من ازدياد وزن مفاجئ وضعف عضلي، وبوال متكرر، وتورم، وعدم انتظام الطمث لدى الإناث، وحب الشباب.

نوبة فرط الضغط إما أن يكون لدى هؤلاء المرضى ارتفاع مزمن في ضغط الدم وإما أن يكونوا غير مدركين لإصابتهم بارتفاع الضغط، وقد يشكو مرضى نوبة فرط الضغط من صداع شديد أو ضيق النفس أو زئيف من الأثف أو قلق.

انقراض الحيوانات والنباتات بمعدل يزيد ألف مرة عن السابق!



البيولوجي منذ ظهور الكائنات الحية حتى يومنا هذا لم يعتمد العلماء على السجلات الأحفورية فقط بل ركزوا على الجينات. بمعنى أنهم درسوا شجرة العائلة التطورية لكل أصناف الحيوانات والنباتات وهذا يمكنهم بتحديد كيف تنوّعت مجموعات مختلفة من الحيوانات عبر الزمن. على وجه التحديد أصبح العلماء قادرين على معرفة الأسباب الوراثية التي ظهرت والتي قدّت مع استمرار التنوع البيولوجي المطروحة تشير إلى معدل انقراض طبيعي من حساب معدل الانقراض العالمي قديماً وحديثاً. البيانات التي تم الحصول عليها تشير إلى أنّ معدل الانقراض العالمي - بدون وجود البشر- سيكون ٠.١ انقراض من مليون نوع في السنة، وبما أنّ الوضع ليس كذلك؛ فإن الباحثون اضطروا لانخفاضه بإيقاع سريع، ويعطي سبباً بذلك لتدهور النظام الإيكولوجي المائي في جميع أنحاء العالم. علّق الباحث (Jurriaan de Vos) على نتائج البحث بقوله: «الوضع كان مختلفاً جداً قبل دخول البشرية إلى المشهد، وهذا يمزّز الحاجة الملحة للحفاظ على ما تبقى ومحاولة الحد من تأثيرنا». الانقراض الطبيعي يغيب الفعل البشري وهو أقلّ مما نتوقع. وهذا يعني أنّ أزمة الانقراض الحالية أسوأ بكثير عما سبق



١٥ حقيقة مذهلة حول الموت يجعلنا كغيره



- 1- أبرزها تواجد الجثث المتجمدة في الطريق، والتي يبلغ عددها أكثر من ٢٠٠ جثة.
- 2- تقع أكبر مقبرة في العالم في العراق وتحديداً في محافظة النجف، حيث تحتوي هذه المقبرة على حوالي خمسة ملايين جثة وتبلغ مساحتها ١٥٠٠ فدان.
- 3- عندما يُقطع رأس الإنسان فسيفي واعيأ لمدة ٢٠ ثانية.
- 4- تتحلل الجثث في الماء أسرع بأربع مرات منها على الأرض.
- 5- أكثر من ١٥٠.٠٠٠ شخص يموتون يومياً حول العالم.
- 6- يتأخر أصحاب اليد اليمنى بثلاث سنوات عن أصحاب اليد اليسرى بالموت.
- 7- كل ٤٠ ثانية يقبل أحدهم على الانتحار حول العالم.
- 8- تقتل أسماك القرش ١٢ شخص سنوياً بينما يقتل البشر ١١٤١٧ قرش في كل ساعة!
- 9- كل ٩٠ ثانية هناك امرأة تموت أثناء حملها أو أثناء عملية الولادة.
- 1٠- في الدقيقة الواحدة تموت أكثر من ٣٠

