

مرض غسيل الكلى والمحتاجون للأوكسجين في خطر بعد تعرض المركزين لقصف المحتل التركي

قامشلو، دعاء يوسف - خرج مركزان طبيان عن الخدمة في قامشلو بسبب القصف الاحتلال التركي، ما يهدد حياة مرضى مقاطعة الجزيرة؛ لأن القصف قد أضر بمركز الأوكسجين الوحيد في مقاطعة الجزيرة، والذي يؤدي إلى فقدان أسطوانات الأوكسجين الطبي عن المشافي والمراكز الصحية في المنطقة. وقد أدى القصف أيضا لتوقف مركز غسيل الكلى، الذي يقدم أكثر من 30 جلسة غسيل كلى للمرضى يوميا.



من جلسات الغسيل والأوكسجين.

حياة ٧٠ مريضاً في خطر

بعد يومين من خروج مركز غسيل الكلى عن الخدمة نتيجة القصف، توفي المريض «أحمد عبد الرحمن خضر» ذو الـ ٦٥ عاماً نتيجة عدم توفر الأدوية، وخروج المركز عن الخدمة وعدم تلقيه جلسته المعتادة. حيث كان يتلقى المريض جلسات غسيل الكلى في المركز ثلاث مرات أسبوعياً. منذ أكثر من عامين.

فيما أكد عباس أن حياة جميع المرضى في خطر، «لم يتلق مراجعو المركز الخدمات الطبية اللازمة بعد توقف المركز وحياتهم في خطر إذ هناك أكثر من عشرة مرضى كانوا يتلقون ثلاث جلسات غسيل كلى في الأسبوع».

مركز غسيل الكلى يعد المركز الوحيد في قامشلو إذ تم افتتاحه في عام ٢٠٢١، يتميز المركز بتوفر ستة أجهزة لغسيل الكلى ويعمل فيه كادر طبي يضم ٢٤ فرداً. ليخدم العلاج حوالي ٧٠ مريضاً بشكل دائم ويستقبل أيضاً العديد من المرضى الآخرين. كما يُقدم المركز من ٢٤ لـ ٣٤ جلسة لغسيل الكلى يومياً.

أضاف عباس أن المركزين يعتبران من أهم المراكز التي تقدم الخدمات الصحية بشكل يومي على مدار الساعة لسكان المنطقة، وخروجهما عن الخدمة سيخلق كارثة بحق المرضى.

وحول الهجوم قال عباس: «استهداف معامل ومراكز تصنيع الأوكسجين معتمد. وخروجهما عن الخدمة جريمة إنسانية بحق مرضى المنطقة الذين حرموا



الأوكسجين غير قادرة على تلبية حاجة المرضى من الأوكسجين ولا يوجد مراكز بديلة عن هذين المركزين في الوقت الراهن. اختتم الإداري في مركز غسيل الكلى رافع عباس حديثه مدينناً هذه الجزيرة بحق المرضى «أن مركز الأوكسجين تدمر بالكامل وتضررت أسطوانات الأوكسجين والمعدات والأجهزة الطبية كلها، التي كانت تغذي المشافي في مقاطعة الجزيرة. وهذا الاستهداف يعد جريمة يجب المحاسبة عليها؛ فحياة العديد من المرضى الذين بحاجة إلى أوكسجين في خطر الآن».

وأشار إلى أنه بعد خروج المركزين عن الخدمة سيعاني مرضى غسيل الكلى. كونه يعد المركز الوحيد الذي يقدم هذه الخدمات في المنطقة. بينما باتت محطة

خالد الحسن: ردنا على العدوان التصميم على نجاح مشروعنا الديمقراطي

قال عضو اللجنة النقابية في مجلس الشعوب الديمقراطية للإدارة الذاتية بإقليم شمال وشرق سوريا. خالد الحسن: «إن القصف التركي لا يضرق بين شعوب المنطقة. وخاصة إننا نختفل بأعياد الميلاد الجيد...»



روناهي

عين الحقيقة

يومية سياسية ثقافية اجتماعية عامة تصدر عن مؤسسة روناهي للإعلام والنشر

أستس عام ٢٠١١ - السنة الثانية عشرة | العدد: ١٧٤١ | النسخة الإلكترونية - ١٧٤١ | الاثنين - ١ كانون الثاني ٢٠٢٤

شعوب شمال وشرق سوريا: متمسكون بالأرض.. مصممون على المقاومة

أوضح أهالي قامشلو، أنّ الهجمات التركية تستهدف شعوب شمال وشرق سوريا كافة؛ لزعزعة الأمن والاستقرار، وأشاروا، إلى أن هدف هذه الهجمات هو إحياء مرتزقة داعش، وأكدوا أن التكاثر والعيش المشترك والمقاومة هما السبيلان الوحيدان لكسر شوكة المحتل التركي...»



الشهداء... أوضاع المرضى تتفاقم ومطالبات بإنهاء الحصار



منذ أكثر من شهر تفرض حكومة دمشق على مقاطعة الشهداء بإقليم شمال وشرق سوريا، التي يقطنها عشرات الآلاف من مهجري عفرين؛ حصاراً خانقاً أدى إلى فقدان مقومات الحياة كافة...»

أزمة المياه في إقليم شمال وشرق سوريا.. سباق مع الزمن لإنقاذ ملايين الأرواح



تستمر دولة الاحتلال التركي بممارسة حرب المياه ضد شعوب إقليم شمال وشرق سوريا منذ عدة أعوام عبر مواصلة حبس مياه نهر الفرات، وقطعها لمياه محطة علوك ما يُؤدّر بكارثة إنسانية وبئية...»

القذائف بدل المفرقات... لأعياد الميلاد في سوريا مراسم مختلفة



في الوقت الذي يفترض فيه أن تُقَرع أجراس الكنائس احتفالاً بأعياد الميلاد من الطوائف المسيحية في سوريا. وتزين الشوارع وتُنصب الأشجار الزينة بالأضواء الملونة، فرحاً واستبشاراً بعامٍ جديد...»



٢٠٢٣.. نشاطات هامة خاصة بالمرأة -٢-

تعدّ المرأة في مناطق شمال وشرق سوريا العمود الأساسي في المجتمع. حيث تشغل المرأة المناصب الإدارية والمدنية بفضل ثورة المرأة الحرة. وكان عام ٢٠٢٣ عامًا للمقاومة والنضال. وعملت خلاله المنظمات النسائية والحركات النسائية والمؤسسات الخاصة بالمرأة دون كلل وممل للنهوض بواقع المرأة في ميادين الحياة كلها...»

٢٠٢٣ ل.س

مجزرة مطبعة سيماف على لسان من نجوا منها



اختلطت الدماء بالأوراق التي تطايرت. واشتعلت حزنًا على من طبعوها. ووقف من لجأ عاجزاً أمام هول المشهد. لتتحول الصدمة والعجز إلى وداع أخير. هكذا وصف الناجون اللحظات الأخيرة للقصف التركي على مطبعة سيماف...»

بانوراما بطولات كرة القدم لعام ٢٠٢٣.. إشكالات كبيرة وخلل تنظيمي واضح



شهدت بطولات كرة القدم التي أُقيمت تحت مظلة «الاتحاد الرياضي» في إقليم شمال وشرق سوريا، إشكالات كبيرة. منها انسحابات وعقوبات عديدة. كما أن نهائي بطولة الرجال لم يكتمل...»

عام يقبل القسمة على ٩... ٢٠٢٤



مراكز توزيع صحيفة روناهي واقتناء الكتيب: إقليم الجزيرة- قامشلو (مكتبة سعدو- فرع (١) شارع ركي الأرسوي- جانب البلدية ٤٢٥٩٧- فرع (٢) الشارع العام، مقابل جامع الشلاح ٤٥٢٠٨١/ مكتبة أواز- طريق عامودا ٤٣١٥٤/ مكتبة الحرية- الشارع العام ٤٢١٣٦٠/ مكتبة سومر- الشارع العام ٤٢٤٠٣٧/ مكتبة الراوي فرع (١) شارع الكورنيش، تنج محلات الراوي ٤٤٤٠٢٨- فرع (٢) مقابل الصيدلية العالمية ٤٤٥٨٢٠/ مكتبة الزهراء- دوار البشيرة ٤٦٠٦٩٩/ مكتبة الجوهرى ٤٤٣٧٤٢/ مكتبة دار القلم- الشارع العام ٤٥٢٧١٤/ مكتبة الأنوار شارع عامودا ٤٣٨٠٠٧. مكتبة الرسالة الشارع العام هاتف ٥٧٤٣٣٣- ٥٧٤٣٣٣- ٥٧٤٣٣٣ (مكتبة آرين ٧٣٢٣٣٣) / درياسية (مكتبة سها ٧١١٤١٠) / جلا (مكتبة وائل ٧٥٥٥٥١) / تربه سبيه (مكتبة الجهاد ٦١٨٠٤٧).

٢٠٢٣.. نشاطات هامة خاصة بالمرأة..٢

روناهي، قامشلو - تعُدُّ المرأة في مناطق شمال وشرق سوريا العمود الأساسي في المجتمع، حيث تشغل المرأة المناصب الإدارية والمدنية بفضل ثورة المرأة الحرة، وكان عام 2023 عاماً للمقاومة والنضال، وعملت خلاله التنظيمات النسائية والحركات النسائية والمؤسسات الخاصة بالمرأة دون كليل وملل للنهوض بواقع المرأة في ميادين الحياة كلها.



الرور ومنبج. حملة "معاً لنحمي شمال وشرق سوريا يضم مثلات عن الجهود التوعوية من أفة الخدرات وظاهرة تزويج القاصرات. استمرت شهرين. وبلغت عدد الاجتماعات والمحاضرات المتعددة في هذا الإطار ١١٣ اجتماعاً ومحاضرة.

١٢ أيلول: صدرت مجلة جنولوجيا باللغتين التركية والفارسية.

المرأة من تشرين الأول: نظم اتحاد المرأة الشبابية في إقليم شمال وشرق سوريا المنتدى الحواري الأول للاخاء. بمشاركة ١٠٠ شخصية.

٢٨ شباط: شارك زار وفد من إقليم شمال وشرق سوريا يضم مثلات عن مؤتمر ستار. في المؤتمر الذي عقد من أجل تحقيق الحرية المسجدة للقائد عبد الله أوجلان في جنوب أفريقيا.

١٢ آذار: زار وفد أسكتلندي مركز مؤتمر ستار بمناسبة اليوم العالمي للمرأة.

١٢ آذار: زار وفد بلجيكي مركز مؤتمر ستار.

١٢ آذار: زار وفد فرنسي مركز مؤتمر ستار.

١٨ تشرين الأول: أعلن مجلس المرأة في حزب الاتحاد الديمقراطي إطلاق المرحلة الرابعة من نشاطاته المناهضة للعنف ضد المرأة.

١١ تموز: زار وفد من إقليم كتالونيا مركز مؤتمر ستار.

١٨ آب: زار وفد من مؤتمر ستار العاصمة العراقية بغداد.

١٨-١٩ آب: انعقاد المؤتمر السنائي في العاصمة اللبنانية بيروت. بحضور ٨٠ ناشطة من بلدان عربية وأفريقية. ووفد من الإدارة الذاتية الديمقراطية في إقليم شمال وشرق سوريا وشنكال.

١٨ تشرين الأول: زار وفد من مؤتمر ستار مصر.

١٨ تشرين الأول: تمكنت وحدات حماية المرأة (YPJ).

١١ شباط: زار وفد بريطاني مركز مؤتمر ستار.

١١ شباط: بناء على دعوة من جامعة EMDEN/LEER الألمانية. وصل وفد من قسم جنولوجيا في جامعتي روج آفا وكوباني إلى ألمانيا.

١٦ تموز: زار وفد من إقليم كتالونيا مركز مؤتمر ستار.

١٨ آب: زار وفد من مؤتمر ستار العاصمة العراقية بغداد.

١٨-١٩ آب: انعقاد المؤتمر السنائي في العاصمة اللبنانية بيروت. بحضور ٨٠ ناشطة من بلدان عربية وأفريقية. ووفد من الإدارة الذاتية الديمقراطية في إقليم شمال وشرق سوريا وشنكال.

١٨ تشرين الأول: زار وفد من مؤتمر ستار مصر.

١٨ تشرين الأول: تمكنت وحدات حماية المرأة (YPJ).

١١ تموز: زار وفد من إقليم كتالونيا مركز مؤتمر ستار.

١٨ آب: زار وفد من مؤتمر ستار العاصمة العراقية بغداد.

١٨-١٩ آب: انعقاد المؤتمر السنائي في العاصمة اللبنانية بيروت. بحضور ٨٠ ناشطة من بلدان عربية وأفريقية. ووفد من الإدارة الذاتية الديمقراطية في إقليم شمال وشرق سوريا وشنكال.

١٨ تشرين الأول: زار وفد من مؤتمر ستار مصر.

١٨ تشرين الأول: تمكنت وحدات حماية المرأة (YPJ).

١١ شباط: زار وفد بريطاني مركز مؤتمر ستار.

١١ شباط: بناء على دعوة من جامعة EMDEN/LEER الألمانية. وصل وفد من قسم جنولوجيا في جامعتي روج آفا وكوباني إلى ألمانيا.

١٦ تموز: زار وفد من إقليم كتالونيا مركز مؤتمر ستار.

١٨ آب: زار وفد من مؤتمر ستار العاصمة العراقية بغداد.

١٨-١٩ آب: انعقاد المؤتمر السنائي في العاصمة اللبنانية بيروت. بحضور ٨٠ ناشطة من بلدان عربية وأفريقية. ووفد من الإدارة الذاتية الديمقراطية في إقليم شمال وشرق سوريا وشنكال.

١٨ تشرين الأول: زار وفد من مؤتمر ستار مصر.

١٨ تشرين الأول: تمكنت وحدات حماية المرأة (YPJ).

١١ تموز: زار وفد من إقليم كتالونيا مركز مؤتمر ستار.

١٨ آب: زار وفد من مؤتمر ستار العاصمة العراقية بغداد.

١٨-١٩ آب: انعقاد المؤتمر السنائي في العاصمة اللبنانية بيروت. بحضور ٨٠ ناشطة من بلدان عربية وأفريقية. ووفد من الإدارة الذاتية الديمقراطية في إقليم شمال وشرق سوريا وشنكال.

١٨ تشرين الأول: زار وفد من مؤتمر ستار مصر.

١٨ تشرين الأول: تمكنت وحدات حماية المرأة (YPJ).

١١ شباط: زار وفد بريطاني مركز مؤتمر ستار.

١١ شباط: بناء على دعوة من جامعة EMDEN/LEER الألمانية. وصل وفد من قسم جنولوجيا في جامعتي روج آفا وكوباني إلى ألمانيا.

١٦ تموز: زار وفد من إقليم كتالونيا مركز مؤتمر ستار.

١٨ آب: زار وفد من مؤتمر ستار العاصمة العراقية بغداد.

١٨-١٩ آب: انعقاد المؤتمر السنائي في العاصمة اللبنانية بيروت. بحضور ٨٠ ناشطة من بلدان عربية وأفريقية. ووفد من الإدارة الذاتية الديمقراطية في إقليم شمال وشرق سوريا وشنكال.

١٨ تشرين الأول: زار وفد من مؤتمر ستار مصر.

١٨ تشرين الأول: تمكنت وحدات حماية المرأة (YPJ).

١١ شباط: زار وفد بريطاني مركز مؤتمر ستار.

١١ شباط: بناء على دعوة من جامعة EMDEN/LEER الألمانية. وصل وفد من قسم جنولوجيا في جامعتي روج آفا وكوباني إلى ألمانيا.

١٦ تموز: زار وفد من إقليم كتالونيا مركز مؤتمر ستار.

١٨ آب: زار وفد من مؤتمر ستار العاصمة العراقية بغداد.

١٨-١٩ آب: انعقاد المؤتمر السنائي في العاصمة اللبنانية بيروت. بحضور ٨٠ ناشطة من بلدان عربية وأفريقية. ووفد من الإدارة الذاتية الديمقراطية في إقليم شمال وشرق سوريا وشنكال.

١٨ تشرين الأول: زار وفد من مؤتمر ستار مصر.

١٨ تشرين الأول: تمكنت وحدات حماية المرأة (YPJ).

١١ شباط: زار وفد بريطاني مركز مؤتمر ستار.

١١ شباط: بناء على دعوة من جامعة EMDEN/LEER الألمانية. وصل وفد من قسم جنولوجيا في جامعتي روج آفا وكوباني إلى ألمانيا.

خطوات تُساعدك في تقوية إرادتك لتحقيق أهداف العام الجديد

يتميز الأشخاص الناجحون عادةً بصفات عدة مشتركة، قد تكون أبرزها: القدرة على ضبط النفس أمام المغريات اليومية، مثل: الراحة مقابل العمل، أو وجبة سريعة مقابل طعام صحي. ويتمتع هؤلاء عادةً بصحة أحسن وعلاقات أقوى ومهن أفضل. كما يُبدون رضا أكثر عن حياتهم. ولا يواجهون إحباطاً في نهاية كل عام؛ لأنهم غالباً ما يحققون أهدافهم.

وكان للمزاج أيضاً أثراً على استعادة قوة الإرادة، فنجح باحثون في رفع الحالة المعنوية لمشاركين أنهكهم ضبط النفس عن طريق عرض مقاطع فيديو كوميدية. ومنحهم هدايا.

كما درس باحثون في قسمي الطب الوقائي والعلوم السلوكية بجامعة راش العلاقة بين ضبط النفس والنظام الغذائي. ونبهوا إلى ضرورة التحكم في البيئة المحيطة. لتفادي التعرض لإغراءات. كي لا تواجه تحديات مهلكة. راقب ما تأكل:

نشر موقع كلية الطب بجامعة هاغارد تقريراً يربط بين ما يأكل الإنسان. ومشاعره. وسلوكياته من جهة أخرى. أشار التقرير إلى ضرر كبير بالدماغ. وضعف في وظائف المخ. تسببه الأنظمة الغذائية القائمة على نسب عالية من السكريات البسيطة. كما في الدماغ (بيكسلر) مثل: الاكشاب. والإحباط.

ونصح مؤلف التقرير باتباع نظام غذائي غني بالخضروات والفاكهة والحبوب الكاملة والأسماك. وكميات قليلة من اللحوم خالية الدهون. ومنتجات الألبان. والابتعاد عن الأطعمة المصنعة. والسكر. والحلأة.

أضف تلك الأطعمة لوجباتك تدريجياً. وراقب مشاعرك؛ لن يمر أسبوع من دون أن تلمس حسناً جسدياً ونفسياً.



دجاجاً مشويّاً، تؤدي ممارسة ضبط النفس إلى انخفاض نسب السكر في الدم وتراجع نشاط المنطقة المسؤولة عن الإبراك في الدماغ (بيكسلر) مثل: الاكشاب. والإحباط.

لاحظ باحثون في جامعة تورنتو أنك كلما مارست ضبط النفس. فإن نسب السكر في الدم تنخفض. ويؤدي إلى تراجع نشاط المنطقة المسؤولة عن الإدراك في الدماغ.

ولاستعادة قوة الإرادة. نصح الباحثون بشرب عصير ليمون محلى بالسكر. كذلك نصح باحثون من جامعة ألباني بالتوقف عن إرضاء الناس. واتخاذ قرارات مدعومة برغباتك الخاصة.

إغراء المارشميلو. فزادت بينهم نسب التخزين. والإخفاق الأكاديمي. التزم بالروتين:

هناك سبب وراء ارتداء أئجح المديرين يوم. وضحه المدرس والباحث السريري في جامعة كيس ويسترن ريزرف في كيليفلاند غراتت بيغناتيللو. الذي قال. إن هؤلاء الأشخاص لا يحبون الأهداف. ويضعف حكمهم على الأمور. أو يتخذون قراراً عاطفياً.

مرت ٤٠ سنة. ثم تتبع باحثون من كلية الطب في جامعة واشنطن. أفراداً شاركوا في تجربة المارشميلو قديماً. واكتشفوا أن الاختلافات في قوة الإرادة بين المشاركين ما زالت راسخة. وحتّى المشاركين الذين قاوموا إغراء المارشميلو قديماً. بقدره أكبر على إنجاز الأهداف. والتعامل مع اللواقف المحيطة. على عكس من أخفقا في مقاومة

كذلك كان ضبط النفس أكثر أهمية من معدل الذكاء في التنبؤ بالنجاح الأكاديمي. وفق دراسة أجراها باحثون في جامعة بنسلفانيا على نتائج اختبارات طلاب المدارس. فكانت نتائج الطلاب المنضبطين أفضل مرتين من نتائج الطلاب الأذكاء. وفي النهاية. نجح المنضبطون في الالتحاق بجامعات أفضل من الأذكاء.

قبل ٤٠ سنة قدرة الأطفال على ضبط النفس من خلال اختبار يسير. فقدم قطعة مارشميلو للطفل. ثم قال له. إن المشرفة ستغادر الغرفة لبعض دقائق. مع إعطاء الطفل فرصة الاختيار بين أكل القطعة في الحال. أو الانتظار قليلاً. وأخذ قطعتين مكافأة على صبره.

كيف تقوّي إرادتك؟

قوام الإغراءات:

بعد إجبار النفس على التركيز. وتذكّر الأهداف. وكبح الرغبات العاطفية. أسهل وسائل كسر العادات السيئة. واختبر عالم النفس والتر ميشيل

لا يوجد أعراض لارتفاع الكوليسترول في الدم. وتعدّ الطريقة الوحيدة للكشف عن الإصابة بارتفاع مستويات الكوليسترول هو إجراء اختبار الدم.

ووفقاً للمعهد القومي للقلب والرئة والدم NHLBI الأمريكي. ينبغي إجراء أول فحص للكوليسترول بين سن ٩ أعوام و١١ عاماً. ثم تكراره كل خمس سنوات بعد ذلك. ويوصي المعهد بإجراء فحوصات الكوليسترول كل عام أو عامين للرجال الذين تتراوح أعمارهم بين ٤٥ و٦٥ عامًا وللنساء اللاتي تتراوح أعمارهن بين ٥٥ و٦٥ عامًا. وينبغي أن يخضع الأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن ٦٥ عامًا لفحوصات الكوليسترول سنويًا.

وإذا لم تكن نتائج الاختبار ضمن نطاقات مرغوبة. أو إذا كان لدى الشخص تاريخ عائلي من ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم أو أمراض القلب أو عوامل الخطر الأخرى. مثل داء السكري أو ارتفاع ضغط الدم. فرميا ينصح الأطباء بتكرار اختبارات الدم في فترات متقاربة.

لوقاية من ارتفاع الكوليسترول

لوقاية من ارتفاع مستويات

خضروات شتوية للتخلص من الكوليسترول



خفض مستويات الكوليسترول الضار.

يحتوي الكالي على نسبة عالية من الألياف. التي يمكن أن تساعد في خفض نسبة الكوليسترول الضار. ودعم صحة القلب بشكل عام.

القرع الشتوي؛ إن القرع الشتوي غني بالعناصر الغذائية الأساسية المفيدة لصحة القلب. والتي يمكن أن تسهم في

يعدّ القرنبيط من الخضروات الشتوية الصحية التي تحتوي على نسبة عالية من الألياف ومركبات يمكن أن تساعد في خفض مستويات الكوليسترول.

الجزر؛ إن الجزر الغني بالبيتا كاروتين والألياف المفيدة لصحة الجسم. يعد مفيداً أيضًا للحفاظ على مستويات الكوليسترول الصحية.

القمح الشتوي؛ إن القمح الشتوي غني بالعناصر الغذائية الأساسية المفيدة لصحة القلب. والتي يمكن أن تسهم في

مراسم مُهيبة للشهيدين جوان وآية في قامشلو

قامشلو، علي خضير - شيعَء أهالي قامشلو الأحد 2023/12/31 الشهيد جوان علي، وأقاموا مراسم الشهيدة آية محمد، اللذان استشهدا إثر القصف التركي الأخير على المنشآت الخدمية في مقاطعة قامشلو.



لأنهم هم رمز الحرية والقوة والصمود وحقيق النصر،

والجدير بالذكر أنه أقيمت مراسم للشهيدة آية في مزار الشهيد دليل ساروخان. وقد وريت الثرى في قبريتها (الحاجية) بتاريخ ٢٥ كانون الأول إثر قصف تركيا لطحنة في قرية أم الفرسان شرق مدينة قامشلو، كما تم تشييع جثمان الشهيد جوان علي إلى مئاوه الأخير، والذي استشهد إثر تعرضه لجروح بليغة بتاريخ 1٥ كانون الأول بقصف تركي على معمل الإسمنت في مدينة قامشلو.

أطفال مُهجّري كري سبي: لا للعدوان التركي نعم للسلام والعيش بأمان

روج نيزوز، ١٢ سنة، من أهالي كركوك.

ومسانحتها وتقديم الغالي والرخيص حتى يتحقق لهم طرد المحتل من ديارهم والعودة إليها.

ودعوا في ختام بيانهم، المنظمات الدولية والإنسانية بالتدخل الفوري والضغط على تركيا لوقف هجماتها على مناطقهم وللنشآت الحيوية من مشافي ومضخات مياه بما يؤثّر على الحياة المعيشية لسكان المنطقة بشكل عام.

وجاء في نص البيان:«المحل التركي يهدف من هذه الهجمات تهريب وتهجير سكان المنطقة والإضرار باقتصادهم، إلا أن شعوب المنطقة تأبى ترك ديارها لقمة سائفة لاحتلالها، وبأن هجماتهم لن الطفلة روان خميس»«نحن هنا مع أهاليها المهجرين لنقول لا للعدوان التركي. لا وقوفهم صفاً واحداً خلف قوات سوريا الديمقراطية، المدافعة عن أراضيهم بوجه بياتنا فريّ في ساحة الخيم من قبل

بيوتنا وتركانمدارسنا» وأضاف: «تركيا تريد تدمير كل شيء بناطلقنا. لذلك من واجبا الخروج لرفض العودة إليها».

وأثت الطفلة روان خميس حديثها، بوجوب محاسبة الاحتلال التركي، ومرتزقة على الجرائم المرتكبة بحق الشعوب السورية.

فيما طالبت الطفلة خديجة الشواخ، المجتمع الدولي والمنظمات الحقوقية والإنسانية، بإدانة جرائم تركيا وسياسة الإبادة الجماعية بحق شعوب إقليم شمال وشرق سوريا، وضمان الأمان والاستقرار مع حلول أعياد الميلاد الجيدة، مؤكدة على ضرورة إعادة كل مُهجّر أجبر على ترك دياره بسبب الاحتلال بالعودة إليها مجدداً ليحل السلام والأمان والاستقرار العالمي لشعوب المنطقة.

روج نيزوز، ١٢ سنة، من أهالي كركوك.

معارضات الحزب الديمقراطي الكردستاني، وسط تأكدهم أن القضاء على العنصر العراقي الاخادي له سلفية على اعتبار

بأشور كردستان جزء من العراق وهنا يمكن خريك نغوى ضد هولير في محاكم بغداد لمعرفة مصير الصحفي سليمان أحمد

وتطالب عشرات المؤسسات الإعلامية، المحلية منها والإقليمية والدولية، سلطات الديمقراطية الكردستاني بالإفراج عن محررووكالة روج نيزوز سليمان أحمد.حيث أصدرت كل من (RSF _CPJ) المعنية بحقوق الصحفيين على المستوى العالمي بإسقاط التهم الموجهة للصحفي

روج نيزوز، ١٢ سنة، من أهالي كركوك.

أما ما شهدته مناطق سري كانيه، وكري سبي، فيبلغ عدد حالات الاختطاف التي جرى توثيقها منذ احتلالهما في تشرين سجون ومعقلات ومقرات، والمتاجر بها بيعاً وشراءً،

وحسب ما أكدته مديرية آثار عفرين، فإن جيش الاحتلال التركي نقّب وسرق آثار عفرين في نحو ثمانية وسبعين تلاً أرضياً، ودمر أكثر من ثمانية وعشرين موقعاً أثرياً

كما تم توثيق ما لا يقل عن مئتين وثلاثة وتسعين حالة تعذيب للمحتجزين ودمر أكثر من ثمانية وعشرين موقعاً أثرياً بالمنطقة وسجون مرتزقتها، قضى خمسة أشخاص منهم على الأقل نتيجة التعذيب الذي تعرضوا له، بالإضافة إلى تهجير أكثر من مائتي ألف من سري كانيه، موزعين في سوق للماشية،

المشهد الثقافي المصري ٢٠٢٣.. حوار غائب ورحيل

فادح لُكُتاب وشعراء



يعزز ذلك أن الثقافة المصرية تمتلك كثيراً من القومات الإيجابية إبداعاً وتنظيراً ما يمكن البناء عليه ودفعه بنقطة إلى أفق أرحب من المغامرة والتجريب الحاذق وهو المعنى نفسه الذي يضمرة الاحتفاء اللافت بذكرى ميلاد كُتيب محفوظ. بوصفه أحد رموز القدوة للفتنة

يبرز هذه الإصدارات وتنعوها ملاحظة مهمة وأساسية هي أن مغامرة التجريب في الكتابة السردية والشعرية لم تعد مقصورة على كُتاب بعضهم، وإنما أصبحت حقاً مشتركا بين الكُتاب الحضرمين والشباب، ما يعكس روحاً شديدة ومُحفزة تعتدُ بجدلية التأثير والنشر، يبقى أن تتبلور في حوار أدبي صحيح مبني على أسس وركائز نقدية موضوعية.

صاحب العالم

وفي خضم هذا المشهد الحزين، شهد الواقع الثقافي عدداً من الإصدارات المهمة، منها في الشعر: ديوان «غياب حرا» عن الهيئة المصرية للكتاب، للشاعر عاطف عبد العزيز، أحد أبرز شعراء الثمانينات، وديوان «الوقت خارج الوحد» للشاعرة نجاة علي، وهو أيضاً صادر عن الهيئة المصرية للكتاب. كما صدرت عدة روايات مهمة: أبرزها «صاحب العالم» لأحمد صبري أبو الفتح، دار الشروق، وحامل الصنف النقدية» لإبراهيم عبد الجيد، دار الشروق، و«العروس» لخمدي الجزار، دار وجرة في الجامعة، لعز الدين شكري فشير، دار الشروق، و«أيام الشمس المشرقة» لجمال الطحاوي، دار العين، و«وادي الكون» لهالة البديري، داربنات، و«إيس هارت في العالم الآخر» للأقاليم، لا يوجد مؤثر للثقافة المصرية بالمفهوم الشامل والعميق يشارك فيه جميع الكُتاب والمبدعين والشعراء من كل المشارب والأطياف الأدبية. يناقش، بحرية وجسوة، ما لها وما عليها، ويفتح الجول ويضع الخطط للمشاكل والعقبات التي تعوق مسيرتها وتقدمها في شتى المجالات.

عامٌ يقبلُ القسمة على ٢٠٢٤ /٢

من أرضها
في ليلٍ طويلة العَبَتين
بجنيفو الذاليلين
يسهَرُ على صوتي
يوؤُلُ صمتي البليغ
سانائدٌ أين رحلوا؟
وفي أيِّ صندوق بريد
أودعوا البِلد؟
فتبدأ انتفاضةً الكلمات
بفضة الغواية الأولى
ويعلِّقُ الصباةَ كالتَينِ
بالخارقة
إن هذا الماء متورِّطٌ مثلنا
بوجوه
قيل له:
غاز صدقك إلى كذبتهم
لتحتفي بكم الأيام
وتضعوا الجبالَ
إلى موقف النحباب
في عاصي الجبج
وسسمة العيد
مره أخرى بلا جُوم

الفنان أحمد زكي

بدا على الرسام بالوقوف دقيقة صمت على أرواح الشهداء الخالدين. ثم بعدها إلقاء كلمة باسم مؤتمر الإسلام الديمقراطي. ألقاها الشيخ «جاسر» استهلها بتلاوة الآية الكريمة (ولا حسبنَ الذين قتلوا في سبيل الله أمواتاً بل أحياءٌ عند ربهم يُرَبِّونَ). وتابع:«عندما يرتقى الشهيد ويسير في زفاف ملكي إلى الفوز الأكيد، وتختلط الدموع بالزغاريد، عندها لا يبقى لنا شيء نفعله أو نقوله. لأن الشهيد قد نلص كل كلماتنا باتسامةٍ، وكل قطرة دم سقت هذه الأرض، فارتفعت

الهدج كامل عثمان، وبحضور المئات من المهجرين في مخيم مهجري كري سبي ردا على الهجمات الهوجية التي يقوم بها المحتل التركي على كافة مناطق إقليم شمال وشرق سوريا، مستهدفاً من خلالها البشر والحجر والراكز الخدمية والمنشآت الحيوية من مشافي ومضخات مياه بما يؤثّر على الحياة المعيشية لسكان المنطقة بشكل عام.

ووجه في نص البيان:«المحل التركي يهدف من هذه الهجمات تهريب وتهجير سكان المنطقة والإضرار باقتصادهم، إلا أن شعوب المنطقة تأبى ترك ديارها لقمة سائفة لاحتلالها، وبأن هجماتهم لن الطفلة روان خميس»«نحن هنا مع أهاليها المهجرين لنقول لا للعدوان التركي. لا وقوفهم صفاً واحداً خلف قوات سوريا الديمقراطية، المدافعة عن أراضيهم بوجه بياتنا فريّ في ساحة الخيم من قبل

وكالات

مركز الأخبار - تواصل سلطات الحزب الديمقراطي الكردستاني، إقفاء مصير الصحفي سليمان محمد أحمد، بعدما اختطفته منذ 1٨ يوماً، دون أن ترد عنه أي معلومات على الرغم من الدعوات والمناشدات التي أطلققتها الراكز والهيئات الإعلامية.



تضيقها السماء
تصعدُ إليها الأرض
برحيق الأصدقاء
هل صفحتَ عن الأعداء
هل وضعتم قواعد لإسعادي؟
فندخله
أن تبتكر عاشاً
كأطروحةٍ تسفرُ التراثَ
وعامنا الجديد
قيل نهاية العالم
وصياحه تلقنا وتدور حولنا
كما رقصة مولوي
وتسألنا

عيد ميلاد مجيد بين «نبراس محمد» و«موعظة المسيح»



د علي أبو الخير

عيد ميلاد مجيد

يأتي عيد ميلاد المسيح لعام ٢٠٢٤ في ظلال دموية، وفي عيد ميلاد السيد المسيح عليه السلام، وخت وطأة الإرهاب القاتل للنفس المحترمة الكريمة، وحركات التطرف والإمبريالية الاستعمارية، وهنئي أنفسنا مسلمين

ومسيحيين، عرب وكرد، ونتمنى لكل البشر ترائيم السلام وكرارات الحبة من خلال وصايا المسيح، ومن خلال وصايا النبي محمد عليه السلام، فكليهما يلهمون البشرية بالأمل، ولكن للأسف لا تكف الدماء عن الإراقة، ولا يكف المستبدون عن استبدادهم، وتعيد لنقول نجد لزاماً علينا تهنئة أنفسنا جميعاً مسلمين ومسيحيين. لعل النفوس تهدأ. ولعل العقل يتغلب على التكفير، ويتغلب السلام على الإرهاب والاستبداد. لننخذ من مولد يسوع الناصري نبراساً للسلام، ونقدم لهم صورة من تسامح الإسلام ونبي الإسلام محمد عليه وعلى عيسى السلام.

سوريا هي معركة لبنان

طارق الحميد (صحفي سعودي)

ما تقوم به إسرائيل من تصعيد في الأراضي السورية ليس استمراراً لعملياتها التي لم تتوقف هناك بل هو استعداد إسرائيلي لنشأ حرب جديدة على لبنان، قد تكون أثناء حربها على غزة، أو بعدها مباشرة. مسمى القائد بالحرس الثوري الإيراني،



رضي موسوي، الذي اغتالته إسرائيل مؤخراً بسوريا هو عنوان القصة بكل وضوح، حيث يقول الإيرانيون إنه مسؤول الإمدادات في «الحرس الثوري» وعملية استهداف موسوي هذه من قبل إسرائيل، وهو الذي له أدوار كبرى

الدوافع الإسرائيلية واضحة وبسيطة للفهم، فكلما طال أمد الحروب، سواء في غزة أو اندلاعها على الحدود اللبنانية، فإن ذلك يُشكل فرصة لاستمرار رئيس الوزراء الإسرائيلي نتنياهو في الحكم، والأكيد أن نتنياهو كان رجلاً ميئاً سياسياً، وينتظره المال الأخير وهو السجن، لكن عملية السابغ من أكتوبر (تشرين الأول) التي قامت بها «حماس» والفصائل الموالية لها أمدت بعمره السياسي، وبات يحاول الخروج من هذه الأزمة بوصفه بطلاً قومياً بعد أن كان سياسياً فاسداً.

ولذلك تتصاعد الأحداث العسكرية الآن في سوريا، وما قصة خروج وعودة مطار دمشق للخدمة بشكل مثير للسخرية منذ حرب غزة، إلا مؤشر

على استعدادات حرب متوقعة على لبنان، ومن يتأمل سيجد تصعيداً إيرانياً لتوفير خطوط إمداد الأسلحة، وعبر مطار دمشق، ما يعني الحاجة الملحة والاستمرار، حيث الابتعاد عن الطرقت الأخرى للإمداد التي قد تستغرق وقتاً أطول، بينما نجد الاستهداف الإسرائيلي المستمر لمطار دمشق من أجل تعطيل وصول الأسلحة، مع تصعيد ملحوظ في استهداف قيادات إيرانية مؤثرة، أكبر وأهم، مثل موسوي في دمشق، وكذلك استهداف مخازن الأسلحة الخاصة بـ«حزب الله» كل ذلك يقول لنا إن هناك تصعيداً إسرائيلياً لا يمكن فصله عن الحرب في غزة استعداداً واستهدافاً للحزب الله.

ومعه الميليشيات الإيرانية من أجل إضعافها قبل اندلاع الحرب الحقيقية في لبنان، ولذا نلاحظ التوتر والتضارب في التصريحات الإيرانية أمام هذا التصعيد الإسرائيلي، وكذلك صمت «حزب الله» خصوصاً حسن نصر الله الذي بات في صمت مطلق كونه يعي القادم، كما يعي أنه في حال وقعت الحرب فإنها ستكون مختلفة عما سبقه، والسبب بسيط جداً وهو أن هذه الحرب، بحال وقعت، هي بمثابة حرب بقاء بالنسبة لكل من نتنياهو وحسن نصر الله، ويتناهى الذي يريد النجاة من مصيره المحتم وهو السجن، ونصر الله الذي يحاول الحفاظ على ما تبقى من هيبة إيران ونفوذها بسوريا،

بالإضافة إلى مخيم الهول الذي يضم نحو ٧٠ ألف نازح ولاجئ، معظمهم من النساء والأطفال، ومنذ احتلالها للمحطة، تقوم تركيا بقطع إمدادات المياه بشكل متكرر ومتعمد، بزرعة الصيانة أو الاحتياجات العسكرية أو الأمنية، ما يتسبب في شلل كامل للحياة اليومية في المناطق المتأثرة، وتم تسجيل تسع وثلاثين حالة قطع للمياه من محطة علوك منذ احتلالها، ويكون القطع بفترات متباعدة، ومنذ احتلالها، وتهدد بإحداث كارثة إنسانية واقتصادية وبيئية، ومن بين التداعيات الرئيسية:

- تفاقم الأوضاع الصحية؛
- يُعرض نقص المياه النظيفة والمعقمة صحة السكان لمخاطر جسيمة، خاصة الأطفال والنساء وكبار السن وكذلك المرضى والنازحين واللاجئين، وتزداد احتمالية انتشار الأمراض المنقولة بليلها، مثل الإسهال والتيفوئيد والكوليرا والجرب والحصبة.

تخفيض المحتل التركي لحصة

تعاني مناطق إقليم شمال وشمال شرق سوريا أسوأ أزمة مياه في تاريخها، بسبب تداعيات الحرب والتغير المناخي والسياسة العدائية التي تنتهجها تركيا تجاه المنطقة، ويواجه ملايين السكان خطر العطش والأمراض والنزوح والموت، في ظل نقص حاد في الموارد والبنية التحتية والمساعدات الإنسانية، وحاول الإدارة الذاتية الديمقراطية في المنطقة إيجاد حلول عاجلة للتخفيف من معاناة الأهالي والحفاظ على الأمن والاستقرار،

أسباب أزمة المياه

قطع تركيا لمياه محطة علوك هو أحد أبرز أسباب أزمة المياه في إقليم شمال شرق سوريا، التي تقع في مدينة سري كانيه المحتلة الحدودية، والتي احتلتها دولة الاحتلال التركي ومرتقتها في عام ٢٠١٩، وتعتبر محطة علوك أهم مصدر للمياه الصالحة للشرب في مدينة الحسكة وريفها الغربي،



المياه، وقد تعرضت مدن الرقة ودير الزور وحلب لنقص حاد في المياه، ما أدى إلى تضرر الملايين من السكان والمزارعين والمنتجين.

تداعيات عدة

مخاطر إنسانية واقتصادية وبيئية جراء انقطاع المياه، حيث تُلقى أزمة المياه في إقليم شمال وشرق سوريا بظلالها على جميع جوانب الحياة في المنطقة، وتهدد بإحداث كارثة إنسانية واقتصادية وبيئية، ومن بين التداعيات الرئيسية:

- تفاقم الأوضاع الصحية؛
- يُعرض نقص المياه النظيفة والمعقمة صحة السكان لمخاطر جسيمة، خاصة الأطفال والنساء وكبار السن وكذلك المرضى والنازحين واللاجئين، وتزداد احتمالية انتشار الأمراض المنقولة بليلها، مثل الإسهال والتيفوئيد والكوليرا والجرب والحصبة.

أزمة المياه في إقليم شمال وشرق سوريا.. سباق مع الزمن

لإنقاذ ملايين الأرواح

الشدادي، حسام الدخيل . تستمر دولة الاحتلال التركي بممارسة حرب المياه ضد شعوب إقليم شمال وشرق سوريا منذ عدة أعوام عبر مواصلة حبس مياه نهر الفرات، وقطعها لمياه محطة علوك مما يُنذر بكارثة إنسانية وبيئية.

سوريا من مياه نهر الفرات

سبب آخر يقاوم أزمة المياه في إقليم شمال وشرق سوريا هو تخفيض تركيا لحصة سوريا من مياه نهر الفرات، الذي ينبع من تركيا ويعبر سوريا والعراق، ويعتبر نهر الفرات أهم مصدر للمياه في المنطقة، حيث يروي الأراضي الزراعية ويؤدّد الكهرياء ويدعم الصناعة والتجارة،

على الرغم من وجود اتفاقية مائية موقعة عام ١٩٨٧ بين سوريا وتركيا، وهي: «كمية المياه التي تسلمها تركيا لسوريا يجب أن تكون ٥٠٠ متر مكعب في الثانية»، لكن منذ عام ٢٠١٧، بدأت تركيا بتخفيض حصة سوريا من مياه النهر بحجة تشغيل سد السلامة الذي بنته على النهر في إطار مشروع الأناضول الجنوبي الشرقي، وهو مشروع ضخم للتنمية الزراعية والصناعية في المنطقة، وقد انخفض منسوب مياه

النهر بشكل كبير، ما أثر على سدود ومحطات ومضخات وقنوات الري في سوريا، وتسبب في تلوث وتدهور جودة المياه في مدينة الحسكة وريفها الغربي،

والتي قد تؤدي إلى الوفاة في بعض الحالات بسبب صعوبة الوقاية والعلاج من هذه الأمراض، في ظل نقص في المستلزمات الطبية والكوادر الصحية،

• تدهور الأوضاع الاقتصادية؛

تؤثر أزمة المياه سلباً على القطاعات الاقتصادية الرئيسية في المناطق المتأثرة من قطع مياه نهر الفرات، حيث تعتمد عليها غالبية السكان في قطاع الزراعة الحيوي، بالإضافة إلى إنتاج قطاع الثروة الحيوانية، فضلاً عن توقف عنفات توليد الكهرياء الموجودة على السدود، ما يخلق أزمة كارثية للسكان في المنطقة، وغيرها من التداعيات الاقتصادية،

• تضرر الأوضاع البيئية؛

تنعكس أزمة المياه على البيئة المحيطة بالمنطقة، وتسبب في تغيرات سلبية في المناخ والتربة والنبات والحيوان، وتؤدي نقصان مياه النهر والمحطة إلى جفاف الأراضي وانخفاض الرطوبة وارتفاع الحرارة وتكاثر الآفات والحشرات، وتعرض الزراعة والثروة الحيوانية والحراجية لخسائر فادحة، ما يهدد الأمن الغذائي والتنوع البيولوجي، وتزيد كمية الملوثات والتخلفات في المياه، ما يهدر الموارد ويضر بالصحة العامة،

حلول لتجاوز أزمة المياه

لتجاوز أزمة المياه الخائفة التي فرضتها تركيا على المنطقة، حاولت الإدارة الذاتية الديمقراطية منذ احتلال تركيا لمحطة علوك إيجاد حلول بديلة لتجاوز أزمة المياه في المنطقة، كان أولها حفر خمسين بئراً في منطقة الحمة غرب الحسكة، ولكن انعدام المياه الصالحة للشرب جعل الأمر صعباً، ما تسبب في شلل المشروع، كما قامت الإدارة الذاتية الديمقراطية بتحويل مياه نهر الخابور إلى السد



١٢ كيلو متر، ومدة تنفيذ المشروع مرتبطة بتأمين القساطل، حيث تعتبر هذه أحد أبرز العوائق التي تواجه المشروع، وذلك لعدم توفرها بالأسواق المحلية، وتكلفتها المرتفعة جداً، وحالياً العمل فيها شبه متوقف حين تأمين القساطل اللازمة،

كيف يتدبر الأهالي أمورهم بالحصول على المياه..؟

منذ توقف محطة مياه علوك عن العمل، يعتمد أهالي الحسكة وأريافها على الصهاريج الخاصة بالحصول على المياه الصالحة للشرب، ويبلغ سعر المتر



الواحد من المياه حوالي ٤٠ ألف ليرة سورية، كما قامت بعض المنظمات الدولية العاملة في الحسكة بتوزيع خزانات المياه في الأحياء السكنية كحل إسعافي لتأمين جزء بسيط من احتياجات السكان من مياه الشرب، واستمرار المياه من قرية سنحوق سعود بريف عامودا، ويتطلب المزيد من الوقت المياه الصالحة للشرب جعلت الأمر صعباً بعض الشيء، حيث أن هذه الخزانات لا تكفي لسد حاجة ١٠٪ من السكان،