

دعوة عبد الحكيم بشار تثبيتاً لجرائم المحتل التركي ومرترقته

أوضح السياسي وعضو الهيئة التنفيذية لحزب الاتحاد الديمقراطي بإقليم الفرات أحمد شيخو: إن المجلس الوطني الكردي، يحاول من خلال تصريحات قادته المناشدة بعودة المهجرين لمدارهم، «شرعة الاحتلال في المنطقة»، مشيراً: إلى إن دولة الاحتلال التركي، تحاول من خلال تصريحات بعض الشخصيات في المجلس الوطني، إفشال مساعي وحدة الصف الكردي....»

الوكيل الصحفي للتوزيع
مجموعة النشطاء
shrkronahi@gmail.com
0998723906
الملتقى الرئيسي: قامشلو - ديار سوني

r.ronahi2011@gmail.com
ronahinews@gmail.com
+963 938541707
+963 052 423165

rojnama ronahi
ronahi_newspaper
www.ronahi.net
+963 938541707

@rojnameyronahi2011
@NewspaperRonahi
ronahinews
rojnama ronahi

حرب المياه التركية تقرب من ٣٠٠ يوم

تواصل دولة الاحتلال التركي حجب مياه نهر الفرات عن سوريا، منتهكة بذلك الأعراف والقوانين الدولية، ومسببة كارثة حقيقية لشعوب المنطقة....»

روناهي عين الحقيقة

يومية سياسية ثقافية اجتماعية عامة تصدر عن مؤسسة روناهي للإعلام والنشر

تأسست سنة ٢٠١١ - السنة الحادية عشرة | العدد: ١٢٠٤ | النسخة الإلكترونية: ١٢٠٤ | الخميس - ١٨ تشرين الثاني ٢٠٢١ (٢٠٠) ل.س


عوائل الشهداء بكركي لكي يشيدون بقم الشهادة ويتخذون قرارات هامة في كونفرانسهم

سيراً على نهج الشهداء؛ دعا مجلس عوائل الشهداء في كونفرانسهم المنعقد في كركي لكي إلى التمثيل بقم الشهداء مؤكداً على استعدادهم في تقديم المزيد من التضحيات في سبيل قضية قادهم وشعبهم...»



المنتخب السوري يخسر مجدداً

اتحاد فاسد، منتخب الواسطات، حال لسان الجمهور السوري لكرة القدم منذ عقود من الزمن، من جديد أو لا جديد كما يصفون الحالة، المنتخب السوري يخسر أمام المنتخب الإيراني بثلاثة أهداف دون رد في التصفيات المؤهلة إلى كأس العالم ٢٠٢٢، وإقالة الجهاز الفني والإداري له...»



افتتاح أول معمل للمشروبات الغازية في إقليم الفرات...»

مواجهة الحياة بها، وعدم ربط حياتهن بالزواج. بهذه الجلسة تمكنت بعض النساء، من إظهار مشهد العنف الممارس ضد المرأة بشخصين، علماً أن لكل امرأة قصة عنف عائلتها ضمن المجتمع الكردي، الذي لا يرحم المرأة، إلى جانب إيضاح قدرة المرأة وإمكاناتها في النجاح، والتقدم، والتغلب على نقاط الضعف، ومواجهة الظروف في مراحل الحياة كلها أياً كانت الظروف.



روهات ملا خليل: هجمات دولة الاحتلال التركي.. امتداد للمخططات العثمانية

بيّنت الرئيسة المشتركة لمكتب العلاقات لحزب الاتحاد الديمقراطي: إن هجمات دولة الاحتلال التركي على الشعب الكردي، ليست وليدة اليوم، وتستمر منذ عقود وتهدف إلى القضاء على الوجود الكردي، ونسف أي مكسب يحققه، وأكدت: «ولكن بفضل تضحيات الشهداء؛ سيندحر الاحتلال وستفشل جميع مخططاته...»



عين الحقيقة روناهي

الوكيل الصحفي للتوزيع
مجموعة النشطاء
shrkronahi@gmail.com
0998723906
الملتقى الرئيسي: قامشلو - ديار سوني

r.ronahi2011@gmail.com
ronahinews@gmail.com
+963 938541707
+963 052 423165

rojnama ronahi
ronahi_newspaper
www.ronahi.net
+963 938541707

@rojnameyronahi2011
@NewspaperRonahi
ronahinews
rojnama ronahi

الإعلان عن موعد مهرجان مطوري «غوغل» (DevFest)

من جميع أنحاء العالم، بشرط أن يتم تنظيم أحداث «DevFest» محلياً في كل دولة، لتأتي النشاطات استجابةً لاحتياجات واحتياجات المجتمع المحلي. ومن المقرر أنه «DevFest» ٢٠٢١ سيُعقد هذا العام في جامعة بيروت العربية في مدينة طرابلس، في تجربة تشرين الثاني ٢٠٢١، في تجربة «متمجة» للمرة الأولى، حيث يمكن للمشاركين الحضور شخصياً، والتعرف إلى مجتمع المطورين المحليين، أو المشاركة ومشاهدة الحدث من بُعد. وأضاف عمال: «أن الحدث، الذي يجري في لبنان منذ ٢٠١٧، سيهدف هذا العام؛ لإلهام المطورين المحليين، ومساعدتهم على النمو، من خلال استكشاف كيفية استخدام تقنية «غوغل» لتسريع التعافي الاقتصادي، بعد ضعف الاقتصاد العالمي، وفقدان الملايين وظائفهم في ضوء انتشار جائحة كورونا عالمياً.

انطلقت رسمياً نشاطات مهرجان «غوغل» للمطورين «#DevFest» ٢٠٢١، في حدث يركّز على تعليم المشاركين تقنيات «غوغل»، في وقت ستستضيف فيه مدينة طرابلس (شمال لبنان) المطورين الليبانيين في هذا العام. وتنظم الحدث مجموعات مطوري «غوغل» (Google Developer Groups)، بالتعاون مع الطلاب




نساء خرجن من رحم العنف يسردن قصصهن ضمن جلسة خاصة



بعضها قصة نجاح، وفيما يتعلق بقصتي، فقد تعرضت للعنف السياسي في مراحل حياتي كلها، عائلتي مهجرة من فلسطين، وأنا فلسطينية الأصل، ولكني ولدت بسري في سورية، وعلى الرغم من ذلك لم أشعر بالانتماء إلى الوطن الذي ولدت فيه، فكنت غريبة في وطن أعده وطني. وتابعت مني حديثها عما عاينته في سوريا: «كقومية... كوطن... كلجهة كنت لا أنتهي لهذا الوطن، ومع العادات والتقاليد السائدة، أصبحت ذات شخصية ضعيفة، شخصية غير واثقة من نفسها، لا تستطيع اتخاذ القرارات، وما زاد العنف علي، كان النظام القائم في سوريا، كما ذكرت أنفاً على الرغم من أنني ولدت في سوريا، غير أنني لم أمتلك هوية شخصية سورية، وأنهيت دراستي دون أن أجد فرصة عمل حسب دراستي، بالمختصر لم يكن لدي هوية، أو اعتراف رسمي بوجودي في وطن ولادتي».

فسعت مني لتغيير واقع حياتها، والتغلب على شخصيتها الضعيفة؛ لتجد الحلول لمشاكلها بقولها: «بدأت بوضع النقاط على الحروف وملء الفراغات والنقص بداخلي وصلف شخصية قادرة على تحدي الصعاب، وبعد ثورة روح أفا تخليت عن الخوف والخجل، وانضمت لثورة تدريبية في أحد الكومينات، وبعدها تحولت لرئيسة الكومين، ثم إدارية مؤتمر ستار ضمن سري كاتيه واليوم أنا إدارية في مؤتمر ستار على مستوى شمال وشرق سوريا، وبهذا التنظيم ومع رحلتي بالنقد كل العنف والضعف تلاشي وتحول ل قوة، قوة اكتسبتها من المرأة الكردية، التي غيرت فكر الأمة ونظرت تجاه قدرات المرأة».

بعضها قصة نجاح، وفيما يتعلق بقصتي، فقد تعرضت للعنف السياسي في مراحل حياتي كلها، عائلتي مهجرة من فلسطين، وأنا فلسطينية الأصل، ولكني ولدت بسري في سوريا، وعلى الرغم من ذلك لم أشعر بالانتماء إلى الوطن الذي ولدت فيه، فكنت غريبة في وطن أعده وطني. وتابعت مني حديثها عما عاينته في سوريا: «كقومية... كوطن... كلجهة كنت لا أنتهي لهذا الوطن، ومع العادات والتقاليد السائدة، أصبحت ذات شخصية ضعيفة، شخصية غير واثقة من نفسها، لا تستطيع اتخاذ القرارات، وما زاد العنف علي، كان النظام القائم في سوريا، كما ذكرت أنفاً على الرغم من أنني ولدت في سوريا، غير أنني لم أمتلك هوية شخصية سورية، وأنهيت دراستي دون أن أجد فرصة عمل حسب دراستي، بالمختصر لم يكن لدي هوية، أو اعتراف رسمي بوجودي في وطن ولادتي».

فسعت مني لتغيير واقع حياتها، والتغلب على شخصيتها الضعيفة؛ لتجد الحلول لمشاكلها بقولها: «بدأت بوضع النقاط على الحروف وملء الفراغات والنقص بداخلي وصلف شخصية قادرة على تحدي الصعاب، وبعد ثورة روح أفا تخليت عن الخوف والخجل، وانضمت لثورة تدريبية في أحد الكومينات، وبعدها تحولت لرئيسة الكومين، ثم إدارية مؤتمر ستار ضمن سري كاتيه واليوم أنا إدارية في مؤتمر ستار على مستوى شمال وشرق سوريا، وبهذا التنظيم ومع رحلتي بالنقد كل العنف والضعف تلاشي وتحول ل قوة، قوة اكتسبتها من المرأة الكردية، التي غيرت فكر الأمة ونظرت تجاه قدرات المرأة».

«نعم... أستطيع النجاح مفردتي»

ومنهن من عانت العنف والغدر من أقرب الناس لها، وهذا ما تحدثت عنه فيروز حسن، إحدى المشاركات في الجلسة: «فقدت والدي وأنا صغيرة، فعنت أنا وأمي وأخي، وتزوجت لأكون بديلة لأخي بامر السادسة عشر من رجل يكرمني بتسع سنوات، كنت بانتظار رجلا جميلاً، ولم أجد شيئاً ومع مرور سنة على الزواج، خانتني الزوج مع زميلته في العمل، بعد أن أعجب بها، أخذوا الأطفال وزوجة أخيها منه، وهددوا: إن لم يسقط الدعوة لن يراه البيت.

روهات ملا خليل: هجماتُ دولةِ الاحتلالِ التركيّ.. امتداد للمخططات العثمانية

قاسمبلو/ رشا علي – بيّنتِ الرئيسة المشتركة لمكتب العلاقات لحزب الاتحاد الديمقراطي: إن هجمات دولة الاحتلال التركي على الشعب الكردي، ليست وليدة اليوم، وتستمر منذ عقود وتهدف إلى القضاء على الوجود الكردي، ونسفاً أي مكسب يحققه، وأكدت: «ولكن بفضل تضحيات الشهداء؛ سيندرج الاحتلال وستفشل جميع مخططاته».

يستمر الاحتلال التركي بهجماته الوحشية على شعوب شمال وشرق سوريا، ويرتكب المجازر بحق المدنيين، والهدف من هذه الهجمات اللانسانية، هو القضاء على الشعب الكردي، والشعوب الأصلية في المنطقة، وبناء مستوطنات جديدة وضمها إلى الأراضي التركية، مثلما فعل في لواء إسكندرون وشمال قبرص، وفي كل حين، يرتكب الاحتلال التركي جرائم ضد الإنسانية، أمام أعين المجتمع الدولي، والمنظمات الدولية التي تدعي حمايتها لحقوق الإنسان، وبدل صمتهم على شركتهم مع جرائم الاحتلال.

وحول هذا الموضوع التقت صحيفتنا «روناهي» مع روهات ملا خليل، الرئيسة المشتركة لمكتب العلاقات لحزب الاتحاد الديمقراطي، حيث أشارت في بداية حديثها: إلى أن تركيا الاحتلالية، تعمل على إجراء تغير ديموغرافي وإفراغ مناطق شمال وشرق سوريا من الشعب الكردي، وقالت: «تهدف دولة الاحتلال التركي من خلال هجماتها، وتهديداتها على مناطق شمال وشرق سوريا، للقضاء على الوجود الكردي، وهذه الوحشية التركية ليست جديدة، إنهم يحاولون إنهاء الوجود الكردي منذ مئات السنين، وارتكبو بذلك العشرات من المجازر، فهدهم الأساسى كسر إرادة الشعب الكردي».



مختلفة في هجماته على شمال وشرق سوريا، لأنه يعلم بأن الإدارة الذاتية مفتاح الحل للوضع السوري، وللحرب الدائرة منذ أكثر من عشر سنوات، وهو لا يريد أن تنتهي الأزمة السورية من أجل احتلال المزيد من المناطق السورية، وأخذ الضوء الأخضر من الولايات المتحدة الأمريكية، وروسيا، فعندما احتلت تركيا مناطق سورية، اعتمدت على قطر من أجل شمال وشرق سوريا منذ عام ١٩٩٨، ويتبع في هجماته أساليب مختلفة، مثل: قطع مياه نهر الفرات، والهجمات عبر الممراتزة التابعة له وقالت: «يستخدم الاحتلال التركي أساليب

وأوضحت روهات أن الزيارات الدبلوماسية الأخيرة، التي قام بها ممثلو الإدارة الذاتية إلى العواصم العالمية،كانت ناجحة لحد كبير واصفة تلك الزيارات: «كان هناك زيارات دبلوماسية من انهيار اقتصادي، ولم تعد الأموال التي

جرائمُ الشرفِ.. صكُّ البراءةِ المجاني في قتلِ الزوجاتِ



القانون بطريقة غير مباشرة، فحادث الفيلم تطور حول شقيقتين، حرم الوالد أحدهما من الميراث، والذي قام بدوره هاني سلامة، فدير للانقاص بتمثيلية، فقتل زوجته وشقيقه، ووضعهما في سرير واحد، ثم طلب الشرطة.

نغرةٌ تناولتها الدراما

هذه النغرة القانونية، سلّطت الأعمال الفنية الضوء عليها في محاولة لعلاجها، منها فيلم «فغوا أيها القانون»، ففي الفيلم تقتل الزوجة، التي قامت بدورها الفنانة نجلاء فتحي زوجها، والذي قام بدوره محمود عبد العزيز، بعدما ضبطته متلبساً بجنايتها في فراش الزوجية، وحكم عليها كجناية قتل به ١ عاماً، في حين لو كان الأمر على عكس ما جاء في الفيلم، وضبط الزوج زوجته، تخونه على فراش الزوجية، وقتلها سيحاكم بجنحه، وليست جنائية؛ وسيحكم عليه بشهر إلى ثلاث سنوات مع إيقاف التنفيذ أو البراءة.

ففي المادة ٢٧٣ لا يجوز محاكمة المرأة «الزانية» إلا بناء على دعوى زوجها، بينما



يحاول الكثيرون الإقلاع عن عادة التدخين الضارة للشخص المدخن، إلا أن بعضهم يجد صعوبة كبيرة في ذلك، ما يدفعهم للبحث عن وسائل تساعدهم على تحقيق تلك الغاية.

وتؤكد الدراسات العلمية أن للتدخين وسلوكياتك بحدٍ سلبية لا تعد ولا تحصى على جسم الإنسان وصحته، وتشير إلى أنه من أبرز مسببات مرض السرطان وعلى رأسها سرطان الرئة.

كما أن التدخين وراء الإصابة بمرض الانسداد الرئوي المزمن وأمراض الشعب الهوائية المزمنة وأمراض أخرى.

ويقدم الطبيب التركي مجموعة من النصائح من أجل الإقلاع عن التدخين، وهي كما يلي:

- اختر يوماً للإقلاع عن التدخين والترم بذلك اليوم، وتحدث إلى الأشخاص الذين ألقفوا عن منزلك والتدخين وشاركتهم تجاربهم، واحصل على الدعم من العائلة والأصدقاء غير المدخنين، وإن اضطر الأمر بإمكانك أخذ المساعدة من طبيبك.

- خذ بعين الاعتبار المخاطر الصحية وعلى رأسها السرطان وكل الأمراض والحالات المحتمل حدوثها واكتنبي على ورقة وعلقها في مكان بحيث يمكنك رؤيتها دائماً.

وتؤكد عادات التدخين وسلوكياتك بحيث يمكنك تغيير عاداتك التي تساهم في تدخينك للسجائر ومارس هوايات أخرى في أوقات التدخين تلك.

- قم بممارسة التمارين الرياضية بانتظام أو المشي السريع الخفيف لمدة ٢٠ – ٣٠ دقيقة يومياً وذلك لطرح تلك السموم من الجسم واسترجاع صحة الرئتين إلى ما كناثنا عليه قبل التدخين.

- تحكم بإرادتك واجعل جل اهتمامك في تركك لهذه العادة بريمك للسجائر بعيداً، ووضع جميع إكسسواراتها بعيداً عن منزلك والتدخين وشاركتهم تجاربهم، واحصل على الدعم من العائلة والأصدقاء غير المدخنين، وإن اضطر الأمر بإمكانك أخذ المساعدة من طبيبك.

إن أعراض الانسحاب من هذه الآفة تستمر

وفي نهاية حديثها، دعت روهات ملا خليل الرئيسة المشتركة لمكتب العلاقات لحزب الاتحاد الديمقراطي PYD إلى ضرورة حماية المكشبات، التي تحققت بفضل تضحيات الشهداء قائلة: «يجب علينا نحن كشعوب شمال

وشرق سوريا، أن نقف صفاً واحداً للوقوف في وجه الهجمات الاحتلالية، هذه المكشبات التي حققناها بفضل تضحيات الشهداء، في كل عائلة ومنزل هناك شيدت أو مفقود، علينا أن نقف أمام الحرب الخاصة التي يديرها العدو، لأن الحرب النفسية توازي الحرب العسكرية في كسر المعنويات، الآن أكثر فنة يجب عليها رفع وتيرة النضال والكفاح هم الفعة الخطر خاصة لدى الأشخاص الذين يعانون من حماية الوطن».

يصيب مرض الكبد الدهني غير الكحولي الكثير من البشر حول العالم، وتقول الإحصائيات إن ثلث الأشخاص البالغين في الدول الصناعية المتقدمة يعانون من (الكبد الدهني غير الكحولي) بسبب التغذية الخاطئة وزيادة الوزن وقلّة الحركة، ما يسبب أعراض عديدة فما هو الكبد الدهني، وكيف يمكن العلاج منه؟.

تقول كاميرون جونس، في تقريرها الذي نشرته مجلة (وومنز وورلد) الأميركية، إن مرض الكبد الدهني غير الكحولي، ناتج عن تراكم الكثير من الدهون في الكبد، ويرتفع الخطر خاصة لدى الأشخاص الذين يعانون زيادة في الوزن أو لديهم نسبة عالية من الكوليسترول.

وأضافت الكاتبة أن فقدان الوزن من خلال اتباع نظام غذائي صحي ومتوازن وممارسة الرياضة يمثل الخطوة الأولى من علاج مرض الكبد الدهني غير الكحولي الذي يصيب المرض أكثر من ٨٠٪ من النساء فوق سن ٤٥.

وأشار إلى أن القاتلون حدد القتل بمفهوم الشرف في حالة واحدة فقط، وهي ضبطهم متلبسين بالواقعة، بشرط تتم جريمة الشرف في حال التلبس؛ لكي يستطع استعمال نقطة القتل نتيجة الاضطراب النفسي من صدمة الواقعة، وهو منصوص عليه في المادة ١٧

من قانون العقوبات؛ ليتم تخفيف الحكم إلى البراءة، والقانون أيضا يعطي الأب ذلك الحق. من جهتها، تقول الناشطة الحقوقية أسماء عبد الحميد: «القتل دعوى الشرف، وترسخ في ثقافتنا الشعبية، فمثلاً الأغاني الشعبية التراثية، التي تتردد في كثير من المناطق مثل الصعيد، ومنها أغنية فيلم شقيقة ومتولي، والتي ينددنها الرجال في جلساتهم وعلمهم، تحكي» أن شقيقة قتلتها أخوها لشكه في سلوكها، وبعث أصحابه لها لإصطيادها ومزقها بالسكين، وعندما ذهب للمحكمة، سأله القاضي: لماذا قتلت شقيقة يا متولي؟ قال «عندنا شجرة وفيها فرع مال، أقطعها يا بيه ولا أخليه»، فالقاضي برد عليه، فقال: «تقطعطع طبعاً» وحكم عليه بـ٦ أشهر مع إيقاف التنفيذ.

وتتابع أسماء: «التراث الفني يساعد الرجال على قتل نساء عائلتهم في حالات الشك في السلوك. ويتم ذكر هذه الحوادث؛ لترهيب الفتيات ليتمسكن بمفهوم الشرف».

واختتمت أسماء حديثها، بالقول: لا بدّ أن يكون هناك تعاون من جانب المدافعين عن حقوق الإنسان، وأن تكون هناك مطالب وتوحيد للجهود لإنصاف المرأة، وهذا يحتاج لجهد كبير.

وتتابع أسماء: «التراث الفني يساعد الرجال على قتل نساء عائلتهم في حالات الشك في السلوك. ويتم ذكر هذه الحوادث؛ لترهيب الفتيات ليتمسكن بمفهوم الشرف».

واختتمت أسماء حديثها، بالقول: لا بدّ أن يكون هناك تعاون من جانب المدافعين عن حقوق الإنسان، وأن تكون هناك مطالب وتوحيد للجهود لإنصاف المرأة، وهذا يحتاج لجهد كبير.

وتابع محمد: إن القانون أعطى الحق للزوج في اتهام زوجته بالزنا؛ سواء أراها على فراش الزوجية، أو خارج المنزل، أو عن طريق تسجيلها شديداً كما هو الحال عند الانفجارات مثل انطلاق مساند هوائية أو تعرض الأذن

نصائح طبية للإقلاع عن التدخين



باستهلاك الأطعمة ذات السعرات الحرارية العالية، وقم باستبدال ذلك بالمكسرات من الجوز واللوز والعنب المجفف والتمر.

- إذا كان شرب القهوة يشجعك على التدخين، فاستخدم المصائر الطازجة والشاي الأخضر وشاي الأعشاب، والأهم من ذلك قم بشرب كميات كثيرة من الماء لتطهير الجسم من السموم.

- ابتعد قدر الإمكان عن الأماكن التي يجتمع المدخنون فيها، وقم بالتواجد في الأماكن التي يكون فيها التدخين ممنوعاً.

- استعن بأدوية الإقلاع عن التدخين وذلك بذهابك إلى طبيبك الخاص، وهو سيصف الأدوية اللازمة من أقراص وعلكة النيكوتين أو قم بالتوجه إلى المراكز الخاصة بذلك.

- كلما شعرت بالحاجة إلى التدخين قم بمضغ اللعقة حيث سيعطيك شعوراً بامتلاء الفم وتشغاله بشيء آخر.

تتسى أن من أعراض وقف التدخين شعور

الجسم بالجوع فلا تصفغ لهذا الشعور وتبدأ

لبضعة أسابيع فقط

- حاول أن تتجه إلى الغذاء الصحي ولا

خمسة علاجات طبيعية للوقاية من مرض الكبد الدهني غير الكحولي

حسب ما أوضحته المؤلفة المشاركة في الدراسة سارة صافي.

كما تشير دراسة صينية حديثة إلى أن أخذ نفس الجرعة اليومية من الشاي الأخضر يمكن أن يمنع تكوّن الدهون في الكبد مما يقلل من خطر الإصابة بمشاكل الكبد (الكبد الدهني) في المستقبل بنسبة ٥٦ ٪.

- استنشاق رائحة بعض التوابل: توصل باحثون إلى أن رائحة الكومينالبيد، المركب العضوي الطبيعي الشط في الكمون، تساعد في تخفيف مرض الكبد الدهني غير الكحولي.

وفي دراسة أجريت على الحيوانات، أدى تعريض الفئران المصابة بالمرض لرائحة الكومينالبيد لمدة أربعة أسابيع إلى منع زيادة وزن الكبد بنسبة ٦٤ ٪.

ووفقاً لمؤلفي الدراسة، تحارب الخصائص الكبد بنسبة ٥٠ ٪. وقد تبين أن الفيتامينات C، E، وB12 يمكن أن تساعد في تقليل تراكم الدهون العنيدة بسرعة للحصول على النتيجة.

- الشاي الأخضر: أفاد باحثون بأن شرب ثلاثة أكواب من الشاي الأخضر يوميًا يقلل من مخزون الدهون في الكبد بنسبة ٣٠٪. يحتوي الجوز يوميًا أو مزج ملحقة مسعّرة من مسحوق الكمون في الحساء واليخنات والكاراي كل يوم.

الكبد حيث أن تناول مكمل غذائي من الفيتامين د يوميًا يمكن أن يقلل مخزون الدهون في الكبد بنسبة ٥٠ ٪.

وعلاّما ما يوصى بالرقص لمرضى الكبد الدهني غير الكحولي لأن الكثيرين يجدونه نشاطًا ممتعًا ومن السهل المواظبة عليه. وإذا لم تكن من محبي الرقص، يمكن أيضاً تجربة الفنون البهلج أو صعود السلام أو المشي السريع.

- الفيتامين د: يقول باحثون في الهند إن الفيتامين د فعال جدًا في التخلص من دهون الكبد بنسبة ٦٤ ٪.

ووفقاً لمؤلفي الدراسة، تحارب الخصائص المضادة للأكسدة في الكومينالبيد الضرر التأكسدي الذي يؤدي إلى تخزين الدهون في الكبد.

في هذه الحالة، يوصى بإضافة بضعة قطرات من زيت الكمون الأساسي إلى جبات تطهير الجوز يوميًا أو مزج ملحقة مسعّرة من مسحوق الكمون في الحساء واليخنات والكاراي كل يوم.



الصدمة الصوتية بخلل أو تمزق في طبلة الأذن، حيث تتعرض لصوت عالٍ جدًا يؤذيها، لكن هذه الحالات نادرة الحدوث. وينبغي علاج تمزق طبلة الأذن على وجه السرعة لتجنب العواقب الوخيمة التي قد تنترب عنه مثل الصمم وشلل الوجه.

وعادة ما يشفي تمزق طبلة الأذن في غضون أسابيع قليلة من دون علاج، ولكن في بعض الأحيان يتطلب الأمر تصحيحاً أو ترميماً جراحياً للشفاء.

وتحتاج طبلة الأذن في العادة إلى عدة أسابيع لكي يحصل الشفاء التام، وغالبًا ما يحدث المصاب بفقدان مؤقت للسمع إلى أن يحدث الشفاء الكامل، فتعود الأذن لتعمل بكفاءة من جديد. أما في حال الخضوع لجراحة، فقد يحتاج المريض إلى البقاء في المستشفى فترة تتراوح بين يوم ويومين ليحصل الشفاء الكامل خلال ٨ أسابيع.

قبل المباراة بيوم كانت الجماهير غير متفائلة بوضع المنتخب السوري الذي غاب عن تشكيلته الأساسية سبعة لاعبين، مما زاد وضع المحروس المدرب السوري حرجاً.

وقبل المباراة عُقد مؤتمر صحفي قال فيه المدير الفني للمنتخب السوري زرار محروس: «بالمطبع المباراة هامة جداً بالنسبة لمنتخبنا وخاصة بعد تعادلنا مع منتخب العراق في الجولة الماضية، المنتخب الإيراني ذو شخصية قوية وهو مصدر المجموعة والمرشح الأبرز للتأهل المباشر إلى نهائيات كأس العالم في قطر ٢٠٢٢، منتخبنا يتسلح بالزيمة والهمة العالية لتقديم مباراة كبيرة، وسنلعب للانتصار برغم الأمور الصعبة التي نعيشها والغيابات لكن المنتخب بمن حضر وإن شاء الله يكون البدلاء خير خلف لخير سلف».

المعقوب أكدوا بأن المنتخب غير قادر للفوز على المنتخب الإيراني وتصريحات المدرب السوري بحسب وصفهم تؤكد بأن المنتخب السوري خاسر.

حالة الاستياء كانت واضحة وحصلت مشادات كبيرة بين المشجعين للمنتخب السوري على شبكات التواصل الاجتماعي بعد قيام بعض الصحف بنشر منشورات تسخر من المنتخب وأنه منتخب عالمي وسوف يفوز على إيران، ورد البعض بأنه يجب التناول والعمل على رفع معنويات اللاعبين.

المباراة..

واصل المنتخب الإيراني مسلسل انتصاراته،

المنتخب السوري يخسر مجدداً

روناھج/ قامشلو - اتحاد فاسد، منتخب الواسطات، حال لسان الجمهور السوري لكرة القدم منذ عقود من الزمن، من جديد أو لا جديد كما يصفون الحالة، المنتخب السوري يخسر أمام المنتخب الإيراني بثلاثة أهداف دون رد في التصفيات المؤهِّلة إلى كأس العالم 2022، وإقالة الجهاز الفني والإداري له.



في الدور الثالث المؤهل لمونديال ٢٠٢٢، حين هُزم نظيره السوري بنتيجة ٠-٣ على تشكيلته الأساسية سبعة لاعبين، ضمن المحروس المدرب السادسة من التصفيات المؤهلة إلى المونديال.

سجل أهداف إيران سردار آزمون، في الدقيقة ٣٣ وإحسان حاج صافي من ركلة جزاء بالدقيقة ٤٢ وعلي زاده في الدقيقة ٨٨.

المنتخب الإيراني رفع رصيده إلى ١٦ نقطة، واقترب مع المنتخب الكوري الجنوبي للتأهل للمونديال، فيما بقي المنتخب السوري بالمركز السادس والأخير بنقطتين. وكان المنتخب الإيراني فاز في مباراة الذهاب بهدف وحيد.

المواجهة شهدت تفوق إيراني واضح مع تركيز كبير في وسط الملعب، وتأمين دفاعي مثالي، وانتشار جيد في وسط الملعب، وقراءة صحيحة لمفاتيح اللعب بالمنتخب السوري.

بينما واصل منتخب سوريا عروضه المخيبة للأمل ونتائجه السلبية وهزائمه وسقوطه المدوي، فلم يقاتل لاعبه للفوز، وفشل لاعبه بفك شفرة الدفاع الإيراني القوي.

حسم مبكر

شهد الشوط الأول بداية قوية لمنتخب نسور قاسيون، الذي هاجم ولكن بدون فاعلية أو تركيز مع تسرع غير مبرر، وغياب تام للسومة الذي وقف عاجزاً أمام الدفاع الإيراني.

وبدا التهديد بتسديدة محمود المواس الحجولة، فيما لم يختبر أمير عبد زاده حارس إيران

من فوزها المفاجئ في فلاشينغ ميدوز.

وتباينت نتائج إما رادوكانو منذ فوزها بلقبها الكبير حيث خرجت مبكراً من بطولة إنديان

ويلز وودعت بطولة رومانيا من دور الثمانية

قبل أن تخسر في الدور الأول لبطولة لينتس المفتوحة في النمسا الأسبوع الماضي.

وقالت إما رادوكانو إنها عينت الألماني توربين بلتس مدرباً جديداً لها.

ولم ترتبط إما رادوكانو بأي مدرب منذ انفصالها عن أندرو ريتشاردسون بعد أسبوعين

الأرجنتين والبرازيل تكتفیان بالتعادل في تصفيات المونديال

تعادلت الأرجنتين والبرازيل بدون أهداف في مباراة متوترة وسريعة الإيقاع، مما يعني الحفاظ الفريقيين على سجلهما الخالي من الهزائم في تصفيات أمريكا الجنوبية المؤهلة لكأس العالم قطر ٢٠٢٢.

البرازيل في الدولة الوحيدة التي ضمنت مكانها في نهائيات العام القادم في تصفيات أمريكا الجنوبية التي تضم ١٠ فرق ويبدو في حكم المؤكد أن تتضمن لها الأرجنتين التي تحتل المركز الثاني بفارق ٦ نقاط.

وتأهل الفرق الأربعة الأولى مباشرة إلى كأس العالم، ويخوض صاحب المركز الخامس مواجهة فاصلة مع فريق من قارة أخرى.

ولم ينجح أي فريق في فرض أسلوبه في المباراة الممتعة وكانت أخطر فرصة في المباراة تسديدة فريد في الشوط الثاني لصالح البرازيل، التي لمست العارضة.

وبالتعادل الذي تحقق في سان خوان، حافظت الأرجنتين على سجلها خالياً من الهزيمة

عوائل الشهداء بكركي لكي يشيدون بقيم الشهادة ويتخذون قرارات هامة في كونفرانسهم

كرخي لكي/ غاندي إسكندر – سيراً على نهج الشهداء؛ دعا مجلس عوائل الشهداء في كونفرانسهم المنعقد في كركي لكي إلى التمثيل بقيم الشهداء مؤكِّدين على استعدادهم في تقديم المزيد من التضحيات في سبيل قضية قائدهم وشعبهم.



مريم الفلاج

استعداد لتقديم المزيد من التضحيات، واستشهاد بالتضحية التي قدمتها ولا زالت تقدمها عائلة كاو «فها هي عائلة عميد الشهداء «يوسف كولو» قد قدموا أكثر من عشرين شهيداً وما زالوا على المعيد باقون».

وأشار يونس إلى الواجب الملقى على عاتقنا تجاه عوائل الشهداء «من أهم المسؤوليات الصعوبات والتفاني والجرحي والمفقودين هو عدم النسيان أنهم قدموا فِدادات أكبادهم في سبيل إعلاء راية الوطن وتحقيق حياة أفضل للمجتمع».

واختتم حاجي يونس حديثه بأمال يجب العمل في حينه، وتشكيل لجان من أجل ذلك، واعتبار مجلس عوائل الشهداء المؤسسة الريادية بين صفوف الجماهير، كما تقرر التوقف على التدريب وإيلائه المزيد من الاهتمام، والعمل على فتح مشاريع اقتصادية لحل مشاكل عوائل الشهداء من الناحية المادية، وكذلك اتخذ قرار بضرورة تنظيم شعب ثوري على أسس فكر وفلسفة القائد عبد الله أوجلان.

تقوية روح التآخي بين الشعوب



حاجي يونس

إلى التأكيد على السير على نهج الشهداء والتمثيل بقيهم، إضافة إلى تقييم أعمال المجلس، ومن جهة أخرى ناقش الحضور الصعوبات والعواقب التي تواجه سير عملهم والتطرق إلى كيفية حلها وتجاوزها في القريب العاجل، فكان هناك نظرة لرسم ملامح المرحلة المقبلة من قبل المشاركين.

«نحن على استعداد لتقديم المزيد من التضحيات»

وعلى هامش الكونفرانس تحدث عضو مجلس عوائل الشهداء في كركي لكي حاجي يونس حول قيم الشهداء لصحيفتنا «روناهي»، قائلاً: «إننا نرى في الشهداء ثروة لا تقاس بثمن ومن أجل الحفاظ على تلك الثروة يجب بذل العالي والتفسي في سبيل السير على نهديم وتحقيق أهدافهم»..

ولفت يونس إلى أن عوائل الشهداء على



انطلقت في مركز آرام ديكران للثقافة والفن برميلان صباح يوم الثلاثاء ١٦ تشرين الثاني الجاري فعاليات الكونفرانس السابح لمجلس عوائل الشهداء في كركي لكي وذلك بحضور ٢٠٠ عضو وعضوة وبمشاركة ممثلين

ومملات من الإدارة الذاتية وحركة المجتمع الديمقراطي والأحزاب السياسية.

تضمن الكونفرانس نقاشات هامة على صعيد العمل وضرورة تصعيد النضال حتى تحقيق الحرية الجسدية للقائد عبد الله أوجلان إضافة

الصحة في إقليم الجزيرة توضح القصور في القطاع الصحي



على وعي مواطني شمال وشرق سوريا بالمحافظة على أنفسهم وعلى عوائلهم».

وفي آخر إحصائية للمسافرين بفيروس كورونا في مناطق شمال وشرق سوريا صدرت بتاريخ ١٠ تشرين الثاني الجاري كان هناك ٢٣٨ إصابة جديدة، ١٦ حالة وفاة، ١٣ حالة شفاء ليصل إجمالي الإصابات ٣٦٩٦٠، والوفيات ١٤٧٨، والشفا ٢٤٩٨.

وتؤهت أيضاً إلى أن نقص الأدوية وصعوبة تأمينها من المناطق الأخرى وإغلاق المعابر الحدودية يضاف للصعوبات التي تواجهها هيئة الصحة.

واختتمت نائبة الرنامة المشتركة في هيئة الصحة بإقليم الجزيرة بيريفان درويش «أن انخفاض نسبة الوعي الصحي عند المواطن وانتشار بعض السلوكيات الضارة والخاطئة بين الناس تؤدي لكثرة الأمراض، لهذا نعوّل

إطلاق دليل لحماية عائلات المعتقلين من الاحتيال في سوريا



بعد مرور أحد عشر شهراً أطلقت «رابطة معتقلي ومفقودي سجن صيدنايا»، دليلاً لحماية من عمليات الاحتيال والابتزاز المالي لأهالي المعتقلين والمختفين قسراً.

ويتكون الدليل الذي صدر يوم الثلاثاء ١٦ من تشرين الثاني الجاري من كتيب (٣٣ صفحة) يعرض أبرز الطرق والوسائل التي تتبعها عصابات الاحتيال والابتزاز ورجال الأمن وبعض المحاميين والوسطاء داخل سوريا في ابتزاز أهالي المعتقلين والمختفين قسراً ماليًا مقابل تقديم أو تزوير معلومات ووثائق عن أبنائهم وأحبثهم المعتقلين أو المختفين قسراً.

كما يحتوي على بعض الأفكار والنصائح التي يمكن أن تساعد العائلات والعاملين على قضية الاعتقال والإختفاء القسري في كشف عمليات الاحتيال والتزوير والانتباه لها.

ويأتي هذا الدليل بعد سنوات من العمل والتوثيق مع عائلات المختفين قسراً والمعتقلين والناجين من الاعتقال والتعذيب في مختلف مراكز الاحتجاز السورية، وفق إعلان الدليل، الذي يعتبر حصيلة استماع وتوثيق لمئات الأحداث، والإطلاع على الكثير من الوثائق «التي كانت في الغالب مزورة»، والمحادثات التي جرت بين العائلات وبين المحتالين ورجال الأمن خلال عمليات الاحتيال أو بعدها.

وينقسم الدليل إلى أربعة أقسام، صُممت بشكل مبسط وواضح لتساعد الأهالي في الإطلاع على أكثر الطرق الشائعة في عمليات الاحتيال والابتزاز المالي، وبعض النصائح لتجنبها والانتباه لها.

كما أن الرابطة خصصت قسمًا مطولًا فيه بالنصائح وتمارين تساعد العائلات على ضبط أعصابها، والتحكم بحالاتها النفسية، والتفكير بشكل أفضل في أثناء تعرضهم لعملية احتيال. والجنير ذكره أن غياب التنسيق المشترك للتعامل

حربُ المياهِ التركيَّةِ تقتربُ من ٣٠٠ يومٍ



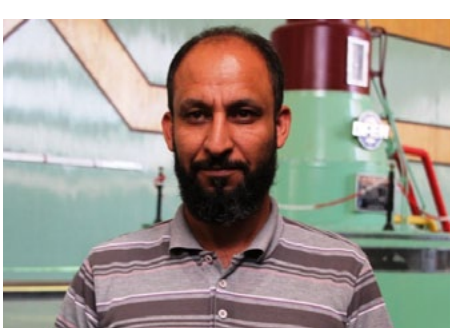
المزارعون أزمات اقتصادية ونفسية، وتابع الحماديين بقوله: كان خفض منسوب مياه نهر الفرات تأثير على المجال الزراعي للمنطقة، حيث قُلت المياه التي يمكن للمزارعين توفيرها وسفاية محاصيلهم منها، كما انخفضت مناسيب الأبار الجوفية، ما شكّل صعوبات لدى الكثرين في الية استخراجها. واختتم أحمد حمادين حديثه بالقول: نتيجة نقص المياه وجبسها من قبل تركيا، يواجه



العمال الكردستاني خلال السنوات الأخيرة، ووصل إلى مستوى لا يمكن لأية قوة تتجاهل حقيقته، تحول حزب العمال الكردستاني إلى قوة شعبية ذات طابع عالمي، وأصبح الشعب نفسه، حزب العمال الكردستاني، كما عرف العالم حقيقة حزب العمال الكردستاني، وقد بات هذا الحظر المفروض على حزب العمال الكردستاني بلا معنى تماماً في نظر الشعوب.

واختتم البيان بالقول: نحن في مجلس الإعلام الرقمي الكردستاني، نعلن: أن نضالنا المشروع ضد الظلم، الذي تعرض له حزب العمال الكردستاني من خلال حظر نشاطاته، وفعالياته لن يتوقف، ونتشرف بمشاركتكم

مركز الأخبار - تواصل دولة الاحتلال التركي بحس مياه نهر الفرات عن سوريا.
منتَهكةُ **بذلك الأعراف والقوانين الدولية، ومسبِّبةُ كارثة حقيقية لشعوب المنطقة.**



منذ ٢٧ من كانون الثاني المنصرم، تستمر تركيا بحبس وسرقة حصة السوريين من مياه نهر الفرات، ما يعد خرقاً للاتفاقية الموقعة بين سوريا وتركيا عام ١٩٨٧؛ لتقاسم مياه نهر الفرات بين سوريا وتركيا، وقد نصت على تعهد الجانب التركي بتوفير معدل يزيد عن ٥٠٠ متر مكعب في الثانية من المياه للجانب السوري، الذي يتقاسمها مع الجانب العراقي.

وقد قامت سوريا عام ١٩٩٤ بتسجيل الاتفاقية المغفودة مع الدولة التركية لدى الأمم المتحدة؛ لضمان الحد الأدنى من حق سوريا والعراق في مياه نهر الفرات، ولكن الدولة التركية خرقت هذه الاتفاقية أمام أعين العالم، ولا مواقف دولية تجبر تركيا على إيقاف انتهاكاتها.

لحبسِ المياهِ تأثيراتٌ سلبيةٌ على المنطقة

هاشتاك تحت شعار «حزب العمال الكردستاني هو الشعب والشعب لا يمكن حظه»

جانز

مركز الأخبار - بتاريخ ٢٦ تشرين الثاني

الجماعي، سيطلق مجلس الإعلام الرقمي الكردستاني حملة هاشتاك، تحت شعار «حزب العمال الكردستاني هو الشعب، والشعب لا يمكن حظه»، للمطالبة بإزالة حزب العمال الكردستاني من قائمة المنظمات الإرهابية.

الدولةُ التركيَّةُ تهدفُ لإبادةِ الرُّدِّ

حول حملة الهاشتاك أصدر المجلس الإعلامي الرقمي الكردستاني بياناً، تضمنت أهداف الحملة وتاريخ إطلاقها، وجاء في البيان:

إن النضال التحرري الكردستاني المستمر منذ ٤٣ عاماً، بروحه الأممية، يبقى أمل شعب كردستان، وشعوب الشرق الأوسط والعالم في الحرية، وبعد تقسيم كردستان إلى أربعة أجزاء، بموجب اتفاقية ساكس بيكو، تعرضت كردستان للنهب من قبل القوى الاستعمارية

الحظُرُ على «العمال الكردستاني»

مكالمةٌ هاتفيَّةٌ بينَ الرئيَسينِ :

الروسِيّ والإيرانيّ

مركز الأخبار - أجرى الرئيس الروسي فلاديمير بوتين اتصالاً هاتفياً، مع نظيرة الإيراني إبراهيم رئيسي، لبحث عدد من القضايا الإقليمية، في مقدمتها الملف السوري، وأفغانستان، والتوترات بين أرمينيا وأذربيجان، إلى جانب الملف النووي الإيراني وخلافه مع الغرب.

وأوضح بيان صادر عن الكرملين الثلاثاء الماضي، أن الرئيس الروسي فلاديمير بوتين، أجرى محادثةً هاتفيةً مع الرئيس الإيراني إبراهيم رئيسي، تضمنت مناقشة القضايا الإقليمية والدولية، وعلى وجه الخصوص الوضع في سوريا، وأفغانستان، وقره باغ، بالإضافة إلى خطة العمل الشاملة المشتركة للبرنامج النووي الإيراني.

وأشار البيان: إن بوتين رحّب بنجاح وتعاون البلدين بالحفاظ على وحدة الأراضي السورية، والرئيس الإيران أكد لوبتئين، أن لدى طهران جدية في المحادثات الهادفة إلى إحياء الاتفاق النووي، التي ستستأنف أواخر تشرين الثاني في فيينا.

نكبةُ البرامكةِ - ١ -



يحيى منتي سوطه لإخفائه الأموال عنه، ولما بلغ الرشيد أن ليس لديهم شيئاً من المال والجواهر قال: «كيف وقد نهبوا مالي وذهبوا بخزائني».

كما كَوّن الفضل بن يحيى، والذي كان والياً على الجانب الشرقي للدولة، جيشاً عظيماً قوامه خمسمائة ألف جندي من العناصر غير العربية، يبيتون له بالولاء وأسماء «الأميين» و«المأمون»، وبالطبع كان ذلك دون استشارة الرشيد، فخالج الرشيد الشك من نوايا الفضل بهذا الجيش، الذي ربما كان تمهيداً لانقلاب يحض الطرف في البداية على الجانب الشرقي للدولة، جيشاً عظيماً أسرته، جعله يقبّل لهم ظهر المجن ويذل بهم هذه النكبة.

وكانت الضربة القاصمة التي اجتثت جذور الثقة بين هارون والبرامكة، هي إطلاق يحيى بن عبد الله بن الحسن بن العلوي، والذي خرج على الرشيد في بلاد الديلم ودعا لنفسه، فبعث إليه الفضل بن يحيى البرمكي في جيش كبير، ما اضطره للاستسلام وطلب الصلح، مُتطرباً أن يكون الأمان بخط الرشيد، فكتب إليه ثم عاد الرشيد، وحنث وعده لخشيته من من حربه في الديلم، أطلق لِمَناحيه ألف ألف درهم. هذا الترف جعل الرشيد يتحذى في الدواوين حول مالية الدولة؛ ليكتشف وجود خلل كبير فيها، وذكّر أن الرشيد أمر مسروراً مولاه، أن يضرب الفضل بن العباسيين والعلويين.

المنتمين إلى مدينة بلخ ببلاد فارس، ويعودون بنسبهم إلى جذهم الأكبر، برمك، وكان من كبار سادة معبد النوبهار المجوسي، ثم اعتنقوا الإسلام.. وكان خالد بن برمك أحد أبرز الداعين للخلافة العباسية في خراسان، ما جعل الخليفة العباسي أبو العباس السفاح يتخذُه وزيراً له.

البرامكةُ وهارونُ الرشيدِ

لمع نجم البرامكة في عهد هارون الرشيد، فتمتعوا بنفوذ واسع، حيث لم يعرف هارون الرشيد، منذ نعومة أظفاره سواهم، فكان يحيى بن خالد البرمكي بمثابة الوالد لهارون وكان يدعو: يا ابت؛ فقد تولى تنشئته وكان معاضدا له في تولي ولاية العهد، حينما انتقل عليه أخيه موسى الهادي وهم بخلمه، ثم أصبح وزيراً وسلطات واسعة حينما اعطي هارون الحكم.

أما زوجته فقد أرضعت هارون وليداً.. وكان ابنه الفضل بن يحيى البرمكي آخا لهارون في الرضاة، وقد عهد إليه هارون، تربية ابنه الأمين، فيما أوكل هذه الحوادث، حادثة نكبة البرامكة على يد الخليفة هارون الرشيد، إذ شكلت منعطفا تاريخيا في الدولة العباسية التي وطدت أركان حكمها عبر العناصر غير العربية ومنهم البرامكة.

المفروض على حركة الحرية الكردستانية، معاً من أجل إزالة الحظر عن حزب العمال الكردستاني.
هذا وستطلق الحملة بتاريخ ٢٦ تشرين الثاني ٢٠٢١ في تمام الساعة ١٨:٠٠ بتوقيت بروكسل و٢٠:٠٠ بتوقيت أمد

كما نوه مجلس الإعلام الرقمي الكردستاني، أنه سوف يعلن عن الهاشتاك الخاص بالحملة، وجميع التفاصيل الأخرى، عبر عناوين الوسائط الرقمية الخاصة بالمجلس.

مَن هم البرامكةُ؟

تتباين الروايات حول أصل البرامكة، غير أن أشهر الأقوال: كونهم من المجوس

نشوةُ داليةِ المطرِ

أميلة النيهوم (شاعرة ليبية)	أهزّ عراجين وريدي	شاحبةٌ... ثلثيةٌ	مُريدة
الكرم ودواليه	وتأسقق نثار الغيم	كمن لا ذنب له
السكوب	فينهمر عصير الروح	بأسفار	الحنى الفجان
بشمانلها	وبيسيل خمر	النور	حياة
الدانية	المطر	الوليدة	فانسكب اللُثْ
الفريدة	رُواء قطوف	مُضْرَجاً دمه
وهسيس دنانها	قوارير أحبار	كثبت صفيح	على حرف
المتنانية	غالية... وديدة	الذهب	ينزف قهوة
الكذب	المنتثر لُغةُ	ثُصفاً
وتوحّ ضيائها	حروفك أكران	رُزقةُ	تُنتطق في قامشلو
العائبة	من جمال فياض	توقّ	ناصع
البعيدة	يعسل أفئدة	ولهيّ	ولهبيب قبلة
وأخر شهية	تُفرد سجادة صلاة	القائمة	لِكَيْدِ اشتغال
نشوة عقائدي	قائمة	اللاهج	قلم الوريد
الأنف	لِتحنّان منصوب	على خذّ قُبيصفاء	يُقبّل
الأعوب	بوضوء أزلّي	احتراق اللُوع	بزهاء
وتثرات نبضاتها	لا ناقض له	كثمنمناص	حافة شُهاه شاي
النائية... العنيدة	يُطفيء أهليّ	دانثلُوق مُلوكيّ	يُغازل
.....	حزى... منجّدة	ناعم أنين	دمع أنين
دنت فتتلّت	وعذّ محلولن خروج أكبر جمعية أعمال في تركيا عن صمتها، والتحدث عن أخطاء الحكومة، وفق رؤيتها، علامة فارقة، تذل من جانب على ضعف الحكومة، ومن جانب آخر، عودة روح النقد إلى الجمعية بعد صبر طويل.	تحضنه	من ظمأ
فكانت	قالب وردتئين	شامات	مشاربه
قالب وردتئين	ورشفات سويتعتها	سمرء عذبة	للتلُوق
والخالية... الوليدة	الخالية... الوليدة	تالية	عديدة

٧٧

مهرجان أوصمان صبري للأدب يُقام السبت المقبل



العدوان التركي على قامشلو، والجريمة البشعة التي ارتكبت بحق عائلة «كلو» المناضلة وارتقاء ثلاثة من أبنائها للشهادة.

المهرجان يُقام في كل عام كظاهرة أدبية ثقافية، بمشاركة واسعة على مستوى شمال وشرق سوريا، وأرجاء كردستان، واللغات الرسمية الثلاث العربية، والكرديّة، والسريانية، ويقام هذا العام برعاية هيئة الثقافة في إقليم الجزيرة ودبوان الأدب، وحدد تاريخ إقامته في هذا التاريخ، الذي يوافق رحيل السياسي والمثقف الكردي البارز أوصمان صبري، الذي كان في ١١/ تشرين الأول/ عام ١٩٩٣.

فضاء التماثيل والصُّور في سوريا والعراق



أحمد ديبو (شاعر وكاتب)

في أفلام جيمس بوند، الكثير التنقل والأسفار من بلد إلى بلد في القلم الواحد، غالباً ما يستعوض المخروجون عن الإشارة الصريحة، والمباشرة إلى وجهة سفر بطولهم باللجوء إلى تصوير مشاهد، غدت مألوفة في السينما التجارية.

فلكى ندرك، نحن المشاهدين، أن بطلنا انتقل إلى باريس، يكفي أن نراه في أحد مشاهد الفيلم يعبر بالقرب من برج إيفل. أما إذا كانت نيويورك وجهته، فإن لفظة لتمثال الحرية من الطائرة وهي في وضعية الإقبال على الهيوط، تكفي لإعلاننا بأن ما نشاهده من حوادث تالية، ستكون نيويورك مسرحه. وعلى نحو ما يسعى لتمثال الحرية، أن يحيل المشاهد إلى الحبرية الضخمة، والتمائيل والأصناب التذكارية أيضاً، أن تقوم بدور المعالم الأثرية، والصروح المعمارية في التعرف ببطلين عربيين ويعنيي الحكم: سوريا والعراق.

في عراق صدام حسين، يحاصر الرئيس القائد العراقيين جميعاً، بصوره العملاقة والنصبتة وتمائيله المبتوثة في كل مكان في« جمهورية الخوف». لا تختلف الحال في سوريا، عنها في العراق، سوى اختلاف طفيف، يتمثّل في

تواضع الصور، والنُصَب، والتمائيل للفائد الملمه، مقارنة بمثاليّتها العراقية، على أن هذا التواضع يصعب رده، مهما قلّنا معانيه ووجوهه، إلى زهد، وترفع لدى النظام السوري، التي ضمّ اسمها إلى اسم القائد، فصميت «سوريا الأبد».

ولكن صديق الإمكانيات المادية السورية، قياًساً إلى ما يوفره النقط العراقي، آنذاك.. من فيض في العملة الصعبة، جعلت صدام، يتفوّق على منافسه في الأبهة، والإلهام الإلهي عنه في المقلب السوري.. وذلك في الحجم والنوعية في هذا المجال. لكن أسد سوريا استطاع أن يجد بدائل لترميم الصدامي هذا؛ بأنّ يزيد من أعداد الصور وانتشارها، إلى حد بلغت مخصصات الغرفة الواحدة في الدوائر، والمؤسسات الحكومية، ما يربو عن الثلاث صور ونيف، وخرجت الصور واللافتات؛ لتغزو ما لم تغزّه من قبل، من شوارع وأزقة صورته، ووصلت إلى حد يستحيل معه التقاط صورة في أي مكان من الجغرافيا السورية، دون أن يظهر نصب أو صورة أو تمثال للرئيس في خلفية المشهد الذي تلتقطه الكاميرا. وزاد أيضاً من مخصصات المسيرات، ومن أعداده، بما عدلّ الخلل بين البعثيين اللوذيين.

غير أن ظهورهما في نشرات الأخبار اليومية، والإذاعية والتلفزيونية، كان متعادلاً في البلدين كليهما، مع ميزة لحافظ الأسد، لم تسر خفيظة صدام.. بل كانت مدعاة لسخريته، وهي ما اتفق شعياً على تسميته بشهر المسيرات المؤيدة للحركة التصحيحية عالمياً جرت العادة على عدّ العلم الوطني، الشارة الأولى والأهم، التي ترمز إلى هوية البلدان وفخرها واعتزازها، فإن هذا الأمر في البلدين البعثيين كليهما، يخلتف عن بقية دول العالم. فالأمري، في العراق البعثي يأتي في محل يوازي، أو يقل قليلاً عن صورة القائد العظيم، أما في سوريا الأسد فالعلم يأتي في مرتبة متواضعة، بل تكاد تكون صورته ملحقّة بصورة القائد الملمه.

عدا ذلك فالنظامان كلاهما متشابهان في بشاعة الساحات العامة، والطرق والأرصفة، والعملات والأوسمة والطوايع البريذية، وبشاعة الحشود التي يحشدهونها من الجماهير المقهورة، والمرمّعة على إثباع مادية القائلين كليهما، في التخذي حتى حدود التخمّة في إنهاك طاقات شعبيهما على تمارين الولاء والعرفان الشكر والتكئين كليهما، على وجودهما الملمه للجماهير والأمة ذلك كله وجميعه

اتفاق غلاسكو... لحظة الحقيقة

أو موت»، وما هو واقعي للأطراف الأخرى

الآن لن يساعد في الوقت المناسب، وسيفوت الأوان بالنسبة لـ١٢٠٠ جزيرة ترتفع أقل من مترين عن مستوى سطح البحر، وبالتالي فإن اتفاق غلاسكو «لا يبعث الأمل».

ما حدث في المدينة الإسكتلندية من سجالات على مدار اثني عشر يوماً، يُختصر في ست دقائق رئيسية:

الأولى أن العالم فشل مجدداً في الوصول إلى خارطة طريق واضحة وحاسمة في معالجة التحديات المناخية.. وحتى اللغة التي صيغت بها قرارات المؤتمر أقرب إلى التوصيات فعلياً، علاوةً على أنها كانت فضفاضة. وقد أجبرت غالبية الدول على تمرير بعض المصطلحات المانعة في البيان الختامي، فقط من أجل أن يُقال إن العالم قرر العمل من أجل تخليص الاحتباس الحراري وتخفيض الانبعاثات السامة.

الحقيقة الثانية أن العالم يتصرّر مناخياً وبيئياً بفعل قلة من الدول، التي تتجاهل حقيقة أن مناطق ومدننا وجزرنا قد تندثر وتزول إلى الأبد بسبب نشاط دول العلة من الدول، التي تُسمي نشاطها الضار ذلك «تتمية اقتصادية».

والمؤسف أنه لا يوجد قانون دولي ملزم يجبر هذه الدول على الخضوع لرغبة الغالبية في الحد من انبعاثات كوكب الأرض من أجل الأجيال القادمة.

الحقيقة الثالثة أن الدول الفقيرة لن تخطو خطوة واحدة في مواجهة كوارث المناخ طالما أنها لا تتلقى دعماً مالياً من الدول الغنية، وطالما أن الأخيرة لا تزداد ثراءً بفعل الاعتماد على مصادر الطاقة الأحفورية، فإن الوفاء بأي تعهدات مالية لضم الدول الفقيرة إلى جبهة القتال من أجل الأرض سيبقي معلقاً إلى أجل غير مُسمى، أو سيكون في الحود الدنيا، التي تجعل المعركة ضد التغير المناخي تستمر



قراءة هذا الاختلاف حول مكائنة العلم بين البلدين، يمكن للمراقب العادي، أن يراه في الملاعب الرياضية.. فالجمهور السوري يتميز عن نظيره العراقي، في أي مباراة لكرة القدم على سبيل المثال، لا الحصر، أن تواجده يكون منحجاً بصور «القائد الملمه»، مع بعض الأعلام السورية، بينما نلاحظ أن الجمهور العراقي، تكون الأعلام العراقية التي يحملها تقل قليلاً عن صور «القائد العظيم». ونلاحظ أن التفاتت، التي تصدح بها خارج كل منهما عند كل هدف، أو هجمة تتشكّل خطورة على مرمى الخصم، فتكاد تكون متطابقة، وتتراوح ما بين: الباروح بالدم نديك! يا «حافظ/صدام». أو حافظ أسد رمز الأمة العربية من طرفا، ومن طرفهم تصدح الحناجر: صدام حسين بطل القادسية.. إلخ.

عدا ذلك فالنظامان كلاهما متشابهان في بشاعة الساحات العامة، والطرق والأرصفة، والعملات والأوسمة والطوايع البريذية، وبشاعة الحشود التي يحشدهونها من الجماهير المقهورة، والمرمّعة على إثباع مادية القائلين كليهما، في التخذي حتى حدود التخمّة في إنهاك طاقات شعبيهما على تمارين الولاء والعرفان الشكر والتكئين كليهما، على وجودهما الملمه للجماهير والأمة ذلك كله وجميعه



روناهاجي قاهرة ضياء روج آفا

الحوار

العربي

الكردي

بين الثقافتي

والسياسي

٤٤-

رجائي فايد

في العام الماضي، حضرت احتفالية لتكريم للزميل العزيز(سيد عبد الفتاح) (شفاه الله وعافاه)، وكان التكريم مُقدم من لجنة (عثمان صبري للصداقة بين الشعوب) ومقرها في ألمانيا، وحضر إلى القاهرة من أجل هذا التكريم، من ألمانيا عضو لجنة منح الجائزة الأستاذ (حيدر عبر)، وتم هذا التكريم في دار (فترتيّي) الصحفية بالقاهرة، و(فترتيّي) التي تحمل تلك الدار اسمها، هي زوجة الملك الفروني (أخثاقون) وهي كردية (ميتانيّة) الأصل، وتعتبر أحد الرموز التاريخية في العلاقات بين مصر والكرد، وهذه الجائزة تقدم لمن ساهم بالتعريف بالفضية الكردية، ومعاناة الكرد من قبل الظلم الشوفينية المعادية لهم، وتتم منحها كل ثلاث سنوات، وقد سبق لتلك اللجنة، أن منحتها لعالم الاجتماع السياسي التركي (إسماعيل بيشجي)، لكتابه،ومؤلفاته

عن القضية الكردية، والتي تعرّض بسببها للتتكيل من قبل السلطات التركية، ثم (دانيلين ميتران) أرملة الرئيس الفرنسي الراحل (فرانسوا ميتران)، تكريماً لها لما قسّمته لنفسية الكردية على الصعيد العالمي، وللكتابة الأولى لسوريا، فيحشّا عن مكان لا يوجد فيه، والشاعرة الأمازيغية (مليكة مزان) وذلك

(لمواقفها النبيلة تجاه الشعب الكردي) كما جاء بعد طول عناء مكاتنا خلا من ذلك.. وقصنا فرحاً، والتلقنا عدة صور، لكن المفاجأة كانت، عند تخصيص الصور، أن ظلّ صورة قماشية عملاقة للرئيس كانت متدلية على مبنى أمامنا.. ظهر انكسارها كخلفية لنا على زجاج المبنى.. فما كان ممّا بعد تبادل بضع نظرات خبية.. حتى ملأنا الدنيا ضحكاً.

+

افتتاح أول معمل للمشروبات الغازية في إقليم الفرات

المعمل جميعها جُلِّبت من الصين، وإن المواد الأولية اللازمة للإنتاج، يتم تأمين بعضها من السوق المحلية، وبعضها الآخر يتم استيرادها من الخارج.

وينتج معمل روسيل كولا في المرحلة الأولى الآن ١٨٠٠ عبلة كولا في اليوم الواحد، أي ٣٠٠ طرد كولا، وسيتم زيادة الإنتاج في الأيام المقبلة، لسد حاجة المنطقة أكملها بالكولا.

وشكر المشرف القائم على معمل روسيل كولا، زيد حاجي خلال لقاء خاص لصحيفتنا، دعم الإدارة الذاتية لإقليم الفرات لفكرتهم بفتح هذا المعمل، وتقديم المساعدات الكاملة لهم.



جنوبي مدينة كوبياني، بعد عمل دام لعام كامل، وتم الانتهاء منه في تشرين الأول الفائت.

ويعد افتتاح هذا المعمل خطوة فريدة في نوعها في المنطقة، حيث يعدّ المعمل الثاني لصنع الكولا في مناطق شمال وشرق سوريا، بعد معمل قامشلو لصنع الكولا، وتم افتتاحه بهدف تأمين حاجة أهالي المنطقة من المشروبات الغازية، وتطوير اليد الصانعة في المنطقة.

يعمل في المعمل حالياً ١٣ عاملاً وعاملة من أهالي قرية تل غزال، يعملون على مدار ثماني ساعات في اليوم، إضافة إلى إشراف خبراء من المهندسين على المعمل.

وحسب المشرف القائم على المعمل، فإن الآيات

قرارات هامة لدعم الزراعة في ريف الحسكة الجنوبي



وأضاف البيان، أن كمية المياه الإجمالية ستوزع على المشاريع الزراعية، على طول سيرير نهر الخابور عبر ثلاث ريات في الموسم الزراعي، بكمية إجمالية قدرها ٦٥ مليون متر مكعب.

وأشار البيان في ختامه، أن الإدارة العامة في مقاطعة الحسكة معنية بتأمين مادة المازوت للأخوة المزارعين، حسب الإمكانيّة المتوفرة والمتاحة لدى الإدارة العامة لمحروقات الحسكة».

وكالة هاور

«بناء على الاجتماع العام المنعقد في ناحية الشاداي، وبحضور هيئة الاقتصاد والزراعة ممثلون عن هيئة الجزيرة، ومجلس مقاطعة الحسكة، ولجنة الاقتصاد والإدارة العامة للزراعة، ووجهاء العشائر في ناحية الشاداي في ١٥/١١/٢٠٢١، وخرجوا بقرارات عدة؛ لدعم وتطوير الزراعة.

وبعد النقاش وطرح المشاكل والمعوقات التي تواجه الزراعة والمزارعين، اقترح الحضور عدة حلول بهدف دعم الزراعة وخاصة

المروية، وخرج الاجتماع ببيان كشفوا فيه عن مخرجات الاجتماع، والذي جاء فيه:



في العديد من المؤتمرات والمنتديات الدولية، المتعلقة بالشؤون الكردية، وله علاقات وصلات مع الأدباء والمثقفين الكرد، ومع معظم القوى السياسية الكردستانية، وبمناخية هذا التكريم فقد أشارت اللجنة في مقمته بيانتها إلى العلاقات التاريخية بين الشعبين المصري والكردي، حيث ذكرت: (تمتد العلاقات الكردية المصرية إلى عمق التاريخ، حيث أقام أسلاف الكرد الميثاقين مع فراعنة مصر، علاقات تحالف ومصاهرة بين المملكتين، واستمرت هذه العلاقات في عصر صلاح الدين الأيوبي، ولم تنقطع، بل نتج عنها ظهور فترة من الأبداء والشعراء والمفكرين، من ذوي الأصول الكردية في مصر، كان لهم تأثيرهم الكبير في الأدب والفكر العربيين. ومازال الملايين من الكرد يعيشون في مصر، ويعتزون بأصولهم الكردية، وبتماثلهم المصري).

وتطرق في لكتبية عن هذه الجائزة في مجال الحديث عن (الحوار العربي الكردي بين السياسي والثقافي)، جعلني أنتبه إلى مجال هام في التوثيق الثقافي لتلك العلاقات، ألا وهو أهمية استحداث جائزة سنوية لمن قدم إنجازات واضحة في مجال العلاقات العربية الكردية (عربياً وكردياً)، ويتم تحديد اختيار اسم الجائزة، واقتراح أن تكون باسم (فترتيّي) الملكة لقرعونية الميثاقية، التي حكمت مصر مع زوجها الفرعون (أخثاقون)، أو من الممكن الفقرة لإتمامه.

منذوثة جزر المالديف في المؤتمر صاغت المفرد الضخمين مشكلة التغير المناخي بحملة واحدة مختصرة وواضحة جداً، قالت فيها: (إنّ العالم أمامه ٩٨ شهراً لخفض الانبعاثات في النصف عام ٢٠٢٠، والفرق بين ١,٥ درجة مئوية ودرجتين مئويتين هو حكم بالإعدام بالنسبة لبعض الدول).

كثير من المؤتمرات كانوا يلمحون بلغة قوية كهذه في الاتفاق الدولي الجديد للمناخ، ولكن ذلك لم يحدث، ورغم ذلك استلكت المنظمة على نيل هذه المرحلة، لأي ليست بعيدة، نشيد أن مواجهة المناخ حرب طويلة الأمد لن تستسلم فيها غالبية دول العالم، وما استعصى على الإجماع في اسكتلندا اليوم، ربما يكون محط اتفاق ويوقبل بعد عام واحد في مصر، أو بعد عامين الثنين في الإمارات.

شركات للطاقة تطوّر معيارٌ لحساب انبعاثات الغاز المُسال

تكلّفة خفض الانبعاثات في أماكن أخرى، قد تطلق أمد استخدام الوقود الأحفوري.

وقالت بافيليون وقطر للطاقة وشيفرون: إن طريقيهما من المتوقع أن تزيد من الشفافية، وتحسن دقة حساب الانبعاثات.

وكالات

وحتى ميناء التفرغ، سيطبق على اتفاقيات البيع والشراء التي تربطها مع المنتجين. وجاء إعلان بافيليون في أعقاب إطلاق المجموعة الدولية لمستوردي الغاز الطبيعي المسال اليوم، إطار عمل لوضع قواعد لإعلان خلو الشحناات من انبعاثات الكربون، وتشكك الجماعات المدافعة عن البيئة في استخدام معادلات الكربون، وتقول: إن القدرة على دفع

الانبعاثات بدءاً من مكان استخراج الغاز،

وتشدد ظروف العمل.

ومن المؤكد أن بيانات الأربعاء ستضيق المزيد من الضغط على البنك، للتحرك في اجتماعه بديسمبر، وفقاً لما ذكرته شبكة «CNBC». ويتوقع بنك إنكلترا، أن يرتفع التضخم أكثر إلى حوالي ٥٪ في الربيع، قبل أن يتراجع نحو هدفه البالغ ٢٪ بحلول أواخر عام ٢٠٢٣، مع تلاشي تأثير ارتفاع أسعار النفط والغاز، و٣,٩٪ لشهر تشرين الأول.

وفي وقت سابق من هذا الشهر، أبقى بنك إنكلترا أسعار الفائدة ثابتة، متحدياً توقعات العديد من المستثمرين، أنه سيصبح أول بنك مركزي كبير، يرفع أسعار الفائدة في أعقاب جائحة فيروس كورونا. وكان البنك يراقب بيانات الاقتصاد الحاسمة، وسط استمرار ارتفاع التضخم، مقابل نمو اقتصادي معتدل،

تشرين الأول، عند ٤,١٪، وسط ارتفاعات في أسعار الطاقة.

وجاء التضخم في منطقة اليورو، عند أعلى