

الإحصائيات تزيل الغبار عن خبايا القمع

الصحفي بتركيا



كشف حزب الشعب الجمهوري في تركيا في تقرير أعده عن حرية الصحافة والإعلام، ما يتعرض له الصحفيون من رقابة صارمة، ناهيك عن سجن ١٠٠ صحفي في البلاد...»٢

روناهي

سياسة ثقافية عامة - تصدر عن مؤسسة روناهي للإعلام والنشر ٥٠ ل.س. العدد ١٠٦١ - الاثنين ٢٠٢١/١/١١

إبراهيم القفطان: «الجلوس على طاولة الحوار كفيل بعدم تجدد ثورة سورية جديدة»



قال رئيس حزب سوريا المستقبل: إبراهيم القفطان: «إن تركيا تريد أن تعود إلى ذهنية الاحتلال والتوسع لاستعادة إمبراطوريتها العثمانية. لذا يجب على جميع أبناء الشعب السوري أن يقف وقفة عقابانية لهامجية ضد هجمات الدولة التركية» وحض على حوار السوريين...»٢

نساء الشدادي: «اعتقال ليلى كوفن

انتهاك سافر ولا يستند إلى أي قانون»

استكرت نساء الشدادي اعتقال سلطات النظام التركي للسياسية والمناضلة ليلى كوفن، وأثرن إلى أن هذا الاعتقال ما هو إلا استكمال لجرائم الدولة التركية بحق النساء بوجه الخصوص واستمرار لسياسة الإبادة وتكميم الأفواه بحق الناشطين المعارضين لسياساتها القمعية والاستبدادية...»٣



جيا فرات: «تسليم عين عيسى للنظام ادعاء كاذب لا أساس له»



أشار عضو القيادة العامة لقوات سوريا الديمقراطية، جيا فرات، إن هدف تركيا ومرتقتها كان قضم القرى حول عين عيسى ومحاصرتها، ولكنهم فشلوا في تحقيقه إلى الآن، وأكد بأن «كل الأنباء التي تتحدث عن تسليمنا البلدة لحكومة دمشق عارية من الصحة، وقواتنا قادرة على حمايتها والدفاع عنها»...»٤

كساد سوق الماشية بالرقعة يُزعزع اقتصادها الداخلي

تتصدّر تربية المواشي إلى جانب الزراعة قائمة المهن التي يمتهنها أبناء الرقعة ويتوارثونها عبر الأجيال وتُعد مُحركاً لاقتصاد المنطقة كأي من نظيراتها من الأعمال...»٥

الوكيل الحصري لتوزيع صحيفة روناهي
شركة
المكتب الرئيسي
قامشلو- دوار سوني
التتصال
0998723906
shkrtonahi@gmail.com

صحيفة روناهي
r.ronahi2011@gmail.com
ronahi@ronahi.net
مركز قامشلو
٠٩٣٨٥٤١٧٠٧
٤٣١٦٥
يمكنكم زيارة موقع الصحيفة على الرابط التالي:
Ronahi.net

هيئة التحرير:
سوزان علي
يوسف خليل
عبدالرحمن محمد
التدقيق اللغوي:
ميسر المشعان
الإخراج الفني:
ديلان أحمد

روناهي

سياسة ثقافية عامة - تصدر عن مؤسسة روناهي للإعلام والنشر ٥٠ ل.س. العدد ١٠٦١ - الاثنين ٢٠٢١/١/١١

قطع الأشجار يُسرّع من انتشار الأمراض وظهور أمراض قاتلة

حذّر العالم الميكروبيولوجي من جمهورية الكونغو الديمقراطية البروفيسور جان جاك موييني تامفوم، من احتمال ظهور أمراض قاتلة جديدة. وأضاف العالم المعروف باكتشافه لإيبولا، في مقابلة مع قناة CNN، أن التهديد يأتي من قطع الأشجار وإزالة الغابات، مما يؤدي إلى زيادة احتكاك الإنسان مع العوامل المختلفة المثيرة والمسيبة للأمراض.



وكالات

مؤتمر ستار في دمشق يستذكر المناضلات الثلاث



روناهي/ قامشلو - تستمر الفعاليات الخاصة باستذكار المناضلات الثلاث الشهديات ساكنة جاسيز ويلي شايلىمز وفيدان دوغان في أرجاء مناطق شمال وشرق سوريا والعالم وفي العاصمة السورية دمشق استذكر مؤتمر ستار في حي زور آقا في العاصمة السورية دمشق، المناضلات الثلاث، في الذكرى الثامنة لاستشهادهن، وبعد عقد اجتماع حضره العشرات من سكان الحي، وتم في الاجتماع الحديث عن المسيرة التضاللية للمناضلات الثلاث، والظروف الدولية والسياسية في الشرق الأوسط والعالم في تلك الفترة، والتطرق إلى تأمل القوى الدولية التي شاركت في الجريمة البشعة واغتياهن في العاصمة الفرنسية باريس.

مؤتمر ستار والمشاركون في الاجتماع أكدوا على رفع وتيرة النضال وتصعيده حتى الوصول إلى معرفة الجناة الحقيقيين وفضحهم سنفزيون عن حياة المناضلات الثلاث. وفي ختام الاجتماع، عرض

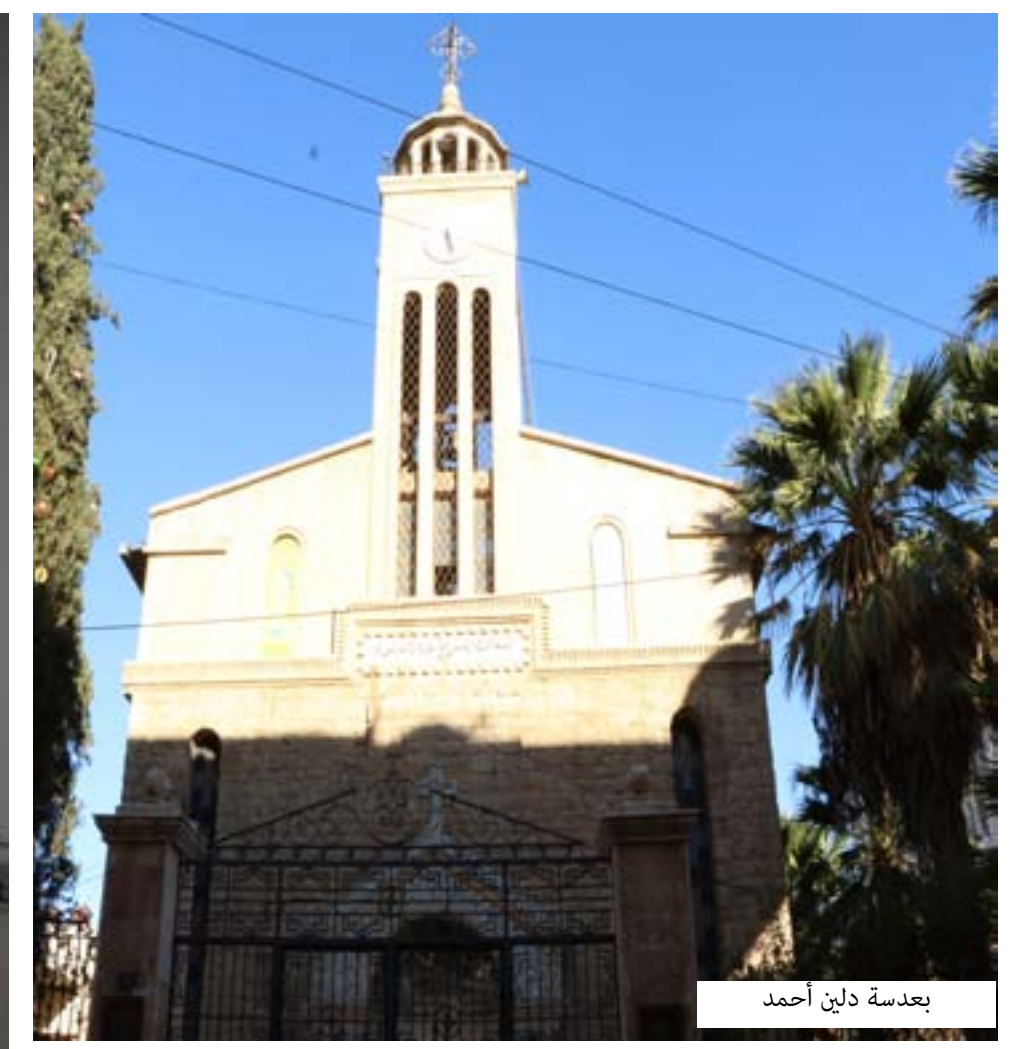
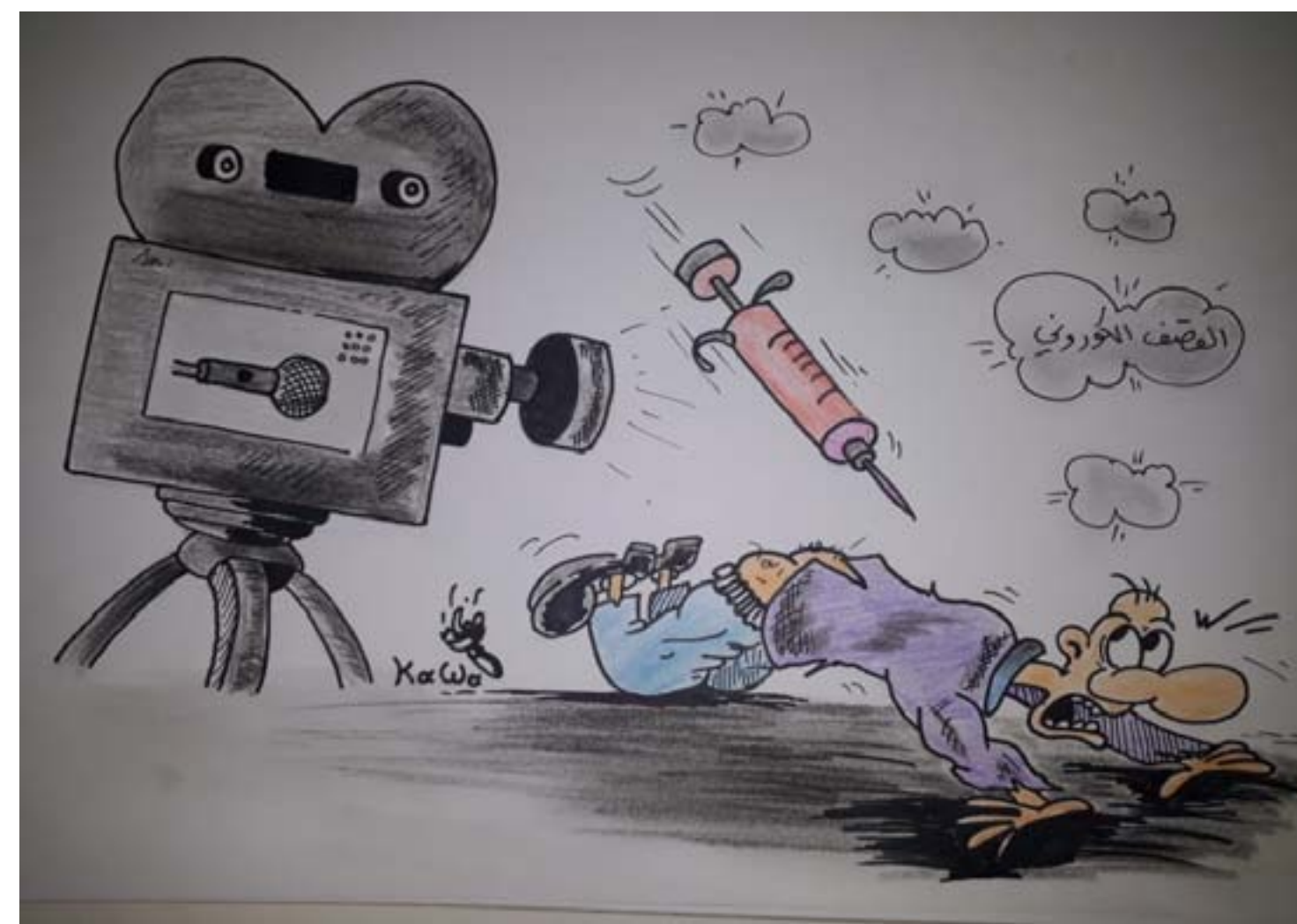
العثور على جثة شابة إيزيدية في امياه الدولية بين تركيا واليونان

المياه الدولية بين تركيا واليونان. وقال بشار في تصريح مسجل عبر الفيديو نشرته المؤسسة على مواقع التواصل الاجتماعي، إن الشابة تُدعى «خاتون مراد» وتبلغ من العمر ٢٧ عاماً، وهي من سكان قضاء زاخو في منطقة دهوك. وأوضح ممثل مؤسسة القمة لشؤون اللاجئين في إقليم كردستان والعراق كورده بشار، أنه وبعد محاولة الشابة مع أفراد أسرتها العبور إلى اليونان سقطت من القارب، الذي كانوا على متنه لتغرق وتفارق الحياة إثرها، مشيراً إلى أن خفر السواحل التركية، انشلوا الجثة وسيتم إعادتها إلى إقليم كردستان.



وكالات

أعلن ممثل مؤسسة القمة لشؤون اللاجئين في إقليم كردستان والعراق في تركيا، كورده بشار، العثور على جثة شابة إيزيدية يوم السبت الماضي بعد عملية بحث استمرت لعدة أيام في



بعدسة دليان أحمد

مركز توزيع صحيفة روناهي وفتاه المكتب: إقليم الجزيرة: قامشلو (مكتبه: سدو - فرع (١) شارع ذي الأسويدي - جانب البلدية ٤٢٥٩٧ - فرع (٢) الشارع العام مقابل جامع الشلاح ٤٥٢٠٨ / مكتبه أوكاز - طريق غامودا ٤٣١٦٥ / مكتبه البحرية - الشارع العام ٤٢١٣٠ / مكتبه سوبر - الشارع العام ٤٢٠٣٧ / مكتبة الراوي فرع (١) شارع الكورنيل - تجميع محلات الراوي ٤٤٤٠٨ - فرع (٢) مقابل صيدلية العمالية ٤٥٥٨٢ / مكتبه الزهراء - دوار البصيرة ٤١٢١٩ - مكتبه الجواهري ٤٢٧٤٧ / مكتبه دار الفلم - الشارع العام ٤٢٧٤٧ - مكتبه الأوتار شارع غامودا ٤٢٧٤٧ - مكتبه الرسالة الشارع العام ٤٢٧٤٧ - مكتبه الرئيسية - كرتي - كرتي - ٧٥٥٤١٦٧ - مكتبه أرين ٧٢٣٣٣ - مكتبه سنا ٧١٤١٠ - جيل أفا (مكتبة وائل ٧٥٥٥١) - قرية سبيه (مكتبة الجهاد ٤٧٠١٨) -

إبراهيم القفطان: «الجلوس على طاولة الحوار كفيل بعدم تجدد ثورة سورية جديدة»

منج/ آزاد كردي - قال رئيس حزب سوريا المستقبلي إبراهيم القفطان: «إن تركيا تريد إمبراطوريتها العثمانية، لذا يجب على جميع أبناء الشعب السوري أن يقف وقفة عقائدية لا مهجبة ضد هجمات الدولة التركية»، وحض على حوار السوريين

جاءت كلمة القفطان ضمن خيمة الاعتصام التي نظّمها مجلس شباب حزب سوريا المستقل تنديداً بهجمات الاحتلال التركي على مناطق شمال وشرق سوريا لا سيما في ناحية عين عيسى تحت شعار «الوطن وطننا والحماية وعدنا، لا للاحتلال التركي، معاً لنحمي الوطن». وشارك في خيمة الاعتصام المشران من أهالي مدينة منج وممثلو الأحزاب السياسية وشيوخ وجهاء النورية تجاه سوريا فقال: «أريد أن أعرج على أعضاء حزب سوريا المستقبلي في منج والوثة.

القفطان، أكد في كلمته على فضح المؤامرات الدولية تجاه سوريا فقال: «أريد أن أعرج على بعض السياسات التي يتقاولها المتصارعون في المنطقة، سواء أكانت من القوى الداخلية أو القوى الخارجية مثل روسيا أو أمريكا أو تركيا فيها تصارع وتتصارع على الأراضي السورية من

الإحصائيات تزيل الغبار عن خبايا

القمع الصحفي بتركي



وحسب التقرير الذي أعده حزب الشعب الجمهوري التركي حول حرية الصحافة لعام ٢٠٢٠، ونقلته شبكة «العين الإخبارية»، إن حال الإعلام في تركيا اتجه إلى الأسوأ بعدد أرووغان.

وأوضح التقرير بشكل عام أن عام ٢٠٢٠ كان صعباً للغاية بالنسبة للصحفيين وحرية الصحافة، وأن ممارسات النظام القمعية ضد حرية الرأي كانت على أشدها.

ولفت التقرير إلى أن «٩٧» صحفياً قتموا استنطاقهم خلال ٢٠٢٠، بسبب الرقابة

المفروضة على الصحف، في حين لم يجد صحفيون آخرون وسيلة صحفية أو إعلامية يعملون بها».

وأضاف التقرير أن «السلطة الحاكمة وجدت في فيروس كورونا المستجد (كوفيد-١٩) فرصة سانحة لزيادة الضغط والسيطرة على

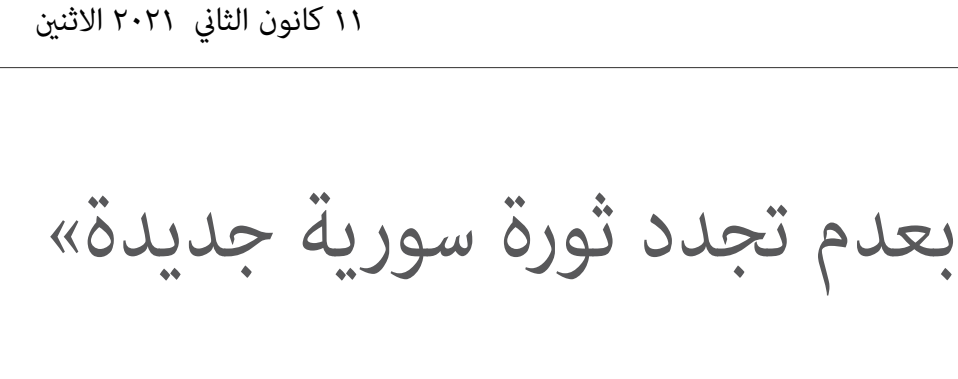
المجتمع، إذ عانى الصحفيون مرة أخرى من القمع والرقابة والظروف الصحية، والعالم المضاني تم إسكات العاملين في الصحافة «الصحفيين لا يجدون وسيلة يعملون فيها، في حين يتقاضى الموظفون أجوراً منخفضة».

وتابع «وفي ٢٠٢٠ استمرت ممارسات مثل الحجز والاعتقال والتحقيق والدعوى والحكم بالسجن وحظر الوصول وتعتيم شاشات التلفزيون. وتم استهداف الإعلاميين والصحفيين غير المقربين من السلطة، ومن لم يخرطوا بينهم، كما تم انتهاك حق الجمهور في الحصول على المعلومات بحرية».

وأشار التقرير إلى أنه «تم رفع ٣٦١ دعوى قضائية ضد صحفيين في ٢٠٢٠، بينما جرى اعتقال ٨٦ صحفياً، فيما ارتفع عدد الصحفيين الموقوفين حتى ١ كانون الثاني/ يناير ٢٠٢١ إلى ٧٠».

وفي العامين الماضيين بلغ عدد الصحفيين العاطلين عن العمل أكثر من ٦ آلاف إعلامي مؤسمة الإعلان الصحفي، تم فرض عقوبة حظر الإعلان على صحيفة تركية، لمدة ٤٥ يوماً، وجريدة لمدة ٣٠ يوماً، وصحف أخرى لمدة ١٠ أيام، وتم تعريم صحيفة تركية أخرى بـ ١٦٦ ألف ليرة، بينما جرى تعريم صحيفة ٣٧٢ ألف ليرة».

يذكر أنه وفقاً للعديد من المنظمات العالمية يوجد أكثر من ١٠٠ موقع إلكتروني. وتم فرض ٣٦٨



وجه القفطان عدداً من الرسائل إلى الحكومة السورية، أشار فيها بالقول: «حاول الجميع إشاعة أن هذه المنطقة تهدف إلى الانفصال وتطبيق القومية الكردية على كافة الرقعة قبل الأزمة السورية محذراً من ثورة جديدة إن لم يوجد توافق سوري فقال: «ندعو دائماً إلى الحوار مع كافة الأطراف خاصة الحكومة السورية التي تزال تعيش أزمة الديكتاتورية وأزمة السيطرة وتريد عودة سوريا إلى ما قبل ٢٠١١م ومحال أن تعود سوريا إلى ما قبل ٢٠١١م حينها سوف تكون ثورة جديدة دامية أطول من هذه».

ودعا القفطان الدولة التركية في حال أرادت حياة مستقرة آمنة إلى إرضاء دول الجوار وكذلك روسيا التي تعتبر الضامن لكل الأطراف ولكنها مع الألف تكرر بعودة كل هذه الأراضي إلى الحكومة السورية؛ لأن الديون المترتبة عليها سوريا يجب أن يعلموا أننا نسعى للحوار، وأعني بالحوار الذي نشده هو حوار التساوي والتوازي لا حوار السيطرة، فالجميع يحاول السيطرة على هذه المنطقة لا سيما بعد أن تحررت من داعش ويحاولون إعادة المنطقة إلى القوضى».

ووفقاً للقفطان: «الحكومات على اختلافها

إن كان لديها أزمة داخلية تحاول أن تصدها للخارج كما تفعل تركيا وروسيا، وكل ما أتمناه أن نبقي معتمسين وأن نكون جزءاً من الحوار السوري من خلال صياغة دستور

للسوري». واختتم رئيس حزب سوريا المستقبلي؛ إبراهيم القفطان كلمته بالقول: «ما نشده كأي تيار سياسي في منطقة شمال وشرق سوريا أن

التوتر بين طهران وواشنطن يكمل سلسلته



مركز الأخبار -دعت واشنطن المجتمع الدولي لاتخاذ موقف لمواجهة التهديدات الإيرانية، مشيرة إلى أن إيران تستخدم برنامجها النووي لابتزاز المجتمع الدولي.

وقالت وزارة الخارجية الأميركية إن إيران تستخدم برنامجها النووي لابتزاز المجتمع الدولي وتهديد الأمن الإقليمي، ودعت المجتمع الدولي إلى اتخاذ موقف لمواجهة التهديدات الإيرانية.
وكان البرلمان الإيراني قد أقر في كانون الأول قانوناً يقضي بطرد المفتشين النوويين التابعين للوكالة الدولية للطاقة الذرية ما لم ترفع جميع العقوبات عن إيران.

وقد كرر عضو بالبرلمان الإيراني هذا التهديد، السبت.

وقالت الخارجية الأميركية في بيان أن «إيران لديها التزام قانوني بموجب الاتفاق النووي (الموقع معها عام ٢٠١٥) للسماح لمفتشي الوكالة الدولية للطاقة الذرية بالوصول إلى المواقع النووية الإيرانية»، وبالتالي فإن انتهاك هذه الاتزامات يتجاوز الإجراءات الإيرانية السليقة التي تتعارض مع التزاماتها النووية في الاتفاق».

وكان التقرير الذي أعادته، ذكر التقرير «لم يتم دفع مكافأة نهاية الخدمة للصحفيين المفصولين من عملهم على الرغم من كونهم أعضاء في نقابة الصحفيين. فيما واصلت تركيا احتلال المرتبة ١٥٤ في مؤشر حرية الصحافة الذي يضم ١٨٠ دولة في عام ٢٠٢٠».

وأفاد بأنه «من بين ٨٦ ألفاً و٥٠٥ عمالاً، هناك ٦ آلاف و٣٨٣ فقط أعضاء نقابيون يعملون في قطاع الصحافة والإذاعة»، مشيراً إلى أن «الصحفيين لا يجدون وسيلة يعملون فيها، في حين يتقاضى الموظفون أجوراً منخفضة».
التقرير أوضح كذلك أن «المجلس الأعلى للإذاعة والتلفزيون التركي وقع ٦٧ غرامة على عدد من المؤسسات الصحفية، وقام بإغلاق واحدة، وشن ٤٩ عملية إيقاف بث، ووجه ٦ إنذارات لعدد من المؤسسات الإعلامية».

وفي هذا الصدد قال التقرير أنه «بدأ النصف الأول من عام ٢٠٢٠ بعقوبات تعتميت الناشئة لمدة خمسة أيام فرضها المجلس الأعلى للإذاعة والتلفزيون على قناتين تلفزيونيتين، كما جرى فرض غرامات قدرها ٢٥ ألفاً و٨٨١ ليرة تركية على عدة قنوات ولعدة مرات».

وأرشد التقرير أنه «وبالنظر إلى عقوبات مؤسسة الإعلان الصحفي، تم فرض عقوبة حظر الإعلان على صحيفة تركية، لمدة ٤٥ يوماً، وجريدة لمدة ٣٠ يوماً، وصحف أخرى لمدة ١٠ أيام، وتم تعريم صحيفة تركية أخرى بـ ١٦٦ ألف ليرة، بينما جرى تعريم صحيفة ٣٧٢ ألف ليرة».

يذكر أنه وفقاً للعديد من المنظمات العالمية يوجد أكثر من ١٠٠ صحفي في السجون التركية.

روناهي ١١ منوعات

إن ما نأكله، وما تمارسه من هوايات، ومقدار التمارين التي تقوم بها في اليوم يمكن أن يلعب دوراً في تعزيز المناعة ومنع الأمراض، البعض قد يستغرب من هذه النصيحة، البعض قد يتصور أن هذه النصائح هي ضرب من الجنون ولا ترقى إلى النفاة والتأكيد بل هي مجرد تصورات من الجرائم.

٢-الغناء من أجل تعزيز المناعة: كشفت دراسة قامت بها إحدى الجامعات الألمانية على جوقة موسيقية إن الغناء ينشط الطحال، مما يساعد على زيادة تركيزات الدم من الأجسام المضادة.

١-الضحك: أصبح من الثابت إنه يمكن للضحك تعزيز المناعة الخاصة بك جنباً إلى جنب مع تحسين المزاج الخاص بك، فهو يعمل على رفع مستويات الأجسام المضادة في الدم وتلك الموجودة في خلايا الدم البيضاء التي تهاجم وتقتل البكتيريا والفيروسات. كما أنه يزيد من عدد الأجسام المضادة في المخاط المحرز في الأنف والممرات التنفسية، ونقاط الدخول لكثير من الجراثيم.

٣- اختيار الغذاء الوديّة: على خلاف ما هو متعارف عليه لدينا من أن جميع الدهون تعتبر سامة وضارة للجسم وتعمل على زيادة الكوليسترول وبالتالي ارتفاع ضغط الدم، فإن هناك بعض الدهون ضرورية لبناء الخلايا وإنتاج البروستاجلاندين، مثل مركبات هرمونية تساعد على تنظيم وسرعة استجابة جهاز المناعة للعدوى، مثل الطريقة التي يتفاعل بها من خلال زيادة إنتاج خلايا الدم البيضاء التي تكافح الغزاة، وقد وجد أن الأشخاص الرياضيين الذين يتناولون وجبات غذائية قليلة الدهون قد يأخذون واحد الأبيضين اللذين قد يؤثران سلباً

على الجسم ويمنعان تعزيز المناعة.

٥- تناول الفطر بكثرة يُساعد على تعزيز المناعة: الخبز يعرفون الآن أن الفطر يحفز إنتاج خلايا الدم البيضاء المشاركة في حماية الجسم من العدوى. فهو يزيد من مستويات المواد التي تعزز الاستجابة المناعية، وكذلك يعزز القدرة على النوم ويقلل من الإجهاد عن طريق قمع إنتاج هرمون الأدرينالين والمشتطات.

٤- الابتعاد عن السكر: من المتعارف عليه أن السكر هو أحد الأبيضين اللذين قد يؤثران سلباً

المواظبة على شربِ الماء في الشتاء



يحتاج المرء إلى المياه لتتمكن العديد من أعضاء الجسم من العمل بشكل سليم، وأيضاً للحماية من الكثير من المخاطر الصحية، لكن يأتي فصل الشتاء وتأتي معه قلة العطش، وبالتالي تقل كميات الماء التي نشربها فيه عادةً، في السطور التالية نعرض على حيل بسيطة للحصول على شرب الماء في الشتاء وعدم التسبب في أضرار لأجسامنا.

يحتاج جسم الإنسان إلى الماء للعشرات من الأسباب في الواقع، فالماء ضروري لعمل الأعضاء بشكل سليم، وهو مكون أساسي لجسم الإنسان، بما في ذلك الدم العنصر الضروري لنقل الغذاء إلى الخلايا وتحليصها من السموم، والحفاظ على مستوى الماء في الدم ضروري للحفاظ على سيولته ومنع الشخص من التعرض للجفاف والانسدادات، وكذلك الحفاظ على مستوى ضغط الدم، وتطريب الجلد، إلى غير ذلك من الأمور الضرورية.

في ما يلي وسائل للحفاظ على مستوى شرب الماء في الشتاء مساوياً أو على الأقل مقارباً لمستوى شرب الماء في فصل الصيف.. الخ.

احصل على الماء من خلال الغذاء فبعض الأغذية تحتوي على كميات وفيرة من الماء بشكل لا يتوقعه، خصوصاً الفواكه والخضروات، فمثل تتخيل مثلاً أن ٩٢٪ من محتوى البطيخ هو ماء صافٍ؛ وأن ٨٤٪ من التفاح هو ماء؛ وأن ٩٥٪ من الخيار والطماطم هو ماء؛ في الواقع هناك الكثير من الأغذية التي يمكنك إضافتها إلى نظامك الغذائي للحصول على كميات كبيرة من الماء.



على الجسم ويمنعان تعزيز المناعة.

٥- تناول الفطر بكثرة يُساعد على تعزيز المناعة: الخبز يعرفون الآن أن الفطر يحفز إنتاج خلايا الدم البيضاء المشاركة في حماية الجسم من العدوى. فهو يزيد من مستويات المواد التي تعزز الاستجابة المناعية، وكذلك يعزز

القدرة على النوم ويقلل من الإجهاد عن طريق قمع إنتاج هرمون الأدرينالين والمشتطات.

٤- تناول المزيد من المحاصيل: تعتبر هذه النصيحة من النصائح التقليدية والتي ينطق

بها الكل في ما يتعلق ب تعزيز المناعة ، عليك بفيتامين سي البرتقال والليمون، والجريب فروت، والتي تعمل على تعزيز نشاط الخلايا البالعة.

٧- الحركة وممارسة الرياضة بانتظام: يستجيب الجهاز المناعي لممارسة الرياضة من خلال إنتاج المزيد من خلايا الدم التي تهاجم البكتيريا. عليك أن تكثر من ممارسة الرياضة والانتظام في هذه الممارسة، الكثير من الدراسات تشير إلى أن الأشخاص الذين يكترون من ممارسة الرياضة وينتظم أقل تعرضاً إلى الإصابة بنزلات البرد وأمراض الجهاز التنفسي.

٨- الراحة ضرورية من أجل تعزيز المناعة: لمدة ٩٠ دقيقة، الجهاز المناعي لديك سيبدأ بخفض العمل تدريجياً لديه، هو أيضاً صاب بالإجهاد، عليك أن تعرف كيف تريح جسلك حتى يستطيع الجهاز المناعي استعادة نشاطه هو الآخر.

٩- لا تعرض نفسك إلى البرد: إن وجود أطراف منخفضة العمل تدريجياً لديه، هو أيضاً صاب بالإجهاد، عليك أن تعرف كيف تريح جسلك حتى يستطيع الجهاز المناعي استعادة نشاطه هو الآخر.

١٠- لا تعرض نفسك إلى البرد: إن وجود أطراف منخفضة العمل تدريجياً لديه، هو أيضاً صاب بالإجهاد، عليك أن تعرف كيف تريح جسلك حتى يستطيع الجهاز المناعي استعادة نشاطه هو الآخر.

١-الغناء من أجل تعزيز المناعة: كشفت دراسة قامت بها إحدى الجامعات الألمانية على جوقة موسيقية إن الغناء ينشط الطحال، مما يساعد على زيادة تركيزات الدم من الأجسام المضادة.

١-الضحك: أصبح من الثابت إنه يمكن للضحك تعزيز المناعة الخاصة بك جنباً إلى جنب مع تحسين المزاج الخاص بك، فهو يعمل على رفع مستويات الأجسام المضادة في الدم وتلك الموجودة في خلايا الدم البيضاء التي تهاجم وتقتل البكتيريا والفيروسات. كما أنه يزيد من عدد الأجسام المضادة في المخاط المحرز في الأنف والممرات التنفسية، ونقاط الدخول لكثير من الجرائم.

٢-الغناء من أجل تعزيز المناعة: كشفت دراسة قامت بها إحدى الجامعات الألمانية على جوقة موسيقية إن الغناء ينشط الطحال، مما يساعد على زيادة تركيزات الدم من الأجسام المضادة.

٣- اختيار الغذاء الوديّة: على خلاف ما هو متعارف عليه لدينا من أن جميع الدهون تعتبر سامة وضارة للجسم وتعمل على زيادة الكوليسترول وبالتالي ارتفاع ضغط الدم، فإن هناك بعض الدهون ضرورية لبناء الخلايا وإنتاج البروستاجلاندين، مثل مركبات هرمونية تساعد على تنظيم وسرعة استجابة جهاز المناعة للعدوى، مثل الطريقة التي يتفاعل بها من خلال زيادة إنتاج خلايا الدم البيضاء التي تكافح الغزاة، وقد وجد أن الأشخاص الرياضيين الذين يتناولون وجبات غذائية قليلة الدهون قد يأخذون واحد الأبيضين اللذين قد يؤثران سلباً

على الجسم ويمنعان تعزيز المناعة.

٥- تناول الفطر بكثرة يُساعد على تعزيز المناعة: الخبز يعرفون الآن أن الفطر يحفز إنتاج خلايا الدم البيضاء المشاركة في حماية الجسم من العدوى. فهو يزيد من مستويات المواد التي تعزز الاستجابة المناعية، وكذلك يعزز القدرة على النوم ويقلل من الإجهاد عن طريق قمع إنتاج هرمون الأدرينالين والمشتطات.

٤- الابتعاد عن السكر: من المتعارف عليه أن السكر هو أحد الأبيضين اللذين قد يؤثران سلباً على الجسم ويمنعان تعزيز المناعة.

سري كانيه يُحقّق أول فوز له في دوري الرجال وجولة جديدة للشباب

فوزه الأول على برخدان كمان ذكرنا، فيل هو

روناهي / قامشلو - أقيمت منافسات **الجولة الخامسة** من دوري كرة القدم للرجال **الدرجة الأولى** في إقليم الجزيرة، وكان أبرز **عناوينها فوز سري كانيه الأول على برخدان على أرضية ملعب شهداء الثاني عشر** من آذار بقامشلو.

وحقّق نادي سري كانيه الجريح والذي كان لديه نقطة واحدة من تعادل فوزاً غالبياً على نادي برخدان بهدفين مقابل هدف واحد، وذلك بعد تعزيز صفوفه من لاعبين من منبج، والنادي يعاني من ظروف صعبة بعد احتلال مدينتهم من قبل الجيش التركي ومرتزقة المعارضة ما تسمى بالجيش الوطني السوري في عام ٢٠١٩، وهجروا أهالي المدينة والنادي، ولكن رغم ذلك وعدم دعمهم كما يجب من أحد، استطاع النادي المشاركة وكانت نتائجه سلبية ولكنه حقق

كما فاز نادي دجلة على نادي واشو كاني بخمسة أهداف لهدف في المباراة التي أقيمت على أرضية ملعب الشهيد هيثم كجو بقامشلو، ونادي واشو كاني هو الآخر من مدينة سري كانيه المختلة وظروفه صعبة ولم يحقق آية نقطة



حقية روناهي الرياضية..



بهذه النتائج تأهل إلى الدور الثاني كلاً من فريق أقدار بخمس نقاط وفريق بكداش

بأربع نقاط.

واليكم مباريات الأحد ٢٠٢١/١/١٠:

- ماف × مهال قدور بك.

١-أحمد رمضان وزن ٧٥ الميدالية الذهبية.
٢- أحمد عيدي وزن ٩١ الميدالية الفضية.
٣-شيلان يوسف وزن ٥٠ الميدالية الفضية.
٤- علي العاكوب وزن ٧١ الميدالية البرونزية.
وكان الفريق بقيادة البطل الدولي سلمان عيسى.
- انطلاق دورة الحوايج بومصعة النسخة الثانية في المباراة الافتتاحية وجمعت بين صاحب الأرض والجمهور نادي الحوايج ونادي الصعوة واستطاع الحوايج الفوز ١×٥ وذلك في ريف دير الزور.

روناهي / قامشلو



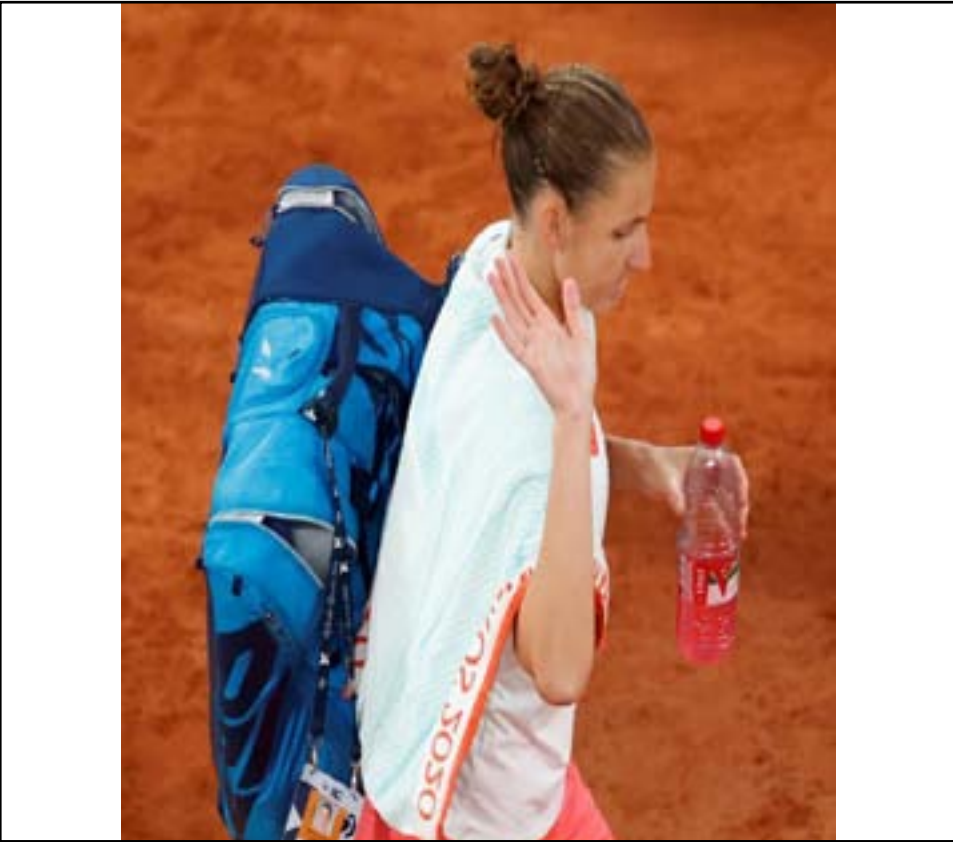
قررت:

١- بناءً على المادة ١/١٤ يوقف كلاً «من اللاعبين محمد موسى- رشيد شيخو - أيان محمد والإداري شغان عكو وكلهم من نادي الأسايش أربع مباريات وعدم تواجدهم مع النادي بأي معلومة».
٢- بناءً على المادة ١/١٤ يوقف مدرب نادي فندك لفئة الشباب رمضان محمد شريف أربع مباريات، وعدم تواجده مع النادي بأي معلومة».
٣- بناءً على المادة ٤/١٤ يوقف اللاعب جوان شهاب من نادي الأسايش أربع مباريات متتالية وعدم مرافقة الفريق بأي معلومة».
٤- بناءً على المادة٤/١٤ يوقف مدرب نادي خبات لفئة الرجال أحمد حاج فتاح أربع مباريات متتالية وعدم مرافقة الفريق بأي معلومة».
عصراً.

٢- بناءً على المادة ١/١٤ يوقف مدرب نادي فندك لفئة الشباب رمضان محمد شريف أربع مباريات، وعدم تواجده مع النادي بأي معلومة».
٣- بناءً على المادة ٤/١٤ يوقف اللاعب جوان شهاب من نادي الأسايش أربع مباريات متتالية وعدم مرافقة الفريق بأي معلومة».
٤- بناءً على المادة٤/١٤ يوقف مدرب نادي خبات لفئة الرجال أحمد حاج فتاح أربع مباريات متتالية وعدم مرافقة الفريق بأي معلومة».
عصراً.

١- بناءً على المادة ١/١٤ يوقف كلاً «من اللاعبين محمد موسى- رشيد شيخو - أيان محمد والإداري شغان عكو وكلهم من نادي الأسايش أربع مباريات وعدم تواجدهم مع النادي بأي معلومة».
٢- بناءً على المادة ١/١٤ يوقف مدرب نادي فندك لفئة الشباب رمضان محمد شريف أربع مباريات، وعدم تواجده مع النادي بأي معلومة».
٣- بناءً على المادة ٤/١٤ يوقف اللاعب جوان شهاب من نادي الأسايش أربع مباريات متتالية وعدم مرافقة الفريق بأي معلومة».
٤- بناءً على المادة٤/١٤ يوقف مدرب نادي خبات لفئة الرجال أحمد حاج فتاح أربع مباريات متتالية وعدم مرافقة الفريق بأي معلومة».
عصراً.

أنستازيا جاسانوفاً تُفجّر المفجأة وتُقصي بليسكوفاً من بطولة أبو ظبي



فجرت لاعبة التنس الروسية أنستازيا جاسانوفاً أكبر مفاجأة في موسم ٢٠٢١، حتى الآن بالفوز على النجمة التشيكية كارولينا بليسكوفاً المصنفة الأولى على العالم سابقاً ٦ / ٢ و ٤ / ٦، اليوم السبت، ضمن منافسات الدور الثاني لبطولة أبو ظبي المفتوحة للتنس.

وتشارك أنستازيا جاسانوفاً ٢١ عاماً/ المصنفة ٢٩٢ على العالم للمرة الأولى في الفرعة الرئيسية لإحدى البطولات التابعة للرابطة العالمية للاعبات التنس المحترفات، وقد حققت الانتصار الأول لها على مستوى هذه البطولات عندما تغلبت على مونا بارثيل في الدور الأول للبطولة. واحتاجت أنستازيا جاسانوفاً إلى ٧٢ دقيقة

نساء الشدادي: «اعتقال ليلى كوفن انتهاك سافر ولا يستند إلى أي قانون»



روناهي/ الشدادي - استنكرت نساء الشدادي اعتقال سلطات النظام التركي للسياسية والمناضلة ليلى كوفن، وأشرن إلى أن هذا الاعتقال ما هو إلا استكمال لجرانم الدولة التركية بحق النساء بوجه الخصوص واستمرار لمساية الإبادة وتكميم الأفواه بحق الناشطين المعارضين لسياساتها القمعية والاستبدادية

دولة الاحتلال التركي تخاف من الأشخاص ذوي الفكر الحر، وسعت دائماً لتكميم هذه الأفواه وإسكاتها من خلال الرّج بها في المعتقلات، وهذا ما تبين من خلال اعتقال المناضلة ليلى كوفن والحكم عليها لمدة ٢٢ عاماً.

وفي الصدد قالت إدارية مكتب حزب الحداثة في الشدادي سامية الخشوف: «إن سياسات دولة الاحتلال التركي العنصرية ضد كل من يخالف سياساتها وأفكارها باتت واضحة ولا تخفى على أحد».

روح النضال لن يتوقف

ولفتت إلى أن «نضال الشعوب الحرة ضد

قامشلو/ ليلاف أحمد - تزامناً مع مرور

ثماني سنوات على اغتيال المناضلات الكرديات، في فرنسا وضح مؤتمر سنار جانب المقومة والإرادة القوية ورفض الخضوع والربط المشابه بين اغتيال النساء المطالبات بحريتهن والأخوات ميرا بال.

تصادف هذه الأيام الذكرى الثامنة للمؤامرة والمجزرة التي طالت المناضلة ساكنية جانيسيز ورفيقاتها ليلى شايلمز وفيدان دوغان في العاصمة الفرنسية باريس، وهي من الدول التي تدعي بأنها موطن الديمقراطية وحرية حقوق الإنسان.

ساكنية جانيسيز «سارة» ابنة مدينة ديرسم الواقعة في باكور كردستان من مواليد ١٩٥٧ ذات الابدنامة والشخصية القوية، والمحافضة على ثقافتها الحرة».

كان والدها محارباً، اكتسبت خصائص المقاومة والروح الثورية من موطنها ديرسم، إلى أن سطرت تاريخاً عظيماً



سامية الخشوف



صفاء عزيز

بحرية وكرامة». وأشارت صفاء العزيز: «أن الحكم الجائر على المناضلة ليلى كوفن حكم تعسفي غير قانوني وخرق واضح للأعراف والقوانين والمواثيق الدولية التي تُنادي بحرية وحقوق الإنسان».

بأسرع وقت ممكن.

ويذكر أن اعتقال البرلمانية ليلى كوفن والحكم عليها لمدة ٢٢ عاماً لآقي استهجاناً عاماً وصدى واسعاً في الأوساط السياسية والشعبية.

واختتمت صفاء العزيز حديثها لصحيفتنا «روناهي» قائلة: «يجب على كافة النساء أن يكُنّ صوت الحق وأن يقفن في وجه الظلم الممارس ضدهن و ضد الشعوب بشكل عام وأن يتابعن النضال حتى تحقيق الأهداف والعيش

على النساء الاستمرار بالنضال..

واختتمت صفاء العزيز حديثها لصحيفتنا «روناهي» قائلة: «يجب على كافة النساء أن يكُنّ صوت الحق وأن يقفن في وجه الظلم الممارس ضدهن و ضد الشعوب بشكل عام وأن يتابعن النضال حتى تحقيق الأهداف والعيش

المناضلات الثلاث عنوان النضال والمقاومة الحرة..



عن الطعام - للاستسلام ولتدخل الرعب في قلوب جلاديها.

طموحها لم يعرف حدوداً

أوضحت «روكن» من خلال حديثها أن خروج «ساكنية جانيسيز» من السجن لأكثر من عشرة أعوام لم تضعف من إرادتها ولم تنتن قضيتها لتحاول مجدداً المقاومة في وجه الأعداء بقولها: «لم تقبل المناضلة بالترجع عن مقاومتها بالرغم مما عانتها من صعوبات فحاربت الهذيان الرجعية؛ وفي الوقت نفسه لم يضعف طموحها وبذلت العهد لسير بموجبه نحو الحقيقة النضالية، وكان كل ذلك نتيجة قربها من فلسفة وفكر القائد عبد الله أوجلان وتأمّلها ببناء شخصية مقتدبة بفكره العميق، وهي من النساء اللواتي استطعن الموازنة بين رفض الخضوع للعادات والتقاليد البالية، والتحرير من مخالب الرأسمالية، والمحافضة على القيم المقدسة التي اكتسبتها من البيئة التي نشأت فيها».

وأشارت إلى أنه بعد كل إنجازاتها وكفاحها

جيا فرات:

«تسليم عين عيسى للنظام ادّعاء كاذب لا أساس له»

أشار عضو القيادة العامة لقوات سوريا الديمقراطية، جيا فرات، إن هدف تركيا ومرزقتها كان قضم القرى حول عين عيسى ومحاصرتها، ولكنهم فشلوا في تحقيقه إلى الآن، وأكد بأن «كل الأبناء التي نتحدث عن تسليمنا البلدة لحكومة دمشق عارية من الصحة، وقواتنا قادرة على حمايتها والدفاع عنها».

جاء حديث عضو القيادة العامة لقوات سوريا الديمقراطية، جيا فرات، في حوار لوكالة هاوار للأبناء، حيث كشف فيه كافة التطورات التي حدثت، والتي لا تزال مستمرة في منطقة عين عيسى.

وجاء الحوار كالتالي:

- تتعرّض عين عيسى، منذ أكثر من شهرين، لهجمات واسعة، ما الهدف منها، وكيف تُقَيِّمون تصدي (قسد) لها، وكم يبلغ خسائر المحتل التركي ومرزقته؟

بدايةً نسنذكر في شخصية الشهيد خيات ديرك كافة شهداء وحدات حماية الشعب والمرأة وقوات سوريا الديمقراطية، ونحكي كافة قواتنا

المرابطين في الجبهات، الكل يعلم أننا نشارك مع الإعلام كافة تفاصيل الهجمات التي شنتها تركيا على عين عيسى وقراها، ولا نخفي شيئًا، فمَنذ أكثر من شهرين والهجمات مستمرة وبشكل متقاتل، ويعود السبب إلى أن الظروف السياسية الحالية لا تساعد تركيا على شن هجمة واسعة على عين عيسى واحتلالها، لذلك نتبع سياسة الهجمات المتقطعة في محاولات لقضم الأراضي والقرى بشكل تدريجي، ومحاصرة عين عيسى، ومحاولاتها هذه لا تزال مستمرة، مستخدمة فيها الأسلحة المتطورة، كالطيران المسنّير وصواريخ غراد والكتائبوشا وغيرها من الأسلحة.

وكانت هناك هجمات قوية وقصف عنيف على قرى عين عيسى، كالمالكية ومخيم عين عيسى وغيرها، بهدف احتلال القرى، الواحدة تلو الأخرى، والمركز فيها ومن ثم محاصرة عين عيسى، ولكن قوات سوريا الديمقراطية كانت متيقظة لذلك، وتمكنت من إحباطها كلها، وألحقت خسائر فادحة بالاحتلال التركي ومرزقته، حيث قُتل خلال الهجمات الواسعة

الأولى على قرى عين عيسى ١٨ من جنود الاحتلال والمرزقة، وبقيت الجثث على

الأرض، لقد كانت ضريبة موعبة.

وبعد اشتباكات مستمرة طلبت بعدها تركيا وساطة روسيا للتدخل والسماح لها بإخراج الجثث والانسحاب، وبالفعل تدخلت روسيا وعقدت اجتماعات مع لجان العلاقات في قسد، ومسحنا لها بسحب جثتها تحت إشراف روسي، ولكن ما لاحظناه حينها أن القوات التركية أخذت جثث جنودها، وأبقت جثث المرزقة، ولا زال هناك عدد منها في مناطق الاشتباكات التي تفصل حاليًا بين نقاطنا ونقاط المرزقة.

ونتيجة الهجمات التركية ومرزقتها خلال الشهرين الماضيين قُتل قرابة ٦٥ من جنود الاحتلال والمرزقة، وجرح العشرات منهم، فيما استشهد سبعة من مقاتليها، وأصيب تسعة آخرين بجروح، كما أن القصف العشوائي على القرى وعلى أطراف عين عيسى أدى إلى استشهاده خمسة من المدنيين، وأصيب ثلاثة من عناصر قوات الحكومة السورية بجروح، التي لم ترد على مصادر الهجمات، ولم يكن لها أي دور في صدها.

والجدير بالذكر أن قررتي مشيرة وجيهل كانتا بموجب الاتفاق الذي جرى بين قواتنا والاحتلال التركي ومرزقته بوساطة القوى الدولية ضمن المناطق «للمحرمة»، أي لا يجوز لأحد أن يدخل إليها، ولكن الاحتلال التركي ومرزقته لم يلتزموا بالاتفاق، وحاولوا التقدم واحتلال هذه القرى أيضًا، لذا تصدّت لهم قواتنا.



أقصى درجات الاستعداد للتصدي لأي هجمة محتملة، ولن نغف مكتوفي الأيدي، وقد استعدنا كثيرًا من تجاربنا السابقة، وبموجبها اتخذنا التدابير اللازمة، فمثلاً لن يكون سهلاً عليها شن أية هجمة على أي منطقة هذه المرة، وسيكون الرد أقوى من قبل بكثير، وسنحمي كل عن الصحة ويعيد عن الحقيقة، إذ لم يتمكنوا من دخول أي قرية حتى الآن.

- إلى جانب الهجمات على عين عيسى هناك تهديدات مستمرة من قبل تركيا بمهاجمة كوباني ومنبج أيضًا، ما حقيقة هذا الأمر وماهي استعداداتكم لأي طارئ قد يحدث؟

نعم وردتنا الكثير من المعلومات حول نية تركيا توسيع هجماتها، ووردتنا معلومات أن تركيا جلبت الكثير من المرزقة الذين كانت قد أرسلتهم إلى ليبيا، وجلبت البعض من إنلب، وجمعتهم في جرابلس وعلى خطوط المأس مع منبج، وعلى خط عين عيسى وفي كرى سبي، وعلى خطوط الجبهات في ريف سري كانيه، أي أن هناك استعدادات من قبل تركيا ومرزقتها لشن هجمات إن سحنت لها الفرصة. وسنبقى نأد من قبل الإدارة الذاتية، والكل يعلم



أنها تبقى صامته وبدون موقف وتعض الطرف عن كل ما يجري.

-أمريكا وروسيا هما القوتان اللتان بإمكانهما إيقاف الحرب في كامل الأراضي السورية، وهناك اتفاقات بينكم وبين روسيا وأمريكا على أرض الواقع، ولكن إلى أي مدى تقوم هاتان القوتان بمسؤولياتهما حيال إيقاف الحرب والهجمات التي تحدث في المنطقة؟

روسيا وأمريكا قوتان أساسيتان، ولكن قبل كل شيء هدفنا هو حماية أرضنا من خلال قواتنا، وهذا هو المنطق الأساسي بالنسبة لنا، وبعد الهجمات التي شُنت على سري كانيه وكري سبي، أبرمت اتفاقات بيننا وبين هذه القوى لوطبائ العضوي بين بريطانيا والاتحاد، الذي زالت الدولة التركية ومرزقتها مستمرين في هجماتهم، ونحن ننتظر أن تقوم هذه القوى بواجبتها ومسؤولياتها في وقف الهجمات التركية ومرزقتها، فهي من أبرمت هذه الاتفاقات، ولكن انتهاكها وخرقها يتم من قبل الدولة التركية المحتلة، ومرة أخرى أؤكد أن القوة الأساسية في قوات سوريا الديمقراطية هي قواتنا الجوهرية.

-إلى أين وصلتُم في محاربة الإرهاب وبخاصة ضد مرزقة داعش؟

داعش كان قوة كبيرة في المنطقة وبقى لمدة طويلة، وكان يسيطر على الكثير من المدن والبلدات في المنطقة، وقد أطلقوا والتنسيق مع التحالف الدولي حملات ضده، وتم إعلام الرأي العام بهذه الحملات ونتائجها، وانلعت معارك قوية ضده، استشهد خلالها أكثر من ١١ ألف من مقاتليها، وفي النهاية تم إلحاق الهزيمة به في الباغوز.

لا نستطيع القول إنه تم القضاء على داعش بشكل كامل، لأنه ما زالت هناك خلايا تابعة له في المنطقة، وعندما تسنح لها الفرصة تثن الهجمات، ولهذا ما زالت حملاتنا مستمرة ضدها بالتنسيق مع التحالف الدولي، وقد قمنا بحملات مشتركة في الفترة الأخيرة.

داعش ما زال لديه قوة ويحرك في العديد من المناطق، ويستغل الفرض كلما تسنح له ويجاول لقاءات ونقاشات بينهما، وعلى الرغم من أن الهجمات تحدث أمام مرأى القوات الروسية إلا

ووجه المحتل التركي ومرزقته. نحن لا نعلم حيثيات ومستوى الاتفاقات التي أبرمت بين روسيا وتركيا، ولكننا نعلم أن هناك لقاءات ونقاشات بينهما، وعلى الرغم من أن الهجمات تحدث أمام مرأى القوات الروسية إلا وجه المحتل التركي ومرزقته.

نقول لشعوب المنطقة كافة، إننا في قوات سوريا الديمقراطية نغف مع شعبنا، وسندافع عنه، وسندافع عن مدننا وبلداتنا وأرضنا التي تحرت بدماء الشهداء، وعلى شعبنا الوقوف إلى جانب قوات سوريا الديمقراطية للدفاع عن أرضه، ونأدنا لعموم شعبنا هو التثبيت بالأرض وترابها المقدس، فنحن في قوات سوريا الديمقراطية واجبنا الأساسي هو حماية الشعب والدفاع عن المنطقة، والتصدي لأي هجوم محتمل من قبل المحتل التركي والمرزقة، وسنقاوم المحتلين وبدعم ومساندة شعبنا سنستطيع الدفاع عن أنفسنا، والنصر في النهاية سيكون لنا لأننا أصحاب حق، هذا هو أملنا من شعبنا، وعلينا أن نستعد وفق ذلك، وإن تكاتفنا معاً لا أحد يستطيع احتلال شبر واحد من أرضنا، وكلنا ثقة بأن النصر آتي لا محالة.

روناهي

عصر أوروبي جديد



العالمي لا يزال موضع جدل بين المراقبين والمتخصصين، حيث يرى البعض منهم أن بريطانيا كانت تستمد الكثير من قوتها وتأثيرها ونفوذها الكبير داخل الاتحاد الأوروبي، ونفوذها العالمي في الوقت الراهن من تأثيرها وقوتها العسكرية نوية، كانت تمثل دعامة لمكانة الاتحاد وأمن دوله، رغم أن بريطانيا ليست من الأطراف الداعمة لاستقلال القرار عضوية الاتحاد مثل حرية الحركة والحياة والعمل لهم داخل بقية دول الاتحاد، والكل يعلم عن التخلي عن كل المزايا التي كانت توفرها حجب الانقسام الداخلي الذي عانت منه بريطانيا سيئاتر حتمًا نمط القيادة والسياسات المشتركة وأمنى الأوروبي، وتدافع بقوة أهمية الشراكة مع الأطراف الداعمة لاستقلال القرار البريطاني، وأن الانفصال بين الطرفين كان حتميًا لبناء مستقبل أفضل لبريطانيا.

داعش كان قوة كبيرة في المنطقة وبقى لمدة طويلة، وكان يسيطر على الكثير من المدن والبلدات في المنطقة، وقد أطلقوا والتنسيق مع التحالف الدولي حملات ضده، وتم إعلام الرأي العام بهذه الحملات ونتائجها، وانلعت معارك قوية ضده، استشهد خلالها أكثر من ١١ ألف من مقاتليها، وفي النهاية تم إلحاق الهزيمة به في الباغوز.

لا نستطيع القول إنه تم القضاء على داعش بشكل كامل، لأنه ما زالت هناك خلايا تابعة له في المنطقة، وعندما تسنح لها الفرصة تثن الهجمات، ولهذا ما زالت حملاتنا مستمرة ضدها بالتنسيق مع التحالف الدولي، وقد قمنا بحملات مشتركة في الفترة الأخيرة.

داعش ما زال لديه قوة ويحرك في العديد من المناطق، ويستغل الفرض كلما تسنح له ويجاول لقاءات ونقاشات بينهما، وعلى الرغم من أن الهجمات تحدث أمام مرأى القوات الروسية إلا وجه المحتل التركي ومرزقته.



قراراته على تويتر، بهاجم المؤسسات وتقارير الاستخبارات الأمريكية وهيئة التحقيقات الفيدرالية أيضًا على تويتر. حساب الرئيس المحظور، كان أشبه بمنصة إطلاق الصورأرخ، وإن كانت تناسي بيلوسي الآن تريد منع ترامب من العبث بالمنظومة النووية الأمريكية حتى خروجه من البيت الأبيض في العشرين من كانون الثاني الجاري، فإن دونالد ترامب قد وجد ضالته في لوحة المفاتيح الخاصة بجهازه المحمول أو الحاسوب الخاص به، فكان يعبت بتلك الأزرار ويطلق منها اتهامات هنا وتجاوزات هناك، دون رقيب أو حسيب ولكن يبدو أنه للصبر حدود.

دونالد ترامب، الرئيس المحظور لا يبدو أبدًا أنه سيكتفي بهذا اللقب التاريخي الفريد وإنما ربما تشهد الأيام المقبلة لقبًا جديدًا يحصل عليه ترامب إذا ما وافق الكونغرس على البدء في إجراءات عزله ليصبح الرئيس المعزول، ومن المحتمل أن يضاف إلى رصيده السيئ لقب ثالث إذا ما تم اتهامه أمام القضاء الأمريكي بالتورط في أحداث اقتحام الكونغرس الأمريكي، ليصبح ترامب الرئيس المحظور المعزول والمحبوس.

جاك دورسي، المؤسس والرئيس التنفيذي لشركة تويتر، قرر أن يضع نهاية حزينة ولكنها مستقرة لآلاف التغريدات العيثية التي أرفقنا بها دونالد ترامب على مدار الأعوام الأربعة بتزوير الانتخابات وكأنه يقول «انتبه! الرئيس الماضية، خطوة الحظر النهائي جاءت بعد فترة من المداولات والسهال الطويل والتبنيبات المستمرة من موقع تويتر لحساب المحظور، فمِنذ اليوم الأول للانتخابات الأمريكية ومع أول ادعاء كاذب من دونالد ترامب بتزوير الانتخابات، قرر تويتر أن يضع تنبيهًا على كل

أي مصلحة للاتحاد، الذي فقد بخروجها عضوًا رئيسيًا، فهي ثاني اقتصاد أوروبي بعد ألمانيا، ناخب بنعم على الاستفتاء، وهذا يعني للوهلة الأولى أن نحو نصف البريطانيين غير راضين عن التخلي عن كل المزايا التي كانت توفرها عضوية الاتحاد مثل حرية الحركة والحياة والعمل لهم داخل بقية دول الاتحاد، والكل يعلم حجم العلاقات الداخلي التي عانت منه بريطانيا عقب إعلان نتائج الاستفتاء، ثم استقالة رئيس الوزراء الأسبق نيفيد كاميرون وبعده تيريزا ماي، التي قادت مسيرة التفاوض حول تنفيذ البريكست وأخفقت في توحيد صف البريطانيين ورأب الصدع الحاصل بين أبناء شعبها، ولو أضفنا إلى ذلك ملفات وقضايا رئيسية وثأوية أخرى تخص العلاقات المستقبلية بين بريطانيا والاتحاد، يمكن استنتاج حجم الضيائية الذي يعلف وضع بريطانيا في مرحلة ما بعد الخروح.

على الجانب الآخر، لا تمثل مغادرة بريطانيا مجلس التعاون، حيث يمثل الاتحاد الأوروبي

ترامب.. الرئيس المحظور

- أسامة جاويش (إعلامي ومنبج مصري)**

^[1] محرر الصفحة - رفيق ابراهيم

