



هيئة التحرير:

سوزان علي

ييريضان خليل

عبد الرحمن محمد

التدقيق اللغوي:

ميسر المشعان

## نشاط طفولي فني في الحسكة يبرز بصمة الطفل

الاحتفال قنأً: «هذا الاحتفال الطفولي المميز الذي نظمناه هي من أجل رسم البسمة على شفاة الأطفال، وخاصة بعد معاناة الأطفال في ظروف الحروب التي شهدها المنطقة، حيث تشمل الاحتفالية مجموعة من الأنشطة والفعاليات والتي تم اختيارها من أجل رسم الفرحة والضحكة في قلوب الأطفال من رقص وأغاني والعزف على الآلات الموسيقية بالإضافة إلى تقديم العروض والمسرحيات». وأضاف خليل محمد بأن لهذه النوع من الاحتفالات أهمية كبيرة في احتضانها الأطفال ورعايتهم واكتشاف مواهبهم وقدراتهم المتنوعة والتي أضافت بصمات جديدة للإبداع والخيال الطفولي».

### تعزيز الثقة لدى الأطفال

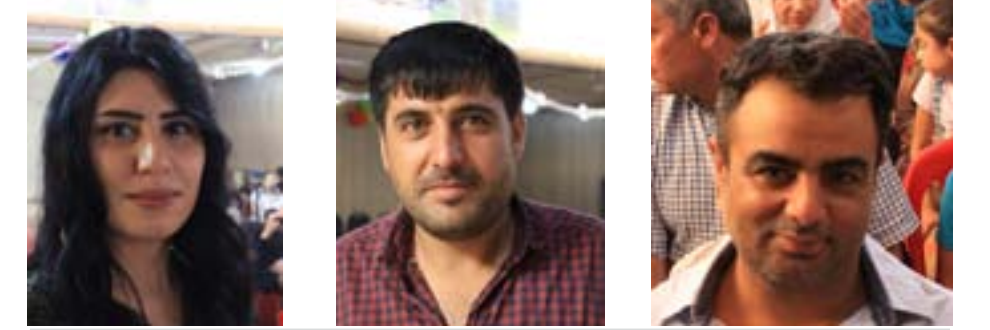
ومن جهته المشرف على الموسيقى محمد

خليل محمد  
محمد جودي  
سيدار ابراهيم

### بصمات جديدة للإبداع والخيال الطفولي

من ناحيتها ذكرت المشرفة الموسيقية سيدار ابراهيم: «إننا اليوم نسلط الضوء على مواهب وقدرات أطفالنا الذين عانوا لسنوات عديدة من أبسط حقوقهم، التمتع بطولتهم البريئة وممارسة حياتهم في الغناء والموسيقا والديكيات والعروض المسرحية، حيث شاركنا في مهرجان الأطفال في مدينة تل تمر. فلنا مزيج

روناهي/ الحسكة من أجل تنمية مواهب الأطفال الفنية والثقافية نظمت احتفالية خاصة بالأطفال في مقاطعة الحسكة تحت شعار «الأطفال مستقبل» ويصادف ذلك البدء العام الدراسي الجديد .



إن الأطفال هم أعلى ما في الوجود، هم الحاضر والمستقبل، بهم تبنى المجتمعات، وترتقي الأمم، لذلك يجب رعايتهم وتعليمهم وحمائتهم، وتنمية قدراتهم العقلية ومواهبهم الفنية والثقافية، ليساهموا في بناء مجتمع ديمقراطي حر، لذلك نظم مركز الثقافة والفن الديمقراطي في مقاطعة الحسكة احتفالية تحت شعار «الأطفال مستقبلنا»، وبمناسبة بدء العام الدراسي الجديد، للترفيه عن الأطفال بكافة المراحل الدراسية، وذلك في مركز الثقافة والفن الديمقراطي بالحسكة حيث حضر الاحتفال أهالي الأطفال وأعضاء

### تطوير مهارة ورسم بسمة على وجوههم

حيث تحدث الإداري في لجنة الأنشطة الرياضية والترفيهية خليل محمد عن



## شبكة الأكاديميين الكرد (KURD-AKAD) تعلن تأسيسها في لندن

### الأهداف الرئيسية للشبكة

أوضحت شبكة الأكاديميين الكرد (KURD-AKAD) أهدافها الرئيسية على النحو التالي:

- تطوير المقترحات والحلول من خلال تشجيع التحليل العلمي للقضايا المؤثرة على المجتمع الكردي.
- زيادة التحصيل العلمي للکرد من خلال توسيع الفرص التعليمية داخل المجتمع الكردي.
- ممارسة الضغط السياسي على المسؤولين البريطاني والأوروبي.
- دعم الطلاب والمجموعات المحرومة في كردستان.

### شبكة الاختصاصيين الكرد (KPN) تنضم إلى (KURD-AKAD)

ويحسب ما جاء في التقرير الذي نشرته وكالة أنباء فرات فإن شبكة الاختصاصيين الكرد (KPN)، والتي تأسست في لندن عام ٢٠١٠، قررت مواصلة أنشطتها كجزء من شبكة الأكاديميين الكرد (KURD-AKAD) التي تضم أكاديميين وطلاب كرد، والتي تقوم بفعاليات واسعة في مجالات البحث العلمي ومشاريع التكافل الاجتماعي والتضامن مع اللاجئين.

### فعالية اجتماعية يوم ٢١ أيلول

وستقيم شبكة الأكاديميين الكرد (KURD-AKAD) أول فعالية لها في العاصمة البريطانية لندن، يوم السبت ٢١ أيلول، من الساعة ١٤:٠٠ إلى ١٨:٠٠ في عنوان (VPA High Street, N١٦) . ويتوقع أن يحضر هذه الفعالية من جميع أجزاء كردستان الأربعة، حيث سنبداً الفعالية بعرض تلفزيوني تعريفى بشبكة الأكاديميين الكرد (KURD-AKAD)، ومن ثم ستقوم الفنانة «سونا الان» بأداء أغانيها.

## ذات السبعة والسبعين عاماً

## تبحر وحدها حول العالم

مسنة بريطانية دخلت التاريخ بقاربها، بعد وصولها إلى مياه أوغدين بونت بمدينة فيكتوريا في كولومبيا البريطانية



بكتدا عائدة إلى المدينة بعد فترة تقارب العام من الإبحار حول العالم وحيدة دون توقف وبدون مساعدة، لتصبح أكبر امرأة

أقيم الجزيرة- قاشلو (مكتبة سعدو- فرع (١) شارع زكي الأرسوزي- جانب البلدية ٤٢٥٩٩٧- فرع (٢) الشارع العام، مقابل جامع الشلاح ٤٥٢٠٨١/ مكتبة أواز- طريق عامودا ٤٣٩١٥٤/ مكتبة الحرية- الشارع العام ٤٢١٣٦٠/ مكتبة سومر- الشارع العام ٤٢٤٠٣٧/ مكتبة الراوي فرع (١) شارع الكورنيلش، تجمع محلات الراوي ٤٤٤٠٢٨ - فرع (٢) مقابل الصيدلية العمالية ٤٤٥٨٢٠/ مكتبة الزهراء- دوار البشيرية ٤٦٠٦٩٩- مكتبة الجواهري ٤٣٧٤٢/ مكتبة دار القلم - الشارع العام ٤٥٢٧٤ - مكتبة الأنوار شارع عامودا ٤٣٨٢٠٧- كركي لكي: مكتبة الحرية هاتف ٧٥٣٩٩٧ - مكتبة الرسالة الشارع العام هاتف ٥٩٧٣٣- ٠٩٦٦٢٧٨٤٥٧-٧٤٥٧٣٣ - المكتبة الرئيسية - كركي لكي- ٤٥٤٤١٦ عامودا (مكتبة هجر ٧٣١٤٦٦) درباسية (مكتبة سما ٧١١٤١٠) جل أغا (مكتبة وائل ٧٥٥٥٥١) تربه سبيه (مكتبة الجهاد ٤٧٠٦١٨)

**صالح مسلم: "مصريون على سوريا لا مركزية"**

**يتمتع فيه الجميع بالحرية والديمقراطية"**



بعد اتفاق أمن الحدود بين قسد والتحالف الدولي لمحاربة داعش من جهة ودولة الاحتلال التركي من جهة أخرى، وبخصوص ورقة اللاجئين السوريين التي يمارس أردوغان بها الضغط على العالم من أجل إعادتهم إلى ما تسمى بالمنطقة الآمنة التي يطالب بها. والجهود التي يبذلها المؤتمر الوطني الكردستاني من أجل توحيد الصف الكردي في سوريا، ووصول الوضع في إدلب إلى نقطة لا رجعة فيها

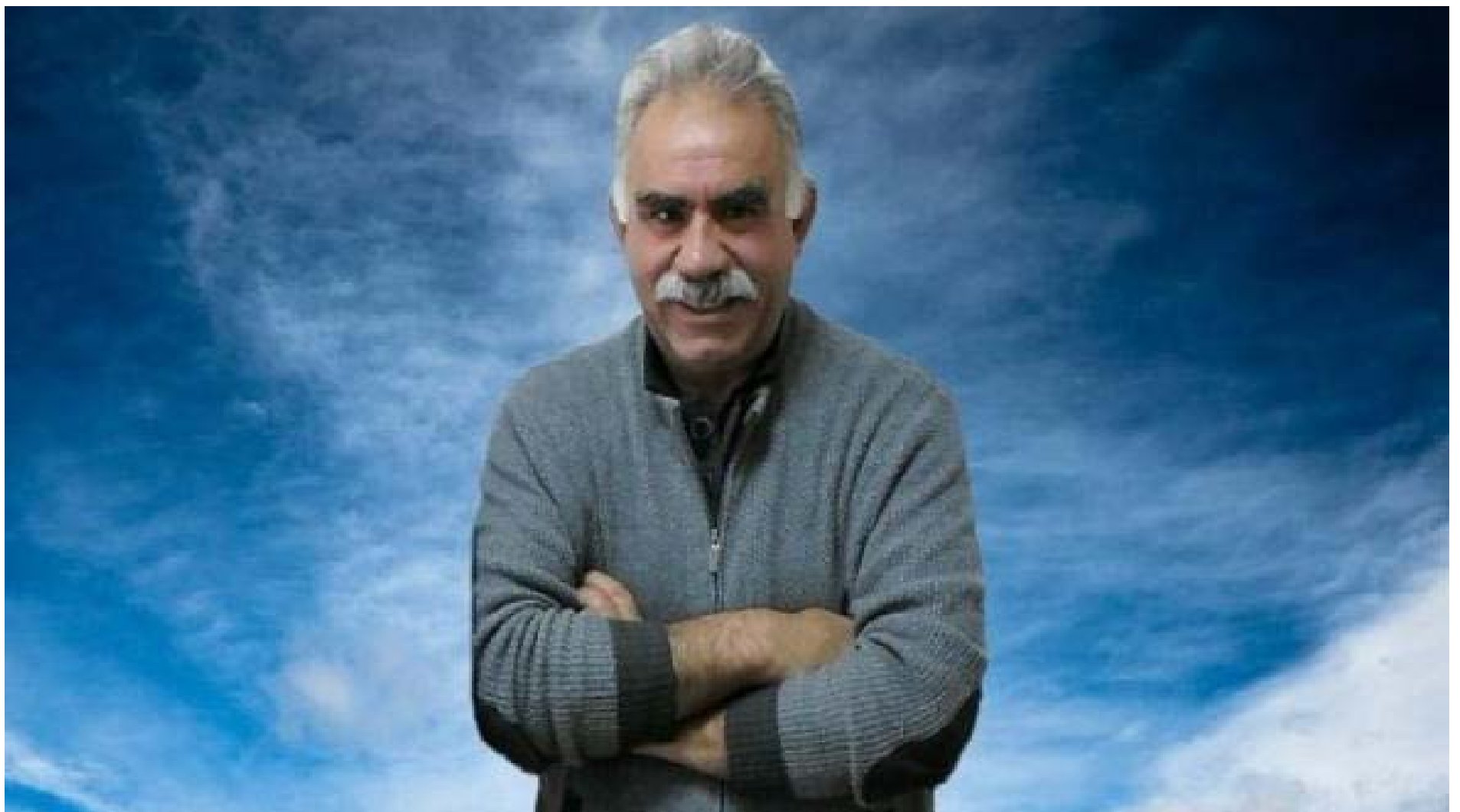
٤٤

**عين الحقيقة**

# روناهي

سياسية ثقافية عامة - تصدر عن مؤسسة روناهي للإعلام والنشر ٥٠ ل.س العدد ٨٢٢- الأثنين ١١/٩/٢٠١٩ م

## العزلة.. نتاج خشية أردوغان من المشاريع الديمقراطية



بالرغم من دعوة القائد عبد الله أوجلان دولة الاحتلال التركي إلى الحوار وفتح باب للسلام والحصن على حل أزمات الشرق الأوسط: كونه يمتلك مفتاح الحل. إلا أنّ دولة الاحتلال التركي رفضت ذلك. بل استمرت في عزلتها على القائد أوجلان. ومواصله التهديدات باحتلال المزيد من الأراضي السورية ولا سيما الشمال السوري: فباتت دعوة السلام تنبذها في كل حين...

## المرأة الإماراتية تكسر احتكار الرجل لبعض المهن

الساحة الإماراتية تزخر بعدد كبير من الإماراتيات المتميزات في مجالات العمل كافة حيث جُد نساء يقدن الطائرات ويمارسن الطب الشرعي وينسفن الوصول إلى الفضاء.

جُحت المرأة الإماراتية في وضع بصمة قوية مختلف مجالات الحياة. إذ تمكنت من خوض مجالات عمل كانت لسنوات طويلة حكراً على الرجال. فتمكنت من قيادة طائرات مقاتلة حربية. وتقدم اختراعات وابتكارات نالت اهتماماً عالمياً. وامتهنت الكشف عن الحفريات وتشييع الجثث

٣٤

## لجنة الشباب والرياضة في مقاطعة قاشلو. تواكب أحلام الشبيبة

روناهي/ قاشلو- لم تتوان لجنة الشباب والرياضة في مقاطعة قاشلو عن عملها لتأمين البيئة المناسبة للشباب الناشئة، والتي تستهدف صفل الشخصية الشبانية، واكسابها المهارات، والخبرات العلمية والعملية، وتحسين ميزان المدفوعات وزيادة احتياطي البلاد من العملات الأجنبية والذهب من خلال وتأهيلها التأهيل المطلوب لضمان تكيفها السليم مع زيادة عوائد التصدير وعوائد الاستثمارات الوطنية في الخارج

٦٤

## المنطقة الآمنة ومتغيرات السياسة والميدان



لم تكن المنطقة الآمنة بالصيغة المطبقة حالياً هدفت أنقرة، بل كانت تنطع إلى مناطق منزوعة السلاح وإنسحاباً عسكرياً كاملاً، لتقوم بغزو المناطق وتدوير استخدام المرتزقة الموالين لها، والتغيير الديمغرافي بإسكان المناطق الحدودية باللاجئين السوريين، فيما شكّلت الغارات الأمريكية على مواقع النصرة بادلب صدمة لأقرة.

٤٤

## أنور الجحبي: "إبعاد ممثلي شمال سوريا عن صياغة الدستور إخلال بالعقد الاجتماعي للدساتير"

مركز الأخبار - أكد مستشار الإدارة الذاتية لشمال وشرق سوريا الدكتور أنور الجحبي على أن الوصول لتسوية يمثل السوريين كافة؛ يجب أن يشارك به ممثلو شعوب شمال وشرق سوريا؛ مشيراً إلى أن استبعادهم سيخل بالعقد الاجتماعي الذي تمثله الدساتير. وجاء حديثه خلال لقاء أجرته وكالة أنباء هاوار معه للحديث عن محاولات تشكيل لجنة لصياغة دستور جديد لسوريا وعدم توجيه دعوات للإدارة الذاتية للمشاركة في عمليات الصياغة.

٢٤

## الشاعر إبراهيم حميدي محمود: رحلة مع تجليات القصيدة العمودية

لا شك أن مدينة منبج تتربع على عرش الثقافة والفن على مستوى سورية، إذ تزخر بالحركة الثقافية الكبيرة بفضل دور المثقفين والفنانين والنقاد، ولا سيما منهم المثقفين الشباب الذين حملوا لواء الثقافة في الوقت الحاضر بحيث يمكن القول إن هذا العصر الذهبي لهم بعد أن فتحت الإدارة المدنية الديمقراطية ذراعيها لاستقطابهم في الحراك الثقافي على الرغم من وجود كثير من علامات الاستفهام العديدة حول غياب القدامى.

٢٤

## سردم يقسو على الأساس بخطف لقب جديد

روناهي / قاشلو- فشل نادي الاسايش بفك عقدة نادي سردم مجدداً عندما خسر في المباراة النهائية منه، ولبحرز سردم لقب دوري الأشبال بعد لقب دوري الناشئين في اللقاء الذي أقيم على أرضية ملعب الشهيد هيثم كجو بقاشلو.

١٠٤



مركز الأخبار -تستمر دولة الاحتلال التركي بفرض العزلة على القائد عبد الله أوجلان منذ عشرين عاماً، وتزداد العزلة شدة مع مرور الأيام، ففي آخر لقاء مع أوجلان أوضح قلقه من السياسات الغائمة في المنطقة، وأكد القائد عبد الله أوجلان خلال لقائه مع محاميه بأن

أكد أن العزلة سببها تخوف الدولة التركية المحتلة من المشاريع الديمقراطية التي ينادي بها القائد أوجلان.
وأكد الرئيس المشترك لأكاديميات المجتمع الديمقراطي في الحسكة عزيز علي؛ قائلاً: «القائد عبد الله أوجلان خرج للعالم والمجتمع الشرق الأوسطي كتُمثيل لتقاقتهم وحرثيهم وإرادتهم».
ورأى علي أن العزلة التي لا تزال تمارسها الدولة التركية على القائد أوجلان في معتقله بجزيرة إيمرالي هو دوام المؤامرة التي فرضت على القائد منذ اعتقاله. وأضاف: «الصعوبات التي يعيشها أردوغان كبيرة في الوقت الحالي في المجالات كافة، أودوغان يرى الحل في الحرب لتمديد حكمه ولهذا يستمر في العزلة».

وبيّن علي انه على الرغم من أن أوجلان أوضح وفي عدة مرات أنه يملك الحل للسلام

## نساء قامشلو يحيين نضال المرأة وينددن بالاحتلال التركي



مركز الأخبار -نظم مؤتمر ستار بالتنسيق مع النساء الأُمميات مسيرة داعمة لتحرية المرأة ومنددة بالاحتلال التركي ضمن فعاليات حملة «حافظوا على أرضكم وكرامتكم اهزموا الاحتلال وداعش» التي أطلقها مؤتمر ستار ضد التهديدات التركية لشمال وشرق سوريا.

وشارك في المسيرة نساء من كافة المؤسسات المدنية وعضوات مؤتمر ستار ونساء أمميات. وانطلقت المسيرة من دوار الشهداء الأميين وجابت الشارع الواصل إلى مزار الشهيد دليل صاورخان بمدينة قامشلو، ورفعت الأبناء المشاركات في المسيرة صور القائد عبد الله أوجلان وأعلام مؤتمر ستار، كما حملن بافلات كتب عليها «لا للاحتلال التركي»»، «تستنصر إرادة الشعوب «، «مردات الشعارات التي تتادي بحرية المرأة وأخوة الشعوب. وبعد وصول المشاركات

## أنور اليحىي: “إبعاد ممثلي شمال سوريا عن صياغة الدستور إخلال بالعقد الاجتماعي للدساتير“

موضوع صياغة الدستور واللقاءات التي تجري في جنيف، وأكدت على ضرورة مشاركتها في صياغة الدستور السوري الجديد كونها تمثل شريحة واسعة من السوريين ومن الشعوب كافة».

وأضاف: «الدستور هو عقد اجتماعي

ولا بد من مشاركة الشعب السوري كافة على تقادي وجونا ومشاركتنا في عملية صياغة الدستور السوري، وعلى رأسها لشمال وشرق سوريا في صياغة الدستور

هو أمر حمئي وضروري كما نص عليه مجلس الأمن الدولي بقراره (٢٢٥٤) بتشكيل الدستور من قبل هيئات المعارضة السورية والنظام السوري، وبمشاركة ممثلي الإدارة الذاتية لشمال وشرق سوريا الذين كانوا مشاركين في منصة القاهرة، وكانوا متواجدين في منصة موسكو».

وأشار إلى أن مشاركة الإدارة الذاتية اليحىي على أن الوصول لدستور يمثل السوريين كافة؛ يجب أن يشارك به ممثلو شعوب شمال وشرق سوريا؛ مشيراً إلى أن استبعادهم سيخل بالعقد الاجتماعي الذي تمثله الدساتير. وجاء حديثه خلال لقاء أجرته وكالة أنباء هوارا معه للحديث عن محاولات تشكيل لجنة لصياغة دستور جديد لسوريا وعدم توجيه دعوات للإدارة الذاتية للمشاركة في عمليات الصياغة.

وأوضح أنور اليحىي: «أبدت الإدارة الذاتية لشمال وشرق سوريا إيجابية تجاه

## أخبار

## العزلة.. نتاج خشية أردوغان من المشاريع الديمقراطية



في المنطقة والشرق الأوسط لكن دولة الاحتلال التركي لا تسمح له بهذه الفرصة؛ لأنه ييجاد الحلول للأزمات سينتهي حكم أردوغان.

وأكد عزيز علي: «ليس على الكرد فقط أن يكونوا بدأ واحدة، بل مجتمع الشرق الأوسط بأكمله، فالمجتمع الكردي والأزباب الكردية إن أرادوا الحل لمشاكلهم المستعصية يجب تجنب المشاكل الصغيرة والوقوف مع بعضهم وعقد اجتماعهم لوحدة الصف الكردي».

ومن جانبها؛ توهت الرئيسة المشتركة للجنة الثقافة والفن في مقاطعة الحسكة عفاف حسكي: «إن رسالة القائد كانت ستُوحَّه لمنطقة للأمن والاستقرار وإيجاد الحلول لجميع المشاكل المستعصية بالمنطقة والشرق الأوسط، لهذا ترفضنا دولة الاحتلال التركي وتصر على عزلتها».

إلى أمام مزار الشهيد دليل صاورخان وفقن دقيقة صمت، ومن ثم أصدرن بياناً قري بالفتات الإنكليزية، العربية والكردية، من قبل العضويتن في مؤتمر ستار سعاد حسن، شامة خليل، والعضوة في أكاديمية علم المرأة نوجين ليكرين وهي الأمانية الأصل.

وجاء في البيان: «بحث شعار الحملة التي نظمت من قبل مؤتمر ستار «حافظوا على أرضكم وكرامتكم اهزموا الاحتلال وداعش»، نظمت العديد من الفعاليات، وبما أن المرأة عبر تاريخها الميرير مهمشة من قبل الاحتلال والهذنية التكرورية ولم يرحمها التاريخ، ولكن هذه المرة استطاعت أن تنصصر على الهذنية التكرورية بما فيها هزيمة داعش.

حصلت المرأة على حقوقها وانضلت في ثورة روح آفا وشمال وشرق سوريا والتي سميت بثورة المرأة بعدما قاومت وقدمت

## انتخابات في تونس لاختيار رئيس جديد

حيث أعلنت وزارة الداخلية أن ٧٠ ألف عنصر أمن سيشاركون في تأمين عملية الاقتراع للانتخابات الرئاسية، بينما سخرت وزارة الدفاع ٣٢ ألف عسكري، لحماية ٤٠٠ مركز اقتراع والأشرف على نقل الصناديق إلى مراكز التجميع والفوز ومراقبتها، في حين الإعلان عن النتائج وتشير أغلب التوقعات إلى المرور نحو جولة ثانية لهذه الانتخابات،

بين ٢٤ مرشحاً.
يوماً من حملات دعائية صاخنة بعد المرشحين الذين تنافسوا على تقديم وترويج برامجهم الانتخابية إلى الناخبين، من خلال مهرجانات وتجمعات انتخابية حضرتها حشود كبيرة، ينتخب اليوم التونسيين رئيس جديد للبلاد. ويتنافس ٢٤ مرشحاً في هذه الانتخابات، يعد انسحاب المرشحين محسن مرزوق وسليم الرياحي، لصالح وزير الدفاع المستقل عبد الكريم الزبيدي، يأمل كل واحد منهم حركة النهضة، والمرشح السجين نبيل القروي، ووزير الدفاع المستقل عبد الكريم الزبيدي، ومعهم رئيس الحكومة المتخلي يوسف الشاهد.



## صحة وعلمو

## مشكلات الغدة الكظرية وتأثيرها على الجسم



بعض الأعراض، وهي:

- التعب، فقدان الوزن، ضعف الشهية، مشاكل واضطرابات الجهاز الهضمي.
كافية من «الكورتيزول» لأسباب عديدة، فيمكن أن تكون المشكلة مرتبطة باضطراب الغدة الكظرية نفسها، أو عدم إفراز هرمون قشر الكظر في الغدة الخامية.
وصاحب قصور الغدة الكظرية

قد تقتل الغدة الكظرية في إنتاج مستويات كافية من «الكورتيزول» لأسباب عديدة، فيمكن أن تكون المشكلة مرتبطة باضطراب الغدة الكظرية نفسها، أو عدم إفراز هرمون قشر الكظر في الغدة الخامية.
وصاحب قصور الغدة الكظرية

## فوائد الأرز للأطفال



الأطفال هي الفئة العمرية التي تتراوح بين فترة ما بعد الولادة ومرحلة البلوغ، ويجب أن يتلقوا رعاية وأهتماماً خاصةً من الأهل والأم خصوصاً، فهم في مرحلة النمو الجسدي والعقلي، وبحاجة لتغذية سليمة وصحية ومد الجسم باحتياجاته الأساسية من العناصر الغذائية المختلفة، وبالتالي مساعدة جسم الطفل على النمو بشكل طبيعي دون التعرّض لأي مشاكل صحية، وتُنصح الأمهات بالتنوع في أشكال الأطعمة الصحية المتّمة للطفل لتزويده بالعناصر الغذائية المهمة لنمو جسده بشكل صحيّ وسليم.

فما هي فوائد الأرز للأطفال؟

الأرز هو محصول من أقدم محاصيل الحبوب الغذائية، وقد وجد منذ أكثر من ٥٠٠٠ سنة على الأقل، ويعتبر غذاءً أساسياً لأكثر من نصف سكان العالم وخاصةً أولئك الذين يقطنون في جنوب وشرق آسيا كإثينة، والصين، وسريلانكا، وإندونيسيا، وبنغلاديش والفلبين، وملايزيا، وتايلاند، وفيتنام، وكوريا الشمالية، وكوريا

الجنوبية، واليابان، والموطن الأصلي له كان في شرق قارة آسيا في وادي يانغتسي الصيني، وقد انتشرت زراعته بعد ذلك للهند ثم إلى بقية دول العالم.

للأرز نوعان هما الأرز الأبيض وهو الأكثر شيوعاً واستخدماً، والأرز البني والذي تزداد شعبيته في الدول الغربية نظراً لفوائده الصحية، وقد يكون الأرز البني بمدةً ألوان من درجات البني، كالبنّي المحمّر والأرجوانيّ والأسود.

تتمكن القيمة الغذائية للأرز في احتوائه على نسبة عالية من الكربوهيدرات، والتي تتواجد في الأرز في شكل نشاء، وتشكّل للهند ثن إلى بقية دول العالم.
للأرز نوعان هما الأرز الأبيض وهو الأكثر شيوعاً واستخدماً، والأرز البني والذي تزداد شعبيته في الدول الغربية نظراً لفوائده الصحية، وقد يكون الأرز البني بمدةً ألوان من درجات البني، كالبنّي

أعلن فريق بحثي دولي مشترك من جامعات عدة عن اكتشاف هو الأول من نوعه لكوكب جديد يقع خارج المجموعة الشمسية يتسم بوجود خاضيتين هامتين معاً، وهما وقوعه ضمن النطاق الصالح للحياة ووجود بخار الماء على سطحه.

وجاءت النتائج، التي نشرت يوم الأربعاء بدورية «نيتشر»، لتقول إن الكوكب الجديد «K٢-١٨b» يدور حول نجم من فئة تعرف بالأقزام الحمراء، وهي نجوم ذات درجة حرارة سطح منخفضة، أقل من نصف درجة حرارة سطح الشمس، وكذلك فهي صغيرة في الحجم لدرجة أنه إذا كان أحداً بحجم كرة تنس تطاوله لكانت الشمس بحجم كرة قدم.

ورغم ذلك، فإن الكوكب الجديد يوجد على مسافة قريبة جداً من النجم بحيث يتلقى قدر حرارة مناسبة، مما يمكنه من الاحتفاظ

## مشكلات الغدة الكظرية وتأثيرها على الجسم

مما يؤدي إلى سرعة نبضات القلب والشعور بالإرهاق الشديد وانخفاض ضغط الدم ونقص سكر الدم، آلام البطن، وكذلك آلام العظام والمفاصل.
٢- فرط نشاط الغدة الكظرية
إن وجود ورم في الغدة الكظرية، يمكن أن يؤدي إلى الإفراط في إنتاج مختلف الهرمونات.

- ورم القواتم: وهو ورم نادر حميد يحدث، ويؤدي إلى إفراز الغدد كميات زائدة من هرمونات الأدرينالين والنورادرينالين

(الكاتيكولامينات)، وينتج عن هذا عدة أعراض مثل ارتفاع ضغط الدم والتعرق والصداغ وآلام في الصدر والشعور بالقلق.

- متلازمة كون: هي حالة ينتج فيها الكثير من هرمون الألدوستيرون عن طريق الغدة الكظرية، ويتسبب فرط إفراز هذا الهرمون في انخفاض مستويات البوتاسيوم في الدم، وتعد من أكثر الأسباب شيوعاً لارتفاع ضغط الدم.

- متلازمة كوشينغ: وهي اضطراب ناتج عن تعرض أنسجة الجسم لمستويات عالية الهرمونات الهامة للجسم، مثل الكورتيزول والألدوستيرون، ويؤثر انخفاض هذه الهرمونات على وظائف عديدة بالجسم، ويمكن أن تؤدي اضطرابات الغدة النخامية

الأيلاف مقارنةً بالأرز البنيّ، كما يحتوي الفيتامينات والمعادن كمعدن المغنيز، والسيلينيوم، وفيتامين B١ وفيتامين B٣، بالإضافة إلى الأحماض الأمينية التي تساعد في بناء عضلات الجسم.

الفرق بين الأرز الأبيض والأرز البنيّ:

على عكس الأرز الأبيض الذي يتمّ تكريره من نخالة (قشرة البردة) وجنين البذرة بهدف التحسين من مذاقه وخصائصه أثناء الطهي وزيادة مدة صلاحيته، تتكوّن الأرز البني من الحبوب كاملة مع النخالة

والجنين، ولهذا يحتوي على نسبة أعلى من الألياف ويعد صحياً أكثر من الأرز الأبيض، كما أنّ نخالة البذور تحتوي على نسبة جيدة من الفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة والتي يخسرها الأرز الأبيض بسبب إزالة القشور عنه.

نظراً لهذه الاختلافات بين النوعين، يعد الأرز البني الأفضل من الناحية الصحية وبالطاقة والحيوية وزيادة نشاطه، وذلك نتيجة احتوائه على نسبة عالية من الكربوهيدرات، ويفضّل غلي الأرز لخزوه من الكولسترول والدهون.

٢- يقلّل من إنتاج البراز لدى الأطفال، وذلك يكون يشرب ماء الأرز، حيث يغلي الأرز والماء على النار لمدة ربع ساعة تقريباً، ويشرب الطفل من هذا المغليّ كل أربع ساعات تقريباً.

٣- يساعد على إمداد جسم الطفل بالطاقة والحيوية وزيادة نشاطه، وذلك نتيجة احتوائه على نسبة عالية من الكربوهيدرات، ويفضّل غلي الأرز لخزوه من الكولسترول والدهون.

٤- يعدّ الأرز وجبة غذائيّة جيّدة للأطفال ٥- يحتوي الأرز على العديد من العناصر الغذائية المهمة لنموّ الطفل الجسديّ والعقليّ، كفيتامين (ب) المركّب، وفيتامين (د)، والحديد، والكالسيوم وغيرها.

## أول مرة.. اكتشاف كوكب صالح للحياة ويحتوي على المياه



عده: هل الأرض فريدة من نوعها؟ يعتقد الباحثون في هذا النطاق أنها ليست كذلك، ومع إطلاق التسلسكوب التابع لوكالة ناسا «جيمس ويب» العام القادم وإطلاق عددها إلى ٤٠ مليار كوكب.

رفيقه «أريل»، عام ٢٠٢٨، سيكون من السهل فحص عدد أكبر من الكواكب والأقزام الحمراء لتحديد نسبة وتربك الكواكب الصالحة للحياة، التي قد يصل عددها إلى ٤٠ مليار كوكب.

## سردم يقسو على الأسايش بخطف لقب جديد

**روناهي / قامشلو.**فشل نادي الأسايش بفك عقدة نادي سردم مجدداً عندما خسر في المباراة النهائية منه، ويحوز سردم لقب دوري الأشبال بعد لقب دوري الناشئين في اللقاء الذي أقيم على أرضية ملعب الشهيد هيشم كجوبقامشلو .

صراع الألقاب مستمر بين الناديين ولكن لسردم دائماً كفة الفصل ففي موسم ٢٠١٩، أحرز لقب بطولة الناشئين بعد فوزه على



روناهي / قامشلو - أقيمت منافسات الجولة الثالثة للمجموعة الأولى بالإضافة للجولة الرابعة للمجموعة الثانية ضمن إطار منافسات دوري أندية إقليم الجزيرة لسيدات كرة القدم، ولم تحدث أي تغيرات على صدارة المجموعات، بحيث حافظت سيدات

قامشلو وأهلي عامودا على الصدارة. وفي المجموعة الأولى استطاعت سيدات قامشلو هز شباك سيدات سري كانيه لسبعة أهداف دوري أندية إقليم الجزيرة لسيدات كرة القدم، ولم تحدث أي تغيرات على أرضية ملعب نادي دجلة بحى قناة السويس

الشكل التالي:
١- قامشلو ٩ نقاط + ١٥.
٢- جودي ٦ نقاط + ٥.
٣- الطريق ٣ نقاط ٨.
٤- سري كانيه ٠ نقطة ١٢.
في المجموعة الثانية استمرت سيدات أهلي عامودا بالحفاظ على صدارة المجموعة يعد فوزهن على سيدات فندك بثلاثية نظيفة في مباراة رغم فوز أهلي عامودا، ولكن سيدات فندك أيضاً أبدعن وقدمن مستوى جيد جداً في اللقاء الذي أقيم على أرضية ملعب عامودا المعشيب، وحسلب نفس المجموعة تألقن سيدات عمال الجزيرة وفزرن بثلاثية نظيفة على سيدات قنديل على أرضية ملعب قامشلو الكروي المغطى، بحيث كان الشوط

## حقيبة روناهي الرياضية..

- يدعو مكتب كرة القدم في الاتحاد الرياضي بإقليم الجزيرة كافة أندية الدرجتين الأولى والثانية لحضور سحب قرعة كأس إقليم الجزيرة للرجال بكرة القدم، وذلك يوم الاثنين المصادف ٢٠١٩/٩/١٦، بتمام الساعة الحادية عشر ظهراً
- نتائج مباريات الجولة الأولى من مرحلة

## الفيفا: مونديال ٢٠١٩ للسيدات النسخة الأفضل على الإطلاق

أكدت مجموعة الدراسات الفنية التابعة «فيفا»، أن بطولة كأس العالم للسيدات التي استضافتها فرنسا مؤخراً، هي الأفضل بطولات كأس العالم للسيدات حتى الآن، ليس فقط خارج الملعب، وإنما بداخله أيضاً. وأشارت المجموعة في تقريرها، الذي سينشر في ٢٢ أيلول الحالي، على هامش اجتماعات المقررة بمدينة ميلان، وقالت الأمريكية أيريل هنريكس رئيس المجموعة: «بطولة كأس العالم ٢٠١٩

## رياضة

- جائزة أفضل لاعب واعد: ابراهيم أبو وديع من نادي جوانن عامودا.
- جائزة أفضل لاعب واعد: رومانف أوب من نادي جودي.
- كأس المركز الثاني: نادي الأسايش.
- كأس المركز الأول: نادي سردم.
وجدير ذكره بأن دوري الأشبال كان قد



الأول لسيدات عمال الجزيرة والروائي استطعن الخروج بالتقدم بثلاثية نظيفة، أما الشوط الثاني فكانت لسيدات قنديل الفضلية ولكن لاعبتين لم يغلحن في أدراك التعادل أو تقليص الفارق على الأقل، وعلى ضوء هذه النتائج أصبح ترتيب الأندية على الشكل التالي:

تقرير/جوان روناهي



- أهلي عامودا ٣×٠ الاتحاد.
- ضمن إطار منافسات الجولة الخامسة من دوري أندية إقليم الجزيرة للرجال بكرة القدم «الدرجة الثانية»، سجلت النتائج التالية:
- جوانن عامودا ٨×٢ دجلة.
- فندك ٢×٢ الاتحاد.
- شبيبية تل كوجر ٤ ×٠ أهلي عامودا.
- جوانن باز ٤ ×٠ شبيبية الحسكة.
واليكم ترتيب الأندية ضمن المجموعتين الأولى والثانية:
**المجموعة الأولى:**
١-دجلة ٩ نقاط ٨+.

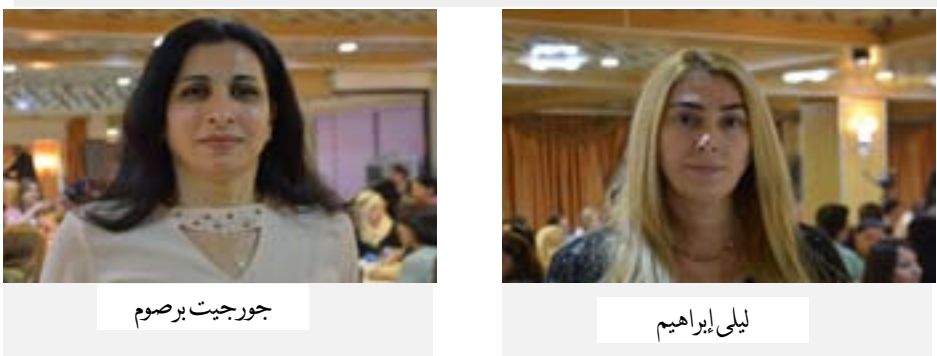
وأضافت: «في هذه النسخة من مونديال السيدات، شاهدنا حارسات مرمي مميزات كانت تمريرات طويلة وهو ما يقل عن نسبة التمريرات الطويلة في كل من النسختين السابقتين في ٢٠١١ و٢٠١٥ ما يعنى أن المنتخبات المشاركة أصبحت أكثر حرصاً على التمرير القصير الدقيق وبناء الهجمات بزيادة تبلغ ٥ بالمئة عنها في النسخة السابقة عام ٢٠١٥. كما بلغت نسبة اللتجاج في ضربات الجزاء ٧٢ بالمئة فقط مقابل ٨٢ بالمئة في نسخة ٢٠١٥.



## مرأة

## “العزلة على القائد أوجلان لم تمنع من سطوع فكره الحر“

روناهي/قامشلو– الفكر التركي القومي الفاشي يحاول بشتى الوسائل ضرب مفهوم الأمة الديمقراطية، والعزلة على القائد أوضح مثال عن رعبه من نشر تفكيره الديمقراطي والذي يهدف لتحرير المرأة، هذا ما أكدته لنا بعض النساء اللواتي تعرفن على فكر القائد .



المرأة الأكثر جمالاً هي المرأة التي تعيش بحرية كبير، لأن الارتباط بين المرأة المضطهدة والرجل السلطوي لا قيمة لها، كما أنه لا يوجد شيء أجمل وأثن من الارتباط بين امرأة حرة ورجل تحري من السلطوية، هذه بعض الكلمات لقائد الأمة الديمقراطية عبد الله أوجلان عن المرأة، والذي يفكره الحر أر عب السلطات التركية الدكتاتورية لذا هي مستمرة في فرض العزلة عليه منذ أكثر من عامين ولحد الآن.

##### مؤامرة دولية بحق قائد الإنسانية

نفذت مؤامرة دولية بحق قائد الإنسانية عبد الله أوجلان الذي أنار درب الشعوب أوجلان.

## المرأة الإماراتية تكسر احتكار

## الرجل لبعض المهن



الساحة الإماراتية تزخر بعدد كبير من الإماراتيات المتميزات في مجالات العمل كافة حيث نجد نساء يقتن الطائرات ويمارسن الطب الشرعي وينشدن الوصول إلى الفضاء.
نجحت المرأة الإماراتية في وضع بصمة قوية بمختلف مجالات الحياة، إذ تمكنت من خوض مجالات عمل كانت لسنوات طويلة حكرا على الرجال، فتتمكنت من قيادة طائرات مقاتلة حربية، وتقديم اختراعات وابتكارات نالت اهتماما عالميا، وامتدنت الكشفت عن المخدرات وتشريع الجثث.

##### الإماراتية وعالم الطيران

تزخر الساحة الإماراتية بعدد كبير من النساء الإماراتيات المتميزات في مجالات العمل كافة، ومنهن رائدة الطيران مريم المنصوري، وهي أول إماراتية وعربية تقود طائرات حربية في سلاح الطيران (٤٠ عاما) طائرات حربية من طراز «أف ٦٠» وهي قائدة تقود طائرات مقاتلة، وشاركت في العديد من مناورات الطائرات المقاتلة، داخل

##### هدف القائد... تحرر المرأة

وفي البداية التقينا مع الرئيسة المشتركة لاتحاد المثقفين في إقليم الجزيرة ليلى إبراهيم، والتي تحدثنا قائلة: «بدأت المرأة العيش حياة حرة، وذلك بعد تعرفها على فكر وفلسفة القائد أوجلان، فالقائد أعطى أهمية كبيرة للمرأة لتكون صاحبة حق الدفاع عن حقوقها، ناهيك عن ذلك فهناك الكثير من الكتب الذي كتبها القائد بهدف تحرير المرأة وتشجيعها للنضال ونشر السلام»، مؤكدة بأن من أهم كتبه التي أثرت على شخصيتها؛ «المرأة والعائلة». وأكدت ليلى بأن ثورة المرأة التي اندلعت

في مناطق شمال وشرق سوريا أوضح مثال لمفهوم الأمة الديمقراطية، فلتنك هذه كانت ولادة لحياة جديدة للمرأة، وبفضل فكره وفلسفته كُسرَت قيود العبودية التي تمارس ضد المرأة.
المؤامرة التي تحكيها المحتل التركي على مناطق شمال وشرق سوريا مستمرة، ولكن بشكل آخر كون الثورة التي اندلعت سميت بثورة المرأة، والمستمدة من فكر القائد ومشروع الأمة الديمقراطية الذي يحقق المساواة والعدل بين شعوب المنطقة، لذا فالعزلة على القائد هي عزلة على الإنسانية جمعاء.

وبهذا الصدد؛ أجرت صحيفتنا العديد من اللقاءات مع النساء لتوضيح موقفهن تجاه العزلة المفروضة على القائد عبد الله أوجلان.

##### المحتل التركي يسعى

تحصل على شهادة المستوى الثالث لفحص أجزاء الطائرات بالأشعة السينية والموجات فوق الصوتية.
واستطاعت سميرة سعيد الزبيدي وإيمان محمد الملا اقتحام مجال صناعة الطائرات، مؤكدين أن بنات الإمارات قادرات على التفوق والمنافسة في المجالات كافة، فهن ملهمات وقوة لجيل المستقبل في الإنجاز والإبداع والابتكار والعطاء.
سميرة وإيمان إماراتيتان أثبتتا قدرتهما على تصنيع أجزاء وهياكل الطائرات لصالح شركتي بوينغ وإيرباص، فقد حققتا نجاحات كبيرة في هذا المجال الحدي وأكدتا أن الإصرار والشغف هما أساس النجاح.

##### ماذا فعلت في مجال الطب؟؟

من النماذج المتميزة أيضا، الدكتورة حواء المنصوري، وهي طبيبة إماراتية حقزت اسمها في عالم الابتكار العلمي في الإمارات والعالم، عن خلال ابتكارها جهازا لفسطرة القلب، ينهي معاناة المرضى بغرف العمليات.

ففي عام ٢٠١٤ تمكنت الدكتورة حواء من ابتكار جهاز طبي يخترق الجسم في دقائق معدودة، ويتيح للأطباء رؤية الشرايين خلال الجراحة، معطيا أدق النتائج، ويحمي المريض من أي مضاعفات خطيرة، ما يعد نقلة علمية في مجال الجراحات القلبية والباطنية بمستشفيات الولايات المتحدة، وانتقل منها إلى كافة مستشفيات العالم ونالت حواء المنصوري براءتي اختراع لأنبوب الفسطرة دوليا، وحصل ابتكارها الطبي على الاعتماد الدولي من قبل هيئة الغذاء والدواء الأميركية ما يعد تصريحا عالميا باستخدامه في مختلف المنشآت الطبية في كافة الدول.

واستطاعت نادية بسنكي، أول إماراتية متخصصة في طب الطيران والفضاء وبزميلة وإصرار وإرادة، خوض هذا الاختصاص الطبي النادر لتحقق طموحها الذي طالما حملت به منذ الصغر حتى وصلت إلى المشاركة في إقود الفحوصات الطبية لرواد الفضاء الإماراتيين والمساهمة في مسيرة برنامج الفضاء الإماراتي وتحقيق طموحات الإمارات بالوصول إلى الفضاء.

محرة الصفحة/ميديا غانم

## “العزلة على القائد أوجلان لم تمنع من سطوع فكره الحر“



##### لضرب الفكر الحر

وفي السياق ذاته تحدثنا الإدارية في اتحاد نسائي السرياني جورجيت برصوم عن رأيها عن القائد والمؤامرة المستمرة بحقه قائلة: «تجربة نظام الإدارة الذاتية كانت مثالية، كون المرأة من خلالها تعلبت على كافة القيود العنثارية والعبادات والتقاليد البالية وتمارس حقوقها بالتشارك مع الرجل، وأوضح مثال نظام الرئاسة المشتركة»، مؤكدة بأن المرأة في شمال وشرق سوريا أصبحت ريادةية حرة تمارس حقها بفضل ثورة روح آفا والشمال السوري التي كانت من نتاج فلسفة القائد أوجلان.

وأشارت جورجيت بأن المرأة هي حجر



العامة لمكافحة المخدرات، وهذا القسم يراقب المواد الكيميائية الخطرة والمرتجة ضمن اتفاقية الأمم المتحدة لعام ١٩٨٨، عبر المواد المستخدمة في الاتجار غير المشروع للمخدرات والمؤثرات العقلية، إضافة إلى مراقبة الشركات والمصانع والمؤسسات المتعامله في المواد الكيميائية التي تدخل في صناعة المخدرات.

##### يشاركن في صناعة الأقمار الصناعية

وفي عالم الفضاء، يقف فريق من الإمارات بعملاق وكالة الإمارات للفضاء، ومركز محمد بن راشد للفضاء للفضاء، مشروع أقمار صناعية ومتابعة المخدرات والمتفجرات.
وحولها، ضابطة برتبة مقدم في القيادة العامة بشرطة دبي، وتعمل ضمن فريق المعمل السري للمخدرات بشرطة دبي.
وبموجب عملها تقوم جولات تفتيشية على المصانع والمخازن في المناطق الصناعية والبيعية لتحمي وطنها من المواد السامة والخطرة، ورغم أن تخصصها صعب ومعقد إلا أنها استطاعت أن تتميز فيه ونجحت في الكشفت عن العديد من قضايا المخدرات والمتفجرات الكبرى.

وما قالته عن نفسها هي أنها تشمر بالفخر وكوما المرأة العسكرية الوحيدة التي تعمل في الصحافة الإعلامية عن تقدم المرأة الإماراتية لتبدع بأعمال كانت محكرة على الرجل.

صالح مسلم:

## “مصريون على سوريا لا مركزية يتمتع فيها الجميع بالحرية والديمقراطية”



بعد اتفاق أمن الحدود بين قسد والتحالف الدولي لمحاربة داعش من جهة ودولة الاحتلال التركي من جهة أخرى، وبخصوص ورقة اللاجئين السوريين التي يمارس أردوغان بها الضغط على العالم من أجل إعادتهم إلى ما تسمى بالمنطقة الآمنة التي يطالب بها، والجهود التي يبذلها المؤتمر الوطني الكرستاني من أجل توحيد الصف الكردي في سوريا، ووصول الوضع في إدلب إلى نقطة لا رجعة فيها، ويضئ الأمور الأخرى، أجرت صحيفة الاتحاد الديمقراطي حواراً مع الرئيس المشترك لمكتب العلاقات والناطق الرسمي لحزب الاتحاد الديمقراطي صالح مسلم وكان الحوار التالي:

- كنتم مؤخراً في قلندا، ما هي نتائج هذه الزيارة؟

هناك جهود تُبذل وهناك تضال يجري، طبعاً العمل السياسي والدبلوماسي يتطلب الصبر والمرولة والمثابرة وهذا أهم ما في الأمر، وخلال تواجدي في قلندا قمنا ببعض الأنشطة والأعمال سواء من الناحية الإعلامية (تلفزيون وصحافة) أو اللقاءات مع المسؤولين هناك، حيث التقينا بوزارة الخارجية الفنلندية ووزارة الداخلية وأطراف أخرى والأحزاب السياسية، واتصلنا بجزئين فنلنديين هما حزب الخضر الفنلندي والحزب الاجتماعي الاشتراكي (سويال ديمقراط)، وجررت اتصالات فيما بيننا وكانت مثمرة، كذلك التقينا مع بعض الشخصيات المؤثرة في السياسة الفنلندية والاسكندنافية، واستطعنا تشكيل مجموعة من السياسيين القدامى وأعضاء من هذين الحزبين وكذلك بعض الأكاديميين وبعض الشخصيات الكردية لتشكيل مجموعة ضغط أو ما يُسمى بالوبلي في قلندا وفي الدول الاسكندنافية، هذه كانت نتائج زيارتنا لقلندا.

- بخصوص اتفاق حماية الحدود، هل انتم كمجلس سوريا الديمقراطية راوضون عن هذا الاتفاق وما هو الضمان لعدم حصول أي هجوم تركي على مناطق شمال وشرق سوريا؟

لا طبعاً فهذا الاتفاق ليس نهائياً، ولا تزال هناك مشاورات تجري، والجهتان المعنيتان بهذا الأمر هما قوات سوريا الديمقراطية ومجلس سوريا الديمقراطية، وأعتقد أن ما تم قوله كانت مطالب مجلس سوريا الديمقراطية وقوات سوريا الديمقراطية كمرحلة أولى ولكن؛ ما زال باب المفاوضات بين الأمريكيين والأترك مفتوحاً. وقد تكون هناك مساومات ونحن لن نرضى بها، ونحن لا نعدمت على

## سياسة



واحداً في روح أفا وشمال سوريا حتى لا تضيع حقوق الشعب الكردي ضمن الشعوب الأخرى، وندافع عن الحقوق الكردية ضمن الوحدة الموجودة الآن في شمال وشرق سوريا مع اخواننا، وليكون القرار كدياً عربياً سرياً ومجماً بهذا الشكل. يجب وضع الخطوط الحمراء لما يجب تجنبه، وهذا هو الهدف من وحدة الصف الكردي، وأيضاً لتمثيل الكرد ضمن الإدارة الذاتية، والعقبات التي تعرقل هذا الأمر معروفة وأعتقد أن الجميع بات يعرفها، فهناك من له علاقات خارجية مع أطراف لا تجد وحدة الصف الكردي من مصلحتها، ورغم ذلك طبعاً الجهود تبذل. ونحن نشكر المؤتمر الوطني الكرستاني على هذه المبادرة من أجل روح أفا، وأعرينا عن دعماً بشئ الأشكال وانضماما إلى هذه المبادرة. والمؤتمر الوطني الكرستاني لم يوجه التفويض مع أي طرف، ومطالبنا التي نطالب بها في مناطق الإدارة الذاتية بشمال وشرق سوريا في مطالب شعبنا نفسه في السويداء ودرعا واللاذقية وغيرها، ولهذا أعتقد أن خريطة الطرق التي وضعناها هي ليست للإدارة الذاتية الديمقراطية في شمال وشرق سوريا فقط وإنما لمجمل سوريا. وضمن هذا الإطار كانت هناك نداءات من قوات سوريا الديمقراطية ومن مجلس سوريا الديمقراطية ومن الأحزاب السياسية قُبل كل ذلك من حزب الاتحاد الديمقراطي الذي تأسس منذ ٢٠٠٣ وإلى الآن ندعو إلى الحوار، ولكن بماه يعمل لم نجد أداتاً صاغية من الطرف الأخرى إلى الآن، وهذا لا يعني أننا تخلينا عن مطالبنا، سنبقى مصريين على سوريا لا مركزية يتمتع فيها الجميع بالحرية والديمقراطية.
**توضيح الأمور بخصوص عودة اللاجئين ضمن هذا الاتفاق؟**

طبعاً نحن سوريون وشأن اللاجئين السوريين بهمنا. ولكن؛ لا نقبل بأية ذريعة أن يكون هؤلاء اللاجئين سبباً في التغيير الديمغرافي، وأصالحكم بأن

النظام السوري كان يحاول إجراء تغيير ديمغرافي وسياسة التعريب منذ ١٩٦٠، وما لم يفلح فيه النظام السوري لن نسمح لأردوغان بالقيام به، فأردوغان يدعو إلى إنشاء ما تسمى بالمنطقة الآمنة منذ عام

٢٠١٢ وإلى الآن، وهدفه كان واضحاً لدرجة أنه يعمل بشكل ممنهج، فهو أقام مخيمات للاجئين قبل أن يبدأ الصراع

المسلح في سوريا وقبل توافد اللاجئين إلى تركيا، وفي سنة ٢٠١٢ قالها صراحة: «سنعيد هؤلاء اللاجئين إلى هذه المناطق الآمنة، وسنبني مدن مثالية لهم». وإذا ما كان هناك عودة اللاجئين السوريين من الخارج فيجب أن يعودوا إلى مناطقهم الأصلية، ولكن هناك شرط مهم وهو ألا يكون العائد متورطاً أو يده ملوثتان

بأعمال إرهابية، ونحن لدينا أجهزة قضاء ومحاكم عادلة يمكن أن تبت في شأن هؤلاء وأن يعودوا إلى ديارهم كأي مواطن عادي ومرحب به. ونحن نرحب بعودة أهالي الرقة ودير الزور وجميع مناطق الإدارة الذاتية الديمقراطية لشمال وشرق سوريا، وأي مواطن يريد العودة ليس هناك أية عقبة أمامه، إلا الأشخاص المولدين لداعش وتلطخت أيديهم بالدماء، وكذلك عادتنا وتقاليدنا العشارية لا تسمح بعودة من كان في رقبته دم دون أن يحاسب، وإن سمحنا بعودة أمنة لهؤلاء فسنتفح الأبواب أمام الرقة ودير الزور وجميع مناطق الإدارة الذاتية الديمقراطية لشمال وشرق سوريا، وأي مواطن يريد العودة ليس هناك أية عقبة أمامه، إلا الأشخاص المولدين لداعش وتلطخت أيديهم بالدماء، وكذلك عادتنا وتقاليدنا العشارية لا تسمح بعودة من كان في رقبته دم دون أن يحاسب، وإن سمحنا بعودة أمنة لهؤلاء فسنتفح الأبواب أمام الرقة ودير الزور وجميع مناطق الإدارة الذاتية الديمقراطية لشمال وشرق سوريا، وأي مواطن يريد العودة ليس هناك أية عقبة أمامه، إلا الأشخاص المولدين لداعش وتلطخت أيديهم بالدماء، وكذلك عادتنا وتقاليدنا العشارية لا تسمح بعودة من كان في رقبته دم دون أن يحاسب، وإن سمحنا بعودة أمنة لهؤلاء فسنتفح الأبواب أمام

الرقة ودير الزور وجميع مناطق الإدارة الذاتية الديمقراطية لشمال وشرق سوريا، وأي مواطن يريد العودة ليس هناك أية عقبة أمامه، إلا الأشخاص المولدين لداعش وتلطخت أيديهم بالدماء، وكذلك عادتنا وتقاليدنا العشارية لا تسمح بعودة من كان في رقبته دم دون أن يحاسب، وإن سمحنا بعودة أمنة لهؤلاء فسنتفح الأبواب أمام الرقة ودير الزور وجميع مناطق الإدارة الذاتية الديمقراطية لشمال وشرق سوريا، وأي مواطن يريد العودة ليس هناك أية عقبة أمامه، إلا الأشخاص المولدين لداعش وتلطخت أيديهم بالدماء، وكذلك عادتنا وتقاليدنا العشارية لا تسمح بعودة من كان في رقبته دم دون أن يحاسب، وإن سمحنا بعودة أمنة لهؤلاء فسنتفح الأبواب أمام الرقة ودير الزور وجميع مناطق الإدارة الذاتية الديمقراطية لشمال وشرق سوريا، وأي مواطن يريد العودة ليس هناك أية عقبة أمامه، إلا الأشخاص المولدين لداعش وتلطخت أيديهم بالدماء، وكذلك عادتنا وتقاليدنا العشارية لا تسمح بعودة من كان في رقبته دم دون أن يحاسب، وإن سمحنا بعودة أمنة لهؤلاء فسنتفح الأبواب أمام

## آراء

## ما العمل لإنقاذ الليرة السورية؟



مصحوباً بتفافم الفقر مع فاقة غذائية شديدة، في أوقات تدهور الحالة السياسية والأمنية وتراجع سيطرة الحكومة قبل سنة ٢٠١٥ كما هو حاصل الآن في ظل تحسن الحالة السياسية والأمنية واتساع نطاق سيطرة الحكومة من هنا يمكن القول أن اللفظ الاقتصادي الضربية على الاستثمارات والخطط الوطنية من خلال زيادة عوائد التصدير والذهب من خلال زيادة عوائد التصدير بيع موجوداتهم لشراء الحياة، وخلق بليلة في السوق قد تؤدي إلى انهيارات متتالعة الجواز المصرفي والبنكي للدواعج الوطنية والأجنبية بالعملات الصعبة وتوظيفها في الاقتصاد.

المؤكد أن الاقتصاد شديد الحساسية تجاه الأوضاع السياسية والأمنية في أي بلد، لذلك فإن الاقتصاد السوري بسبب الحرب يعاني من أزمة ركود تضخمي خافتة نتيجة دمار جزء مهم جداً من بنيتها القطاعية، وهجرة الآف العقول والفقر البشرية إلى الخارج وتدني مستوىة التقني وبالآلاف وبمحصنين في المناطق الوعرة ووضع مما أدى إلى توقف النمو الاقتصادي وقت طويل، وإن لم يستطع أردوغان فعل شيء فإدلب ستتحوّل إلى منطقة مشتعلة، وروسيا لا تقبل بوجود الشيشانيين الذين أروها كل روسيا على مدى سنوات في إدلب، وكذلك كل دول أوروبا الغرب لن ترضى بأن تكون هناك قاعدة للإرهاب في إدلب، ودولة الاحتلال التركي هي التي سيكون مشتعلا في المراحل القادمة.

المؤكد أن الاقتصاد شديد الحساسية تجاه الأوضاع السياسية والأمنية في أي بلد، لذلك فإن الاقتصاد السوري بسبب الحرب يعاني من أزمة ركود تضخمي خافتة نتيجة دمار جزء مهم جداً من بنيتها القطاعية، وهجرة الآف العقول والفقر البشرية إلى الخارج وتدني مستوىة التقني وبالآلاف وبمحصنين في المناطق الوعرة ووضع مما أدى إلى توقف النمو الاقتصادي وقت طويل، وإن لم يستطع أردوغان فعل شيء فإدلب ستتحوّل إلى منطقة مشتعلة، وروسيا لا تقبل بوجود الشيشانيين الذين أروها كل روسيا على مدى سنوات في إدلب، وكذلك كل دول أوروبا الغرب لن ترضى بأن تكون هناك قاعدة للإرهاب في إدلب، ودولة الاحتلال التركي هي التي سيكون مشتعلا في المراحل القادمة.

## شمال وشرق سوريا...واحة للديمقراطية



أرض الواقع فكانت مناطق شمال وشرق سوريا نقطة جذب حقيقية للنخب والمفكرين وإرساء قواعد الديمقراطية وعلى أسس صحيحة، متوازنة، متنسقة ومتناسية في الوطن يتحاورون ويتناقشون، اختلفوا على نقاط واتفقوا على أخرى، وكانت محطات

للتعارف وتبادل الآراء والأفكار والبحث بشكل جدي عن حلول للأزمة السورية، والتي طالت أعوامها وزادت معها مساحة الآلام والمعاناة للشعب السوري.

بشكل عام تلك اللقاءات الهامة التي عُقدت

## ما العمل لإنقاذ الليرة السورية؟

السوريين.

إن البنود الثلاثة السابقة من شأنها أن تحسن البيئة السياسية والأمنية للأعمال بما يوحى بالثقة بالبرنامج الاقتصادي لإنقاذ الليرة السورية.

٤- إطلاق عملية إعادة بناء وطنية تقوم على أسس اقتصادية وعمرانية جديدة ومتجددة تكفل الحرية الاقتصادية للأفراد، وتمنح الإدارة في المنطقة حق التنقل الاقتصادي والاجتماعي من أجل المحافظة على التوازنات الاقتصادية وتحقيق العدالة الاجتماعية، ووضع خطة لعودة النازحين واللاجئين إلى ديارهم، ومشاركتهم في إعادة الإعمار والبناء ودون التعرض لهم.

٥- خضوع حسابات كبار المتمولين والمتنفذين بالاقتصاد السوري خلال فترة الحرب لمراجعة وتدقيق صارمين، لتحصيل حقوق الدولة عن أرباحهم التي لم تحصل لأي سبب كان، وتحصيل ما يترتب عليهم من مساهمات لدعم الليرة السورية.

٦- إلغاء عقود استثمار القطاعات المنتجة للدخل مع القطاع الخاص، وتحويلها إلى هيئات استثمار عامة تخضع لرقابة ومحاسبة صارمة.

٧- فرض ضريبة تصاعدية لدعم الليرة على الثروات الكبيرة التي تتجاوز عشرة ملايين ليرة في السنة، تبدأ بمعدل ٥/٠ تصل إلى ٢٠.٠٪. والعمل على تطبيق ضريبة القيمة المضافة، وتحسين نظام الجباية الضريبية.

٨- رفع سعر الفائدة على الدوائع الوطنية بالليرة السورية تدريجياً من ٨٪ حتى تصل إلى ١٥٪. وخلال سنة أشهر فقط.

٩- قبول واسترداد الدوائع المحلية للملايين الأجنبية وبفائدة تزيد تدريجياً خلال ستة أشهر من ٢٪ حتى تصل إلى ٤٪.

١٠- طرح سندات وأذونات خزينة بالليرات السورية والولول منحتها من سنة وحتى عشرين سنة، معدلات فائدة مفرّ ايدة حسب طول مدة الاستحقاق ومكفولة بصداقات عقارية من أصل الإدارة التي تدبر المنفعة.

١١- تشجيع المصارف التجارية والمتخصصة على منح قروض استثمار متوسطة وطويلة الأجل بالعملة المحلية وبالعملات الأجنبية، لتمويل استيراد الآلات والتجهيزات والمواد الأولية في

المراة من خلال (مجلس المرأة السورية)، وتمكين الشباب من خلال (مجلس شباب سوريا) في أن يأخذوا فرصهم في بناء مستقبل هذا الوطن.

شكري شبخاني/صحفية الاتحاد الديمقراطي



## لجنة الشباب والرياضة في مقاطعة قامشلو.. تواكب أحلام الشبيبة

روناهي/ قامشلو- لم تَوَازُن لجنة الشباب والرياضة في مقاطعة قامشلو عن عملها لتأمين البيئة المناسبة للشباب الناشئين، والتي تستهدف فصل الشخصية الشبابة، وكسابها المهارات، والخبرات العلمية والعملية، وتأهيلها التأهيل المطلوب لضمان تكيفها السليم مع المجتمع .



ميلاد دلي

مع نشوب الثورة السورية بدأت فئة الشباب تعاني من أزمة مزدوجة متولدة عن الأزمات المتوارثة، والمركبة القائمة أصلاً، وأخرى ناتجة عن التغيرات القادمة عبر الإنترنت، والتي تعكس ثقافة ومفاهيم مجتمعات أخرى، مما يهدد الشباب بأزمات جديدة جراء هذا المد كثيراً ووقعتها تحت وطأة الحرب الدائرة، فبدأت لجنة الشباب والرياضة في مقاطعة قامشلو، الواقع في الناحية الشرقية بإنشاء مراكز لدعم هؤلاء الشباب وللملمة

مواهبهم الإبداعية التي كانت مبطنة على نحو غير مرئي، فهم اختلاط القوة الجسدية والعقلية معاً، والوقوف على الحد من ظاهرة الجهل والأمية التي باتت منتشرة في صفوفهم، والتي قد تدفعهم نحو التصرفات اللااخلاقية».

وقد أشار دلي في حديثه عن الأهداف التي يقومون بها في هذه اللجنة، قائلاً: «نعمل على الحد من الجهل والأمية التي تجوب الشوارع، وجمعهم تحت سقف تعليمي تثقيفي وتربوي ترفيهي، والابتعاد عن التأثيرات السلبية من العصر الحالي، ولتطوير الطاقات الإبداعية والمواهب الكامنة لدى الشباب في مختلف وشتى الميادين العملية والفنية وغيرها، وتبنيها وإعطائها فرصتها الكاملة لكي تتميز.

### بجهودهم يسكنون درب النجاح

وبين دلي بأن من أهم ما حققته اللجنة خلال السنتين الفاتنتين؛ فتحهم للمراكز التدريبية والطبعية والترفيهية، وتضم هذه المراكز دورات مثل: (خطاطة - كرافيد - كورسات لغة إنكليزية - حلقة...)، وتشجيع الشباب على الانضمام للفرق الشعبية وتنمية قدراتهم ومواهبهم التي كانت مهمشة منذ زمن وتأمين كافة المستلزمات التي يحتاجونها، وتخرجت

## مجتمع وشبيبة

## مقاطعة قامشلو.. تواكب أحلام الشبيبة



### بجهودهم يسكنون درب النجاح

من هذه المراكز عدداً من المتدربين يُقدر بنحو ٧٠٠ متدرب/ة. ونوه دلي حول المشاريع المستقبلية والخطط التي هي قيد النقاش بالقول: «من المشاريع التي نعمل عليها في الفترة المقبلة؛ فتح مركز وملعب جديد في بلدة التنورية الواقع شرق مدينة قامشلو، وسيقوم المركز بضم جميع الفتيات التي يحتاجها الشبيبة، وسيتم تحديدها حسب الأعداد المطلوبة.

تبرير/إبراهيم

## اقتصاد وبيئة

## جودة مازوت التدفئة وآلية توزيعه بإقليم الجزيرة

روناهي/ قامشلو. أكد الرئيس المشترك للإدارة العامة للمحروقات في إقليم الجزيرة خاشع حجي أنه في الوقت الراهن يتم توزيع مادة مازوت التدفئة على المواطنين، حيث يوزع بمقدار ٤٠٠ لتر كدفعة أولية لكل عائلة، وأشار بأن توزيع الدفعة الثانية سيكون حسب حاجة المواطن، يباع اللتر الواحد بسعر ٧٧ ليرة سورية.



خاشع حجي أحمد

الكمية المخصصة له. ولمعرفة آلية توزيع مادة المازوت على المواطنين؛ سلطت كاميرا صحفيقتنا «روناهي» الضوء على الموضوع وأخذ آراء المواطنين في كورمين الشهيد لهناك والجهات المعنية.

### توزيع عادل بين المواطنين

وبهذا الخصوص؛ افادنا المواطن رفیق إبراهيم بأن اللجنة المكلفة تقوم بتوزيع مادة مازوت التدفئة على جميع المواطنين، حيث خصصت لكل عائلة ٤٠٠ لتر كدفعة أولية، وفي الدفعة الثانية ستكون حسب حاجة المواطن لها، ويتم التوزيع بشكل عادل بين جميع المواطنين بسعر ٧٧ ليرة سورية للتر الواحد، ويحق للمواطن بطلب



مع الرئيس المشترك للجنة الاقتصاد في الطبقة أحمد سليمان الذي أكد لنا أن انطلاق المرحلة الثانية جاء استكمالاً لمشروع توفير الطبقة الذي أطلق في وقت سابق، وبعد الانتهاء من المرحلة

مشروع توفير الطبقة؛ والذي أطلقته اللجنة الاقتصادية في الإدارة المدنية الديمقراطية بهدف إعادة تأهيل شبكة الكهرباء في مدينة الطبقة، علماً بأن بعضها تعرض للتخريب والتدمير وبعضها الآخر يعاني من القدم؛ تم البدء بالمرحلة الثانية منه. واستهدفت المرحلة الأولى من المشروع قسم القرية من مدينة الطبقة من تغيير أمراس وشبكات وصيانة واستبدال المحولات، أما المرحلة الثانية التي أطلقتها مؤخراً فتستهدف منطقة الأحياء والمناطق القريبة من الطبقة حسب لجنة الاقتصاد.



أحمد سليمان

روناهي/ الطبقة - تطلق لجنة الاقتصاد المرحلة الثانية من مشروع تنوير الطبقة بعد الانتهاء من المرحلة الأولى التي بلغت نسبة النجاح فيها حوالي ٨٠٪، ويهدف المشروع إلى تأهيل شبكة الكهرباء في الطبقة التي تعاني من القدم والتخريب. بعد الانتهاء من تنفيذ المرحلة الأولى من

### انطلاق المرحلة الثانية من المشروع

وللاطلاع على مشروع تنوير الطبقة والمراحل التي وصل إليها؛ كان لنا لقاء



مقدار ٤٠٠ لتر مازوت التدفئة لكل عائلة، وأما الدفعة الثانية فستكون حسب الطلب، وحسب الكمية التي يطلبها المواطن.

### توزيع ٤٠٠ لتر يومياً

وأضاف أحمد بأن سعر مادة المازوت في الكازية ٧٥ ليرة سورية، ويباع للمواطنين بسعر ٧٧ ل.س، وسوف يتم توزيعها على عوائل الشهداء بالمجان، وتابع: «يتباح للأقران بسعر ٥٥ ل.س»، وذكر بأن الكميات الموزعة بلغت ٨٠٠ ألف لتر حتى لحظة إعدادنا لهذا التقرير؛ أي ما يعادل ٤٠٠ ألف لتر يومياً، وما زالت عمليات التوزيع مستمرة.

## إطلاق المرحلة الثانية من مشروع تنوير الطبقة

الأولى بدأ العمل على تنفيذ المرحلة الثانية من المشروع، حيث تم وضع الدراسات والخطط الموضوعية من واقع الشبكات التي تغذي مدينة الطبقة، ورصد الاعتماد المالي اللازم للمرحلة وتوفير القطع الفنية لإتمام العمل من المراسر والمحولات والشبكات.

### تشمل منطقة الأحياء ومحيط الطبقة

وأشار سليمان إلى أن المرحلة الثانية تشمل منطقة الأحياء «الأول، الثاني، والثالث»، والأحياء المحيطة بمدينة الطبقة ومنها عايد والزويقات، وستكون مدة تنفيذ المرحلة الثانية أربعة اشهر، وتستهدف



ونوه الرئيس المشترك لإدارة المحروقات العامة في إقليم الجزيرة خاشع حجي أنه في نهاية اللقاء بأن في السنوات الماضية كان جودة مادة المازوت ليست بالمواصفات المطلوبة؛ وذلك لقلة إمكانيات الإدارة الذاتية، أما الآن وبعد سعي الجهات المعنية بتحسين نوعية مادة المازوت، وتوفير الآليات المطلوبة أصبحت جودة مادة مازوت التدفئة بالمواصفات المطلوبة، وأكد: «نسعى دائماً لتقديم الأفضل لجميع المواطنين».

تبرير/إبراهيم

شبكات الكهرباء كافة من استبدال محولات ولوحات كهربائية وأمراس وأبراج.

### نسبة نجاح المرحلة الأولى ٨٠٪

وذكر الرئيس المشترك للجنة الاقتصادي في الطبقة أحمد سليمان أن العمل في المرحلة الأولى كان صعباً، نتيجة قدم الشبكة والاستقرار الكهربائي الكبيرة وكان هناك تغيير بشكل شبه كامل للشبكة، وتم الأخذ بعين الاعتبار التوزيع السكاني في الأحياء، وبلغت نسبة نجاح المرحلة الأولى وفق التقييم حوالي ٨٠٪.

تبرير/مصطفى الخليل



سليمان محمد

غرس ٢٠٠٠ شجرة في حدائق مدينة الطبقة، ووصل عدد الأشجار التي تم غرسها في هذه الحملة إلى ١٢٠٠ شجرة. والجدير بالذكر أن دائرة التشجير والحدائق في بلدية الشعب بالطبقة مستمرة بتشجير الحدائق في المدينة، ضمن حملة لتشجير ٢٠٠٠ غرسة في حدائق الطبقة.



## تشجير حديقة سوار؛ واستمرار حملة غرس الأشجار بالطبقة



دائرة الحدائق والبيئة. وتم غرس حوالي ٢٥ شجرة متنوعة من أشجار «الصنوبر، النخيل المروحي والزينة»، وقد كانت تلك الحديقة مهمة

للتشجير ٢٠٠٠ شجرة في حدائق المدينة. وشارك في زراعة الأشجار في الحديقة مجلس مدينة الطبقة وبلدية الشعب والمجلس المحلي في حي المهاجع، وعمال

قامت دائرة التشجير والحدائق في بلدية الشعب بتشجير حديقة في حي المهاجع وسط مدينة الطبقة، ضمن إطار تأهيل حدائق المدينة، وخطه الدائرة

## أهالي برادوست يشتكون، فما جواب الحكومة؟

### أسعار رخيصة لا تعوض مصاريفهم

رصدت وكالة روج نيوز شكواي المزارعون في برادوست حول الأسعار الرخيصة للبنودرة والتي لا تسد مصاريفهم ويطالب المزارعون بمنع استيراد المنتجات الزراعية من الخارج وخاصة في المواسم المخصصة للمنتج، وذلك بهدف تسويق المنتجات الداخلية التي تحقق شبه اكتفاء ذاتي.

ويضطر مزارعو البنودرة في برادوست بيع منتجاتهم بأسعار رخيصة لا تعوض لهم المصاريف التي وضعوها خلال الموسم، أو أن تتلف زيادة المنتج في الأسواق، ولا خيار آخر أمامهم ما دامت الحكومة لم تقم بخططات تقييم من الخسار.

تقول صالحة فرحان وهي مزارعة في قرية كزكه بحدود ناحية سيدكان، أنها وأولادها وبناتها وزوجها يعملون منذ ٤ أشهر في هذا الحقل بانتظار جني محصول بنودرة تدر

يشكو مزارعو منطقة برادوست في باشور كردستان من ثلاث مشاكل أساسية تؤدي إلى تعرض منتجاتهم للتلف، أو بيعها بأسعار لا تعوض مصاريفهم، بينما يعزو مدير الزراعة في قضاء سوران المشكلة لعدم التنوع في الإنتاج.

