

سوق الجمرك قديم قدم دمشق ولكن أسعاره حديثة

تقصد (أ.م) وهي خبابة في منطقة المزة الشيخ سعد بدمشق، سوق الجمرك منذ أكثر من ١٥ عاماً، يجعل مرة كل أسبوع بشكل دائم باستثناء الحالات الاضطرارية، التي تجبرها في الذهاب إليه.

واعادت الخمسينية على التبضع، وشراء لوازم عملها من السوق، إذ: «تغرني نداءات الباعة لدخول المحال، التي ينبثق علاقات وطيدة مع التجار، وأصبحت من الزبائن الدائمين لديهم».

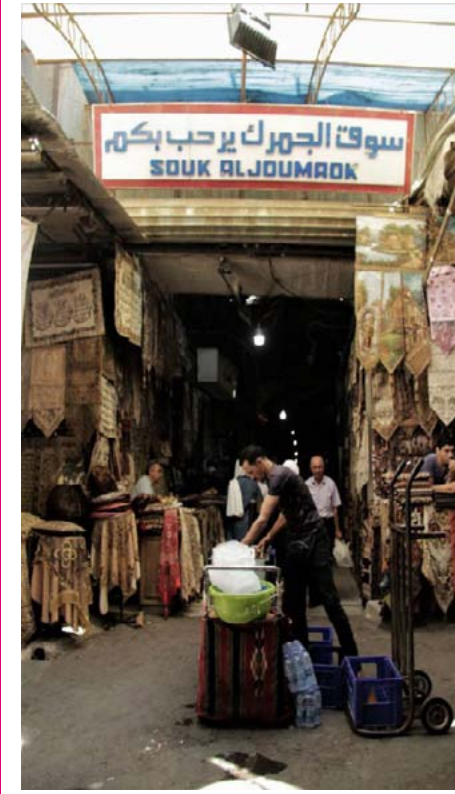
يمتد سوق الجمرك من الطرف الشرقي لسوق الحميدية، عند اعادة جوبيتر إلى سوق القليجية المؤدي إلى سوق الخياطين.

وكغيره من الفعاليات الاقتصادية تأثر سوق الجمرك بالأوضاع الاقتصادية المتردية، التي تشهدها البلاد، فالارتفاع طال السوق ومحوياته، وقلبه رأساً على عقب.

يختص السوق بالأقمشة النسائية بانواعها، واللوانها المختلفة، فمن الحرير والأكرليك والشيفون، والكشمير والسنان، والدانتيل والليكرا والجوخ، والقائمة تطول، بالإضافة إلى بدلات العرائس والسهرات.

تقول (أ.م) «منذ سنوات وحتى اليوم في كل مرة أذهب بها إلى سوق الجمرك، أشعر بأنني أول مرة أدخله، لأنه سوق يسحر بالرائحة وطيبته».

وتشير إلى أن ذلك كان ينسبها أحياناً قائمة مشترياتها، التي تجوزها قبل الذهاب للسوق، ولكن تغير الحال حالياً، وأصبحت هذه العادة



ستة وخمسون فيلماً في الدورة الثانية عشرة من مهرجان مالمو للسينما العربية

أعلن مهرجان مالمو للسينما العربية، برنامج دورته الثانية عشرة، التي ستقام في الفترة من الرابع إلى التاسع من أيار القادم.

وكان المهرجان، الذي يُقام سنوياً بمدينة مالمو في أقصى جنوب السويد، قد مزج في العامين الماضيين بين الحضور الفعلي، والافتراضي بسبب جائحة فيروس كورونا، ليعود هذا العام حضورياً وفي برنامجه ٥٦ فيلماً.

تضم مسابقة الأفلام الروائية الطويلة ١٢ فيلماً من مصر، ولبنان وسوريا، وتونس والجزائر، والمغرب والعراق، والأردن والسعودية.

ومن أبرز أفلام هذه المسابقة «كوستا برفا» الذي رشحه لبنان للمنافسة على جائزة أوسكار أفضل فيلم أجنبي، و«بو صدام»، من مصر، الذي فاز بطله محمد صمدوح بجائزة أفضل ممثل في مهرجان القاهرة السينمائي الدولي، في كانون الأول.

سينما ودراما

وتضم مسابقة الأفلام الوثائقية الطويلة ثمانية أفلام من لبنان، ومصر وتونس والمغرب، وفلسطين، فيما تضم مسابقة الأفلام القصيرة ٢٥ فيلماً، وتتنوع بقية الأفلام على البرامج الموازية خارج المنافسة.

ويرعرض المهرجان في الافتتاح الفيلم الأردني «بنات عبد الرحمن»، من تأليف وإخراج زيد أبو حدشان، وبطولة صبا مبارك، وفرح



الشرائح الاجتماعية برككي لكي: حرب الشعب الثورية هي الراحع أمام آلة القتل التركية

بين أهالي كرككي لكي (ان تركيا تستعم جاهدة لاحتلال المزيد من الأراضي في شمال وشرق سوريا، وأن زيادة وتيرة هجماتها على تخوم (سري كانيه وكري سبي وعفرين) تأتي ضمن سياق استغلال انشغال العالم بالحرب الروسية - الأوكرانية، مؤكدين أن التعبئة الشعبية من خلال ممارسة حرب الشعب الثورية هي الراحع أمام العنجهية التركية...»



روناهي

يومية سياسية ثقافية اجتماعية عامة تصدر عن مؤسسة روناهي للإعلام والنشر

أسست عام ٢٠١١. السنة الحادية عشرة | العدد : ١٢٠٨ | النسخة الإلكترونية - ١٢٠٨ | الخميس - ١٤ نيسان ٢٠٢٢ م

مقتل امرأة مع جنينها في جل آغا... فهل من حلول لظاهرة قتل النساء..!؟

المرأة التي تعدت لأشد التنظيمات الإرهابية فتكاً؛ وضحت بدمائها حماية لعرضها وأرضها؛ تسال دماؤها اليوم على يد الرجل دون وجه حق.. وهذا ما نلمسه مجدداً بمقتل امرأة مع جنينها في جل آغا... ؟



الرياضة في بلاد العجائب..

لم نعد نستغرب شيئاً في الرياضة السورية، التي تُقام تحت مظلة حكومة دمشق، وآخر الفضائح انتهاء مباراة دون معرفة نتيجتها! والتي جمعت بين أهلي حلب، والوثبة، والتي قررت اللجنة المؤقتة لكرة القدم التابعة لحكومة دمشق إعادتها بالكامل، وحين الإعادة ظهرت فيجحة مدوية أخرى، وكانت عبر النقل التلفزيوني المباشر...؟



بناء الجدار مقدمة العدوان

التواصل يضمن استمرار القضايا والعلاقات الطبيعية بين أبناء الشعب الواحد، فيما العزل يعني انهاء قضايا الشعوب الحقوقية وتصفيتها، وإضعاف إرادة أبناء الشعب الواحد، واليوم تواصل حكومتنا بغداد وهولير بناء الجدار العازل لفصل أبناء شمال عن شمال وشرق سوريا، في توقيت زاهر بالأحداث، وليكون إنشاء الجدار إعلاناً لحرب تجري الاستعدادات للقيام بها خلال الأيام القادمة...»



(٢٠٠) ل.س



ي دعم كويتي وقطري..

الاحتلال التركي يبني

مستوطنة جديدة بريف

مقاطعة عفرين المحتلة

بواصل الاحتلال التركي سياسة التمييز الديمغرافي في قرى ونواحي مقاطعة عفرين ببناء مستوطنة جديدة وسط صمت دولي ومحلي تجاه هكذا تصرفات...»



استمرار تأخر افتتاح

مستشفى الشدادي يثير

التساؤلات.. والكفرة في

ملعب هيئة الصحة

بالرغم من المطالب المتكررة لأهالي من أجل الإسراع بافتتاح مستشفى الشدادي الوطني، إلا أن هذه المنشأة الصحية، التي كان يُفترض أن تنته أبواها منذ مدة ما تزال مغلقة، ولم تبصر النور إلى حد هذه اللحظة، وسط تساؤلات عن أسباب هذا التأخير...»



الطبقة... تمديد شبكات

ري تدعم المشاريع

الزراعية

بعهد العهوض بالواقم الزراعي في مدينة الطبقة وريفها، نظمت مديرية الزراعة عدة مشاريع ري للأراضي الزراعية التي عانت في الأوامر الأخيرة نقصاً حاداً في مياه الري، حيث تم تأهيل عدة مضخات وتمديد شبكات ري للمحاصيل الزراعية الصيفية والشتوية بالطبقة وريفها...»

مقتل امرأة مع جنينها في جل آغا... فهل من حلول لظاهرة

قتل النساء!؟

جل آغا/ أمل محمد – المرأة التي تصدت لأشدّ التنظيمات الإرهابية فتناً؛ وضحت بدمائها حماية لعرضها وأرضها؛ تسال دماؤها اليوم على يد الرجل دون وجه حق.. وهذا ما نلمسه مجدداً بمقتل امرأة مع جنينها في جل آغا..

المجنى عليها سعاد كانت حاملاً في شهرها الخامس، ولم يمض على زواجها سوى ستة أشهر، جرت أحداث الواقعة يوم الاثنين، وبحسب المصادر المحلية فإنّ العالقة كانت جيدة بين الزوجين، ولكن احتمت الخلاف حينما طلبت المغدورة من زوجها زيارة منزل والدها، ولكنه رفض، وضربها بشكل عنيف، ما أدى إلى إحداث نزيف في رأسها.

هذا وسارعت قوى الأمن في ناحية جل آغا ورسخت معنى التضال الحقيقي للخلاص من الأفكار الاستبدادية، ومناهضة الاستغلال بحق الشعوب الحرة.. إنها الأم عويش..

الحادي عشر من نيسان يصادف الذكرى التاسعة والعشرين لوفاة الأم عويش، والدة القائد والفيلسوف الأممي عبد الله أوجلان، والتي توفت عام ١٩٩٣، جراء أزمة قلبية، تاركة أثرها في شخصية كل امرأة حرة، فهي كانت نموذجاً للمرأة والألم الحقيقية، ساهمت في بناء شخصية عظيمة كشخصية القائد عبد الله أوجلان مصممة على تخطي العقبات، ناضلت لتكون شخصية فريدة من نوعها استوحيت من عطائها فلسفة ساعدت المرأة على اكتشاف الجوهر الحقيقي للمرأة الحرة.



امراة، تبحث عن الحرية وسط قيود المجتمع، والمعادن والتقاليد الأسرة، حيث كانت الأم عويش نموذجاً للطعام، علمت القائد عبد الله أوجلان عدم الرضوخ للظلم، والوقوف في وجه الأنظمة الدكتاتورية، والسلطوية الهادفة إلى محو تاريخ الشعوب وكرامتها، كما تمكنت الأم عويش من تعريف طرق وأساليب المقاومة، وكيفية بناء شخصية الأبناء بشكل صحيح، وتدريب المرأة بجوهرها الحقيقي، والسليم لسلمي وراه الحقوق، والحرية دون كتاباته، وفلسفته أراد أن تكون والدته مثالا لكل

كركي لكي/ ليكرين خاني - استوحيت من شخصيتها، ومن تضالها على مر أعوام، فلسفة عميقة، جسدت جوهر المرأة الحقيقية، نابعة من عطاء، أم زرعت مبادئ، وقيم وأفكار حرة مناهضة للاستبداد وللظلم،

على الرغم من العادات، والتقاليد المساندة آنذاك، استطاعت الأم عويش مجابهتها ببناء شخصية قوية قيادية، سطررت طريقاً لحرية المرأة أولا، والقائد عبد الله أوجلان الذي أحلّ إلى الجلسمة العامة في مجلس النواب المصري، ومن المقرر مناقشته خلال أيام قليلة تمهيداً لإقراره من رئيس الجمهورية.

يمنح القانون للرجل في الجزائر والمغرب أحقية الزواج الثاني، وفق ما تقرّه الشريعة الإسلامية، طالما توافرت شروط العدل والاعتدال، لكن الشرط الأهم أن تقدمت الرجل بطلب التصوص الواردة في مواده، مقابل إلى القاضي، ولا تُمنح هذه الرخصة إلا إذا تأكد من موافقة الزوجة الأولى، والثانية، وتقديم الزوج ل توفير العول والاعتدال.

ومن المقرر مناقشته خلال أيام قليلة تمهيداً لإقراره من رئيس الجمهورية. يستقر القانون للرجل في الجزائر والمغرب أحقية الزواج الثاني، وفق ما تقرّه الشريعة الإسلامية، طالما توافرت شروط العدل والاعتدال، لكن الشرط الأهم أن تقدمت الرجل بطلب التصوص الواردة في مواده، مقابل إلى القاضي، ولا تُمنح هذه الرخصة إلا إذا تأكد من موافقة الزوجة الأولى، والثانية، وتقديم الزوج لتوفير العول والاعتدال. ولن يكون بمقدور المأذون الشرعي كتابة وتوثيق عقد الزواج الثاني، للرجل إلا إذا كان يمتلك ما يثبت الإنان القضائي له على المتعد، وحال قام الزوج بإدعاء أنه غير متزوج ليوهم المأذون بأنه يتزوج لأول مرة، عقب تهمته بالتلاعب في اوراق رسمية (التزوير) ويعاقب عليها القانون بالسجن لمدة يحددها القاضي، ولا تقل عن عام.

«ينحها حقوقها كاملة»

«اشتراط إخطار المرأة»

ويلقي القانون ما سبق أن طرحته مشروعات موازية بيجب على الرجل، الذي يتزوج على شريكه دون علمها،

والضحية حينها كانت لا تزال على قيد الحياة، وتُتأزع، لتقوم بدورها بنقلها إلى المستشفى في مدينة قاشللو، ولكنها لفظت أنفاسها الأخيرة في الطريق».

وتابعت: «هذه جريمة ضد الإنسانية، لا يقبلها الدين، ولا القيم الأخلاقية، نحن كمؤتمر ستار ندين وبشدة هذه الجريمة الشنعاء التي راحت ضحيتها فتاة في مقتبل عمرها، ونطالب الجهات المعنية، باتخاذ أقصى العقوبات ضدّ الجاني؛ ليكون عبرة لغيره، فعقوبة الإعدام هي العقوبة التي يستحقها هذا المجرم، وجرانه ضد النساء في تزايد في مختلف بقاع الأرض، ويجب العمل على الحد منها بشكل جذري، وسن قوانين صارمة لتكون رادعا لكل من سولت له نفسه بتعنيف النساء».



لجهود والدته، سعياً لخروج المرأة من مستنقع العادات، والتقاليد، وقيد المجتمع نحو الحرية الفكرية».

وتابعت شهربان: «لتحقيق أهداف الثورة الفكرية في شمال وشرق سوريا، يجب على النساء التحلي بصفات الأم عويش، أم أثبتت معنى أن تكون جيشاً لحماية أبنائها، وزرع قيم ومبادئ ثابتة لمواجهة الاستبداد بأشكاله كلها، ولحماية أفكار الثورة والحفاظ عليها من خلال فلسفة القائد عبد الله أوجلان، يجب أن يكون ذلك من خلال فهم وإدراك حقيقة المرأة الحرة، التي أريد للمرأة الحرة أن تكتشفها في ذاتها، كانت مستمدة من قوة وشخصية والدته، ومن حقيقتها ومن نضالها».

وفي الختام أشارت عضوة مؤتمر ستار في ناحية كركي لكي، شهربان علي إلى ضرورة الفصال للسور على خطا الأم عويش، وتبني مسيرتها المليئة بالإنجازات قائلة: «أتمنى أن تتعرف النساء على شخصية الأم عويش، ولتحسين النسوة إرثاً من النضال والمقاومة، والرحمة والخلود لروحها، رحلت، وتركت لنا نحن النسوة إرثاً من النضال والمقاومة، ضد قوى الاستبداد والظلم، ومنهجاً في تحدي الذهنية الذكورية السلطوية، وكان لها الدور الكبير في كتابة القائد عبد الله أوجلان لمجادات خُلد فيها صفاتها، ليكون بهذا وفياً

القائد أوجلان خُلد صفات والدته

وفي الذكرى التاسعة والعشرين لوفاتها، كان لها تأثيرٌ إيجابيٌّ في إحداث تغيير في شخصية المرأة الحرة، وفي الذكرى التسعة والعشرين لوفاتها، عُزّي أنفسا، وعُزّي القائد عبد الله أوجلان بفقدان والدته، والرحمة والخلود لروحها، رحلت، وتركت لنا نحن النسوة إرثاً من النضال والمقاومة، ضد قوى الاستبداد والظلم، ومنهجاً في تحدي الذهنية الذكورية السلطوية، وكان لها الدور الكبير في كتابة القائد عبد الله أوجلان لمجادات خُلد فيها صفاتها، ليكون بهذا وفياً

عويش نموذجاً للطعام، علمت القائد عبد الله أوجلان عدم الرضوخ للظلم، والوقوف في وجه الأنظمة الدكتاتورية، والسلطوية الهادفة إلى محو تاريخ الشعوب وكرامتها، كما تمكنت الأم عويش من تعريف طرق وأساليب المقاومة، وكيفية بناء شخصية الأبناء بشكل صحيح، وتدريب المرأة بجوهرها الحقيقي، والسليم لسلمي وراه الحقوق، والحرية دون كتاباته، وفلسفته أراد أن تكون والدته مثالا لكل

لجهود والدته، سعياً لخروج المرأة من مستنقع العادات، والتقاليد، وقيد المجتمع نحو الحرية الفكرية».

مشروع القانون يحمل انتصاراً مضاعفاً للمرأة الريفية بمصر

لها سقف وحدود غير مقفوحة على مصراعها، ما يعني ضرورة تحقيق العدالة الزوجية.

وقالت علان حجازي استشارية العلاقات الزوجية بالقاهرة لصحيفة «العرب» إن الإلتن القضائي بالزواج الثاني من عمه، انتصار لكرامة وقيمة الزوجة، وضمانة لإثبات قدرة الرجل على الوفاء

بواجباته الأسرية، بالتالي فإن تضلع العدل الزوجي عن طريق المحكمة ليس استبدادا للرجل، وينطوي على التعامل مع الزواج بشكل إنساني.

ويؤكد حقوقيون أن مشروع القانون يحمل انتصاراً مضاعفاً للمرأة في الريف التي تعيش في مناطق تعدد الزوجات في مصر منعصاً أسرياً، إذ يُستخدم تحت حصانة قضائية عند تقرير مصيرها، وإذا مورست عليها ضغوط للموافقة على التعدد، أو قبلت ذلك طواعية، فالقاضي سيجك لها بحقوق أبنائها، ومادية محددة وإذا أخل الرجل بها سيعرض نفسه للمساءلة.

ويؤكد إبن المتحدث عن مشروع القانون يحمل انتصاراً مضاعفاً للمرأة في الريف التي تعيش في مناطق تعدد الزوجات في مصر منعصاً أسرياً، إذ يُستخدم تحت حصانة قضائية عند تقرير مصيرها، وإذا مورست عليها ضغوط للموافقة على التعدد، أو قبلت ذلك طواعية، فالقاضي سيجك لها بحقوق أبنائها، ومادية محددة وإذا أخل الرجل بها سيعرض نفسه للمساءلة.

وأضافت: أن منح الزوجة حق تقرير مصيرها بالطلاق، أو الاستمرار مع شريكة ثانية يحفظ كرامتها وأمنيتها، فطى الأقل ن تعيش مندوعة، أو يتم إجبارها على الاستمرار في علاقة إذا علمت حقيقتها ستقرر الطلاق.

وحملت ردود فعل الكثير من الرجال على مشروع القانون نوعاً من شعورهم بالاهانة، والانتقاص من

كيف أخفف تعب الصيام؟.. وما أسباب الشعور بالبرد بعد

تناول الصائم وجبة الإفطار في رمضان؟

الإحساس بالعطش والتعب.

- الحد من استخدام التوابل، البهارات والملح، لأنها تزيد من احتياجات الجسم للماء وتسبب العطش والتعب لاحقاً.

- تجنب التعرض للشمس أو ممارسة النشاط الرياضي خلال ساعات النهار.

- عدم إهمال وجبة السحور لأن في إهمالها إبطالة ليوم الصيام، حيث تزداد مخاطر الجفاف والإجهاد.

- تجنب المشروبات التي تحتوي على الكافيين مثل المشروبات الغازية والقهوة والشاي.

- تجنب الأطعمة السمنة والتي غالباً ما تسبب اضطرابات معوية، وينصح باستخدام القليل من زيت الزيتون أو أحد الزيوت الأخرى التي تحتوي على دهون غير مشبعة.

- تجنب الكرويهدرات المكررة والسكر مثل: الخبز الأبيض، الأرز الأبيض، الحلويات والمعجنات، حيث إنها ترفع معدل السكر في الدم، كما تؤدي إلى الزيادة المفرطة في الوزن، وفقاً لمؤسسة حمد الطبية.

- ينصح في وجبة السحور تناول البروتينات والزيوت غير المشبعة والكرويهدرات المعقدة مثل: الفوليات، وشرب نصف كأس من عصير الفاكهة أو تناول نصف حبة فاكهة.

- عدم تناول السحور.

- الجفاف وعدم الحصول على كمية كافية من السوائل خلال فترة الإفطار.

- السهر وقلّة النوم.

- حمض المعدة الذي يُفرّز من أجل عملية الهضم يقل، نتيجة عدم وجود الطعام، ويساعد في تخفيف أعراض حرقة المعدة.

- كثير من الناس يشكو من عسر الهضم، حيث يشمل عدداً من الأعراض التي تعقب تناول الطعام كآلم البطن، زيادة الغازات، التجشؤ والغثيان خاصة بعد تناول وجبة كبيرة أو تناول طعام غني بالسم أو البهارات، إلا أن هذه الأعراض تتحسن عادةً نتيجة صيام رمضان وخاصة مع الحرص على تجنب الإفراط في تناول الطعام عند الإفطار.

- تناول الخضروات والفاكهة كالبطيخ، اليندورة، الخيار، العنب وغيرها، لأنها تحتوي على كميات كبيرة من الماء، مما يقلل

منحنا الصيام لساعات طويلة شعوراً متضخماً

بالجوع، لذلك نميل إلى تناول أكثر مما يحتاجه الجسم، ولذلك افطر على التمر، ثم صلّ المغرب، بعدها ابدأ بتناول الحساء بيضه، ثم السلطة، ثم تناول الطبق الرئيسي.

- تناول الأطعمة المقلية في الإفطار:

يعد بدء الإفطار بأطعمة غنية بالدهون من أكثر الأخطاء الشائعة التي يجب تجنبها في رمضان، فهي غنية بالدهون وقد تؤدي إلى تلبّك في المعدة، وحاول الابتعاد عن العفالي والأطعمة السمنة.

- عدم النوم بشكل منتظم.

الإفراط في النوم يؤدي إلى الشعور بالتعب والكسل.

- عدم تناول السحور:

تخطي السحور سيجعلك تشعر بالتعب والجوع في اليوم التالي. وينصح في المقابل بتناول سحور صحي، مثل منتجات الألبان والبروتين والأطعمة بطيئة الهضم مثل الخبز وتجنب الأطعمة المالحة والحارة حتى لا تشعر بالعطش.

- عدم تناول الفاكهة

تعتبر الفاكهة مصدراً ممتازاً للفيتامينات والمعادن التي يحتاجها الجسم في رمضان، كما أنها تساعد في محاربة السمّة وفقدان الوزن، لذلك من المهم الحرص على تناول

الفاكهة في رمضان.

- إهمال التمرين

يتجاهل بعض الناس ممارسة الرياضة في رمضان ولكن الرياضة لها فوائد عديدة لجميع أجزاء الجسم وتأثيرها لا يقتصر على إنقاص الوزن، يمكن ممارسة الرياضة بعد ساعتين على الأقل من الإفطار.

تجاهل بعض الناس ممارسة الرياضة في رمضان ولكن الرياضة لها فوائد عديدة لجميع أجزاء الجسم وتأثيرها لا يقتصر على إنقاص الوزن، يمكن ممارسة الرياضة بعد ساعتين على الأقل من الإفطار.

تجاهل بعض الناس ممارسة الرياضة في رمضان ولكن الرياضة لها فوائد عديدة لجميع أجزاء الجسم وتأثيرها لا يقتصر على إنقاص الوزن، يمكن ممارسة الرياضة بعد ساعتين على الأقل من الإفطار.

قد يشعر الصائم بالبرد، وهذا قد يكون ناجماً عن تأثير الجوع وانخفاض سكر الدم، عموماً هذا شيء طبيعي ولا مشكلة فيه بالنسبة للشخص الذي لا يعاني من أمراض، إلا إذا كان الشخص مصاباً مثلاً بالسكري، عندها يجب التأكد من أنه لا يعاني نوبة هبوط سكر،

بمخنا الصيام لساعات طويلة شعوراً متضخماً

في بعض الحالات، قد يشعر الصائم بالبرد، وهذا قد يكون ناجماً عن تأثير الجوع وانخفاض سكر الدم، عموماً هذا شيء طبيعي ولا مشكلة فيه بالنسبة للشخص الذي لا يعاني من أمراض، إلا إذا كان الشخص مصاباً مثلاً بالسكري، عندها يجب التأكد من أنه لا يعاني نوبة هبوط سكر،

في بعض الحالات، قد يشعر الصائم بالبرد، وهذا قد يكون ناجماً عن تأثير الجوع وانخفاض سكر الدم، عموماً هذا شيء طبيعي ولا مشكلة فيه بالنسبة للشخص الذي لا يعاني من أمراض، إلا إذا كان الشخص مصاباً مثلاً بالسكري، عندها يجب التأكد من أنه لا يعاني نوبة هبوط سكر،

بالجوع، لذلك نميل إلى تناول أكثر مما يحتاجه الجسم، ولذلك افطر على التمر، ثم صلّ المغرب، بعدها ابدأ بتناول الحساء بيضه، ثم السلطة، ثم تناول الطبق الرئيسي.

- تناول الأطعمة المقلية في الإفطار: يعد بدء الإفطار بأطعمة غنية بالدهون من أكثر الأخطاء الشائعة التي يجب تجنبها في رمضان، فهي غنية بالدهون وقد تؤدي إلى تلبّك في المعدة، وحاول الابتعاد عن العفالي والأطعمة السمنة.

- عدم النوم بشكل منتظم.

الإفراط في النوم يؤدي إلى الشعور بالتعب والكسل.

- عدم تناول السحور:

تخطي السحور سيجعلك تشعر بالتعب والجوع في اليوم التالي. وينصح في المقابل بتناول سحور صحي، مثل منتجات الألبان والبروتين والأطعمة بطيئة الهضم مثل الخبز وتجنب الأطعمة المالحة والحارة حتى لا تشعر بالعطش.

- تجنب الكرويهدرات المكررة والسكر مثل: الخبز الأبيض، الأرز الأبيض، الحلويات والمعجنات، حيث إنها ترفع معدل السكر في الدم، كما تؤدي إلى الزيادة المفرطة في الوزن، وفقاً لمؤسسة حمد الطبية.

- ينصح في وجبة السحور تناول البروتينات والزيوت غير المشبعة والكرويهدرات المعقدة مثل: الفوليات، وشرب نصف كأس من عصير الفاكهة أو تناول نصف حبة فاكهة.

- عدم تناول السحور.

- الجفاف وعدم الحصول على كمية كافية من السوائل خلال فترة الإفطار.

- السهر وقلّة النوم.

تجاهل بعض الناس ممارسة الرياضة في رمضان ولكن الرياضة لها فوائد عديدة لجميع أجزاء الجسم وتأثيرها لا يقتصر على إنقاص الوزن، يمكن ممارسة الرياضة بعد ساعتين على الأقل من الإفطار.

أضف هذه المشروبات لنظامك الغذائي لإنقاص وزنك

والخضروات والمساحيق المهمة التي ستشعر بالشبع والرضا طوال اليوم، حيث إنها أيضاً طريقة ملائمة للتخفيف أثناء التنقل.

البروتين هو من المغذيات الكبيرة التي تعزز الشبع، وهذا بدوره قد يدعم فقدان الوزن.

وتساهم إضافة مساحيق البروتين مثل بروتين مصّل اللبن، وبروتين الصويا، وبروتين الكازين، وبروتين بياض البيض، وبروتين البازلاء، في تعزيز حالة الشبع.

يأخذ البروتين أيضاً المزيد من الطاقة للهضم، مما يعني أن حوالي ٢٠٪ إلى ٣٠٪ من إجمالي السعرات الحرارية في البروتين الذي يتم تناوله يتم هضمه، على عكس الكرويهدرات والدهون التي تستهلك طاقة أقل، إن الفواكه والخضروات من المغذيات الكبيرة التي يمكن أن تسهم في إنقاص الوزن من خلال التمثيل الغذائي للطاقة وبناء العضلات.

ويفيد الخبراء بأن الفواكه والخضروات الموجودة في العصائر يمكن أن تساهم أيضاً في تقليل واسب الكوليسترول والدهون في الجسم وتحسين وظيفة المناعة، مما يدعم فقدان الدهون.

- العصائر الطبيعية ومخفوق البروتين

يمكن أن تكون العصائر ومخفوقات البروتين مليئة بالعديد من العناصر الغذائية والفواكه

الرياضة في بلاد العجائب...



روناهي/ قامشلو - لم نعد نستغرب شيئاً في الرياضة السورية، التي تُقام تحت مظلة حكومة دمشق، وآخر الفضائح انتهاء مباراة دون معرفة نتيجتها! والتي جمعت بين أهلي حلب، والوثبة، والتي قررت اللجنة المؤقتة لكرة القدم التابعة لحكومة دمشق، إعادتها بالكامل، وحين الإعادة ظهرت فضيحة مدوية أخرى، وكانت عبر النقل التلفزيوني المباشر؟

وقررت اللجنة المؤقتة لاتحاد الكرة السوري، إعادة مباراة أهلي حلب مع الوثبة، ضمن منافسات الجولة ١٩ من الدوري السوري التابع لحكومة دمشق، على استاد الحمديان في حلب، بحضور جماهيري.

مباراة بدون نتيجة!

وكانت المباراة توقفت بالديققة السابعين، بعد اعتراضات الفريقين على طاقم الحكام، حيث شهد ملعب الحمديان «دراما» حقيقية في مباراة أهلي حلب، وضيقة الوثبة، بسبب الأحداث التي وقعت بعد الدقيقة التاسعة والسنتين من المباراة، ضمن منافسات المرحلة التاسعة عشرة من الدوري السوري الممتاز لكرة القدم.

إذ بعد احتساب حكم المباراة الدولي محمد قانة خطأ لصالح أهلي حلب، جاء منه هدف المباراة الأول، ولكن الهدف أُلغي بداعي وجود تسلسل، وأثناء احتقال لاعبي الأهلي، نفذ الوثبة كرة

بطولة للشطرنج وافتتاح مراكز تدريبية في الطبقة

روناهي/ قامشلو - أقيمت بطولة للشطرنج من قبل الشبيبة الثورية، وبالتنسيق مع الاتحاد الرياضي في الطبقة في ناحية الجرنية، وبمشاركة واسعة بلغت ٣٥ لاعباً، استمرت أربعة أيام، واختتمت بتكريم الفائزين بالمراكز الأولى.

وبهدف النهوض بواقع الرياضة في الجرنية، وتفعيل دور الشبيبة في الجانب الرياضي، أقيمت بطولة للشطرنج بمطقة الطبقة، ودارت منافسات بين المشاركين على مدار أربعة أيام، وفي اليوم الختامي، ذكر الرئيس المشترك للاتحاد الرياضي في الطبقة، حسن الأحمد: «إن هذه البطولة لن تكون الأخيرة، وستكون هناك بطولات عدة خلال الأيام القادمة، وذلك من أجل النهوض بالواقع الرياضي في ناحية الجرنية»، ثم تم تكريم الفائزين بالمراكز الأولى على الشكل التالي:

المركز الأول: محمود عبد الكافي الأحمد.

أشلي بارتي تبدأ سلسلة كتب الأطفال بعد اعتزالها التنس

للأطفال.

وقالت أشلي بارتي (٢٥ عاماً)، في مقابلة حصرية مع وسائل إعلام تابعة لمؤسسة (نيوز كورب) أنها ستشتر سلسلة من كتب الأطفال

تحت عنوان «Little Ash» (الصغيرة أش)، مستوحاة من تجاربها الخاصة، كتجمة تنس، ومن خلال عائلتها.

وأوضحت الرياضية الأسترالية، التي توجت في أواخر كانون الثاني الماضي، بلقب بطولة أستراليا المفتوحة، أنها بدأت في الكتابة بإلهام من ابنة شقيقها لوسي وعمرها خمس سنوات، وذلك خلال المقابلة التي نشرتها وسائل إعلام أسترالية مثل (هيرالد صن)، و(ذا ديلي تيليغراف).

وصرحت أشلي بارتي: «لقد كان هذا المشروع ممتعاً للغاية، وهو شيء طالما أردت القيام به، لوسي هي نجمتي القطبية، إنها في السن المثالي لفهم القصص، وقراءة كتب مؤلفة من فصول».

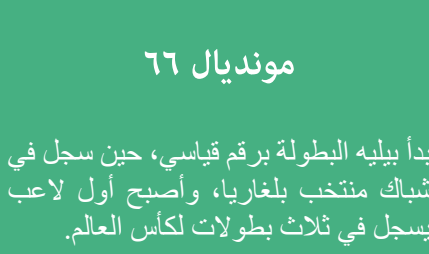
وسيجري طرح الكتب، التي شاركت في تأليفها جاسمين ماكجوهي، ورسمها جيد جودوين، للبيع في السادس من تموز المقبل.

وكانت أشلي بارتي، المتوجة باللقب ثلاث بطولات كبرى (غراند سلام)، قد أعلنت في ٢٣ من آذار اعتزال لعب التنس الاحترافي، القرار الذي أكدت أنها لا تندم عليه.

وقالت أشلي «لقد قضيت الكثير من الوقت مع عائلتي الجميلة، وأبناء أشقائي، ولم يتباعد ذلك الابتسامة عن وجهي في الأسابيع الأخيرة»، مضيفة أنها تخشعت «القرار الصحيح».

+

مسيرة أسطورة... «بيليه» جوهرة سوداء عانقت الذهب المونديالي



مونديال ٦٦

أشهر قبلة تصفنا عن الحدث الأكثر إثارة في مسابقات كرة القدم، بطولة كأس العالم، التي ستطلق في قطر بشهر تشرين الثاني المقبل.

وسيلط موقع «كورة» الضوء على أبرز الأساطير، الذين شاركوا في كأس العالم، وكانت لهم بصمات واضحة، خلال سلسلة تقارير «مسيرة أسطورة».

وفي الحلقة الأولى من السلسلة، سيكون الحديث عن الأسطورة البرازيلي، بيليه.

هو إيسون أرتانيس دو ناسيمينتو والمعروف باسم «بيليه»، وهو من مواليد ٢٣ تشرين الأول ١٩٤٠ في مدينة كاراكوس بالبرازيل، بدء التسجيل للثورات التدريبية، للالعاب:

وفي الحلة الأولى من السلسلة، سيكون الحديث عن الأسطورة البرازيلي، بيليه.

هو إيسون أرتانيس دو ناسيمينتو والمعروف باسم «بيليه»، وهو من مواليد ٢٣ تشرين الأول ١٩٤٠ في مدينة كاراكوس بالبرازيل، بدء التسجيل للثورات التدريبية، للالعاب:

وفي الحلة الأولى من السلسلة، سيكون الحديث عن الأسطورة البرازيلي، بيليه.

استمرار تأخُّر افتتاح مستشفى الشدادي يثير التساؤلات..

والكرة في ملعب هيئة الصحة



لا تصريح

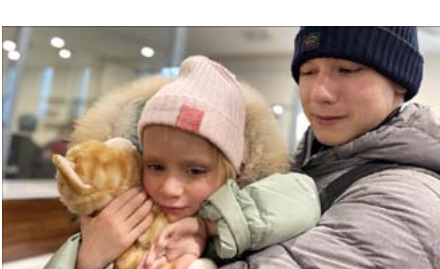
فيما لم تفصح لجنة الصحة في مجلس ناحية الشدادي عن أسباب التأخير، واكتفوا بتوجيهنا إلى لجنة الصحة في مقاطعة الحسكة من أجل إيجاد الجواب الشافي لمعرفة أسباب التأخير، إلا إنهم لم يكونوا أفضل حال من لجنة الصحة في مجلس الشدادي، فقد كان هناك تهرب من الإجابة، بمعنى كل طرف يحاول القضية إلى طرف آخر، لتبقى أسباب تأخر افتتاح المستشفى مبهمة.

وفي شهر تموز من عام ٢٠٢٠ باشرت لجنة الصحة في مجلس ناحية الشدادي بأعمال إعادة الترميم، وحددت مدة زمنية لا تتجاوز العام للانتهاء من أعمال الصيانة، على أمل أن يقتتح مباشرة، ولكن بعد مرور أكثر من عام على تجهيز المستشفى، إلا إن هذه المدة الزمنية الطويلة لم تشفع لفتح، ولم يتم افتتاحه حتى لحظة إعداد هذا التقرير.

وطوال هذه الفترة اكتفى مسؤولو هيئة الصحة بتقديم الوعد لأكثر من مرة، والتي شكك في صحتها السكان بعد تكرارها مرات عدة.

مساعي، ولكن!

يونيسيف: نزوح أكثر من ثلثي أطفال أوكرانيا في خمسة وأربعين يوماً



وأضاف: «في غضون ستة أسابيع فقط، نزح ما يقرب من ثلثي الأطفال الأوكرانيين (لم يقدم رقماً محدداً)، لقد أجبروا على ترك كل شيء وراءهم: منازلهم، ومدارسهم، وأسرهم في كثير من الأحيان».

وتابع: «بين ٣,٢ مليون طفل يُقدر أنهم بقوا في منازلهم، قد يكون نصفهم تقريباً معرضاً لخطر عدم الحصول على ما يكفي من الغذاء». وفي الرابع والعشرين من شباط الماضي، أطلقت روسيا هجوماً على أوكرانيا، تبعه رفض دولي وعقوبات اقتصادية، ومالية مشددة على موسكو، التي تشتدُّر لإنهاء عمليتها تخلي أوكرانيا عن خطط الانضمام إلى كيانات عسكرية بينها حلف شمال الأطلسي «الناتو»، والتزام الحيداء التام، وهو ما تعدّه كييف «تدخلا وسيادتها».



وكالات

+

فقط لأنهم احتجوا... الحكم

على ٢٢ مواطناً بالسجن ١٦٠

سنة و١٤٨٠ جلدة في إيران



سبب احتجاج وقع قبل سبع سنوات على مشروع نقل المياه قيد الإنشاء، لنقل المياه من سيزكوه إلى بروجين، حكم الفرع ١٠١ من محكمة الجنايات في مقاطعة بروجين على ٢٢ مواطناً بالسجن لمدة ١٦٠ عاماً، و١٤٨٠ جلدة.

وحسب وكالة «HRANA» للأنباء الناشئة في مجال حقوق الإنسان في محافظة بروجين، فقد حكم على ٢٢ مواطناً بالسجن والجلد بسبب احتجاجهم السلمي على مشروع نقل المياه.

وفي ريع النهائي ضد البيرو لم يسجل، أو يصنع أهدافاً، أما في نصف النهائي، فصنع هدفاً ضد أوروغواي، قبل أن يتألق بشكل لافت في النهائي ضد إيطاليا، بتسجيل هدف، وصناعة هدفين، ليتوج السيلساو باللقب، ويكون آخر ظهور للجوهرة السوداء في المونديال.

بشكل شبه كامل.

وكان من المقرر أن يتم افتتاح مشروع المستشفى خلال شهر آذار من العام المنصرم، إلا أن هذه الالتزامات كلها لم تَرَ النور، حتى الآن، والمعاناة مستمرة فيما يتعلّق بالأهالي.

ويتألف المستشفى من بناء بحوي ثلاثة طوابق، كانت قد تعرضت للدمار بنسبة تصل إلى ٩٠ بالمائة، بعد سيطرة الفصائل السورية المسلحة، بالإضافة إلى مرتزقة جبهة النصرة، أو ما تعرف اليوم بهيئة تحرير الشام المصنفة على لائحة الإرهاب عام ٢٠١٣.

وفي شباط من عام ٢٠١٤ سيطر مرتزقة داعش على ناحية الشدادي، بعد طرد الفصائل المسلحة، وجبهة النصرة، وتم تحويل المستشفى إلى مشفى عسكري خاص بالمرتزقة.

وما إن أعلنت قوات سوريا الديمقراطية تحرير الناحية وريفها، حتى بدأ المستشفى كتلاً إسمنتية متناثرة نتيجة المعارك الشرسة التي دارت.



المعاناة مستمرة

وكان الأهالي ونشطاء من ناحية الشدادي والبلدات، والنواحي التابعة لها قد أطلقوا صرخات استغاثة، ودعوات لتنادي بضرورة افتتاح المستشفى بعد مرور أكثر من عام على ترميمه.

حيث يضطر الأهالي للتوجه إلى مشافي الحسكة، ودير الزور لمعالجة مرضاهم بسبب غياب الخدمات الصحية عن الريف الجنوبي

بدعم كويتي وقطري.. الاحتلال التركي بيني مستوطنة جديدة بريف مقاطعة عفرين المحتلة



مركز الأخبار - بواصل الاحتلال التركي سياسة التغير الديمغرافي في قرى ونواحي مقاطعة عفرين ببناء مستوطنة جديدة وسط صمت دولي ومحلي تجاه هكذا تصرفات.

وبدأ الاحتلال التركي ببناء مستوطنة جديدة في ناحية شرا التابعة لمقاطعة عفرين المحتلة، وذلك بدعم من منظمات كويتية وقطرية.

وأفادت وكالة فرات للأنباء نقلاً عن مصادر لها داخل الناحية بأن الاحتلال التركي بدأ ببناء مستوطنة جديدة على الطريق الواصل بين قرية جُمَا ومركز ناحية شرا.

ويعدم الاحتلال التركي إلى بناء هذه المستوطنات لتوطن أكبر عدد من المستوطنين وعوائل المرتزقة فيها محدثة بذلك تغيير ديمغرافي في المقاطعة المحتلة، وبلغ عدد المستوطنات التي تم بناؤها منذ احتلال المدينة أكثر من «١٨» مستوطنة توزعت على نواحي وقرى المدينة وذلك بمساعدة من منظمات خليجية وفلسطينية.

أكثر من ٥٠ ٤ مشروع قيد التنفيذ في إقليم الجزيرة

مركز الأخبار - أشار الرئيس المشترك لهيئة الإدارة المحلية والبيئية في الإدارة الذاتية الديمقراطية بإقليم الجزيرة سليمان عرب إلى أهمية المشاريع التي تعمل عليها الهيئة في إقليم الجزيرة، كاشفاً أن هناك أكثر من ٤٥٠ مشروع خدمي قيد التنفيذ.

وفيما يخص البيئة أوضح عرب للموقع الرسمي لإدارة الذاتية في شمال شرق سوريا بأنه من أجل الحفاظ على البيئة وتطويرها يتم الآن زراعة الأشجار ضمن غابات صناعية، ويأن لديهم مشروعين أساسيين في قاشلرو، الأول في حي حلكو والثاني في حي العنترية، وهم على وشك الانتهاء منها حيث يتم وضع المسامات الأخيرة.

ومن مشاريع المياه، التي ربما تكون المشكلة الأكبر لمناطق إقليم الجزيرة في فصل الصيف، أشار عرب: «ضمن مشاريع المياه يتم تخصيص مصافي المياه في كل

من الشدادي ومركدة، والخطوط الرئيسية لمشروع مياه الفرات من أجل مدينة الحسكة، حيث تم الانتهاء من محطة تصفية المياه في الشدادي، أما محطة مركدة فلازال العمل مستمراً فيها، وبالنسبة للإطفاء فلدينا مشروع تنظيم أفواج الإطفاء، حيث انتهينا من أحد

هذه المشاريع ونعمل على مشاريع أخرى الآن، ويتم العمل على تصليح ليات الإطفاء وتأمين موادهم حيث تمّ إعداد أفواج للإطفاء في كافة البلديات.»

وبالنسبة للطرقا قال عرب: «يتم العمل على طريق عبارة الواصل بين مدينة قاشلرو وطريق M٤، بالتنسيق بين هيئة الإدارة المحلية والبيئية في الإدارة الذاتية لشمال وشرق سوريا وهيتنا، وهذا الطريق يُعد طريقاً استراتيجياً مهماً، وسيتم إنجازه خلال السبعة شهور القادمة.»

واختتم سليمان عرب الرئيس المشترك لهيئة الإدارة المحلية والبيئية في الإدارة الذاتية

مركز الأخبار - اعتدت السلطات التركية على عدد من اللاجئين السوريين في مدينة أورفا بباكور كرديستان، واعتقلت ١٥ منهم، أمام مبنى إدارة الهجرة.

هذا وقد اشتد خطاب الكراهية ضد اللاجئين السوريين في تركيا، ووفق المعارضة فإن تركيا تستفيد من بقاء اللاجئين السوريين على الأراضي التركية واختلاس الأموال التي ترسلها أوروبا من أجلهم والتي تبلغ ملايين اليوروهات.

وأشارت الصحفية، أنه حدثت مناقشات بين الموظفين وعدد من اللاجئين السوريين من بينهم نساء، لرغبتهم في إنهاء إجراءات داخل إدارة الهجرة دون الحصول على موعد مسبق.

وأضافت، أن «عناصر الأمن أخرجوا عددًا من المحتجين، ليحضروا لاحقاً برفقة أقاربهم ويقوموا برشق مبنى إدارة الهجرة بالحجارة، مما أسفر عن إصابة اثنين من



ثلاثة عشر ألف شخص يتنافسون على ٧٨ وظيفة في تركيا

مركز الأخبار - في صورة تعكس البطالة في تركيا، تلقى المستشفى التعليمي بجامعة عمرو خالص دمير في مدينة نيدا التركية، ١٣ ألف و٢١٣ طلب توظيف لشغل ٧٨ وظيفة مُعلن عنها.

أمين شعبة حزب الشعب الجمهوري بالمدينة، أرهان اندم، قال منتقداً: «السلطات تصرّح بأن تركيا لا تعاني من البطالة، وهيئة الإحصاء تواصل تضليل الناس، في نيدا تقدم ١٣ ألف و٢١٣ شخص لشغل ٧٨ وظيفة، ليست البلاد لا تعاني من البطالة؟ يمكنكم أن تروا مدى صعوبة الوضع الذي يعاني منه المواطنون.»

وأكد اندم أن هذه الأرقام تعكس وضع البطالة الفعلي في تركيا.

أضاف قاتلاً: «السلطة الحاكمة أصبحت عاجزة عن إدارة البلاد، ولابد من عقد انتخابات مبكرة فوراً.»

كشفت بيانات هيئة الإحصاء التركية مؤخرًا أن تعداد العاطلين عن العمل في تركيا بلغ

الحكواتي.. من الذاكرة الشعبية والطقوس الرمضانية

جل آغا/ أمل محمد – الحكواتي أو الراوي، أو القصاص هي شخصية تقوم بسرذ القصص، والحكايات، انتشرت وذاع صيتها في بداية القرن التاسع عشر للمرة الأولى في بلاد الشام، و‌مصر، وهي مهنة شعبية مرتبطة بالمقاهي القديمة، وارتبطت بالذاكرة الشعبية عن شهر رمضان كذلك.



حيث يقف الحكواتي على مصطبه، وسط حشد من الرجال، والذين يلتقون حوله ليقيم بدوره بسرذ القصص، والروايات والتي غالباً ما كانت تتحدث عن شخصيات تاريخية، مثل عنزرة بن شداد والظاهر بيبرس وغيرهم، يحمل الحكواتي كتابه ليبدأ بالقراءة، ويجسد في الوقت عينه الشخصية، التي يتحدث عنها حيث يتفاعل معها بحركات يده، وتغيير نبرة صوته وملامح وجهه لنقل الصورة بشكل جيد إلى المستمعين.

كان ياما كان

اشتهرت مدينة دمشق بكثرة، الحكواتية، فيها قبل سنوات خلت من الآن، حيث كان

الناس يتوافدون إلى المقاهي الشعبية، والخيم الرمضانية فقط من أجل الاستمتاع بقصص الراوي، عمل الحكواتي كان يمتد على مدار السنة، وينشط في ليالي الصيف والمناسبات الدينية، والاجتماعية، وهي مهنة تتطلب شروطاً وسمات للعمل فيها، ومنها أن يكون الشخص على دراية بالقصص والأحداث التاريخية، بالإضافة إلى القدرة على جذب

وتابع الصحفية، أنه على خلفية ذلك حضر عناصر الشرطة إلى موقع الحادث، وتم اعتقال ١٥ شخصاً من بينهم عدد من النساء.

هذا وقد اشتد خطاب الكراهية ضد اللاجئين السوريين في تركيا، ووفق المعارضة فإن تركيا تستفيد من بقاء اللاجئين السوريين على الأراضي التركية واختلاس الأموال التي ترسلها أوروبا من أجلهم والتي تبلغ ملايين اليوروهات.

وأشارت الصحفية، أنه حدثت مناقشات بين الموظفين وعدد من اللاجئين السوريين من بينهم نساء، لرغبتهم في إنهاء إجراءات داخل إدارة الهجرة دون الحصول على موعد مسبق.

وأضافت، أن «عناصر الأمن أخرجوا عددًا من المحتجين، ليحضروا لاحقاً برفقة أقاربهم ويقوموا برشق مبنى إدارة الهجرة بالحجارة، مما أسفر عن إصابة اثنين من

مركز الأخبار - اعتدت السلطات التركية على عدد من اللاجئين السوريين في مدينة أورفا بباكور كرديستان، واعتقلت ١٥ منهم، أمام مبنى إدارة الهجرة.

هذا وقد اشتد خطاب الكراهية ضد اللاجئين السوريين في تركيا، ووفق المعارضة فإن تركيا تستفيد من بقاء اللاجئين السوريين على الأراضي التركية واختلاس الأموال التي ترسلها أوروبا من أجلهم والتي تبلغ ملايين اليوروهات.

وأشارت الصحفية، أنه حدثت مناقشات بين الموظفين وعدد من اللاجئين السوريين من بينهم نساء، لرغبتهم في إنهاء إجراءات داخل إدارة الهجرة دون الحصول على موعد مسبق.

وأضافت، أن «عناصر الأمن أخرجوا عددًا من المحتجين، ليحضروا لاحقاً برفقة أقاربهم ويقوموا برشق مبنى إدارة الهجرة بالحجارة، مما أسفر عن إصابة اثنين من

مركز الأخبار - اعتدت السلطات التركية على عدد من اللاجئين السوريين في مدينة أورفا بباكور كرديستان، واعتقلت ١٥ منهم، أمام مبنى إدارة الهجرة.

هذا وقد اشتد خطاب الكراهية ضد اللاجئين السوريين في تركيا، ووفق المعارضة فإن تركيا تستفيد من بقاء اللاجئين السوريين على الأراضي التركية واختلاس الأموال التي ترسلها أوروبا من أجلهم والتي تبلغ ملايين اليوروهات.

وأشارت الصحفية، أنه حدثت مناقشات بين الموظفين وعدد من اللاجئين السوريين من بينهم نساء، لرغبتهم في إنهاء إجراءات داخل إدارة الهجرة دون الحصول على موعد مسبق.

أوراق بن لادن...في كتاب لـ «نييلي لهود»

في وضع بانس، ويفتقر إلى الأموال بشدة.

كما يبرزّ الكتاب الاستخبارات العسكرية الباكستانية من أنها كانت على علم بوجود بن لادن في أبوت أباد، على الرغم من أن المولفة تشير إلى بعض الوثائق، التي من بينها رسائل من بين لادن للاستخبارات العسكرية الباكستانية.

تأثير العائلة

«الجزء الخاص بعائلة أسامة بن لادن شيق جداً»، هذا ما توضحه الصحفية في عرضها للكتاب «أوراق بن لادن» الذي تشير أيضا أن بعض الأقسام الأخرى منه، قد تبدو رتيبة ومملة، وتورد الصحفية إضاءة على ذلك في هذه الجزئية: “ترى رجلاً يصارع كي يعيد بناء تنظيمه، مستغلاً ذكرى مرور عشر سنوات على هجمات الحادي عشر من سبتمبر، باعتبارها مناسبة مهمة، وفي الوقت ذاته يحاول إعادة بقية أفراد أسرته من إيران، أما داخل المجمع السكني (الذي يعيش فيه

في أبوت أباد)، يتنمر ابنه الأكبر بالشكوى لأنه لا يستطيع المغادرة كي يتزوج، والأبناء مضغوطون لا يُسمح لهم بإثارة جلبة، أو علو الصوت، بينما زوجته الثانية تحاول وضع جدول لحصص الدراسة، وشقيقها المسؤولان

ذلك من قبل ما ذكره الكتاب كيف أن ابنة أسامة بن لادن البالغة من العمر ١٩ سنة، قالت له: إن عليه إعادة تسجيل أحد ببائله لأن صوته يبدو متعباً، أو نصحته مرة بأنه “ممكّن للبعض من الأجيال الجديدة أن يكون مؤمناً بالتغيير السياسي من دون حاجة للجهاد”.

وفي العرض الذي نشرته الصحفية تشير إلى صورة لابن لادن من خلال الكتاب ذاته، وكيف كان يبدو في أيامه الأخيرة، وما كان يقوم به من تصرفات: “ترى رجلاً تقدم في السن محصوراً في مخبئه في أبوت أباد، لا يعرف بمن يقف، وعاجز عملياً، فمعظم قيادات تنظيمه في السجون، والآخرون قتلتهم الطائرات المسيّرة، في الأغلب لفشلهم في التزام القواعد الأمنية الأساسية، كل ذلك يعانيه، بينما شركاؤه حول العالم لا يمكن السيطرة عليهم”.

تشير المولفة، إلى أنها اطلمت على كتابات بخط اليد، تفيد بأن فكرة إرسال الطائرات لتدمير المباني في ٩/١١ كانت فكرته، ويبدو



ذلك مناقضاً تماماً لما هو ثابت عن دور العقول المدبرة لهجمات أبولمن من خالد شيخ محمد، وقريبه رمزي يوسف، اللذين حاولا في التسعينيات تغيير/١١ طائفة/ أمريكية في وقت واحد.

يذكر الكتاب كيف أن رد الفعل الأمريكي بعد الهجمات كان غير متوقعاً من بين لادن والقاعدة، ثم جاء انهيار حركة “طالبان” وفرار من تبقى من تنظيم “القاعدة”، بعضهم إلى إيران، التي اعتقلتهم لتستخدمهم كورقة مساومة.

وتقول المولفة: إن تنظيم “القاعدة” ليس مسؤولاً عن هجمات مدريد في ٢٠٠٤، ولا تجبيرات القطارا في لندن في ٢٠٠٥، لأنها لم تعرّف على شيء في الملفات يشير إلى تلك الأحداث، كما أن التنظيم في ذلك الوقت كان

الشاعر العراقي حسب الشيخ جعفر.. رحيل على

مشارف الثمانين

خسرت الأوساط الأدبية والثقافية العراقية أحد أبرز شخصياتها الأدبية والثقافية، الشاعر العراقي، ومعروف بمساهمته في الصحافة العراقية، وحضوره الدائم ومشاركته في المؤتمرات الأدبية، والشعرية في العراق، والدول العربية، والاتحاد السوفيتي.

والشيخ جعفر الذي رحل عن عمر ناهز ثمانين عاماً عين رئيساً للقمم الثقافي في إذاعة بغداد

رامان آزاد

التواصل يضمن استمرار القضايا والعلاقات الطبيعية بين أبناء الشعب الواحد، فيما العزل يعني إنهاء قضايا الشعوب الحقيقية وتصفيتها، وإضعاف إرادة أبناء الشعب الواحد، واليوم تواصل حكومتا بغداد وهولبر بناء الجدار العازل لفصل أبناء شمال عن شمال وشرق سوريا، في توقيت زاهر بالأحداث، وليكون إنشاء الجدار إعلاناً لحرب تجري الاستعدادات لقيام بها خلال الأيام القادمة.

جدارٌ على الحدود

أعلن معاون رئيس أركان الجيش العراقي للعمليات قيس المحمداوي، في ٢٠٢٢/٣/٣، البدء في إنشاء جدار صخر على الحدود الغربية لبلادته مع سوريا. وفي ٢٠٢٢/٣/٢٧ قالت قيادة حرس الحدود في بيان نقله الإعلام العراقي، إنه «ضمن سلسلة من التحصينات الأمنية التي تجريها قيادة حرس حدود المنطقة



السامدة بدعم وتوجيه من رئيس الوزراء القائد العام للقوات المسلحة، تواصل ملاكات القيادة السامدة جهودها في إكمال نصب جدران خرسانية مسلحة في قاطع اللواء التاسع عشر». ويصحب البيان: «تستدّر الأعمال من أجل إكمال التحصينات الأمنية على طول قاطع المسؤولية للحد بشكل نهائي لأي محاولة لاخرق الحدود».

ميدانياً استمر بناء الجدار على الحدود بين شمال وشرق سوريا، وتجاوز عدد المقرات العسكرية للجيش العراقي في سهل منطقة العرب قرب الحدود، ٩٠ قواعد، وإضافة للجدار يصنع الجيش العراقي أسلاكاً شائكة أيضاً بعمق ٥ كم عن الجدار، ويتضمن مخطط المشروع، وضع الأسلاك من خط مديان حتى قرية بير قاسم في ناحية سنوني. وسيلعب طول الجدار حوالي ٢٥٠ كم، وارتفاعه ٣، ٢، وسماكة ٧٥ سم بين مناطق شمال وشرق سوريا وشكل، ومن المقرر الانتهاء من هذا الجدار خلال شهرين.

وكما في كلّ قرار يستهدف الكرد أنقرة وراءه، والهدف من بناء الجدار تضيق الخناق على مناطق شمال وشرق سوريا ومحاوله فصل التواصل بين الكرد على جانبي الحدود، والكلل الإسميتية التي يتّمنصبتها تركية الصنع، وتحتمل حكومة الاحتلال التركي نفقات إنشائه.

في ٢٠٢٢/٣/١٣ خرج أهالي شنگال من العرب الإيزيديين بمظاهرة منددة بحكومة مسروور حكومة مصطفى الكاظمي المنتهية ولايته وضع الحدود بين القرى العربية والإيزيدية، وبعد المظاهرة ازدادت ضغوطات الحكومة العراقية على أبناء القرى العربية، وبعد ١٥ آذار داهمت قوات من اللواء ١٨ بالجيش العراقي وحرس الحدودي القرى العربيّة (حساويك وبيرجاري وتل مشرف) بناحية سنوني، وهدوا الأهالي بعدم التحدث للإعلام والحديث عن المداهمة، وتذرعوا بأنّ سبب المداهمة التفتيت عن الأسلحة، ودعوا الأهالي لعدم المشاركة بالعاليات المناهضة وهاقت الأمن الوطني العراقي، العديد من أهالي القرى وطالبهم بعدم المشاركة أيضاً.

بناء الجدار مُقدمة العدوان

أصدر مجلس الإدارة الذاتية الديمقراطية في شنگال، في ٢٠٢٢/٤/٥ بياناً أدان فيه بناء الجدار الفاصل ما بين شنگال وروج آفا، وذكر البيان بمجزرة ٣ آب ٢٠١٤ التي استهدفت العمال الكردستانيّ ومقاتلو الكريلا هم من قاتلوا داعش وأنقذوهم من الإبادة الجماعيّة.

المواطنون الإيزيديون أعلنوا رفض الاتفاق مؤكدين أنّ الإدارة الذاتية في شنگال كيأنّ شرعي، ولا تتعارض مع الدستور العراقي، وأنّ هدف الاتفاق الأمنيّ استبعاد الإيزيديين مجدداً، ووصفوا الاتفاق الأمنيّ بالمؤامرة، وهي تستهدف إنشاء إدارة مشتركة بين الحكومة الاتحادية والحزب الديمقراطيّ الكرديستانيّ وإلغاء الترتيبات التي وضعت بعد عام ٢٠١٧، ومحاربة وحدات مقاومة شنگال وأساييش إيزيدخان وتوكيل مهمة الأمن للشرطة الاتحادية بالتعاون مع الديمقراطي الكرديستاني.

حديثة لفصل الحدود البرية مع سوريا، وقال قائد «حرس الحدود» العراقي أنّ الجدار يمتد على مسافة ٦٠٠ كيلومتر على طول الحدود

السوريّة العراقية، يتألف من أسلاك شائكة مرفقة بسياج مكهرب، إضافة إلى كشافات ليلية وكاميرات حراريّة متطورة، وأجهزة استشعار تعمل بالأشعة تحت الحمراء مركبة على أبراج مراقبة ومغززة بدوريات متلوية.

المفارقة أنّ حكومة هولير التي تقم الجدار اليوم، كان لها رأي مختلف يوم بدأت إيران إنشاء الجدار على الحدود، ففي ٢٠١٠/٧/١٢ نقلت وكالة كردستان للأنباء «إكأنبور» عن وكيل وزارة الداخلية بحكومة الإقليم فائق توفيق قوله بأنّ سعي إيران لبناء جدار عازل على الحدود مع إقليم كردستان العراق إنّ «الجمهورية الإيرانية لا تلتزم بقراراتها»، معتبرا «بناء الجدار هو فقط للاضطراد الكرد». وسوّدز على العلاقات الدبلوماسية بينها وبين حكومة الإقليم والحكومة الاتحادية».

جراك سياسيّ موازٍ للجدار

بناء الجدار العازل يعتبر مخطأً معادياً للكرد الإيزيديين، اشترك فيه الثلاثي «أردوغان عبيد، وفي ٢٠٢٢/٣/٢، زار رئيس هيئة «المشد الشعبي» في العراق، فالح الفياض دمشق، والتقى بالرئيس السوريّ بشار الأسد، والاتفاقية الأمنية الموقعة في ٢٠٢٠/١٠/٩ بين بغداد وهولير برعاية تركية، لفرض السيطرة على شنگال وضرب الأمن والاستقرار فيها ومحاربة مشروع الإدارة الذاتية، وليس كما تدعي الحكومة العراقية لمنع تسلل مرتزقة «داعش» الذي ينشط في الصحراء والمناطق الواقعة ما بين دير الزور والعراق وهي بؤرة نشاطهم، والأجدي بناء الجدار جنوب دير الزور في منطقة الأبناب.

في ٢٠٢٢/٣/٢٧، أجرى رئيس البرلمان العراقيّ محمد الحلوسي ورئيس تحالف السيادة خميس الخنجر، مباحثات مع الرئيس التركيّ أردوغان بحضور رئيس المخابرات التركية هالكان فيدان.

واجتمع رئيس إقليم كردستان نيجرفان البرزاني مع الرئيس التركيّ أردوغان، على هامش الأعمال الجارية النسخة الثانية من منتدى أنطاليا الدبلوماسي برعاية وزارة الحزب الديمقراطيّ الكرديستانيّ والدولة التركية، فيما كانت الحكومة العراقية تعارض هذا المخطط والاتفاقية الأمنية كانت صيغة انضمامها للمخطط واستهدف الإدارة الذاتية في شنگال، ولذلك رفض الإيزيديون الاتفاقية، ورفض العرب القاطنون في القرى الواقعة في منطقة مجلس الخط العربيّ الاتفاقية، وهم جزءة من الإدارة الذاتية في شنگال،

وكان رئيس إقليم كردستان نيجرفان برزاني زار تركيا آخر مرة في ٢٠٢٢/٣/٢، بعد يوم واحد من غارة جوية شنتها الطائرات الحربية على شنگال ومخمور وروج آفا.

استعدادات عسكرية

يُذكر أنّ مرتزقة «داعش» أزالوا في ٢٠١٤/٦/١٠، الحدود بين سوريا والعراق، عقب سيطرتهم على مساحات واسعة على طرفي الحدود بين البلدين، وبعد إعلان هزيمة «داعش في العراق عام ٢٠١٧، أعلنت قوات كردستانيّة وحرس الحدود العراقية في حزيران ٢٠١٨ إنشاء جدار حديديّ شائك، مزوّد بالنظمة مراقبة



نيسان الحالي، ضد نقاط قوات الكريلا في منطقة كاني ماسي التابعة لمحافظة دهوك.

استدتمت قوات الحزب الديمقراطي الكرديستاني المزيد من القوات وعشرات المدرعات إلى قرية بانكي في منطقة حقناني بهدف الانتشار في قرى بانكي وبريلا، فيما يبدو أنه استعداد لهجوم جديد على قوات الدفاع الشعبي، يأتي هذا بعد أيام من لقاء جمع مسؤولين في الحزب الديمقراطي الكرديستاني ورئيس دولة الاحتلال التركية أردوغان.

وأرسل الحزب الديمقراطيّ الكرديستانيّ قوات خاصة إلى منطقة متينا، خلال آذار الماضي، وهذا ما سلط الضوء على بعض الأمور حول فكرة الهجوم الذي سيُنّفذ هذا الربيع، يبدو هذه المرة أنّه تم اختيار متينا بدل غاري.

في ٢٠٢٢/٤/٥ بدأت عناصر بيشمركة روج الدخول إلى جانب جيش الاحتلال التركيّ للهجوم على مناطق الدفاع المشروع في جبال قنديل لقتال الكريلا وتم توزيعهم في عدد من النقاط، وأكدت المصادر قولها؛ أنّ عناصر من بيشمركة روج بدأوا بإزالة الأنغام أمام جيش الاحتلال التركي في المناطق المقرر الهجوم منها وذلك وفق تعليمات سابقة تلقثها قادة البيشمركة.

تستمر اجراءات الاستعداد لنش هجمات عسكرية كبيرة مستمرة والتي يشترك فيها الحزب الديمقراطي الكرديستاني، وأرسل الجنود إلى جلي، قلابان وجولميرك، وفي ٢٠٢٢/٤/٥ وردت معلومات تفيد بإرسال المروحيات والجنود نحو باشور، إلا أنه من غير المعلوم مدى انخراط الحزب الديمقراطيّ الكرديستانيّ بالحرب، بعد تأكيد تعاونه الكامل، وأنشأ جيش الاحتلال التركيّ خمس قواعد عسكرية ضخمة، و٣٨ قاعدة عسكرية في باشور، حيث تحلّي بعض القرى وتهدّد الأهالي، وتستخدم الأسلحة الكيماوية، تنمر الغالبات، وتقطع الأشجار وتبنيها، فيما لا

الشرائح الاجتماعية بكركي لكي: حرب الشعب الثورية هي الرادع

يدي الحزب الديمقراطي الكرديستانيّ موقف الرفض والاستنكار.

أعلنت لجنة العلاقات الخارجية في منظومة المجتمع الكرديستانيّ في ٢٠٢٢/٣/٢٦ حصولها على معلومات تفيد بانضمام الحزب الديمقراطي إلى هجمات الدولة التركية المحتلة ضد الكريلا ومشاركة فيها بشكل فعال وتنشط هذا العام، وأشارت إلى إمكانية القيام بعمليات استفزازية لإشراك الحزب الديمقراطي الكرديستاني في الهجمات الاحتلالية بشكل نشط وشرعة هذه الهجمات، ودعت لجنة العلاقات الخارجية في بيانها، برلمان إقليم كردستان والأحزاب السياسية ومؤسسات المجتمع المدني، والمؤسسات الرسمية والرأي العام، إلى الوقوف في وجه هذه الخطط الاحتلالية وتحذير الشعب الكردي من تصرفات الحزب الديمقراطيّ الكرديستاني.

أهمية متينا

تسعى الدولة التركية والحزب الديمقراطيّ الكرديستانيّ إلى تنفيذ سيناريو مشابه للهجوم على غاري في ٢٠١٠/٢/٢٠، الذي أخفقت فيه، وسرعان ما أعلنت انتهاء الهجوم بعد أربعة أيام، بعد فشل عملية إزال للجنود واحتلال الجبال، ووسعت نطاق هجماتها على مناطق أفاشين ومتينا.

منطقة متينا هي أصغر من منطقتي زي وزاغروس وحقتانين جغرافياً، ولكن وبغض النظر عن صغر المساحة فإنّ أهميتها تكمن بوقوعها على حدود باكور كردستان على عكس غاري، وتشكّل منطقة متينا ممراً بين زي وزاغروس وحقتانين، لذا فهي تتمتع بأهمية

استراتيجية كبيرة في الهجمات الاحتلالية على مناطق زيّ وزاغروس، والأهم من ذلك أنّها تربط هذه المناطق ببعضها البعض، يسعيان لقطع الاتصال الجغرافيّ من خلال هجوم احتلالي، ولهذا فإن متينا تتمتع بالأهمية الكافية، ما يمهد الطريق أمام الدولة التركية لنشّ هجوم مباشر على الخط الحدودي، ومن ناحية أخرى، ولذلك أنشئت في منطقة متينا قواعد عسكرية ضخمة في طرف باكور وعلى طول الخط الحدودي منذ سنوات طويلة، كما أنّ الهجوم على متينا أقلّ تكلفة من الناحية العسكرية، مقارنةً بالهجوم على غاري.

وإذا استطاعت احتلال متينا وحقتانين وإخراج الكريلا منها فسيفتح الحدود بين باشور وروج آفا بيد الدولة التركية، وستضع عملية الهجوم على شنگال وروج آفا على أجندتها هذه المرة، ولذلك فإنّ بناء الجدار حول شنگال هو جزء من سيناريو العدوان.



أمام آلة القتل التركية

رخي لكي/ غاندي إسكندر – بيّن أهالي كركي لكي (أن تركيا تسعف جاهدة لاحتلال المزيد من الأراضي في شمال وشرق سوريا. وأن زيادة وتيرة هجماتها على تخوم (سري كانيه وكربي سبي وعفرين) تأتي ضمن سياق استغلال اشغال العالم بالحرب الروسية – الأوكرانية. مؤكدين أن التعبئة الشعبية من خلال ممارسة حرب الشعب الثورية هي الرادع أمام العتجھية التركية.



منذ التاسع من تشرين الأول من عام ٢٠١٩، وبعد احتلال تركيا (كري سبي وسري كانيه) لم تهدأ القرى، والبلدات التي تتاخم المناطق المحتلة، فكل يوم انتهاك جديد لهيئة وقف إطلاق النار، فلا دور العيادة، ولا منازل المواطنين ولا القوات العسكرية، ولا الأطفال، والنساء، ومخيمات النازحين بمأى عن القصف شبه اليومي لآلة القتل التركية، إضافة إلى قصف الميبرات التركية لمناطق شمال وشرق سوريا، من عين ديوار إلى شيراوا، وآناء الحرب الروسية - الأوكرانية، ازدادت عن القيم والكرامة الكردية، استخدمت تركيا الأسلحة المحرمة دولياً، في محاولة لحرق الأخضر واليابس».

وأضافت شيرين: «كما أنها منذ أن

أمام آلة القتل التركية

رخي لكي/ غاندي إسكندر – بيّن أهالي كركي لكي (أن تركيا تسعف جاهدة لاحتلال المزيد من الأراضي في شمال وشرق سوريا. وأن زيادة وتيرة هجماتها على تخوم (سري كانيه وكربي سبي وعفرين) تأتي ضمن سياق استغلال اشغال العالم بالحرب الروسية – الأوكرانية. مؤكدين أن التعبئة الشعبية من خلال ممارسة حرب الشعب الثورية هي الرادع أمام العتجھية التركية.



وضعت قدمها في مناطق شمال وشرق سوريا، ومن أجل إجهاض المشروع الديمقراطي، الذي تبنته شعوب شمال وشرق سوريا، تحول بلا وهاذة توسيع رقعة احتلالها للمناطق المحتلة، ومؤخراً نلاحظ أنها تلعب على وتر الانشغال العالمي بالحرب الروسية - الأوكرانية، فتزيد قصفها، وقتلها للمدنيين؛ بغية بث الرعب والهلع بين نفوس أبناء المنطقة، وجر قوات سوريا الديمقراطية إلى الحرب».

واختتم حمدين شرو حديثه: «إن الاستخدام العشوائي لآلة القتل التركية، يندرج تحت أمتهان ثقافة القتل، والإجرام والإرهاب، فمن دعم قاطمي الرووس داعش، وفتح الحدود أمامهم، لنش أجساد السوريين على مدار عشر سنوات، لن يتوالى عن سلب أرواح عوائل كاملة، بأسلحة الناتو والاعتياال المنمنج لابتسامات الأطفال بالقتال، وغاز السارين».

وفي السياق ذاته، أبدى عضو قوات حماية المجتمع سليمان حسن عن

جاهزية شعوب شمال وشرق سوريا، للتصدي للهجمات التركية، وللمرتزقة، الذين يرمون من وراء انتهكاتهم القضاء على منجزات الشعوب المنتصرة على الإرهاب: «الشعوب بالمدفعية التركية»: «عندما يتم قصف الجوامع التي قدمت آلاف الشهداء من أبنائها، وحطمت عظماء يستهدف الشعراء، والمثقفون والبطانات المسيرة من قبل ما يسمى (حماسي لواء الإسلام أردوغان)، فينا الطامة الكبرى».

واختتم سليمان حسن حديثه: «إن تطبيق حرب الشعوب الثورية، هو الذي سيوقف المحتل التركي، ويردعه، ونحن على يقين بأن شعوب المنطقة، كردا وعربا، وسريانيا كلهم في حالة جاهزية تامة، والجميع على أهبة الاستعداد لاطفالاّ ونشأيا، ونشأا وشيوخا، والكل دون استثناء في حالة تمهية شعبية للحفاظ على مكتسبات ثورة روج آفا».

ويصوره أكد الكاتب حمدين شرو، حول ما تعرضت، وتعرض له القرى الآمنة في زركان، وعين عيسى، وتل تمر من قصف بالمدفعية التركية: «عندما يتم قصف الجوامع أمام أنظار العالم، كما حدث لمسجد (زركان)، وعلمنا يستهدف الشعراء، والمثقفون والبطانات المسيرة من قبل ما يسمى (حماسي لواء الإسلام أردوغان)، فينا الطامة الكبرى».

واختتمت عضوة منسقية مؤتمر ستار في روج آفا، وليدة بوطي حديثها: «توجيه نداء إلى المثقفين، والسياسيين في باشور كردستان، أن يكونوا على قدر من الوعي للمخططات المشاكة ضد الكرد، والا تتساق القوات الديمقراطية الكردستاني لقواته في مناطق الدفاع المشروع، رأت وليدة أنها محاولة لجر الشعب الكردي نحو «حرب داخلية، وقالت: «الدولة التركية تريد استخدام البيشمركة في الحرب ضد الكريلا».

شبر واحد منها؛ أخذة بعين الاعتبار معرفة الديمقراطية الكردستاني جغرافية المنطقة جيدا، ومعتبرة الديمقراطي الكرديستاني كيش فداش، لتلّ تلحق الضرار بجيشها». وفي الخامس من آب ١٩٩١، شن الحزب الديمقراطي الكرديستاني حرباً ضد حزب العمال الكردستاني، ووقف بشكل مباشر إلى جانب الدولة التركية المحتلة، وبدأ هجوم خاكورك عام ١٩٩٢، من قبل دوغان كوريش، شاركت فيه قوات الحزب الديمقراطي في ٢١ آذار ١٩٩٥، وآيار ١٩٩٥، ونيسان ١٩٩٦، وآيار ١٩٩٧، وحزيران ١٩٩٧، وحتى يومنا هذا، يشارك الحزب الديمقراطي بشكل علني مع الدولة التركية في هجماتها على الشعب الكردي، ويؤدي دور الخيانة بشكل علني.



محدد أرسلان علي

محاولات تدوير الزوايا الحادة التي كانت عنواناً لسياسات اردوغان مع رؤساء ودول المنطقة وحتى العالم، باتت تسير بخطى متسارعة في الفترة الأخيرة وجعلها منفرجة ومنفتحة أكثر، وخاصة ما رايناها من خلال مغالبة السعودية والتخلي عن قضية خاشقجي، وكذلك مع مصر ومحاولة لإسماة التركي الترويج بأن تركيا عملت على تسمية سفيرها مع المزمع إرساله للقاهرة، وكذلك بعض رسائل سوريا التي أطلقها من أجل إعادة العلاقات مع السعودية والتي سبقت على رأس النظام في سوريا والتخلي عمّا تبقى من خطوط خُمّر كان قد رسمها على رمال وسراب أوام الجغرافية السورية، وغيرها الكثير من رسائل الغزل والتطبيع التي يتقاذها ويرسلها مسؤولون أتراك مباشرة أو عن طريق وسائل الإعلام الموالية لأردوغان.

طرق شتى يستمترون بها لتبنيص وجه النظام التركي وأردوغان كي يتم قوله كما كان مسبقاً وكان شيئاً لم يحدث خلال السنوات الماضية، وما حصل حتى الآن لم يتعدّ زوبعة في فنجان والصالح الأتيني ما بين الدول والأنظمة، وأن سوريا لا يمكن بناؤها من جديد على أساس بناء الثقة بين الزعماء من جديد، إنها السياسة المتبعة في المنطقة والتي لم تتغير وباتت الأساس في العلاقات التي تمت على حساب الشعوب.

كثيراً ما كان الزعماء وعلاقتهم الشخصية مع



والعفو عند المغفرة، كل طرف سيُعتق من تبقى في الوطن بهذا الكلام غير المسؤول، حتى يتم إقناعاً بأن سبب الفتنة كلها هي قوى الهيمنة الغربية والرأسمالية الصهيونية، ويتّعد كل البعد عن تسمية هذه الأدوات بمسمياتها، لتنسّى حجم الويلات والقتل والدمار والتجهير والخراب المادي والمعنوي والنفسي الذي لا يمكن تعويضه بتاتاً، هكذا هي الأنظمة التي لا همّ لها سوى استمرارية تريعها على عرش السلطة والفساد.

أما اردوغان فلا يهتم لا زعماء المنطقة وحتى الحدود ما بين الدول والشعوب، وعليه كانت العلاقات وفق ذلك، طالما كانت العلاقات ما بين العراق وسوريا متوترة ومقطوعة بسبب العلاقات السيئة ما بين صدام والأمس الذي كان السبب في اشتطار البعث إلى قسمين يتأرجح ما بين هاتين الدولتين، كذلك كانت العلاقات ما بين سوريا ومصر وكذلك سوريا والأردن تحدها مزاجية وسلوكيات الزعيم وليس المؤسسات ومصالح الشعبين مع بعضهما البعض.

فإذا كانت هذه الأمور هي المحدد والعمل الرئيس في العلاقات ما بين الدول، فليس بعيداً أن نرى اردوغان يتحسّن زعماء وروساء دول المنطقة ويُقولون ثورارب بعضهم البعض وهم يصنّفون مرديين لتفتّح صفحة جديدة (عفا الله عنّا مضي). وأن المؤامرة كانت علينا جميعاً وجميعهم غير بريء منها ولننظر من بقاء الدول والمجتمعات وحتى السيادة لأن هذه الأمور يمكن بناؤها من جديد على أساس مع احتفال كل دولة على جذة في انتصارها على المؤامرة وكيف أنها أجبرت اردوغان على الركوع أمامها وأنه جاء صاعراً وختاعاً وسيتم تصويره على أنه سبب البلاء الذي كُنا نعيشه وأنّه علينا مسامحته لأننا أهل الكرم



بعث رسائل غزل للسعودية والإمارات التي ينظر إليها اردوغان كمحفظة نقود يأخذ منها ما يشاء حتى ينتهي من الانتخابات، كل ما يقوم به إلاّن اردوغان لن يتعدى الانتخابات التي سيقتر كل شيء من بعدها لكن في نفس الوقت شهرور سريعة أماناً ولا سيما في باكستان وربما مخرأ في باكستان وقيلها تونس، ربما كان رسالة واضحة لأردوغان بأن نهايته أيضاً قد حانت وعليه الاستعداد لهذه اللحظة وآلا يستكر كثيراً مثلما حاول عمر خان أن يفعل في باكستان.

الجمع اختبره ويعرفه جيداً وخاصة براعاتيته التي لا تسير على خط واحد والجمع يعلم أنه بارح في اللعب على جبال عدة من أجل مصالحه لكنها الفوضى التي تجبر الكثير على السير معه حتى انتهاء وظيفته.

وربما يغازل الكردي في شمال كردستان «باكور كردستان» كي يستحوذ على أصواتهم التي لا تتركز على الهمس إلاّ أن يتجهج، لأنه يدرك جيداً أن روسيا لا تَقْت به مطلقاً نتيجة تجاربها معه في الأزمة السورية وكيف أنه أيضاً كان الضامن غير الموثوق به من كل الضامنين الآخرين. ثلاثة ضامنين لا يثق أحد بالآخر ولكنهم ينفس الوقت يستخدم العصا معهم كي تجبر القرفاء على الجلوس مع بعضهم البعض لرسم المستقبل على رمال الشكوك والريبة التي يكنها كل طرف للأخر.

الوضع الاقتصادي في تركيا يعيُش أسوأ حالاته وكذلك ارتفاع البطالة وهروب الاستثمار الأجنبي منها، كل ذلك أجبر اردوغان على

آراء

الطبقة... تمديد شبكات ري تدعم المشاريع الزراعية



الطبقة/ عمر الفارس – بهدف النهوض بالواقع الزراعي في مدينة الطبقة وربفها.

نظّمت مديرية الزراعة عدة مشاريع ري للأراضي الزراعية التي عانت في الأعوام الأخيرة نقصاً حاداً في مياه الري، حيث تم تأهيل عدة مضخات وتمديد شبكات ري للمحاصيل الزراعية الصيفية والشتوية بالطبقة وربفها.



احمد العبد

تعد الزراعة العامل الأساسي للنهوض بالاقتصاد المحلي لأي منطقة، وتحقيق جزء من الاكتفاء الذاتي من المحاصيل الزراعية الأساسية، ويعد توفير المياه في القطاع الزراعي كأحد المدخلات الأساسية لنجاح المحاصيل وسلامة الإنتاج السنوي، ولاسيما بعد أن تعرّضت الأراضي الزراعية لموجة جفاف وتركت بوراً دون حلول، منذ بدء تركيا بقطع مياه نهر الفرات الذي يُعد شريان وعصب الحياة في شمال وشرق سوريا. ومن هنا قامت مديرية الزراعة بالطبقة وربفها بدعم مشاريع الري في عدة مواقع زراعية وذلك وفق خطة عمل استمرت حوالي الستين يوماً، وللحديث عن مشاريع الري التقت صحيفتنا «روناهي» برئيس مكتب الري

احمد الجاسم

في مديرية الزراعة بالطبقة أحمد العبد حيث قال: «كأحد الحلول اللازمة لتطوير العمل في القطاع الزراعي وللوقوف على مطالب الفلاحين في تأمين المدخلات الزراعية والمواد الزراعية كأحد المدخلات الأساسية لنجاح المحاصيل وسلامة الإنتاج السنوي، ولاسيما بعد أن تعرّضت الأراضي الزراعية لموجة جفاف وتركت بوراً دون حلول، منذ بدء تركيا بقطع مياه نهر الفرات الذي يُعد شريان وعصب الحياة في شمال وشرق سوريا.

من هذا قامت مديرية الزراعة بالطبقة وربفها بدعم مشاريع الري في عدة مواقع زراعية وذلك وفق خطة عمل استمرت حوالي الستين يوماً، وللحديث عن مشاريع الري التقت صحيفتنا «روناهي» برئيس مكتب الري



ومن جانب آخر عبّر لنا الفلاح أحمد الجاسم عن تحسّن الإنتاج السنوي للمحاصيل الزراعية المروية مقارنة مع العام الماضي، نتيجة الدعم الذي قمته مديرية الزراعة بمشاريع الري وتوفير المياه وتكثيف الريات الزراعية التي بدأت منذ بداية الشهر الثاني هذا العام، بينما في العام الماضي تأخرت الريات الزراعية مما انعكس سلباً على الإنتاج السنوي للمحاصيل الزراعية، مع العلم أن العامين الماضيين عانت المنطقة من موجة جفاف كبرى أثّرت على القطاع الزراعي بشكل عام، واختتم مشيراً إلى ضرورة توفير منتزلات الزراعة كأسددة زراعية، ومبيدات حشرية، وأعلاف للثروة الحيوانية التي باتت باهظة الثمن.

جولات ميدانية

ويشير العبد إلى أن مديرية الزراعة في الطبقة تقوم بجولات ميدانية على الأراضي والحقول الزراعية، ومحطات ضخ المياه ترصد فيها النواقص والاحتياجات التي جل ما تواجه أي مشروع زراعي، منها النقص في الآليات اللازمة في عمليات الصيانة الدورية، ومشكلة قلة الوعي من قبل الأهالي واستمرار أعطال مضخات الفصح، والشعير والحدس كمحاصيل شتوية، إضافة للمحاصيل الصيفية الموسمية، كما وحدد وقت الري بشكل يومي بمدة ١٨ ساعة يومياً، وهذا يعتبر وقتاً مناسباً يسد حاجة الفلاحين من المياه.»

طريقة الري بالتنقيط

ويشير العبد إلى أن مديرية الزراعة في الطبقة تقوم بجولات ميدانية على الأراضي والحقول الزراعية، ومحطات ضخ المياه ترصد فيها النواقص والاحتياجات التي جل ما تواجه أي مشروع زراعي، منها النقص في الآليات اللازمة في عمليات الصيانة الدورية، ومشكلة قلة الوعي من قبل الأهالي واستمرار أعطال مضخات الفصح، والشعير والحدس كمحاصيل شتوية، إضافة للمحاصيل الصيفية الموسمية، كما وحدد وقت الري بشكل يومي بمدة ١٨ ساعة يومياً، وهذا يعتبر وقتاً مناسباً يسد حاجة الفلاحين من المياه.»

سد النواقص

مُهَجِّرو عفرين يُصرّون على الزراعة بالرغم من الحصار والقصف

مثل مادة السماد والبذار، بالإضافة إلى مادة المازوت والأدوية الزراعية.

وأضاف عثمان في حديثه أن عدم تأمين المواد الأساسية أثر سلباً على القطاع الزراعي في المنطقة نظراً للسياسات التي تتوابعها مقاطعة الشهباء من حصار خلاق من قبل حكومة دمشق والاستهداف المتكرر للأراضي الزراعية، ناهيك عن الأراضي التي لا تزال مزروعة بالألغام ومخلفات الحرب على طول خطوط التماس ما بين ناحية شيروا التابعة لمقاطعة عفرين المحتلة، وحتى قرية التبريرية المحاذية لمدينة الباب في مقاطعة الشهباء.

كما أوضح عثمان أنه نتيجة الحصار، واجهوا ارتفاعاً ملحوظاً في أسعار منتزعات الإنتاج الزراعي الأساسية، وبين عثمان أن سعر برميل المازوت تجاوز الـ ٨٠٠ ألف ليرة سورية، و١٤٠ ألف ليرة لمادة السماد، وهذا يشكل عبئاً على المزارعين بشكل عام.

ولفت عثمان إلى أن حكومة دمشق تستغلّ المزارعين في الشهباء من خلال توزيع مادة المازوت والمحروقات عليهم لإجبارهم على بيع محاصيلهم لحكومة دمشق لاحقاً.

توزيع ١5٠طن من السماد على المزارعين في الشهباء

أكد عثمان أن لجنة الزراعة وزعت مادة السماد بسعر التكلفة على المزارعين في مقاطعة الشهباء، مشيراً إلى أنهم وزعوا قرابة ١٥٠ طنًا.

وأشار عثمان إلى المخاطر التي يواجهها المزارعون أثناء توجيههم إلى حقولهم قاتلاً: «يواجه المزارعون الذين تقع أراضيهم بالقرب من خطوط التماس مع الاحتلال التركي ومرزقته الخطر، حيث يتعرضون للاستهداف المباشر من قبل الاحتلال، ناهيك عن الألغام التي لا تزال بين الأراضي الزراعية.»

استهدافه بصاروخ حراري موجه من قِبَل الاحتلال التركي



حكومةدمشق).

واختتم العم محمد قدي حديثه عن زراعة الأشجار في مقاطعة الشهباء «أربع سنوات والاحتلال التركي ومرزقته يواصلون قطع نزرع الأشجار في مقاطعة عفرين المحتلة، ونحن نزرع الأشجار في الشهباء.»

الحصار واستهدافات المحتل التركي يعرقلان القطاع الزراعي

ومن جانبه، تحدث الرئيس المشترك لقسم الشؤون الزراعية في هيئة الاقتصاد والزراعة لإقليم عفرين، المهندس باسم عثمان، بأن مقاطعة الشهباء تشتهر بزراعة القمح والشعير، وتصل مساحة الأراضي المزروعة بالقمح في الشهباء خلال العام الجاري إلى أكثر من ٧ آلاف هكتار والقمح المروي قرابة ١٥٠٠ هكتار، بالإضافة إلى الشعير الذي يُعد ثاني محصول أساسي في المنطقة إلى قرابة ٧ آلاف هكتار.

كما بيّن عثمان أن المساحة المزروعة بمحصول البطاطا والبصل تصل إلى قرابة ١٦٠٠ هكتار، ناهيك عن محاصيل الكمون والعدس والحببة السوداء والكرزبرة والتي تتجاوز مساحتها الـ ٢٠٠٠ هكتار. لجنة الزراعة قدر المستطاع في تأمين المنتزعات الزراعية، وندرك حجم معاناة أهل المنطقة نتيجة السياسات المنهجة من قبل المحتل التركي.

لم تكن ذنائب الاحتلال التركي وحصار حكومة دمشق عائقاً أمام مواصلة العم محمد قدي عمله في الزراعة، بمقاطعة الشهباء، لحبه للأرض وإصراره على التمسك بها، على الرغم من أن المرزققة قطعوا جميع أشجاره في عفرين.

بعد احتلال مقاطعة عفرين في ١٨ آذار عام ٢٠١٨، هُجر العم محمد قدي مع أسرته إلى مقاطعة الشهباء، وقطن في منزل شبه مدمر في قرية حربل الواقعة على خطوط التماس مع الاحتلال التركي ومرزقته.

محمد قدي ٦٤ عاماً، من أهالي قرية ترزندة التابعة لمدينة عفرين المحتلة، تربطه بالأرض والزراعة محبة ورثتها من أسلافه.

تحاذي قرية حربل مدينة مارح المحتلة في ريف حلب الشمالي، وتتبع ناحية أحرص التابعة لمقاطعة الشهباء إدارياً.

وقال قدي إنه بعد تهجيرهم من عفرين عمل على افتتاح مشتل لزراعة الأشجار، وخاصةً أشجار الزيتون، بهدف بعث حياة جديدة في المنطقة والترويج عن نفسه؛ لأن حبه وشغفه بالأرض جعله يواصل عمله من جديد.



شغفه والتسّمك بالأرض جعله يواصل مهنته في الزراعة رغم المصاعب

المزسحين، اختلاف واعتهاد على أساتذة جامعيين، قتل صحفيين واغتيال معارضين يضم جهاز المخابرات ومؤسسة البيشمركة ورجال الأعمال الجدد، وهذا الائتلاف يسيطر على جميع المؤسسات السياسية والاقتصادية، قطاع النفط والغاز والتبتيكوم (الاتصالات) القتالة) والمطارات والجمارك وجميع المشاريع الصلافة في الإقليم.

تشكيل جهاز (باراستن) في ظل الخوف من الفريق الآخر (جماعة المكتب السياسي القديم إبراهيم أحمد وجلال الطالباني) والخوف من أبناء الوطن وتشكيلاته الجديدة، أفقته الروح الوطنية، ومن هنا تحوّل له قوة متواطئة مع أجنداث الدول الممولة ولحمالية سلطة ومصالح العائلة الحاكمة وليس الوطن أو الشعب.

وتمنّى تأسيس جهاز الـ (باراستن) وإلى يومنا هذا تركست ظاهرة التوارث السياسي للمناصب العليا والزبينية في جهاز الحكم والحزب ويات وفقاً على الأسرة الحاكمة يتوارث أبنؤها جيل بعد جيل، وكان له دور قمعي في الداخل الكردي من إبادة عائلة محمد آغا ميركه سوري، تضيق مساحة الحريات العامة، والتنخّل في نتائج الانتخابات وتهديد

تغول جهاز مخابرات الحزب «باراستن» لـ KDP والمنطق القبلي

أيوب بابو بارزاني

كان هناك شيء من التهور في مواقف النخبة الكردية المنقطة في قيادة (حدك) عندما تتعرض لضربات من قبل رئيس الحزب، فالصراع المسلح بين رئيس الحزب ومكتبه السياسي يظهر مدى جنوى وجود دستور للحزب من عدمه، رئيس الحزب لم يتعود على منطق الحوار الهادئ البذاء وفق ما ينص عليه دستور الحزب، ولا ننسى العناد الشخصي الذي لا يقبل بتحكيم القلّ في ترجيح مصالح الشعب الكردي على الغايات الشخصية الضيقة، وهنا نشهد بوضوح تجاوز جميع المحرمات أو المقدسات الوطنية والقومية والأيدولوجية وحتى العشارنية من أجل دحر الطرف الآخر الذي ينتمي لنفس الحزب والقومية ويرفع نفس الشعارات!

فالحركات التحررية الأصلية في العالم تقادت

الوقوف في انتهاك المحرمات الوطنية والقومية على عكس قيادة (حدك) التي انتهكت مراراً وتكراراً المحرمات في مناسبات عديدة، ففي بغداد ١٩٦٦-١٩٧٠ بني جناح (ملا مصطفى) الذي نفّذ بالسلطة المظلمة على الحركة الكردية علاقات متينة مع السافاك الإيراني إلى حدود أفقته استقلالية القرار وتحوّل إلى أداة في خدمة الأجنداث الإيرانية، فاشعل الطرفان على أرض كردستان حرباً أهلية يابساند إيراني - عراقي وسقط المئات جرحى وقتلى من الطرفين في حرب زعامات كارثية واستمر العداة الى حين صدور بيان ١١ آذار عام ١٩٧٠ رفي الواقع لم تبقى هناك «ثورة أصلية» حتى قبل هزيمة ٦ آذار ١٩٧٥.

وحسب ما كتبه شكيب عفراري، في كتابه «سنوات المحنة في كردستان»، فقد بنت قيادة (حدك) مٌبكرة العلاقات مع (السافاك): «في نهاية عام ١٩٦٢ كادت قد نشأت العلاقة (يعلم مدير المخابرات المركزية لـ (CIA) في ١٩٧٢/٧/٢٠.

وكانت الزعامة الكردية في غاية الثقة بالنفس والانشراح عندما تصورت أنها أكثر رسوخاً وقوة بإضافة الـ (CIA) إلى قائمة السافاك والموساد، وظهر على موقفاها الفرور القاتل! كان هناك شيء في عروق القيادة الكردية يدفعها نحو التبعية المطلقة للخارج ودون إدراك لمآلات هذا المنحى الخطر، وبرغم الجهود الكبيرة التي بذلتها زعامة (حدك) رفض (الميت التركي) الانخراط في التعامل كما كان الحال مع (السافاك الإيراني) و (الموساد الإسرائيلي) إلا أنه كان على علم بما يجري ويراقب التطورات في كردستان العراق ويتدخل عندما يبريد وبالأخص فيما يخص نشاطات الحركة الكردية في تركيا وعلاقتها بالأجزاء الأخرى.

والعامل الأهم الذي زاد من خطورة ربط