روناهي عين الحقيقة

@rojnameyaronahi2011
@NewspaperRonahi
ronahinewspaper
rojnama ronahi

rojnama ronahi
ronahi_newspaper
www.ronahi.net
+963 938541707

r.ronahi2011@gmail.com
ronahinewspaper@gmail.com
+963 984370218
+963 052 423165

مؤسسة روناهي للنشر والتوزيع
shrktronahi@gmail.com
0938374196
المكتب الرئيسي: قامشلو - حي الغربي - طريق هاسوا (شارع روناهي الغربي)

طقوس رمضانية حاضرة في سوريا رغم الحرب والأزمة الاقتصادية

الشدادي/ حسام الدخيل - في لوحة تصف تكاتف المسلمين، وحبهم للشهر الفضيل، يسعى السوريون كل عام لإحياء طقوس رمضان بالرغم من الظروف الاقتصادية الصعبة، التي تمر بها سوريا.

في ساعات النهار الأخيرة، التي تسبق آذان المغرب، تنتشر رائحة المعروك الطازج في الأسواق الرئيسية والفرعية، وترتفع أصوات الباعة الذين تصدح حناجرهم بأصوات عرفها جميع السوريين، "بارد يا تمر هندي، حلو وطبيعي عرق السوس"، حيث يستعد الصائمون لوجبة الإفطار، فرغم الحرب، التي خلفت آثارها على كل شيء في سوريا، لا تزال طقوس رمضان حاضرة بقوة في قلوب السوريين، متحدية الظروف الاقتصادية القاسية.

الحفاظ على قدسية رمضان

ومن الأطعمة التقليدية التي تنتشر في رمضان المعروك، الذي يُخبز بعناية، بالإضافة إلى المشروبات الرمضانية الباردة كالتمر الهندي، والعرق سوس، التي تقدم بعد الإفطار لتنعش الصائمين وتروي عطشهم.

ولا تكتمل الصورة إلا بالقطايف الحلوة المحشوة بالمكسرات أو الجبنة، التي تُقلى بالزيت وتُقدم حلوى مسائية، والخير في رمضان يصل إلى موائد الجميع عبر السكبة الرمضانية، التي يتبادل من خلالها الجيران وجبات الإفطار، لتتشكل سفرة رمضان المميزة، التي تحتوي ما لذ وطاب من الأطعمة المتنوعة.

ورغم الأزمة الاقتصادية، التي أثّرت على القدرة الشرائية للمواطنين، يصر السوريون للاحتفاظ بعاداتهم الرمضانية، لأنها جزء لا يتجزأ من هويتهم وثقافتهم.

ويقول لنا "ياسر العبد الله" المنحدر من مدينة الشدادي جنوب الحسكة: "إن الحرب أخذت الكثير منا، لكنها لن تأخذ منا عادات رمضان المنتشرة فهذا الشهر له قدسيته في قلوبنا، وسنحتفل به مهما كانت الظروف"، ويضيف "المحافظة على هذه الطقوس تأتي من تعظيم شعائر الله، وهو ما أمرنا به ديننا الحنيف، فهذا الشهر، شهر فضيل مبارك، ومن واجبنا تعظيمه وتقديسه، ونتمنى أن يكون هذا الشهر، شهر رمضان الأخير، الذي يمر على البلاد بقلة وضنكة في المعيشة، ونتمنى أن تحمل لنا الأعوام القادمة ما هو خير لنا ولبلادنا".

سفرة رمضانية تحمل الخيرات

وبدوره، أكد المواطن "باسل الأحمد" أن طقوس رمضان لن تتغير عن الأعوام السابقة؛ "مثلما اعتدنا كل عام، شهر رمضان شهر مميز لعموم المسلمين في مختلف بقاع العالم، وطقوس رمضان والمحافظة عليها تُعدُّ جزءاً من هويتنا، فلا تكاد تخلو أي سفرة رمضانية في أي بيت سوري من التمر الهندي، أو العرق سوس، سواء اختلف على حبه أفراد الأسرة أو اتفقوا، فهو حاضر على السفر الرمضانية".

فيما تابع: "إن هناك طقوساً أخرى يقدم السوريين على فعلها، لعل أبرزها عادة السكبة الرمضانية، والتي بدورها تعدُّ أحد وسائل التكافل الاجتماعي، فالجيران فقيرهم وغنيهم يتبادلون الأطباق الرمضانية، ليشارك الجميع من الأصناف نفسها من الطعام، وتكون السفرة الرمضانية لوحة جميلة تضم مختلف أنواع الأطعمة، ولهذا السبب كانت تكثر مقولة "رمضان كريم"، فهو كريم حقاً".

وأشار الأحمد في ختام حديثه، إلى أن هذه العادات، هي عادات متأصلة ومتجذرة بداخل كل سوري، مهما مرت عليه ضنكة عيش أو قلة حيلة، وهذا ما لاحظناه عند السوريين في بلاد الاغتراب، فهم لايزالون يحملون هذه الطقوس في بلاد الغربة معهم، وهذا إن دل على شيء إنما يدل على تعلق السوريين بعاداتهم وبهويتهم الثقافية، تُظهر هذه الطقوس الرمضانية العريقة قوة الإرادة والتفاؤل لدى الشعب السوري، الذي يواجه تحديات الحياة بإصراره على الاحتفاظ بتقاليده وإيمانه بأن الأمل ما زال موجوداً في قلوبهم، مهما طالت سنوات الحرب والصعاب.

مراكز توزيع صحيفة روناهي وافتتاح الكتب: اقليم الجزيرة- قامشلو (**مكتبة سعدو**- فرع (١) شارع زكي الأرسوزي- جانب البلدية ٤٢٥٩٩٧- فرع (٢) الشارع العام، مقابل جامع الشلاح ٤٥٢٠٨١/ **مكتبة أوار**- طريق عامودا ٤٣٩١٥٤/ **مكتبة الحرية**- الشارع العام ٤٢١٣٦٠/ **مكتبة سومر**- الشارع العام ٤٢٤٠٣٧/ **مكتبة الراوي** فرع (١) شارع الكورنيش، تجمع محلات الراوي ٤٤٤٠٢٨ - فرع (٢) مقابل الصيدلية العمالية ٤٤٥٨٢٠/ **مكتبة الزهراء**- دوار البشيرية ٤٦٠٦٩٩/ **مكتبة الجواهري** ٤٤٣٧٤٢/ **مكتبة دار القلم** - الشارع العام ٤٥٢٧١٤/ **مكتبة الأنوار** شارع عامودا ٤٣٨٢٠٧. / **مكتبة الرسالة** الشارع العام هاتف ٠٩٦٦٦٢٧٨٤٥٧-٧٤٥٧٣٣/ **المكتبة الرئيسية - كركي لكي**- ٧٥٤٤١٦ / **عامودا (مكتبة آرين** (٧٣٢٣٢٣) / **درباسية (مكتبة سما** (٧١١٤١٠) / **جل آغا (مكتبة وائل** (٧٥٥٥٥١) / **تربه سبيه (مكتبة الجهاد** ٤٧٠٦١٨).

روناهي عين الحقيقة

يومية سياسية ثقافية اجتماعية عامة تصدر عن مؤسسة روناهي للإعلام والنشر

أسست عام ٢٠١١ـ السنة الثالثة عشرة | العدد : ١٧٩٦ | النسخة الإلكترونية ـ ١٧٩٦ | الاثنين ـ ١٨ آذار ٢٠٢٤م (٢٠٠) ل.س

حسين عثمان: لإنهاء الأزمة السورية مستعدون للحوار مع الجميع

أكد الرئيس المشترك للمجلس التنفيذي في الإدارة الذاتية، لإقليم شمال وشرق سوريا، حسين عثمان، أن الحراك السوري عام ٢٠١١، كان تحوّلاً تاريخياً للشعب السوري، ولكن التدخلات الخارجية والارتباطات الإقليمية حوّلت مساره وجعلت حله مستعصياً...٥

الإدارة الذاتية في مقاطعة الجزيرة تُعلِن عن أماكن الاحتفال بنوروز ٢٠٢٤

أعلنت الإدارة الذاتية الديمقراطية في مقاطعة الجزيرة، عن أماكن الاحتفال بنوروز ٢٠٢٤، والذي سيقام تحت شعار "الحرية للقائد آبو، حل للقضية الكردية"، وذلك من خلال إلقاء بيان عند دوار الشهيد يوسف كلوبمدينة قامشلو...٤

مقتل الطفل أحمد معمو.. حرب إبادة وتهجير

ضمن عملية تغيير ديمغرافي ممنهجة؛ تستمر دولة الاحتلال التركي ومرتزقتها في ممارسة سياسة الإبادة والتهجير في عفرين المحتلة؛ حيث تواصل ارتكاب الجرائم واحدة تلو الأخرى أمام مرأى العالم الذي لاذ بالصمت، ومنها جريمة مقتل الطفل القاصر أحمد خالد معمو في ناحية جندريسه بالتزامن مع الذكرى السنوية السادسة لاحتلال عفرين وقرب عيد النوروز...٥

تعديل قانون عمل بلديات مقاطعة الجزيرة لعام ٢٠٢٤ وفقاً للعقد الاجتماعي...٣

الطاووس والصليب... دلائل إيزيدية قديمة في جبل الكرد...٩

أعمال مُنفذة لوحدة مياه المحمودلي في إيصال مياه الشرب للأهالي...٧

ما هي أبرز النقاط التي تمت مناقشاتها بين الاتحاد والمجالس الرياضية ؟...١٠

راياتٌ سوداء في تشييعِ جنازة شهيدٍ في عفرين المحتلة

كان لافتاً في مراسم تشييع الفتى الكرديّ الشهيد أحمد خالد معمو رفعُ راياتٍ سوداء، وهي ظاهرة غير مسبوقة في الجنازات، ولها دلالتها الأعمق لدى البحث في ظروف الجريمة النكراء بأسلوبها الشنيع وموقع الجريمة والبيئة التي وقعت فيها وهي الاحتلال التركيّ للمنطقة...٨

القابلات القانونيات الماهرات يضمنّ سلامة وراحة الأم خلال الحمل والولادة

أوضحت القابلة القانونية "سهام محمد مصطو"، أن صحة وحياة ملايين من النساء والأطفال حديثي الولادة تعتمد على الرعاية الصحية ذات جودة عالية المقدمة من القابلات القانونيات أثناء الولادة وما بعدها...٢

القابلات القانونيات الماهرات يضمنّ سلامة وراحة الأم خلال الحمل والولادة

الحسكة/ آية محمد ـ أوضحت القابلة القانونية "سهام محمد مصطو"، أن صحة وحياة ملايين من النساء والأطفال حديثي الولادة تعتمد على الرعاية الصحية ذات جودة عالية المقدمة من القابلات القانونيات أثناء الولادة وما بعدها.

القابلات القانونيات ينفذن الأرواح. فالقابلات المدربات جيداً قادرات على اجتناب نحو ثلثي مجموع وفيات الأمهات والمواليد الجدد. وفقاً لأحدث تقرير صادر عن حالة القبالة في العالم، القابلات قادرات على تقديم ٩٠ في المائة من الخدمات الأساسية الإنجابية والصحية للأمهات والمواليد أيضاً.

ولمعرفة المزيد من التفاصيل عن هذه المهنة الإنسانية لواهبات الحياة كان لصحيفتنا "روناهي" لقاء مع إحدى القابلات القانونيات في مدينة الحسكة "سهام محمد مصطو" قابلة قانونية من مدينة الحسكة، مستعدة دائماً لتجاوز الصعاب من أجل القيام بما يمليه

عليها واجبها وبذل ما يفوق المهام الموكلة إليها لتوفير رعاية قبالة ذات نوعية جيدة للنساء وحديثي الولادة.

تقديم خدمات صحية متكاملة للنساء

للقابلة دور مميز جداً في متابعة الحمل، إذ تقوم بالفحوصات اللازمة كلها (كقياس ضغط الدم، والوزن، والزلال وغيرها..) وتضيف إرشادات خاصة لكل فترة من فترات الحمل من حيث الاهتمام بالتغييرات الفيزيولوجية والنفسية، التي تمر بها المرأة الحامل، الاهتمام بالتغذية الصحيحة والفعاليات الجسدية، التي تستطيع القيام بها في كل فترة من فترات الحمل.

تعمل سهام في مستوصف الكلاسة الصحي بمدينة الحسكة، وهي تستقبل يومياً الكثير من الحالات الطبيعية والمعقدة، وعن الخدمات التي تقدمها القابلات في المستوصف تبين سهام: "تقدم القابلات التقييم البدني، والتثقيف الصحي، والرعاية أثناء الزيارات المجدولة دورياً، حيث تمنح الأمهات رعاية شاملة تساعدهن على اتخاذ القرارات عن دراية ومعرفة، وعادةً ما تكون زيارات ما قبل الولادة عبارة عن ثماني زيارات على الأقل موزعة على أشهر الحمل".

وأضافت سهام: "تمنح القابلات الوقت الكافي للإجابة على تساؤلات الأم، وتقديم الدعم النفسي لها، ومساعدة الأم في اتخاذ قراراتها المتعلقة بالولادة، ورعاية الطفل؛ وذلك عن طريق تقديم معلومات عن الاختبارات الطبية المختلفة والخيارات المتوفرة، وتقديم بعض التوصيات".

وأردفت سهام: "تساعد الأمهات على التكيف مع تغيرات الحمل الجسدية والنفسية، كما نقوم بتجهيز الأمهات للولادة، وذلك بشرح التمارين الرياضية، والاستعدادات اللازمة لها، والتركيز على الرعاية الوقائية".

وزادت: "وبالتعاون مع الأطباء، نقوم بتحويل الحالة لهم إذا لزم الأمر، كما أننا ندعم الولادة الطبيعية بدون تدخلات طبية، إلا إذا استدعت الحالة ذلك، دون أن يكون هناك خطر محقق على حياتها أو حياة الجنين".

القابلات في المراكز الطبية العامة... مصدر أمل

وفيما يخص الصحة النفسية نوهت سهام: "لا يقتصر دوري كقابلة على الرعاية الطبية، بل أقوم أيضاً بدور توعوي فيما يتعلق بالصحة النفسية للمرأة، فأقوم بدعم المرأة نفسياً في مرحلة ما قبل الحمل، حيث أقف بجانبها في هذه المرحلة من خلال التوعية والتثقيف، خصوصاً عن دور التوتر والإجهاد في تأخر الحمل في الكثير من الأحيان، وخلال الحمل أيضاً حيث تبين أن بعض أعراض الحمل الشديدة قد تحدث بسبب إجهاد نفسي وتوتر، وفي مثل هذه الحالات تحتاج المرأة

لرفيقة وصديقة تخبرها بما تشعر لكي ترتاح من هذه الأعراض المزعجة".

وتابعت "أما بعد الولادة أقوم بتعريفها باكتئاب بعد الولادة وأعراضه وأسبابه، وعن

الدعم الذي تحتاجه، يحدث اكتئاب ما بعد الولادة أو حالات كآبة ما بعد الولادة، والتي تكون أقل حدة، بسبب التغير المفاجئ في الهرمونات، دوري هو معرفة علامات الاكتئاب ومساعدة المرأة للقيام بالتواصل مع الطفل بنجاح، والسيطرة على مشاكل الرضاعة الطبيعية لتكون تجربة خالية من الإجهاد".

واختتمت القابلة القانونية "سهام محمد مصطو" حديثها: "أحب عملي نظراً لما يقدمه من خدمة إنسانية عظيمة، وأسعد عندما أرى البسمة في وجوه الناس، وعندما تحصل المراجعات على مطالبهن، نريد أن يعرف الجميع أن القابلات يقمن بمهمة جليلة وسامية لخدمة بنات جنسهن، وأن دورهن ليس بهين فهن بطلات مجهولات يقدمن خدمة ما قبل الحمل، وأثناء الحمل، وبعد الولادة".

والجدير ذكره، تقوم القابلات القانونيات بدور أساسي في توفير رعاية صحية ذات الجودة العالية للنساء أثناء الولادة في الظروف كلها على مستوى العالم، واعترافاً بدورهن الحيوي، تحتفل أكثر من خمسين دولة حول العالم في الخامس من أيار من كل سنة باليوم العالمي للقابلات القانونيات، ليسلط الضوء على عملهن المنقذ للحياة في مختلف أنحاء العالم.

بعملها بالأشغال اليدوية تساهم في الحفاظ على ثقافة مدينتها

تعدُّ الأشغال اليدوية من أكثر الأعمال والنشاطات التي تعمل بها النساء منذ أعوام، ويتوارثن هذه الأعمال من جيل لآخر من أجل المحافظة على هذه الثقافة، وإبراز ثقافتهن من خلال هذه الأشغال.

تستمر النساء في مناطق إقليم شمال وشرق سوريا بتنمية مواهبهن في الأشغال والأعمال اليدوية، التي تعدُّ ثقافة وتراثاً لدى النساء عبر التاريخ، كما وتمثل هذه الأعمال ثقافة وشخصية وهوية المرأة الكردية، وبهدف المحافظة على هذه الثقافة من الاندثار تقوم الأمهات والجدات بتعليم بناتهن وحفيداتهن هذه المهنة.

افتتح وقف المرأة الحرة في مقاطعة الفرات بإقليم شمال وشرق سوريا عام ٢٠١٨، قسم خاص بالأشغال اليدوية يتضمن تدريبات ومعارض، بهدف مساعدة النساء على تنمية مواهبهن وتحقيق استقلالهن الذاتي وتنمية مواهب الفئة الشابة بشكل خاص في المجالات كافة، ونشر هذه الثقافة بين المجتمع والمحافظة عليها.

وتعمل إلهام أحمد (٢٥ عاماً) من مدينة كوباني بسبب شغفها وحبها لثقافتها وتراثها في مركز وقف المرأة الحرة بقسم الأشغال اليدوية منذ عامين بهدف تنمية موهبتها في هذا المجال. وتقول: "عندما كنت صغيرة في السن كنت أرغب تعلم الأشغال اليدوية، كنت أملك موهبة في هذا المجال ومنذ عامين بدأت العمل في وقف المرأة من أجل تمكين مهاراتي وموهبتي في هذا المجال، يوجد عدة أنواع للأشغال اليدوية

منها الأشغال لتزيين المنازل، وأعمال تتعلق بالتطريز وغيرها".

وعن نوع الأشغال التي تعمل بها، لفتت إلى أنها تقوم بإعادة استخدام مخلفات الأزهار، والأشجار، وبشكل خاص شجر الصنوبر والأحجار والألوان وبعض المواد الأخرى لصنع أشكال وزخارف وديكورات تُعلّق في المنازل من أجل الزينة.

وأشارت: "في الفترة الأخيرة رأيت على مواقع التواصل الافتراضي بأن هناك شابات يصنعن الكوفيات التي تكون مرافدة للزي الكردي لإعطائه جمالية أكثر، أعجبتني الفكرة لذلك قررت تعلم صنعها خاصةً لأنها تمثل ثقافة الزي الكردي، التي نسعى للحفاظ عليها من الاندثار".

وأضافت "تعلم صنع الكوفية، كان سهلاً لي فهي لا تحتاج الكثير من العمل أو المواد نحتاج فقط إلى قطع قماش ملونة وبعض من الخرز والزخارف، وأستطيع في اليوم الواحد صنع ما بين عشر قطع من هذه الكوفيات".

ويتضمن قسم الأشغال اليدوية في وقف المرأة ديكورات منزلية ومناظر للزينة والكوفيات أيضاً، هذه الأشغال جميعها تُعرض في معارض الوقف ومن ثم يتم بيعها، ولكن بأسعار رمزية ليس كما في الأسواق.

وحول ثقافة الزي الكردي لنساء كوباني، نوهت إلهام: "كانت جداتنا يرتدين الزي الكردي في حياتهن اليومية، وليس فقط في المناسبات ويرتدين على رؤوسهن الكوفية، وتتميز نساء كوباني بزيهن الفلكلوري، ولفترة من الزمن لم تكن هذه الثقافة

مرغوبة بين الجيل الصاعد، لكن في الآونة الأخيرة نرى بأن الشابات يرغبن بارتداء هذا الزي، وفي هذا العام قمن بارتداء الكوفية أيضاً لكن بطريقة حديثة".

وعن إقبال المجتمع لشراء الكوفية، بينت أنه "يعد عرض الكوفية في معرض الوقف رأينا إقبالاً كبيراً من الشابات على شرائها لأنهن يتحضرن لاستقبال عيد النوروز، فقد بيعت أول كمية كبيرة، لتلك المناسبة، والآن نعمل

على طلبيات المحال ضمن الأسواق أيضاً".

وحول الصعوبات التي واجهتها في بداية عملها، أوضحت أنه: "أي عمل نقوم به تواجهنا العديد من الصعوبات، ولكن عندما يشاهد المرء نتائج عمله يتخطى هذه المصاعب، ففي البداية كان العمل صعباً حتى استطعت اتقانه ولكن مع مرور الوقت بات سهلاً لأنني أعمل بحب وشغف كبيرين".

وفي ختام حديثها، وجهت إلهام أحمد رسالة للنساء، بأن يمارسن ثقافة العمل بالأشغال اليدوية، ويحافظن عليها من الاندثار، لأنها نشأت على أيديهن عبر التاريخ، من أجل الحفاظ على ثقافة مدينتهن وتراثهن، مشددة على ضرورة أن تنمي الفتيات مواهبهن، ويعملن على تمكين ذاتهن.

وكالة أنباء المرأة

أطعمة صحيّة لخفض الكوليسترول للحامل في رمضان

أثبتت العديد من الدراسات أن صيام المرأة الحامل والانقطاع عن الطعام والشراب لفترة طويلة، يُعدُّ فرصة جيدة لخفض مستوى الكوليسترول الضار والدهون الثلاثية بالجسم؛ مما يعود بالنفع على صحة القلب والأوعية الدموية، والوقاية من العديد من الأمراض، منها ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم، ومع ذلك يجب إجراء بعض التعديلات على النظام الغذائي لخفض نسبة الكوليسترول وتقليل مخاطر الإصابة بأمراض القلب في شهر رمضان. إليك وجبات خفيفة صحية وأطعمة تساعد على خفض نسبة الكوليسترول لديك في شهر رمضان.

- الفواكه وتدفّق الدم:

تناول الفاكهة أثناء الحمل يمكن أن يوفّر لك العديد من الفوائد الصحيّة من أهمها خفض مستويات الكوليسترول السيئ؛ ومن أهم أنواع الفاكهة التي تساعد على ذلك البطيخ لاحتوائه على نسبة عالية من فيتامين سي، الذي يساعد بدوره على إنتاج أكسيد النيتريك، المسؤول عن توسيع الأوعية الدموية، وتحسين تدفق الدم المحمل بالأكسجين بداخلها، كما أنه طعام بديل جيد في رمضان إذا كنت من محبي الأطعمة السكرية.

هناك أيضاً فواكه أخرى مفيدة في خفض نسبة الكوليسترول إلى جانب البطيخ مثل الحمضيات والفراولة والعنب والتفاح.

- اللوز وصحّة القلب:

كشفت العديد من الدراسات إن اللوز هو أحد أفضل مصادر الكوليسترول الجيد وتحسين نسبة الكوليسترول الضار في الدم؛ لأنه يحتوي على نسبة عالية من البروتين، يُعدُّ اللوز غنياً بمضادات الأكسدة، التي تحمي الجسم من الإجهاد التأكسدي وتعزيز صحة القلب أثناء فترة الحمل.

ـ بذور الشيا:

تحتوي بذور الشيا على الألياف، وخاصةً الألياف القابلة للذوبان، والتي يمكن أن تساعد في خفض نسبة الكوليسترول، كما أنها تُبطئ عملية الهضم؛ ما يساعد على منع ارتفاع نسبة السكر في الدم أثناء الحمل.

علاوةً على ذلك، يمكن أن توفر بذور الشيا الكثير من أحماض أوميجا ٣ الدهنية الأساسية، والتي تقلل بشكلٍ كبير من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

ـ دقيق الشوفان ونخالة الشوفان:

يعدُّ دقيق الشوفان ونخالة الشوفان من أفضل الوجبات الخفيفة منخفضة الكوليسترول التي يمكن أن تتناولها النساء الحوامل اللواتي يعانين من ارتفاع نسبة الكوليسترول، وذلك لأن الشوفان يحتوي على كمية وفيرة من الألياف، يساعد الشوفان أيضاً الحامل الصائمة على الشعور بالشبع، وذلك لغناه بالألياف

والتي قد تمنع أيضاً حدوث الإمساك وتشجع على نمو البكتيريا النافعة في الأمعاء.

ـ البروكلي ومضادات الأكسدة:

مثل الأطعمة الأخرى السابقة، يعتبر البروكلي أيضاً غنياً بالألياف القابلة للذوبان، والتي تخفض نسبة الكوليسترول وذلك لاحتوائه على نسب مرتفعة من العناصر الغذائية من المعادن، ومضادات الأكسدة والفيتامينات، التي تفيد القلب والمخ والعظام وجهاز المناعة وصحة المعدة خلال فترة الحمل.

يمكنك ببساطة إضافة البروكلي إلى وجباتك اليومية، أو طهيه مع كمية صحيّة من الملح والتوابل الأخرى.

ـ البقوليات والوزن الزائد:

تعدُّ البقوليات مثل الفاصولياء، والعدس والفول من الأطعمة الغنية بالألياف القابلة للذوبان، كما أنها تستغرق بعض الوقت حتى يتم هضمها في الجسم، مما يمنح الحامل الشعور بالشبع لفترة أطول مقارنةً مع الأطعمة الأخرى بجانب فائدتها في خفض معدلات الكوليسترول في الدم، والتخلّص من الوزن الزائد.

علاج النوم المتقطع

ينتمي النوم المتقطع إلى مجموعة اضطرابات النوم، وهي حالات تؤثر في قدرة الفرد في الحصول على الراحة والنوم الذي يحتاجه جسمه، مما يؤثر في اليقظة والنشاط اليومي، ولكن من المهم أن تعلم أن علاج النوم المتقطع أمر ممكن، وللتعرّف على طرق العلاج إليك التفاصيل في المقال الآتي:

قد تكون الأسباب وراء النوم المتقطع واضحة، مثل: تأثير جانبي لأحد أنواع الأدوية، أو العمل في نظام الدوريات، أو شرب كميات كبيرة من الكافين، وفي المقابل قد تكون الأسباب غير معروفة في حالات أخرى، هذا يجعل قائمة علاج النوم المتقطع متنوعة، وهي من الممكن أن تشمل على الخيارات الآتية:

ـ توفير بيئة هادئة للنوم:

إن أول طرق التعامل مع النوم المتقطع هي توفير بيئة تتلاءم مع النوم، حيث يتوافر فيها الشروط الآتية:

أن تكون الغرفة ذات إضاءة خافتة، ويمكن ذلك باستخدام الستائر المضللة أو قناع النوم.

أن تكون الغرفة خالية من الضوضاء أو مصادر الإزعاج الأخرى، ويمكن استخدام سدادات الأذن أو تشغيل الضوضاء البيضاء.

ضبط درجة الحرارة بأن تكون معتدلة، تأكد من ملائمة الوسائد والبطانية لك ولطبيعة نومك.

ـ تحسين عادات النوم:

إن اتباع عادات غير منتظمة أو غير روتينية للنوم يؤثر في جودة النوم بصورة واضحة، لذا احرص على اتباع العادات الآتية لتحسين عادات النوم وبالتالي جودته:

احرص على الذهاب إلى الفراش والاستيقاظ في الوقت يوميًا، وهذا يشمل أيام العطل والإجازات.

مارس أنشطة تساعد على الاسترخاء قبل الذهاب إلى النوم، مثل: ممارسة رياضة اليوغا، أو رياضة التأمل.

تجنب التدخين، أو شرب الكحول، أو تناول الوجبات الكبيرة والدسمة قبل بضع ساعات من موعد النوم.

قلل من استخدام الأجهزة الإلكترونية قبل النوم، وحاول إبعادها عن السرير أيضًا.

- تعديلات على نمط الحياة:

يمكن أن تساعد تعديلات نمط الحياة ليكون صحيًا أكثر على تعزيز صحة النوم، ويمكن أن تشمل النصائح حول هذه التعديلات على الآتي:

حاول تناول وجبة العشاء في وقتٍ أبكر، إذا شعرت بالجوع في وقتٍ متأخر من الليل فاحرص على تناول وجبة خفيفة وصحيّة ويسهل هضمها، وابتعد عن تناول الوجبات الدسمة.

تجنّب استهلاك مصادر الكافيين في فترات المساء، وتشمل مصادر الكافيين على الشكولاتة ومسكنات الألم والصودا.

احرص على ممارسة التمارين الرياضية بانتظام، ولكن تجنب ممارستها بأوقات متأخرة أو بفترة ما قبل النوم.

قلّل من شرب السوائل قبل ساعة إلى ساعتين قبل النوم.

تناول شاي أو مستخلصات الأعشاب التي لها القدرة على تحسين النوم، مثل: البابونج، أو جذور الناردين.

- اتباع العلاجات الطبية:

قد لا تكون التغييرات السابقة كافية لعلاج النوم المتقطع مواجهته، لذا يمكن أن يصف الطبيب بعض الأدوية والمكملات لمواجهة المشكلة.

علاج فعّال لتسوّس أسنان الأطفال

وجدت دراسة أميركية أن دواءً موضعياً أثبت أنه علاج فعّال لمواجهة تسوس الأسنانٍ الذي يعد من أكثر الأمراض انتشاراً بين الأطفال، ويمكن أن يؤدي إلى آلام تتسبب في الغياب عن المدرسة أو انخفاض مستوى التحصيل الدراسي.

وأوضح الباحثون، في الدراسة التي نُشرت نتائجها، بدورية "غاما بدرياتكس" أن "سيلفر دیامین فلورید" (SDF) وهو عبارة عن سائل غير مكلف، يحتوي على عنصري الفضة والفلوريد، ومقاوم للتجويف، ويستخدم للحفاظ على الأسنان، يمكن أن يزيد من الوصول إلى الحفاظ على الأسنان مع تقليل التكاليف.

وبرز استخدام هذا الدواء علاجاً واعداً بديلاً لمكافحة التسوس، ووافقت عليه في الأصل هيئة الغذاء والدواء الأميركية لعلاج حساسية الأسنان، ويجري وضع المحلول على سطح الأسنان، ما يؤدي إلى

قتل البكتيريا المسببة للتسوس، ومنع مزيداً من التسوس.

ولمنع تسوّس الأسنان، خصوصاً بين الأطفال تدعم المراكز الأميركية للسيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC) حملات يقوم خلالها أطباء بزيارة المدارس، لوضع طبقة رقيقة واقية من هذا السائل على سطح الأسنان، تعمل على تصلب الأسنان، وحمايتها من التسوس.

وأجرى الفريق دراسة طويلة الأمد، شملت متابعة أكثر من أربعة آلاف طالب في المدارس الابتدائية بمدينة نيويورك، وكان أكثر من رُبع الأطفال يعانون من تسوّس الأسنان غير المُعالج في بداية الدراسة.

ووجد الباحثون أن العلاج باستخدام "سيلفر دیامین فلورید" منع ٨٠ في المائة من التجاويف، وحافظ على ٥٠ في المائة من التجاويف الموجودة، ومنعها من التدهور، ما أدى لتقليل خطر تسوس الأسنان، بعد متابعة الأطفال مدة ٤ سنوات.

ومن جانبه، قال الباحث الرئيسي للدراسة بجامعة نيويورك، الدكتور يان ريتشارد روف: "يمكن لبرامج الوقاية من تسوس الأسنان في المدارس أن تقلل من خطر التسوس، لكن تعوقها أحياناً

التكاليف الباهظة أو نقص الأطباء المدربين لتنفيذها، وقد أثبتت دراستنا أن (سيلفر دیامین فلورید) يُعدُّ علاجاً بديلاً للتسوس، وهو فعّال سريرياً ومنخفض التكلفة وسهل التطبيق".

وأضاف: "تشير دراستنا إلى أن دمج هذا العلاج في برامج الوقاية من تسوس الأسنان فعّال بشكلٍ مماثل، مقارنةً بموانع تسرب الأسنان الأخرى، ما قد يدعم فرص الوصول إلى أدوية الفم الأساسية للأطفال الأكثر عرضة للخطر".

وأوضح أن "المواد المانعة لتسرب الأسنان هي طبقات رقيقة يمكن عند طلائها على أسطح الأسنان أن تمنع التسوس سنوات كثيرة، وتعمل تلك المواد على حماية أسطح الأسنان من التجاويف عن طريق تغطيتها بدرع واقية تمنع تراكم الجراثيم والطعام".

ما هي أبرز النقاط التي تمت مناقشاتها بين الاتحاد والمجالس الرياضية؟

قامشلو/ جوان محمد ـ بدأ الرئيس المشترك للاتحاد الرياضي بإقليم شمال وشرق سوريا بوزان بركل اجتماعات مع جميع المجالس الرياضيّة في المقاطعات السبع التي تتبع للإقليم، وهي:

عفرين والشهباء ـ الجزيرة ـ الفرات ـ الرقة ـ دير الزور ـ منبج ـ والطبقة.

وتهدف الزيارات لمناقشة آلية العمل التي يُتطلب اتباعها من قبل المجالس الرياضية بالمقاطعات بعد تشكيل الاتحاد الرياضي في إقليم شمال وشرق سوريا، وآلية منح التراخيص للأندية التي تود ترخيص نفسها للمشاركة في البطولات على مستوى الإقليم.

وسيعقد الرئيس المشترك للاتحاد الرياضي في إقليم شمال وشرق سوريا بوزان بركل اجتماعات مع جميع المجالس الرياضيّة في المقاطعات السبع التي تتبع للإقليم، وهي:

عفرين والشهباء ـ الجزيرة ـ الفرات ـ الرقة ـ دير الزور ـ منبج ـ والطبقة.

وتهدف الزيارات لمناقشة آلية العمل التي يُتطلب اتباعها من قبل المجالس الرياضية بالمقاطعات بعد تشكيل الاتحاد الرياضي في إقليم شمال وشرق سوريا، وآلية منح التراخيص للأندية التي تود ترخيص نفسها للمشاركة في البطولات على مستوى الإقليم.

وعقد حتى تاريخ ٢٠٢٤/٣/١٦، اجتماعات مع المجلسين الرياضيين في الجزيرة والطبقة، وتم فيها تبادل الآراء بخصوص العمل الرياضي في الفترة القادمة وخاصةً مسألة تراخيص الأندية الرياضية. وتم الاتفاق على تشكيل لجنة مؤلفة من ثلاثة أشخاص من كل مجلس رياضي في كل مقاطعة بغية استلام أوراق الأندية التي ترغب بالحصول على الترخيص على مستوى إقليم شمال وشرق سوريا. وهذه اللجنة هي التي سترفع تلك الأوراق للاتحاد الرياضي بإقليم شمال وشرق سوريا.

ومن المقرر أن يتم الإعلان رسمياً في الأيام القليلة القادمة عن فتح باب التراخيص أمام الأندية في المقاطعات السبع بإقليم شمال وشرق سوريا.

كما برزت ضمن الاجتماعات مسألة تحول الأندية في المقاطعات كافة إلى فرق، بينما من يحصل على الترخيص من الاتحاد الرياضي بإقليم شمال وشرق سوريا فقط سوف يكون له صفة نادي. وذلك بحسب ما وصلنا من هذه الاجتماعات. علماً كانت المجالس الرياضية بالسابق هي اتحادات رياضية موجودة في المقاطعات. ولكن بعد تشكيل الاتحاد الرياضي في إقليم شمال وشرق سوريا العام الماضي تغيرت صفة الاتحادات إلى المجالس الرياضية. فضلاً أن المهام والآليات المتّبعة في العمل لم يتغير منها شيئاً تقريباً. وكذلك ستكون قضية الأندية التي تحولت لفرق. فهي ستشارك في البطولات المحليّة على صعيد المقاطعات. وفي حال أرادت المشاركة في البطولات التي ستقام على مستوى إقليم شمال وشرق سوريا. فيُتطلب منها أخذ الترخيص من الاتحاد الرياضي حتى يكون نادياً. ويُسمح له بالمشاركة في تلك البطولات.

وتتواجد أندية ويختلف عددها من مقاطعة إلى أخرى، ولكن وحتى الآن لم تصرّح بشكلٍ علني أيّاً منها عن نيتها لأخذ الترخيص كنادٍ من الاتحاد الرياضي في إقليم شمال وشرق سوريا غير نادي برخدان من مقاطعة الجزيرة، وبتاريخ ٢٠٢٤/١/٨، أبدى نادي برخدان الرياضي الذي يقع مقره الرئيسي في مدينة قامشلو بمقاطعة الجزيرة. جاهزيته لأخذ الترخيص من الاتحاد الرياضي في إقليم شمال وشرق سوريا. وذلك عبر منشور تم نشره على الصفحة الرسمية للنادي في الفيسبوك.

ونادي برخدان الرياضي الذي منح الترخيص في عام ٢٠١٦، لمزاولة العمل الرياضي من قبل هيئة الشباب والرياضة والمجلس الرياضي بمقاطعة الجزيرة. عقد اجتماع لإدارة النادي. وبعد ساعات من النقاشات توصّل الجميع للاتفاق على الترخيص من الاتحاد الرياضي في إقليم شمال وشرق سوريا. والمشاركة في البطولات التي ستقام تحت مظلته.

في المقابل يرى الكثيرون من المتابعين للشأن الرياضي بمقاطعة الجزيرة أنه في حال أصبح ترخيص الأندية على مستوى إقليم شمال وشرق سوريا. فقد يؤثر ذلك سلباً على وضع الأندية الموجودة سابقاً والتي نالت ترخيصها كنادٍ في السابق من هيئة الشباب والرياضة والمجلس الرياضي. بحكم ستصبح في الفترة القريبة القادمة كفرق. علما ليست كلها ستكون قادرة للحصول على الترخيص من الاتحاد الرياضي في إقليم شمال وشرق سوريا. وهكذا قد يكون مصيرها التوقف والحل.

وتشكل الاتحاد الرياضي في إقليم شمال وشرق سوريا في الرابع من شهر أيار الماضي. وذلك بعد عقد مؤتمره التأسيسي في مدينة الرقة. ويهدف الاتحاد الرياضي لتنظيم الواقع الرياضي. والإشراف على البطولات التي تقام على مستوى إقليم شمال وشرق سوريا. كما أنه وبعد تشكيل هذا الاتحاد. تحولت الاتحادات الرياضية المتواجدة في الأقاليم والمدن التابعة للإدارة الذاتية في إقليم شمال وشرق سوريا إلى مجالس رياضية، ولكن: الاتحاد الرياضي في إقليم شمال وشرق سوريا. لم يكتمل عدد أعضاء المكاتب المتواجدين ضمنه بعد وحتى الآن. ومازال العمل مستمراً لملئ هذه الشواغر. علماً أنه اتفق مؤخراً على أن يتم فتح مكاتب لهذا الاتحاد في مقاطعة الجزيرة. وأن يبقى المقر الرئيسي له بمدينة الرقة.

ريال مدريد يُعزِّز صدارته بفوزه على أوساسونا

عزّز ريال مدريد صدارته لترتيب الدوري الإسباني، وذلك عقب فوزه الكبير على مضيفه أوساسونا (٤-٠)، على ملعب «أل سادار»، ضمن منافسات الجولة ٢٩ من الليغا، وتقدم ريال مدريد في الدقيقة الرابعة عن طريق فينيسيوس جونيور، وبعده بثلاث دقائق أدرك أوساسونا التعادل عن طريق أنتي بوديمير، وفي الدقيقة ١٨ سجل داني كارفخال الهدف الثاني لريال مدريد، قبل أن يضيف إبراهيم دياز الهدف الثالث للملكي في الدقيقة ٦١، وعاد فينيسيوس للتسجيل مجدداً في الدقيقة ٦٤ مختتماً رباعية الريال، ثم سجل إيكيير مونيوث الهدف الثاني لأوساسونا بالدقيقة ١٠٩٠، ورفع الريال رصيده إلى ٧٢ نقطة في الصدارة، بينما تجمد رصيد أوساسونا عند ٣٦ نقطة في المركز العاشر، بدأت المباراة بضغط من الملكي، ونجح فينيسيوس في تسجيل هدف التقدم بالدقيقة ٤، حين نجح في قطع الكرة من كاتينا وانطلق لينفرد بالحارس سيرجيو هيريرا ثم هز الشباك،

وجاء الرد سريعاً من أنتي بوديمير بتسجيل هدف التعادل في الدقيقة ٧، فمن ركلة ركنية وصلت إلى خورخي هيرناندو الذي مرر عرضية نحو بوديمير ليهز شباك لونين، وأهدر فينيسيوس فرصة إضافة الهدف الثاني، حين تلقى تمريرة من رودريغو، لينطلق وينفرد ب هيريرا، لكن البرازيلي سدد برعونة شديدة ليتألق الحارس ويتصدى للكرة، ونجح داني كارفاخال في تسجيل الهدف الثاني في الدقيقة ١٨، حين استغل عرضية من إبراهيم دياز وسدد على الطائر بوجه القدم الخارجي أقصى يمين الحارس، وانطلق أريسو وراوغ الدفاع وسدد كرة قوية لكنها مرت أعلى المرمى في الدقيقة ٢٩، ثم وصوب فينيسيوس كرة على حدود منطقة الجزاء، لكنها مرت بجانب القائم الأيمن بالدقيقة ٣٤،

وتألق أندري لونين في التصدي لتسديدة صاروخية من أريسو على حدود منطقة الجزاء بالدقيقة ٤٠ وحولها إلى الركنية، ثم انتهى الشوط الأول بتقدّم ريال مدريد بهدفين لهدف،

ومع بداية الشوط الثاني، واصل ريال مدريد تهديد مرمى أوساسونا، بتصويبة قوية من الألماني تونسي كروس أمسك بها الحارس سيرجيو هيريرا، وأضاف إبراهيم دياز الهدف الثالث لريال مدريد في الدقيقة ٦١، حين أرسل لونين كرة طويلة، ارتقى فالفيردي ليمرر الكرة نحو دياز الذي انطلق وهز الشباك، وسريعاً ما سجل فينيسيوس هدفه الشخصي الثاني والرابع للريال، حين مهّد له فالفيردي الكرة لينطلق ويتوغل داخل المنطقة ويسدد كرة أرضية زاحفة سكنت الشباك، وسجل لوكاس فاسكيز الهدف الخامس في الدقيقة ٨٧ لكن الحكم ألغاه بداعي التسلل، ثم قلّص مونيوز الفارق لأوساسونا حين صوّب بقوة بين قدمي لونين في الدقيقة ١٠٩٠،

وكاد التركي أردا غولر أن يسجل من وسط الملعب، بتصويبةٍ بعيدة مستغلاً تقدّم الحارس، لكنها ارتطمت بالعارضة الأفقية، لتنتهي المباراة بفوز الملكي برباعية.

تعديل قانون عمل بلديات مقاطعة الجزيرة لعام ٢٠٢٤ وفقاً للعقد الاجتماعي

قامشلو/ علي خضير ـ بموجب انعقاد الاجتماع السنوي لهيئة الإدارة المحلية في مقاطعة الجزيرة بمدينة الحسكة، في السابع من كانون الثاني 2024، والذي عُقِدَ بهدف إعادة تشكيل هيكلية المؤسسات حسب قرارات العقد الاجتماعي، تمَّ وضع مسودة لقانون جديد للبلديات في المقاطعة، وسيتم تطبيقه خلال العام الحالي.

تزامناً مع إعادة تشكيل مؤسسات الإدارة الذاتية لإقليم شمال وشرق سوريا، من خلال انتخابات نص عليها العقد الاجتماعي، الذي بدأ من تاريخ المصادقة عليه في الثاني عشر من كانون الأول ٢٠٢٣، حيث صادقت الإدارة الذاتية على العقد الاجتماعي الجديد، والذي أقرَّ مجموعة من التعديلات والإضافات على القانون السابق.

القوانين الجديدة للبلديات

ولتسليط الضوء على قانون البلديات الجديد للعمل به في العام الحالي، أجرت صحيفتنا "روناهي"، لقاءً مع نائب الرئاسة المشتركة لهيئة الإدارة المحلية في مقاطعة الجزيرة "غسان عابد"، والذي أكد في مستهل حديثه، بإنَّ القانون يهدف إلى تحديد صلاحيات وواجبات البلديات وسير العمل وفق العقد الاجتماعي؛ "يعرّف القانون البلدية، على أنها وحدة أو إدارة خدمية محلية وذاتية واجتماعية وتنموية، تقوم ضمن نطاقها بممارسة الصلاحيات، التي يخوّلها القانون. وتتمتع البلدية بالشخصية الاعتبارية وشبه الاستقلال المالي والإداري في نطاق القانون".

الغاية من بناء نظام اتحاد البلديات

ولفت "عابد"، أن السبب لإنشاء اتحاد البلديات هو تعزيز فكر الإدارة الذاتية في المنطقة، وإعطاء استقلال مالي وإداري لبلديات المدن، لإمكانية تنفيذ خدمات وإدارات المدن بطريقة أكثر واقعية، حسب الاحتياج الفعلي للمنطقة، وبتوجيهات من الشعب التابع لها، والذي سيقوم باتخاذ القرارات بنفسه، وأكد، بأنهم ساعون لجعل القرار لا مركزي، من خلال ترسيخ مفهوم اللامركزية، ويكون أفضل عندما تدير البلديات نفسها بنفسها، والقرار يبقى عائداً لمجلس البلديات لتنظيم عمل المدن الموجودة فيها تلك البلديات.

وأما فيما يتعلق بموعد تحديد الانتخابات، فقد أوضح "عابد"، أنه يتم العمل حالياً على المصادقة على قانون البلديات في شمال وشرق سوريا، حتى تحديد موعد الانتخابات العائد لمفوضية الانتخابات في الأيام المقبلة.

تشكيل جهاز البلدية

وحول كيفية تشكيل جهاز البلدية، أوضح عابد: "يتألف جهاز البلدية من المجلس البلدي، والرئاسة المشتركة، وسيُنتخَب المجلس من الشعب، ويُحدّد عدد أعضائه وفقاً للتعداد السكاني في البلدات أو المدن، وتصل مدة ولاية المجالس البلدية إلى سنتين، وتُحدَّد مفوضية الانتخابات ومجلس الشعوب موعد انتخاب المجالس في حالة الطوارئ بمنطقة ما".

وأشار، إلى أنَّ كل بلدية تؤلِّف دائرة انتخابية واحدة، هذه الدائرة يمكنها حل المجلس البلدي بموجب طلب كتاب من ٣٥ بالمائة من الناخبين في الدائرة، ويُرفَع إلى المفوضية للاستفتاء حول الرئاسة المشتركة، أو المجلس البلدي، أو كليهما.

ومن منظور آخر قال عابد: "تُستحدَث البلديات وفق التقسيم الإداري في العقد الاجتماعي، حيث يُشترَط أن يتوافر تجمّع سكاني لا يقل عن ١٥ ألف نسمة، وألا تقل المسافة عن خمسة كيلو مترات عن أقرب بلدية، ويعتمد ذلك على قوانين المفوضية العليا للانتخابات".

وأوضح، بأنَّ الرئاسة المشتركة للبلدية، تُنتخَب من الشعب مباشرةً، ومهمتهما إدارة البلدية بشكل جماعي وتمثيل البلدية في المجلس المحلي، ويتم حل الرئاسة المشتركة في حالة الوفاة، أو المرض، بحيث لا يستطيع العامل أداء عمله أو الغياب لمدة ٢٠ يوماً لأسباب غير مبررة، ويفقد صفته بموجب قرار من المجلس البلدي.

المقترحات والتوصيات لعمل البلديات

وفي ختام حديثه كشف نائب الرئاسة المشتركة لهيئة الإدارة المحلية في مقاطعة الجزيرة "غسان عابد"، عن مخرجات النقاش؛ "انتهى النقاش بجملة من المقترحات والتوصيات، لعمل البلديات في العام الجاري ٢٠٢٤ ومن ضمنها:

ـ المشاركة الفعالة في الأنشطة والفعاليات كافة، من أجل تحقيق حرية القائد عبد الله أوجلان.

ـ العمل على تطبيق النظم الجديدة للبلديات، استناداً إلى العقد الاجتماعي الجديد.

ـ العمل على تنفيذ الخطة الاستثمارية لعام ٢٠٢٤ للبلديات، والتي كانت نتيجة الاجتماعات مع الشعب.

ـ عقد الاجتماعات الربعية مع الشعب، لقراءة التقارير التنظيمية والإدارية والمالية للشعب، وجعل إرادة الشعب أساس القرارات المتعلقة بمناطقهم.

ـ العمل على تعريف الشعب بقوانين البلديات، من خلال عقد اجتماعات مع الكومين وزيادة آلية التواصل والتنسيق بين البلديات والكومين.

ـ تقوم البلديات على العمل باللغات الثلاثة بأعمالها كافة استناداً إلى العقد الاجتماعي.

ـ العمل على زيادة عدد النساء في البلديات لتحقيق المساواة بين الرجال والنساء.

ـ العمل على تنفيذ حملة لكل إنسان شجرة بالتنسيق مع الكومينات.

ـ الاهتمام بالتوعية في مجال النظافة وتطبيق قانون النظافة بالتنسيق مع الكومينات.

ـ العمل على إيجاد حل لمشاكل أجار المنازل، استناداً إلى القانون الصادر بهذا الصدد من الإدارة الذاتية الديمقراطية لإقليم شمال وشرق سوريا.

ـ الاستمرار في مشروع استجرار المياه من عامودا إلى الحسكة.

ـ العمل على الوصول للاكتفاء الذاتي في البلديات استناداً إلى مفهوم الإدارة المحلية، وذلك عن طريق تقوية إرادات البلدية.

ـ العمل على تنفيذ نظام الرئاسة المشتركة بصورة صحيحة، والعمل على الوصول إلى هدفه الحقيقي.

البحث عن الكمأة.. فوائد غذائية ومتعة النظر في أحضان الطبيعة

يقصد زنار وأصدقاؤه كل ربيع، بيادر قريتهم للبحث عن فطر الكمأة الذي يمتاز بقيمته الغذائية ونكهته اللذيذة، ويعدون البحث تنزهاً في أحضان الطبيعة وترفيهاً عن النفس.

ترفيه عن النفس

في بداية فصل الربيع، يتوجّه العشرات من الأشخاص في ريف ناحية تربه سبيه بمقاطعة الجزيرة ومنهم زنار مراد من قرية معشوق في الريف الشمالي الشرقي للناحية، إلى البيادر المحيطة بقريتهم للبحث عن فطر الكمأة.

زنار مراد وأصدقاؤه الأربعة يتوجهون إلى بيادر قريتهم بقصد البحث عن الكمأة، التي تعدُّ عملية العثور عليها صعبة لمن لا يعرف طريقة استخراجه من تحت الأرض، والكمأة اسم لنوع من الفطور، وهو فطر بري موسمي ينمو بعد هطول الأمطار بعمق يراوح بين ٥ إلى ١٥ سم تحت الأرض ويستخدم طعاما مطبوخا، ويراوح وزن الكمأة بين ٣٠ و٣٠٠ غرام، ويعدّ من ألذ وأثمن أنواع الفطور،

عادة ما يقضي زنار مراد وأصدقاؤه أكثر من أربع ساعات في البحث عن الكمأة، يحصلون خلالها على كمية منه تراوح بين ٢٠ إلى ٣٠ حبة، تزن مجتمعة ما يقارب كيلوين تقريبا.

وقال زنار مراد: "للكمأة قيمة غذائية عالية ونكهة لذيذة، ونحن عندما نقصد البيادر في رحلة البحث عنها نعدّ الأمر ترفيهاً عن النفس وتنزهاً في فصل الربيع".

وتعدّ الكمأة من المصادر الممتازة لمضادات الأكسدة التي تساعد الجسم على محاربة الشوارد الحرة المسببة لمختلف الأمراض والسرطانات، وقد أظهرت العديد من الدراسات أن مضادات الأكسدة تساعد على التقليل من فرص الإصابة بالأمراض المختلفة، مثل: أمراض القلب، والسرطانات، والسكري.

هذا ويعتمد الباحثون عن الكمأة على قطعة من الحديد الرفيع لحفر الأرض، وعند العثور على مكان نموه يقومون بالحفر بانتباه حول الحبة، ثم اقتلاعها من التراب.

موسم وأماكن نمو الكمأة

وتنمو الكمأة في بيادر قرى منطقة آليا التي تمتد من ريف تربه سبيه إلى ريف كركي لكي الشرقي، وهناك نوعان من الكمأة، الأبيض، والبني، ويعد النوع الأبيض ألذ من النوع الآخر ويفضله الكثيرون.

ويستمر موسم الكمأة عادة من بداية فصل الربيع (شهر آذار) إلى بداية نيسان، حيث يصعب العثور عليه تحت الأعشاب، التي يزداد طولها وتغطي التشققات التي يعثر من خلالها الباحثون على الكمأة.

وكالة أنباء هاوار

الإدارة الذاتية في مقاطعة الجزيرة تُعلِن عن أماكن الاحتفال بنوروز ٢٠٢٤

قامشلو/ دعاء يوسف ـ أعلنت الإدارة الذاتية الديمقراطية في مقاطعة الجزيرة، عن أماكن الاحتفال بنوروز 2024، والذي سيقام تحت شعار "الحرية للقائد آبو، حل للقضية الكردية"، وذلك من خلال إلقاء بيان عند دوار الشهيد يوسف كلو بمدينة قامشلو، صباح يوم الأحد 2024/3/17.

حيث اجتمع ممثلون عن مؤسسات الإدارة الذاتية، لإشعال شعلة النوروز في مدخل المدينة، والإعلان عن برنامج الاحتفال بنوروز لهذا العام، تحت شعار "الحرية للقائد آبو حل للقضية الكردية".

وقرأت الرئاسة المشتركة للمجلس التنفيذي للإدارة الذاتية الديمقراطية في مقاطعة الجزيرة، طلعت يونس، البيان باللغة العربية، فيما قرأت البيان باللغة الكردية، الناطقة باسم مؤتمر ستار ريحان لوقو. وهنأ البيان شعوب المنطقة بقدوم نوروز وقال: "إن نوروز رمز المقاومة والحرية، ونبارك هذا اليوم على جميع شعوبنا".

وخلال البيان أُعلن عن سبعة مراكز ستقام فيها احتفالات نوروز هذا العام، وهي: "ديرك في ساحة نوروز على طريق مامشور، والحسكة بساحة نوروز بالسد الغربي، تربه سبيه في ساحة نوروز بدريجيك، كركي لكي وجل آغا في ساحة نوروز بقرية حليق، قامشلو في ساحة نوروز بهيمو، وعامودا ساحة نوروز جاغر بازار، والدرباسية في ساحة نوروزجولبستان".

ودعا البيان في ختامه، كافة شعوب المنطقة للمشاركة في احتفالات عيد نوروز: "لنجعل ساحات نوروز ساحات لرفع ونيرة المقاومة والنضال". وقد أشعلت الإدارة الذاتية الديمقراطية شعلة نوروز.

وقد أُقيمت العديد من الاحتفالات وسط المدن، وفي إطار الاستعداد لنوروز، تتزين جميع الشوارع الرئيسية والأسواق في مدن ونواحي إقليم شمال وشرق سوريا، بالأعلام، وصور القائد عبد الله أوجلان، وتستعد الفرق الفنية للمشاركة في الاحتفالات بفرق الرقص والغناء والمسرح.

ومن الجدير بالذكر، إن احتفالات نوروز ٢٠٢٤، ستقام في ١٤ مركزاً في إقليم شمال وشرق سوريا، وبحسب آخر المعلومات حتى ساعة إعداد هذا الخبر، فإن الاحتفالات المركزية ستقام في "قامشلو، الحسكة، الدرباسية، ديرك، عامودا، تربه سبيه، كركي لكي، الرقة، الطبقة، دير الزور، كوباني، منبج، الشهباء، وحلب".

محاولة قتل أخرى من قِبل مستوطنين مُلثمين بعفرين المحتلة

مركز الأخبار· أقدم ملثمون من المستوطنين مساء السبت في السادس عشر من آذار الجاري، على الهجوم بالسكاكين على طفل يبلغ من العمر ستة عشر عاماً من أهالي ناحية جندريسه بعفرين المحتلة وذلك بعد يومين مقتل الطفل أحمد معمو.

تتعرّض مقاطعة عفرين منذ احتلالها إلى عمليات التصفية العِرقية والجرائم، بحق المدنيين الكُرد المتبقين فيها، لرفضهم عمليات التغيير الديموغرافي الممنهجة، والتي تنفذها مرتزقة الاحتلال التركي.

وبعد مضي جريمة ذبح الطفل أحمد خالد معمو، في ناحية جندريسه من قبل مستوطنين من إدلب، أقدم مستوطنون على الهجوم بالسكاكين على طفل كردي يدعى رودي محمد جقل، ستة عشر عاماً من أهالي ناحية جندريسه مساء السبت في السادس عشر من آذار الحالي.

حيث حاول المستوطنون قتل الطفل رودي، من خلال طعنه بعدة طعنات بالسكاكين، وتمّ نقله إلى المشفى لتلقي العلاج اللازم، وهو الآن يرقد بالمشفى دون معرفة دوافع الجريمة حتى الآن.

وفي الثاني عشر من آذار الجاري، أقدم مرتزق من مرتزقة فيلق الشام، على إطلاق النار على طفل بالغ من العمر ثماني سنوات من أهالي قرية كازيه بناحية راجو، بسبب قيامه برعي ماشيته بالقرب من ماشية أحد المستوطنين، فأغمي عليه ووقع على الأرض نتيجة حالة الخوف والهلع جراء إطلاق النار عليه.

وبتاريخ الخامس والعشرين من شباط المنصرم، أقدمت مجموعة مستوطنين على الاعتداء على طالب كردي يدعى شيار ابراهيم عمر، سبعة عشر عاماً من أهالي قرية قنطرة بناحية ماباتا، حيث قاموا بضربه بخمس طعنات.

يُذكر، إن حالات قتل الأهالي الكرد، على أيدي مرتزقة الاحتلال التركي والمستوطنين في عفرين المحتلة تتكرر، في ظل ترويج وتعاطي المخدرات، وانتشار السلاح بشكلٍ كبير بين المستوطنين حيث يوجد في عفرين لوحدها ستة وعشرين محلاً مخصصاً لبيع الأسلحة بشكلٍ علني.

الإدارة الذاتية فتحت ثمانية أفران لتوفير مادة الخبز بدير الزور

مركز الأخبار· أسهمت الأفران التي افتتحتها الإدارة الذاتية الديمقراطية بمقاطعة دير الزور، في توفير مادة الخبز لعشرات الآلاف من الأهالي، وتسعى لجنة الاقتصاد المجتمعي في الإدارة، إلى افتتاح مشاريع اقتصادية جديدة، من بينها أربعة معامل.

تنفيذاً لمُخرجات مؤتمر "تعزيز الأمن والاستقرار" في دير الزور، الذي عُقِد في ٢٢ تشرين الأول ٢٠٢٣، عملت لجنة الاقتصاد المجتمعي في الإدارة الذاتية الديمقراطية لمقاطعة دير الزور، على افتتاح ثمانية أفران في المقاطعة.

ففي الريف الغربي فعّلت اللجنة أربعة أفران، الذي يؤمّن مادة الخبز لستة آلاف نسمة، وفرن كوبراتيف المعامل، ويؤمن الخبز لمنطقة معيزيلة والعزبة ويستفيد منه نحو ١٥٠٠ أسرة، كما تم تفعيل فرن "كوبراتيف" في قرية حمار الكسرة، ويغطي منطقة الكسرة وما حولها، ويستفيد منه نحو ١٠٠٠٠ نسمة وفرن "كوبراتيف الفاطمي، الذي يلبي احتياجات ١٧٠٠٠ ألف نسمة.

وفي ريف مقاطعة دير الزور الشمالي، فعّلت اللجنة أربعة أفران أيضاً، وهي فرن الصور الذي يؤمّن الخبز لـ ٢٦ ألف نسمة، وفرن "كوبراتيف منطقة الحصين، ويؤمن الخبز ٣٤٠٠ نسمة، وافتتحت اللجنة أيضاً فرن "كوبراتيف الفتوى، ويستفيد منه ٨٠٠٠ نسمة، وفرن منطقة الدحلة الذي يلبي احتياجات ٥٤٠٠ نسمة.

وبهذا الخصوص، قالت الرئيسة المشتركة للجنة الاقتصاد المجتمعي في مقاطعة دير الزور، مريم الحميدي، لوكالة هاوار: "عملاً بمُخرجات "مؤتمر تعزيز الأمن والاستقرار" الذي عُقِد في مقاطعة دير الزور، تم تفعيل ثمانية أفران، تلبيةً لاحتياجات المواطنين من مادة الخبز".

الأفران التي افتتحت أسهمت في حل مشكلة حصول الأهالي على كفايتهم من الخبز، بشكلٍ كبير، لهذا قللت من عدد الشكاوى من قِبل المواطنين، والعمل جارٍ على تحسين جودة الخبز والالتزام بالتدقيق بشكلٍ يومي، ابتداءً من جودة الطحين للوصول لجودة الخبز، والعمل على تفعيل أفران أخرى للكوبراتيف حسب احتياجات المنطقة".

ومن الجدير بالذكر، إن لجنة الاقتصاد المجتمعي، تدرس خططاً مستقبلية تتضمن إنجاز مشروع للبيوت البلاستيكية لزراعة الخضروات، وافتتاح معمل للألبان والأجبان والكونسروة، ومعمل للبرغل وآخر لصناعة البطاريات.

الفلتان الأمني وعمليات القتل والسرقة تتزايد في مناطق حكومة دمشق

مركز الأخبار· تتصاعد الحوادث الأمنية في مناطق سيطرة حكومة دمشق، مع تسجيل عدة حالات قتل وتفجيرات، وسط تصاعد وتيرة الفلتان الأمني بشكلٍ كبير، حيث وصلت حوادث القتل والسرقة إلى مستويات غير مسبوقة، مع الحديث عن وجود حالات يومية.

بينما يواصل المواطنون ضمن مناطق سيطرة حكومة دمشق، بحثهم عن مصدر دخل يقضي حاجاتهم المعيشية، للتغلّب على مُتطلبات الحياة اليومية، حيث يجد الكثير منهم في موسم الكمأة فرصة لكسب قوت يومهم، قاصدين مناطق انتشار هذه المادة في البادية السورية المحفوفة بمخاطر الألغام المتفجرة وهجمات مرتزقة داعش، حيث قُتِل ستة عشر شخصاً بينهم تسع نساء وإصابة ستة آخرين، بعضهم في حالة حرجة جراء انفجار لغم أرضي من مُخلفات مرتزقة داعش، في منطقة السبخة بريف مقاطعة الرقة الشرقي، ضمن مناطق سيطرة حكومة دمشق.

وفي ذات السياق، سجل المرصد السوري لحقوق الإنسان، خلال عدد من الساعات، ثلاث جرائم قتل ضمن مناطق نفوذ قوات حكومة دمشق، على خلفية الفوضى والفلتان الأمني في عموم مناطقها، حيث قُتل مواطن نتيجة تعرّضه لعدة طلقات نارية في منزله بمدينة السلمية بريف حماة، من قبل شخص آخر إثر خلاف شخصي جرى بينهما، بينما فرَّ القاتل إلى جهة مجهولة، كما وعثر المواطنين، على جثة شاب في العقد الثالث من العمر، مقتولاً طعناً بأداة حادة، في مشاجرة جرت بمنطقة الشاغور في العاصمة دمشق، وفي مدينة الصنمين التابعة لمحافظة درعا، عثر المواطنين على جثة شاب عليها آثار التعذيب وطلقات نارية، دون معرفة أسباب ودوافع الجريمة، كما أُصيب شخصان بجراح متفاوتة، نتيجة تعرضهما لطلقات نارية في مشاجرة جرت في حي العباسية بمدينة حمص.

وفي ذات الإطار، قتل رجل باستهداف مُسلح عبر إطلاق الرصاص عليه أثناء توجهه لصلاة الجمعة، في قرية رويشدة بريف دير الزور الشمالي بداعي الثأر، وينحدر القتيل من بلدة جديدة بكارة شرقي دير الزور ضمن مناطق سيطرة حكومة دمشق.

ومن الجدير ذكره، إن مناطق سيطرة حكومة دمشق، تشهد تصاعداً كبيراً في عدد الجرائم الجنائية والسرقات، ما يعكس حالة الانفلات الأمني الكبير، وسط غياب وجمود الحلول السياسية وتزايد حصيلة الخسائر البشرية.

الطاووس والصليب... دلائل إيزيدية قديمة في جبل الكرد

توجد في منطقة "جبل الكرد" دلائل لمعتقدات دينية قديمة، يعود بعضها إلى فترة ما قبل الميلاد. وهي من بين المعتقدات المعاصرة للديانة الإيزيدية، فيوجد على قوس مذبح كنيسة قديمة في "قرية كيمار، التي يعود بناؤها إلى عام 573 م نقش لطاووسين متقابلين بينهما صليب متساوي الأذرع ضمن دائرتين. هذه الصورة قد لا تلفت انتباه الناظر إليها كثيرا، فرسم الصلبان موجودة بكثرة حيثما توجد المباني الأثرية الدينية المسيحية؛ إلا أنه بوجود رسم طائر الطاووس يصبح الأمر ذا دلالات دينية عميقة.

د. محمد عبدو علي

فإذا كانت الكنيسة والصليب من خصوصيات الديانة المسيحية، فلماذا صورة الطاووس على مذبح الكنيسة المسيحية، خاصة وأن طائر الطاووس يرمز إلى رئيس الملائكة "طاووس ملك /دياوس/ الذي يرأس مجمع الملائكة الستة المعروفين في المعتقدات الإيزيدية الحالية، وهذا المجمع موجود في الديانة الميثرائية الآرية القديمة أيضا. وأكبر آلهته إله الشمس الميتاني: الهوري المعروف بـ-ميثرا، ولأهمية دياوس - ميثرا، ضمه زردشت إلى منظومته الإلهية كمساعد للإله الأزلي أهورمزدا في صراعه مع إله الشر أهرمان، ونصبه رئيسا لهيئة الحساب في يوم القيامة، ورمز إليه بالنار المقدسة والشمس.

بقيت عبادة ميثرا في الشرق الأدنى وأوروبا حتى القرن الثاني للميلاد، إلى أن قضت عليها المسيحية بعد صراع مرير، إن وجود نقش الطاووس على مذبح الكنيسة، يشير إلى أن الإله ميثرا كان محتفظاً بمكانته المقدسة لدى المسيحيين في منطقة جبل الكرد، وليلون إلى ما بعد قرون من انتشار الديانة المسيحية، وصورة الطاووسين "وهما يحتضنان صليباً متساوي الأذرع ضمن دائرة"، ترمز حسب المعتقدات الميثرائية، إلى سيطرة ميثرا على الأرض المدورة بجهاتها الأربعة،

وبغية معرفة ما إذا كانت تلك الرموز تمثل شيئاً في المعتقدات الإيزيدية الحالية، سألنا أحد شيوخ الإيزيدية السابقين "شيخ حسين" شيخ الإيزيديين في منطقة عفرين "قبل وفاته"، فأجاب: إن الدائرة في معتقداتنا تمثل الأرض، أما الصليب المتساوي الأذرع فيشير إلى جهاتها الأربعة، ويختص بكل جهة منها ملاك: طاووس ملك للشمال، شيخسن للجنوب، ناسردين للغرب، سجادين للشرق، إضافة إلى الدائرة في المعتقد الإيزيدي، تشير إلى رباط العقيدة الذي يصون المؤمن من الانحراف عن الدين، وهو اعتقاد قائم إلى أيامنا هذه، وتعبر عنه الياقة الدائرية للقميص الداخلي، الذي يلتزم به الإيزيدي، لتذكره لدى كل ارتداء على مسؤوليته تجاه دينه.

وهكذا، فإن وجود صورة طاووسين يحيطان بصليب متساوي الأذرع ضمن دائرة على مذبح كنيسة مسيحية، هي حالة نادرة ويصعب إيجاد تفسير لها، ما لم نتذكر ونبين أن: ميثرا هو من آلهة الميتاهوريين الذين كان لهم وجود كثيف في مناطق طوروس، والأمانوس وصولا إلى البحر الأبيض المتوسط، ولا تزال بعض تلك الطقوس والمعتقدات موجود ة لدى الإيزيديين وتمارس حتى أيامنا هذه، كالطواف بالسنجق "هيكل طائر الطاووس- رمز ميثرا"، كتقليد إيزيدي سنوي هام، والدائرة التي تحيط بالصليب الميثرائي "الهوري" المتساوي الأذرع، وهي نفسها في المعتقدات الإيزيدية الحالية،

ومن مؤشرات وجود الإيزيدية في جبل الكرد أيضا، من حيث إنها امتداد "بشكل ما" للعقيدة الزردشتية، ما جاء في نص علق على باب زيارة QERE CURNÊ يقول: إن هذه الزيارة مقام لأحد الشهداء المسلمين واسمه "هوكر"، والذي يعني خليل في الكردية، وقد قُتل في القرن الثاني عشر على يد الصليبيين، وهو ابن أحد الكهنة الزردشتيين في قرية عينداراً،

وبذلك يكون للزردشتيين وجود في المنطقة في الفترة الزمنية التي سبقت ظهور "شيخ أدي"، يؤكد ذلك ما جاء في (أبحاث الندوة العالمية حول تاريخ سوريا... ص ١٧٩)، بأنه عثر في السوية الخامسة الأخمينية من تل "عين دارا" على تميمة من الحجر البلوري، رسم عليها إله زردشت أهور مزدا، الذي يمثل كائنا بشريا ممتدا مع قرص الشمس الجنح.

نضيف إلى ما سبق من الشواهد على الوجود الإيزيدي في جبل الكرد، وجود أطلال لقرية في ناحية راجو قرب قرية حسن GÛNDÎ HÊSEN GÛNDÊ QEWALA "القوالين" أو خربة قوالي، حسب التسمية الإدارية الرسمية، وقوال لقب رجل دين إيزيدي، وهناك أيضا بين بلدة شيخ الحديد وقرية مروانية هضبة تسمى QERACÎ SENGALÊ "قراجي شنكالي" على اسم جبل شنكال أحد المراكز السكانية والدينية الإيزيدية الرئيسية في باشور كردستان.

وعلى ضوء ما سبق ذكره، لا نرى بداً من إقرار حقيقة وجود معتقدات إيزيدية عديدة في جبل الكرد، تعود إلى أزمنة موغلة في القدم، ولايزال السكان يعتقدون ببعضها، أو يحتفظون بملامح وطقوس منها، حتى وإن لم يدركوا معانيها ودلائلها الأساسية، أو تاريخها.

الشال الجاف

ويرميلر

هذه الحكاية الذي كتبها الدكتور "وير ميتشيل" الشهير، وكان من أهم اخصائي جراحة الأعصاب في ولاية فيلادلفيا الأمريكية في أواخر القرن التاسع عشر، وتفاصيل القصة كتبها الدكتور "ميتشيل" في مذكراته قبل وردها في كتاب "ريدرز دايجست"، وهي كالتالي:

"عدت في يوم من عملي مرهقًا وكان الجو في الخارج ممطرًا وشديد البرودة، فجلست إلى مقعد أمام النار، واستسلمت للنوم، وبعد لحظات قليلة استيقظت فجأة على صوت جرس الباب، وعندما فتحت للطارق وجدت فتاة صغيرة ترتجف بردًا، وتلتف بشال مزق، وتوسلت إليَّ الصغيرة أن أذهب معها فورًا لأن والدتها مريضة جدًا وبحاجة ماسة إلى الطبيب، ورغم تعبي الشديد استجبت لرغبة الطفلة وإشفاقي عليها، وذهبت معها الى منزلها، وهناك وجدت سيدة مريضة تبين لي أنها كانت تعمل في السابق خادمة في منزلي، وعرفت بعد أن قمت بالكشف عليها أنها تعاني من نزلة صدرية حادة، فأعطيتها الدواء الذي كانت بأمس الحاجة إليه، وعندما هدأت أزمتها الصحية قليلاً، ألتفتُ حولي لأطمئن على الصغيرة، فلم أجدها، وعدت إلى الأم وهنأتها على شجاعة ابنتها الصغيرة التي هرعت ليلاً، وفي هذا الجو الممطر لتأتي بالطبيب لأمها، ونظرت إلي الأم باستغراب، وقالت: "ابنتي ماتت منذ شهر واحد، وستجد شالها وحذاءها في الخزانة هنا!" ... وعندما فتحت الخزانة وجدت فعلاً الشال الذي كانت ترتديه الطفلة، وكان جافًا ما يعني استحالة أن يكون أحد قد ارتداه خارج المنزل في تلك الليلة الممطرة".

وبحث الطبيب ميتشيل طويلاً عن الطفلة التي أتت للاستنجاد به، إلا أنه لم يجد لها أثرًا بعد ذلك".

كتاب "ريدرز دايجست"

أوزان الموشحات

إيمان الهاشمي

لا يضير الأدب العربي في شيء أن تكون الموشحات قد تأثرت ببعض الأساليب المحلية الإسبانية، ولا يوجد أي انتقاص في أن تتضمن بعض العناصر الموسيقية بالطريقة الأجنبية، لأن البحث في الميادين الثقافية الإنسانية يقود إلى التسليم التام وبسلام بأن هذه الثقافة ليست إلا ثمرة التزاوج بين حضارات شتى بكل حب ووئام تحت راية الإسلام، وإن اقتصرت أوزان الموشحة على الأصول الشعرية في القصيدة العربية، وبالتالي تم تقسيم أوزانها إلى قسمين اثنين بغض النظر عن تدخّل اللهجة العامية، بحيث يكون القسم الأول مبنياً على أشعار العرب الأصلية، في حين القسم الثاني ليس له علاقة بالأوزان الشعرية، وبالطبع سيطول الشرح كثيراً عن أنواع البحور وأسمائها، وكيفية تركيبها وصياغتها والتحليق في سمائها.

من الطبيعي أن تكون الموشحات البعيدة عن الأوزان الصحيحة أكثر تعقيداً، ولذلك لاقت الكثير من الانتقادات في بدايتها، سواء كان هجوماً لاذعاً أو تهديداً، مع أن هذا النوع بالذات يمثل الكثرة الغالبة، وجميع محاولات تصنيفها باءت بنتيجة سالبة، إلا أن جميع الباحثين أجمعوا أنها تتماشى مع الجملة اللحنية، بعد أن يتم تلحينها بدقة رائعة لتصل إلى المستمع بكل حنية، ومع مرور الزمن ألفته الأذن رغم اضطراب الوزن والموسيقا أثناء الإنشاد، هكذا بكل بساطة تسللت إلى القلوب دون الحاجة إلى الإرشاد، لنتأكد أن معايير الجمال ليس لها حدود ولا أبعاد، ولذلك لا يجوز الحكم المطلق على كل جديد بالفشل أو بالإبعاد، أليس كذلك أيها العباد؟

راياتٌ سوداء في تشييعِ جنازة شهيدٍ في عفرين المحتلة

كان لافتاً في مراسم تشييع الفتى الكرديّ الشهيد أحمد خالد معمو رفعُ راياتٍ سوداء، وهي ظاهرة غير مسبوقة في الجنازات، ولها دلالتها الأعمق لدى البحث في ظروف الجريمة النكراء بأسلوبها الشنيع وموقع الجريمة والبيئة التي وقعت فيها وهي الاحتلال التركيّ للمنطقة، إضافة إلى الضغوط التي مورست على عائلة الشهيد للحيلولة دون تحول مراسم الجنازة إلى مشهد تظاهري أمام الإعلام.

بدرخان نوري

بلطجة وتهديد رغم الجريمة

مع انتشار خبر جريمة القتلِ المروّعة بحقّ الفتى الكرديّ القاصر أحمد خالد معمو، على يد مستوطن خرجت مساء الأربعاء ٢٠٢٤/٣/١٣ في مدينة عفرين، مظاهرة احتجاجيّة تستنكر الجريمة، وتجمع المئات من أهالي مدينة عفرين وجندريسه أمام المشفى العسكريّ وطالبوا بمحاسبة المجرم القاتل، وفي سلوكٍ "بلطجيّ" اعتقلت مرتزقة الشرطة العسكريّة ثلاثة مواطنين من عائلة "ممدة"، وأطلقوا الرصاص لتفريق المظاهرة.

وفي الليلة نفسها حضر وفد استخباراتيّ تركيّ رفيع المستوى برفقة مرتزقة الشرطة العسكريّة وقيادات، ما يسمى بالمجلس الوطنيّ الكرديّ في مدينة عفرين المحتلة، إلى منزل عائلة الفتى الشهيد، وحذروا من خروج أيّة مظاهرة، وهددوا بشكل مبطن، بأنّهم سيتحملون المسؤوليّة بحال رفضوا تشييع الجنازة باليوم الثاني، وحذّروا من رفع أيّ أعلام أو رموز قوميّة كرديّة أثناء تشييع الجنازة تحت طائلة المسؤوليّة والاتهام بإثارة النعرات الطائفيّة، وجاء ذلك بعدما رفضت عائلة الشهيد تشييع الجنازة إلا بعد إحقاق العدالة، وكانت عائلة الشهيد قد ناشدت أهالي عفرين لمساندتها وعدم الصمت، وفي مقطع مصور قالت والدته: "نطالب بإحقاق العدالة ولن ندفن جثمان ابني قبل ذلك".

بعد مغادرة وفد الاستخبارات التركيّة، حضرت مرتزقة من القوة المشتركة (سليمان شاه والحمزات) وهددوا العائلة وأبلغوهم بعدم السماح لأيّ تظاهرة احتجاجية أثناء وبعد تشييع الجنازة، وأنّهم سيرافقونهم للمراقبة وأنّهم سيتحملون تبعات أيّ تحرك تظاهريّ وسيتدخلون بالقوة لفضّ أيّ مظاهرة احتجاجية، وبذلك أُجبرت على تشييع جنازة فقيدها باليوم التالي، ورفع المشيعون راياتٍ سوداء استنكاراً للجريمة المروّعة.

تفاصيل الجريمة

أقدم المستوطن المدعو يامن أحمد الإبراهيم (١٨ سنة) والذي ينحدر من ناحية سنجار - ريف إدلب على قتل الفتى الكرديّ أحمد خالد معمو مده (١٦ سنة) طعناً بالسكين وإلقاء جثته في بئر ماء.

وكشف المواطن خالد معمو مده والد الشهيد في تصريح إعلاميّ تفاصيل إضافيّة عن الجريمة، وأوضح أنّ المجرم القاتل المدعو "يامن الإبراهيم" كان من عادته ترك العمل لدى كلّ جهةِ عمل لديها، وأما تركه العمل بالخبز لديه بالخبز فيعود لسبب آخر.

في يوم الجريمة التقى القاتل المدعو "يامن" بابنه أحمد وطلب منه إيصاله على دراجته إلى حيث يسكن، وهناك لجأ للحيلة وقال له: إنّ لديه قطعة تبديل لدراجته، ولكنها موجودة في مزرعة حيث يسكن شقيقه في غرفة، وبذلك استدرجه إلى مكان الجريمة، وانهال عليه طعناً حتى قتله وألقى بالجثة في بئر في قرية تل سلور.

ونقلت وكالة نورث برس عن قريب لعائلة "مده" (لم يكشف عن اسمه لدواعٍ أمنيّة): إنّ "الإبراهيم" كان يعمل في قرن والد المغدور وقد فُصل قبل أسبوع من الحادثة بسبب السرقة، واستدرج المغدور إلى منزله بحجّة أنّ لديه محركاً، وقطع لدراجة ناريّة حتى يعطيهما لها"، وأضاف "أنّ قريبه كان يهوى الدراجات الناريّة ما دفعه للذهاب مع "الإبراهيم" إلى منزله، ومجرد أن دخل "أحمد" انهال عليه "القاتل" طعناً بالسكين في عنقه، وأنحاء أخرى من جسمه ليبلغ عدد الطعنات نحو عشرة، والجريمة وقعت بين الساعة الثالثة والسادسة مساءً، وحين بدأت العائلة البحث عنه، وانتشر الخبر سلّم والد "المجرم" الإبراهيم ابنه إلى "الشرطة المدنيّة" في جندريسه "لحمايته"، وتابع: "اتّهم سمعوا من أشخاصٍ يعملون في المجالس التابعة للاحتلال التركي في عفرين أنّ "الإبراهيم تلقّى مساعدة ستة أشخاص آخرين في الجريمة"، مشيراً إلى عدم إمكانيّة أن يقوم به وحده، وأكّد قريب العائلة أنّ الجريمة لم تكن وليدة اللحظة، بل جرى التخطيط لها قبل أيام، وهناك أشخاص آخرون شاركوا في التخطيط (يحتمل أن يكون والد القاتل أو إخوته).

الجريمة عنصريّة وفق سياقها

في تصفح عام للمواقع والمعرفاتِ المحسوبة على المعارضة وأوساط المرتزقة، كان هناك تجاهلٌ عام للجريمة وصمتٌ مطبق، إلا أنّ بعضاً ذكر الحادثة باقتضابٍ، ووصفها بأنّها جريمة "جنائيّة" ولا دوافع أخرى لها عنصريّة أو مناطقية، وأنّ سببَ القتلِ هو فصلُ القاتلِ المدعو "يامن الإبراهيم" من العمل ما أغضبه

فأضمر نية القتل.

لكن جريمةُ القتل هذه ليستِ الأولى، والمدعو "يامن" ليس أولَ مجرمٍ يقتل ولا الفتى أحمد خالد معمو هو أول ضحية بل سبقه العشرات من الرجال والنساء وكبار السن، وكان القتلةُ دائماً من جهةٍ واحدةٍ، وهم المرتزقة والمستوطنون في عفرين، والضحايا كانوا دائماً من أهالي عفرين الكرد، وبذلك تؤكد سلسلةُ الجرائم، وثباتُ نمطها وعدم المحاسبةِ، الدوافع العنصريّة، وفي حالاتٍ كثيرة يُعتقل مواطنون كرد ويُخلى سبيل المتهمين الأساسيين، بل المؤسسات الأمنيّة التابعة للاحتلال ارتكبت جرائم قتل لمواطنين تحت التعذيب، المجموعات المرتزقة لديها سجون خاصة قتل فيها مواطنون، ولم تتخذ إجراءات محاسبية بحقهم،

المسألة لا تتعلق فقط بدوافع القتل الفرديّة، إنّما تتجاوزها، فهي البيئة التي تسودها ثقافة أنه يجوز قتل الكرديّ لأيّ سببٍ، فقد يقتلُ راعي أغنام مستوطن مواطناً كرديّاً إذا رفض إدخال الماشية في حقله، ويُقتل إذ قاوم السرقة أو السلب أو لم يدفع الإتاوة أو طالب بمنزله، وكلّ الجهات العسكريّة والأمنية والقضائية تدعم القاتل، وتمنعُ التظاهر والتنديد بالقتل والمطالبة بمحاسبة المجرم،

وفق هذا المعطى وفي هذه البيئة فالمجرم "يامن" هو منفذ الجريمة ومسؤول مباشرة عن ارتكابها، ولكنّ شركاءه كثيرون، وما يقع من جرائم هو سياقٌ متكاملٌ لا انفصالَ فيه، وليس من جرمٍ فرديّةٍ، وهذه البيئة خلقها الاحتلال التركيّ وهو الذي أوجد المؤسسات الإداريّة والأمنيّة والقضائيّة، ووقوع مثل هذه الحوادث من وقتٍ الآخر رسّخ القلق والخوف، وما تعيشه عفرين على مدى ست سنوات هو حالة "استثمارٍ الفوضى" بصورها كلها، سواء عبر جرائم القتل والسلب، والنهب والسرقات، أو الاشتباكات المسلحة،

ممّن تتمُّ حماية التشييع ؟

بعد الانتهاء من مراسم التشييع خرج ممثل لما يسمى المجلس الوطنيّ الكرديّ ENKS ليشكر مرتزقة "القوة المشتركة" لحماية مراسم التشييع، دون توضيح جهةِ الخطرِ المحتملة لتتم حمايةُ التشييعِ منها، ليقفز

فوق حقيقة أنّ المرافقة العسكريّة لم تكن لحمايةِ موكب الجنازة بل لإجهاض أيّ حالةِ رفضٍ شعبيّ للاحتلال، ومنع أيّ مشهدٍ احتجاجيّ يُعبّر عن التنديد بالجرائم التي تقع، وتتداوله لأوساط الإعلاميّة،

ما يسمّى المجلس الوطني الكرديّ (مكتب عفرين) لا مكتبَ أو مقر له في عفرين المحتلة، وطالب مسؤول المكتب المدعو "أحمد حسن" مرتزقة الائتلاف في بيان بضبط الأمن وتحقيق الأمان ووقف الانتهاكات في عفرين المحتلة، عقب استشهاد القاصر الكرديّ "أحمد خالد معمو"، والمفارقة أنّ المجلس نفسه هو أحد مكونات الائتلاف المظلة السياسيّة للمرتزقة، وبذلك فقد أفرَّ من حيث لا يريد بشكليّةِ دوره وبفقدان الأمن والفوضى،

لا ينفكُّ ما يسمى بالمجلس الكرديّ يهاجم الإدارة الذاتية ويعابيها ولديه العديد من المكاتب في مناطق الإدارة الذاتية، فيما لا يسمحُ له حلفاؤه بفتح مكتبٍ واحدٍ رغم مناشداته المتواصلة، وفي لقاءٍ على قناة روواد في ٢٠٢٣/٨/١٢، قال سكرتير الحزب الديمقراطي الكردستاني محمد إسماعيل: لقد اتخذنا القرار بافتتاح مكتب للمجلس الوطنيّ الكرديّ (أنكسة) في عفرين وعملنا على إيجاد الأرضيّة لذلك"، ويبدو أنّ تلك الأرضية تحتاج مزيداً من الوقت، وذكر بأنه جرت الاتصالات مع ما يسمى بالائتلاف وهو يقبل بذلك، إلا أن الائتلاف لا صلاحيةَ لديه لإلزام المرتزقة هناك، كما أنّ لدولة الاحتلال التركي دوراً في ذلك،

مظاهرات تحت الطلب بدون مطلب!!

أطلقت ما تسمى "تنسيقية جنديرس" دعوة للمشاركة في إحياء الذكرى السنوية الثالثة عشرة لما تسمى بـ"الثورة السوريّة" في مدينة جنديريسه، وجاء الإعلان عقب حالة غضب عارمة على خلفيّة جريمة قتل الفتى الكرديّ "أحمد خالد معمو" طعناً، والمطالبات بتحقيق العدالة، وبالجمل فالدعوة للتظاهر بذلك التوقيت محاولة لتمييع قضية جريمة القتل، وتحديد موعدها بهذه الصورة يعني التضامن مع المجرم القاتل!

ما يحدث هو تكرارٌ لما حدث عقب مجزرة جنديريسه، واستشهاد أربعة أفراد من عائلة "بيشمرك" عيشة عيد نوروز، فتمتِ الدعوةُ إلى مظاهرة في ٢٠٢٣/٣/٣١ تحت شعار "علمنا ثورتنا شرفنا"، وزعموا أنّ الهدفَ من المظاهرة تأكيد استمراريّة "الثورة" حتى تحقيق أهدافها، لكن الغاية الحقيقيّة أن تغطيّ المظاهرةُ على أصوات المواطنين الكرد الذين طالبوا بخروج المرتزقة وإخلاء مقراتهم في المدينة على إثر المجزرة، وُرفعت حينها لأول مرة الأعلام الكرديّة، وأرادت سلطات الاحتلال منع رفع تلك الأعلام، وكانت مدينة جنديريسه قد شهدت مظاهرة للغاية نفسها، السبت ٢٠٢٣/٣/١٨، أي قبل وقوع المجزرة بيومين، ولم يكن هناك سببٌ لخروج المظاهرة مجدداً،

السؤال المطروح ما معنى "الثورة" في عفرين؟ أي أهدافٍ ستحقق؟ هل سيسقط "النظام" في عفرين المهمّشة تاريخيّاً؟ في الواقع تفتقر عفرين للشرعيّة المكانيّة للثورة، وتمتِ السيطرة على المنطقة واحتلالها منذ ست سنوات، ولم يتحقق شيء إلا الاختطاف والفديات والإتاوات وأعمال السلب والنهب المسلح، وحقق متزعمو المرتزقة مكاسب هائلة وجمعوا ثروات استثمروها في مشاريع في تركيا،

المعادلة بوضوح، من تسمّي نفسها "معارضة" فشلت بالبقاء في مدن حلب، وحمص، وريف دمشق، وهُزمت دون تحقيق أيّة أهداف، وحُشرت في الجيوبِ التركيّة على الحدود، والدعوةُ للتظاهر مجرد طقوس مكررة، لن تحقق أيّ مطلب، ولكنها في

توقيتها تهدف للمشاغلة فقط، وإثارة ضجيج غوغائيّ للتغطية على احتجاجات المواطنين الكرد عقب جريمة القتل النكراء، وعمليّاً كلُّ سلوكٍ يعارضُ الدعوةَ للعدالة هو تضامنٌ مع الجريمة ومرتكبها،

وبذلك ألغيت التظاهرة الاحتجاجيّة للمواطنين الكرد والتي كانت مقررة الجمعة ٢٠٢٤/٣/١٥ بسبب مظاهرة المستوطنين فيما سموه ذكرى "ثورتهم"، وبرر أعضاء ما تسمى بمجلس الوطني الكرديّ إلغاء التظاهرة بأنّه لتفادي الاحتكاك بين المتظاهرين، لكن معلوماتٍ تفيدُ بأنّ أوامر مباشرة صدرت من استخبارات الاحتلال التركيّ، بوضع حدٍّ لتظاهر أهالي عفرين، واستعادة الحالة السائدة وكأنّ شيئاً لم يكن،

فصل سابق والدور نفسه

قام وفدٌ مما يسمى المجلس الوطنيّ الكرديّ "أنكسة" بزيارة عائلة المواطن الكرديّ "جمال محمد حمو" الذي توفي في ٢٠٢٤/٢/١١، قهراً بعد اعتداء مرتزقة ومستوطنين محسوبين على "لواء الشمال" عليه وعلى أفراد من عائلته بالضرب المبرح لتقديم شكوى ضد المعتدين،

ونقلت شبكة عفرين بوست الإعلاميّة، أنّ العائلة سألت فيما إذا كان المجلس يضمن سلامتهم بعد تقديم الشكوى وألا يحدث معهم ما جرى مع عائلة "بيشمرك"، فأجاب الوفد بالنفي، وبذلك طلبت العائلة من وفد "المجلس" عدم التدخل بشؤونها وعدم التقاط أيّ صور، مؤكدين أنّهم لن يتقدموا بأيّ شكوى،

مؤكد أنّ هدف زيارة وفد ما يسمى المجلس الوطنيّ الكرديّ إلى عائلة المرحوم "جمال" لم تكن بغاية الإنصاف، وطلب العدالة لأنّه ذلك يفترض بالحد الأدنى وقوف المجلس إلى جانبها، وليس دفعها للمواجهة والتخفي وراء الكواليس، وبخاصة أنّ المجلس ينضوي في إطار "الائتلاف" المظلة السياسية للمرتزقة كلهم،

والسبت ٢٠٢٤/٣/١٦ وقعت ثالث جريمة طعن خلال شهر، فقد هاجم مسلحون ملثمون بالسكاكين وحربة بندقية حريّة الفتى الكرديّ القاصر رودي محمد جقل (١٦سنة) من أهالي ناحية جندريسه والمقيم بمدينة عفرين، قرب مشفى آفرين، ونُقل إلى المشفى، وحالته مستقرة وهو في منزله،

إبراهيم شيخو: بقاء الاحتلال التركي يزيد ارتكاب الانتهاكات والجرائم

الشهباء/ فريدة عمر ـ أوضح الناشط الحقوقي، إبراهيم شيخو، أن جريمة قتل الطفل القاصر أحمد خالد معمو، في ناحية جندريسه بعفرين المحتلة، استمرار لجرائم الحرب، التي ترتكبها دولة الاحتلال التركي ومرتزقتها، وأكد، بأنه لإنهاء الجرائم يجب إنهاء الاحتلال التركي في المناطق المحتلة.

واستمرارا لسلسة الجرائم، التي ترتكبها دولة الاحتلال التركي، والمجموعات المرتزقة التابعة لها، في عفرين المحتلة، وتزامنا مع الذكرى السنوية السادسة لاحتلال مقاطعة عفرين، واقتراب الذكرى السنوية الأولى لمجزرة جندريسه التي راح ضحيتها أربعة مواطنين من عائلة "بيشمرك"، عشية الاحتفال بأعياد النوروز، كان لجندريسه نصيب من فاجعة أخرى،

بتاريخ ٢٠٢٤/٣/١٣، حدثت جريمة قتل مروعة، بحق الطفل القاصر أحمد خالد معمو، الذي كان يعد نفسه للاحتفال بميلاده، وهو يدخل عامه السابع عشر، إلا أنه بدلا من أن يحتفل بذلك، استشهد على يد أحد المستوطنين العنصريين، الذي يُدعى يامن أحمد إبراهيم، من أهالي سنجار بريف إدلب، وحسب المعلومات المتداولة، القاتل كان يعمل في الفرن العائد لوالد الطفل أحمد خالد معمو، وقد ترك العمل لديه قبل أسبوع نتيجة خلافات بينهم، وللانتقام من والد الطفل أقدم القاتل على استدراج القاصر أحمد معمو، لإحدى المزارع المجاورة للبلدة، وقام بتنفيذ الجريمة من

خلال طعنه بالسكين في عدة مناطق من جسده ورقبته، من ثم قام برميه في بئر بعمق ٣٠ مترا على طريق قرية تل سلور التابعة لناحية جندريسه،

وحسب المعلومات، هنالك معلومات تشير لوجود عدة أشخاص آخرين مشاركين في الجريمة، لكن المدعو يامن أحمد إبراهيم هو الوحيد، الذي قام بتسليم نفسه لما تُسمى بالشرطة العسكرية، وبعد حدوث الجريمة ازدادت ردود الأفعال الغاضبة للأهالي داخل عفرين وخارجها، وعمت الشوارع التظاهرات والمطالبات بإنهاء الجرائم، وسط إصرار لذوي الطفل القصاص من الجاني، مؤكدين على عدم ثقتهم بقرار المحاكم في عفرين المحتلة،

ستة أعوام من الانتهاكات والجرائم

وبهذا الصدد، أشار لصحيفتنا، الناشط الحقوقي إبراهيم شيخو، بأن جريمة قتل القاصر أحمد معمو جريمة ضد الإنسانية؛ إن "ارتكاب جريمة بكل هذه الوحشية، بحق طفل قاصر، جريمة ضد الإنسانية والأخلاق، لا دين ولا قانون ولا وجدان يتقبله، وهذه الجريمة منافية للمواثيق والقوانين، التي تحمي حقوق الأطفال في أي مكان من العالم، ولكن أين حقوق الأطفال في المناطق المحتلة"،

وأوضح شيخو "منذ احتلال عفرين قبل ستة أعوام، وهي تتعرض لشتى أنواع الانتهاكات والجرائم، حيث ترتكب فيها بشكل يومي التعديات والتجاوزات، على يد الاحتلال التركي والمرتزقة، أبشع أنواع الانتهاكات والجرائم التي تندرج جميعها في إطار جرائم الحرب والإبادة، ضد السكان الكرد الأصليين، حيث أنه يتم فيها عمليات تغيير ديمغرافي بشكل ممنهج، عبر توطين

الغرباء وعمليات إبادة اللغة والثقافة والتاريخ"،

لإنهاء الجرائم يجب إنهاء الاحتلال

وناشد الناشط الحقوقي، إبراهيم شيخو، في ختام حديثه، الجهات المعنية بضرورة التدخل الفوري، منوهاً إلى إنهاء الاحتلال التركي المدن والأراضي المحتلة، وأشار؛ إن "هذه الجرائم ستستمر، لأن هنالك صمتاً دولياً عما يحدث في المناطق المحتلة، ما يزيد من إمكانية القيام بالمزيد من الانتهاكات والجرائم، من قبل المحتل التركي ومرتزقته، لذلك على الجهات المعنية التدخل وكسر الصمت حيال الجرائم، التي ترتكب ضد الإنسانية، وتحديدا المنافية لحقوق الطفل، ولتطبيق ذلك يجب إنهاء الاحتلال التركي أولا"،

والجدير ذكره، بأن مقاطعة عفرين، احتلت بتاريخ ١٨ آذار من العام ٢٠١٨، وحسب إحصائية لمنظمة حقوق الإنسان عفرين-سوريا، استشهد منذ الاحتلال /٧٨٤/ شخصا، بينهم /١٥/ شخصا استشهد تحت التعذيب، ومنهم /١٠١/ امرأة، منهنّ /٧٤/ امرأة استشهدت نتيجة حالات الاعتداء الجنسي والتعذيب، وكانت بينهن قاصرات وأطفال، وقد كثرت حالات الانتحار في المنطقة، نتيجة الضغط النفسي والانتهاكات، التي تعانيها النساء حيث بلغت عشر حالات انتحار، حال تخلصت هذه الأطراف من هذه الارتباطات، حينها يستطيع السوريون الجلوس إلى طاولة حوار واحدة، وإيجاد حل سياسي عادل للأزمة السورية"، وأكمل عثمان؛ أن "الحلول العسكرية أفشلت مساعي الشعب السوري في الحصول على الحرية والديمقراطية، وحولت مسار الحراك الإيجابي، ومن هنا نطالب السوريين بالنظر لمبادرة الإدارة الذاتية بواقعية وبحس وطني وانتماء سوري حقيقي، وإدراك حقيقة هذه المبادرة، ونحن مستعدون للحوار مع الأطراف السورية، من أجل إنهاء هذه الأزمة"،

واختتم، الرئيس المشترك للمجلس التنفيذي في الإدارة الذاتية، لإقليم شمال وشرق سوريا، حسين عثمان، حديثه؛ "مر أكثر من عقد على الأزمة السورية، والشعب السوري يعاني من الوضع الاقتصادي والمعيشي والاجتماعي والهجرة والحروب، والشعب السوري وبعد تقديم مئات الآلاف من الضحايا، يستحق العيش بحرية وديمقراطية وأمان، لذلك ندعو ومع مرور الذكرى ١٣ للأزمة السورية، الشعب السوري والأطراف والقوى الوطنية السورية، للعمل على إنهاء هذه الأزمة، وإيجاد حل سياسي شامل لها"،

حسين عثمان: لإنهاء الأزمة السورية مستعدون للحوار مع الجميع

أكد الرئيس المشترك للمجلس التنفيذي في الإدارة الذاتية، لإقليم شمال وشرق سوريا، حسين عثمان، أن الحراك السوري عام ٢٠١١، كان تحوّلاً تاريخياً للشعب السوري، ولكن التدخلات الخارجية والارتباطات الإقليمية حوّلت مساره وجعلت حله مستعصياً، وشدد، أن الإدارة الذاتية الديمقراطية، مستعدة للحوار مع الأطراف كافة من أجل إنهاء الأزمة في البلاد،

التدخلات الخارجية غيرت المسار والهدف

وحول ذلك تحدث لوكالة هاوار للأنباء؛ أن "عام ٢٠١١ كان عام تحوّل تاريخي في سوريا بشكل عام، حيث إنه شهد تحركاً جماهيرياً وشعبياً واسعاً، شارك فيه السوريون كلهم، حيث نادوا بالحرية والتغيير والعدالة والمساواة والحصول على الحقوق الطبيعية"،

ونوّه عثمان؛ "وعلى الرغم من مرور ١٣ عاماً، ما زلنا نأمل أن تصل الحالة السياسية إلى حل حقيقي، لأن انحراف مسار الحراك في سوريا، كان نتيجة تدخل العديد من الأطراف الدولية والإقليمية، واستغلال العديد من المجموعات المرتزقة ذلك الحراك لتحقيق أجنداتها ومصالحها"،

وأشار عثمان؛ إلى أن "هناك أيدي خفية تدخلت وحوّلت مسار الحراك الشعبي عن شعاراته الأساسية، وعن مبادئه الحقيقية، التي كان السوريون مجمعين عليها، والتي تطالب بالحرية والكرامة والمساواة وتحقيق العدالة، ولا أتوقع أن أي مواطن سوري يختلف على هذه المبادئ"،

وأكد عثمان؛ "هناك بعض الجهات، التي سعت لتشوية صورة السوريين، فقاموا بعسكرة الحراك وتحويل المسار؛ ما أدى إلى تعميق الأزمة؛ لدخول السلاح والمجموعات المرتزقة المتطرفة إلى سوريا، وإن الدول الإقليمية دعمت تلك المجموعات بكل ما هو ممكن، لتحقيق مصالحها"،

الحفاظ على وحدة الأراضي السورية

وأوضح عثمان؛ أن "استمرار الأزمة السورية لأكثر من عقد دون حل، يأتي في إطار غياب مشروع حقيقي للمجتمع الدولي بحل الأزمة، لذلك بادرت الإدارة الذاتية ومن منطلق الحفاظ على وحدة الأراضي السورية، وعلى شعوب ومكونات سوريا بإطلاق مبادرة للحل، وكانت مبادرة وطنية بامتياز"، وبين عثمان؛ "من خلال هذه المبادرة أوصلنا رسالة إلى الجميع، وخاصة القوى السورية الموجودة، والتي تؤمن بالحل الديمقراطي، بأننا مستعدون للحل واللقاءات والحوار مع الأطراف، وفق لمبدأ السيادة السورية ووحدة سوريا والحفاظ على شعوبها ومكوناتها"،

واستطرد عثمان؛ "مبادرة الإدارة الذاتية عبارة عن خريطة طريق لحل الأزمة السورية، وما زلنا نعمل بالوسائل والطرق ونفتح أبوابنا، ونمد أيدينا للسوريين، الذين يؤمنون بالحل الديمقراطي، ويؤمنون بالتعددية من أجل الوصول إلى نهاية للأزمة السورية"،

مبادرة الإدارة الذاتية حل للأزمة

وأردف عثمان؛ "هناك حالة واقعية على الأرض السورية، وعلى الأطراف أن تعي ما يحصل في سوريا، وقراءة السياسة الواقعية الحقيقية، ونحن ندرك تماماً أن هناك أطرافاً لا تستطيع التقدم خطوة نحو الحوار والتقارب بين السوريين، نتيجة ارتباطها ببعض الدول، وعدم امتلاكها القرار، وفي

المرأة السوريّة.. ضحيّة للانتهاكات وطرف يعوّل عليه في مسار الحل

هيفيدارخالد

مع دخول الأزمة السوريّة عامها الرابع عشر، تستمر معاناة الشعب على كامل الجغرافية السوريّة نتيجة سياسات الأطراف والقوى الإقليمية والدولية المتدخّلة في هذا الملف، الأمر الذي يُزيد من تعقيد الأزمة أكثر، بدلاً من إيجاد حلول جذرية لها، لذا؛ باتت في كل بقعة من هذه الجغرافية العريقة قصص ألم ومعاناة لا تنتهي. في كل بيت حكاية وفي كل خيمة نُصبت في البراري قصة، ولكل مدينة مع هذه الأزمة حكايات تعدُّ ولا تُحصى.

سوريا التي كانت مهد الحضارات الإنسانية عبر التاريخ، أصبحت اليوم بؤرة لتصدير الإرهاب إلى العالم، ومركزاً لتصفية حسابات القوى العظمى ممثلة بأمريكا وروسيا، وساحة لإدامة الصراع من أجل مصالح اقتصادية وعسكرية وسياسية مستهترة

بالدماء السوريّة البريئة. على وقع صفقات واتفاقات يعيش الشعب السوري بسببها كوارث إنسانية في كل ثانية ودقيقة، جميع الفئات العمرية، وخاصةً النساء والأطفال، تضررت بهذه الحرب التي تسبّبت بموت وتشريد مئات الآلاف وخسائر تُقدّر بملايين الدولارات.

عشرات الآلاف من الأطفال فقدوا حياتهم والآلاف فقدوا والديهم، وقسم كبير منهم نزحوا وهجّروا عن ديارهم عنوةً نتيجة الحرب القاسية في مناطق النفوذ المتعددة، الآلاف منهم تعرّضوا أيضاً لإعاقات جسدية نتيجة القصف الجوي والبري الذي استهدف قراهم وبلداتهم. في ظل الصراع الدائر بين أطراف عدة على رأسها الحكومة السورية والاحتلال التركي، وما تسمى «المعارضة السورية» والأطراف الأخرى الداعمة لها، الذين حوّلوا البلاد إلى ساحة انتهاكات خطيرة لحقوق الإنسان.

المرأة هي من دفعت، وما تزال، فاتورة باهظة في هذه الحرب المريرة. ومع أن حال المرأة السوريّة لم يكن على ما يرام قبل الأزمة التي اجتاحت البلاد عام ٢٠١١، إلا أن هذه الحرب فاقمت من معاناتها ومآسيها أكثر، وعمّقت من عذاباتها، حيث إنها كانت كما نعرف في ظل حكم سلطة البعث تعاني من صعوبات جمّة نتيجة سياساتها القمعية،

حزب البعث بعد استلامه السلطة، حوّل البلاد إلى ميدان متاح لتحقيق أهدافه العائلية، بقوة القبضة الأمنية، مارس شتى السياسات القمعية، بدءاً من منع ممارسة السياسة إلى حرمان طويلة من المشاركة في السياسة وحُرمت من أبسط حقوقها في الحياة نتيجة اضطهاد رجال السلطة لها، كما وضعت قيود على المشاركة النسوية في المجالات الأخرى التي من حقها الانخراط فيها، ما يعني وضع حد لطاقاتها وتفاعلها ونشاطاتها في الحياة العامة،

كما تعرضت المرأة وما تزال للعنف، وعانت وما تزال من الأزمة الاقتصادية نتيجة استيلاء السلطة على كل موارد البلاد وباتت لا تستطيع تأمين قوتها اليومي، فالمراسيم التي تُصدرها الحكومة بين الحين والآخر، والتي تكون المرأة المتضرر الأول منها، تعمّق الأزمة في ظل تدني الراتب الحكومي الذي لا يتجاوز ١٣ دولاراً أمريكياً وسط ارتفاع إيجار البيوت والمواد الأساسية وتدني مستويات البنية التحتية والخدمات الأساسية والمعيشية وفي كل القطاعات الحيوية،

مع استمرار الأزمة السوريّة أصبحت المرأة المُعيلة في الكثير من الأسر، ومضطرة لتلبية جميع طلبات أفراد أسرتها لذا تواجه مشقات كبيرة خلال مسيرتها الحياتية، وكل ذلك نابع من سياسات الحكومة الساعية إلى نهب الشعب بهدف الحفاظ على الكرسي والبقاء على رأس السلطة،

بالطبع أوضاع المرأة في المناطق المحتلة من قبل تركيا ليست بأحسن حال من مناطق سيطرة الحكومة السورية، فالمرأة هي الأكثر تضرراً من سياسات التغيير الديمغرافي التي تقودها تركيا المحتلة اليوم، إلى جانب عمليات الخطف والضرب والنهب والسلب المتواصلة دون كلل أو ملل، والتي باتت تعديات ممنهجة تستهدف روح وكيان المرأة والنيل منها، وسط استمرار تعرّضها في سجون مرتزقة تركيا لأبشع الممارسات والانتهاكات المُعادية لحقوق الإنسان.

وفي مدينة إدلب التي تُسيطر عليها هيئة تحرير الشام الإرهابية «جبهة النصرة سابقاً»، تواجه النساء هناك أيضاً انتهاكات جسيمة في الفضاء العام وأماكن العمل، وفي السجون التابعة «للنصرة»، إلى جانب معاناة تدني الأوضاع المعيشة، وما المظاهرات التي تخرج يومياً في المدينة وريفها إلا ردّ فعلٍ ضد ممارسات «النصرة»

الناس من أبسط حقوقهم في الحياة، كل شيء في خدمة عائلة الأسد، كل شيء من أجله وحده وحاشيته وأعوانه وأنصاره، والشعب يتضوّر جوعاً، ويتعرض للتعذيب والإخفاء القسري والملاحقة والتهديد الذي كان جزءاً وما زال من حياة الشعب السوري المعارض للسلطة.

ونحن نتحدّث عن كل هذا، يجب ألا ننسى عمليات الاعتقال التي تُعرف بها الأجهزة الأمنية في سوريا، حيث يستحيل أن تعرف بعد الاعتقال ماذا سيحصل لك؟، إلا أن الأمر الوحيد الذي يمكن أن تعرفه هو أن مصيرك سيكون الموت حتماً، ويصبح من المستحيل حتى التفكير بالخروج من المعتقل، هذه الممارسات الأمنية المتشددة رسخت لفكرة حكم عائلة واحدة، وشعار «قائدنا إلى الأبد الأمين حافظ الأسد» الذي كان يردده التلاميذ والطلاب في مدارس النظام كل صباح، خير مثال على ذلك، جعلوا من كل ما يسعون إلى تحقيقه خدمة لمصالحهم الخاصة شعاراً يُردّد صباح مساء،

فالعمل السياسي كان صعباً في ظل حكم الشخص المستبد ونظامه الشمولي، وما يزال صعباً حتى يومنا هذا، سواء في مناطق سيطرة النظام أو المناطق المحتلة من قبل تركيا، لذا منعت المرأة في سوريا خلال سنوات

من الاحتلال،

أما لجنة الأمم المتحدة للتحقيق بشأن سوريا، فقد أكدت في تقريرٍ جديدٍ صدر الاثنين الماضي، إنّ هجمات الاحتلال التركي الجوية على مناطق شمال وشرق سوريا قد ترقى لمستوى جرائم الحرب، وأكدت أنّ استهداف أنقرة لمحطات الطاقة وحرمانها مليون شخصٍ من الماء والكهرباء، انتهاكٌ للقانون الإنساني الدولي،

الشبكة السورية لحقوق الإنسان قالت من جانبها في تقرير لها بمناسبة اليوم العالمي للمرأة، والذي حمل عنوان، «في اليوم العالمي للمرأة احتياجات متزايدة وتدنٍّ متواصل بالحقوق الأساسية للمرأة في سوريا»، إنّ أكثر من ستة عشرَ ألفَ امرأةٍ فقدن حياتهن على أيدي أطراف الصراع منذ اندلاع الأزمة بالبلاد عام ٢٠١١،

كما أن سوريا تذيّلت قائمة دول العالم في مؤشر الديمقراطية لعام ٢٠٢٣، وجاءت في المرتبة ١٦٣ عالمياً بدرجة (١،٤٣)، في الوقت الذي تستمر الأزمة في البلاد، وسط غياب أي مبادرات أو مساعٍ حقيقية لوضع حدّ لهذه المعضلة.

سوريا بحاجة لحل سياسي وبشكلٍ عاجل، والمرأة تستطيع قيادة مسار الحلّ، قبل الآن أطلقت مبادرات عديدة من أجل ذلك، واليوم تستطيع القيام بذلك أيضاً، على الرغم من كل الهجمات والسياسات التي تتعرض لها في الوقت الحالي، نرى كيف استطاعت المرأة في شمال وشرق سوريا تنظيم صفوفها وبناء حياة جديدة ونظام جديد معادٍ للبنية الذهنية الذكورية والأنظمة السلطوية والسياسات التي تقمع المرأة وتُقصي دورها وتستهدف وجودها، المرأة أسست لثورة حقيقية في المنطقة، وبات نظامها النموذج المثالي لحل كافة الأزمات، وعلى الرغم من هجمات الإبادة المتواصلة ضدها وجرائم الحرب التي ترتكب بحقها، لم تستسلم للواقع بل واصلت النضال من أجل تحقيق الأهداف والمطالب التي خرجت من أجلها.

ويجب هنا التذكير بالدور الذي تلعبه المرأة السوريّة اليوم في الاحتجاجات الشعبية التي تشهدها محافظة السويداء ومشاركتها الفعالة في الفعاليات التي تدعو إلى رحيل بشار الأسد، والمطالبة بنظام لا مركزي وسياساتها بحق المعارضين، والتي يجب على المرأة مقاومتها وعدم الرضوخ لها.

نساء عفرين المحتلة شمال غرب سوريا لسنَ بأفضل حال أيضاً، في ظل تعرضهن لممارسات غير أخلاقية، وخاصةً جرائم الاعتداء الجنسي، التي لا تُعد ولا تُحصى، وسط تغاضي المجتمع الدولي عن كل ما يُرتكب من جرائم بحقهن، منظمة حقوق الإنسان عفرين - سوريا، كشفت في شهر آب عام ٢٠٢٣، عن حصيلة جرائم وانتهاكات دولة الاحتلال التركي بحق النساء في عفرين، وأفادت باختطاف أكثر من ألف امرأة، ومقتل (٩٩)، وتعرّض ٧٤ امرأة أخرى لجرائم الاعتداء والعنف الجنسي خلال خمس سنوات لخروج البلاد من الأزمة التي تمر بها منذ سنوات، كما أنها تطالب بتطبيق القرار ٢٢٥٤ الذي يعبّر عن الحل السياسي لسوريا، من خلال مشاركتها في الحراك، إثر انهيار المنظومة الاقتصادية وتفشي البطالة.

مسار إنهاء الأزمة يتطلب تكاتف الجهود النسائية كافة؛ لتحقيق مسار حقيقي وإنهاء معاناة المرأة السورية وإيجاد حل بمشاركة جميع الأطراف السورية، وخاصةً مجلس المرأة السورية ومنسقية المرأة في مجلس سوريا الديمقراطية، اللذان يمتلكان مشروعاً وطنياً ورؤية حقيقية وواضحة للحل السوري - السوري الذي يتخذ من الحوار الداخلي نهجاً له، وهنا يمكننا التذكير بالمبادرة التي أطلقتها الإدارة الذاتية لإقليم شمال وشرق سوريا العام الماضي لحل الأزمة، وشملت عشرات البنود التي تخدم في معظمها السوريين لا سيما المرأة.

أعمال مُنفذة لوحدة مياه المحمودلي في إيصال مياه الشرب للأهالي

قامت ورشات الشبكة والتمديد في وحدة مياه المحمودلي بالانتهاء من أعمال مد وإنشاء جديد لشبكة مياه رئيسية في المحمودلي، حيث عملت الورشات على تمديد قساطل بولي ايتيلين بطول 1200 متر وأقطار متفرقة بين (110 ـ 90)، وذلك في قرية مزرعة الوفاء الواقعة شرقي بلدة السويدية.

ويخدم هذا المشروع أكثر من ١٠٠ منزل في القرية والتجمعات السكنية المحيطة بها، والتي كانت تعاني من عدم وصول مياه الشرب إليها نتيجة التمديد العشوائي المهترئ وعدم وجود شبكة مياه رئيسية،

وبحسب المكتب الإعلامي في هيئة البلديات: أن العمل استمر مدة أسبوع تم خلاله الانتهاء من تمديد الشبكة بشكلٍ كامل، ويتم العمل حالياً على تركيب وتوصيل علب توزيع المياه (الشمعات) للأهالي، ومن ثم ضخ المياه ضمن الشبكة الجديدة من محطة ضخ مياه السويدية صغيرة،

فيما يعكس هذا المشروع التزام وحدات المياه في هيئة الإدارة المحلية والبلديات في مقاطعة الطبقة وريفها في إيصال مياه الشرب لأكبر عدد ممكن من الأهالي ولاسيما قبل حلول فصل الصيف.

تعرّض محصول القمح لاصفرار وحروق في الأوراق

من خلال الجولات التي قامت بها مديرية الوقاية التابعة لهيئة الزراعة والري في مقاطعة الجزيرة في مختلف النواحي، تبيّن تعرّض محصول القمح في أغلب النواحي وبنسب متفاوتة لحروق في الأوراق بالإضافة إلى اصفرار في النبات.

وبحسب المكتب الإعلامي لهيئة الزراعة والري لشمال وشرق سوريا: فإنه وبعد الكشوفات المحسّبة التي قامت بها أقسام وقاية النبات وبحضور الرئاسة المشتركة لها، على هذه الحقول تبيّن أن المحصول تعرّض لإجهاد شديد حيث إنه وأثناء قيام المزارعين برش مبيدات الأعشاب، تعرّضت المنطقة لموجة برد حيث بلغت درجات الحرارة ليلاً عتبات الصفر المئوية، الأمر الذي أدى فيما بعد إلى حدوث أضرار كبيرة في المجموع الخضري تمثلت بحروق في الأوراق.

وفي هذا الصدد أعطت مديرية وقاية النبات بعض من الإرشادات للمزارعين بضرورة رش المبيدات الفطرية الوقائية أو العلاجية حسب الحالة، لمنع حدوث الإصابات الفطرية وتطورها، ثم بعد ذلك إعطاء المغذيات للنبات مثل الطحالب البحرية والأحماض الأمنية والعناصر المغذية، وسيتم متابعة هذه الحقول بشكلٍ دوري من خلال أقسام الوقاية في النواحي.

الزراعة الحَضَرية... ممارسة خضراء وبصمة كربونيّة مرتفعة

تشكّل الزراعة الحَضَرية، التي يمارسها أكثر من ٨٠٠ مليون شخص داخل المدن، جانباً محورياً في النظام الغذائي العالمي، وهي تحمل غالباً راية الاستدامة والانسجام مع البيئة، ومع ذلك، تشكّك دراسة صدرت مؤخراً في الصورة المثالية للزراعة في المدن، وتكشف عن بصمة كربونية للمزارع الحَضَرية أعلى من المتوقع مقارنةً بنظيراتها التقليدية.

الزراعة الحَضَرية وتغذية مليار إنسان

تشمل الزراعة الحضرية أشكالاً مختلفة من الأنشطة الزراعية داخل المناطق الحَضَرية وما يحيط بها، وهي تضمّ الزراعات في الأفنية الخاصة، وحدائق المشاعات المشتركة، وحدائق الأسطح، والزراعات المائية «هيدروبونيكس وأكوابونيكس»، والزراعة العمودية الداخلية، وتكون هذه الزراعات عادةً قائمة على الأرض أو مدمجة في المبنى، مع أو من دون تكييف المكان المُحصَن لها.

وتسلّط العديد من الدراسات الضوء على المساهمات المحتملة للزراعة الحَضَرية في تغذية سكان الحَضَر من المستوى المحلي إلى المستوى العالمي، وتُظهر على سبيل المثال قدرة الزراعة الحَضَرية على تغذية حوالي مليار شخص، أي ثلث إجمالي سكان الحَضَر، وتستطيع الزراعة الحَضَرية أن تُلبّي الطلب على الخضروات لسكان الحَضَر، والتي تُعتبر عنصراً أساسياً في النظام الغذائي الصحي حيث أن استهلاكها أقل من القيمة الموصَى بها في جميع أنحاء العالم تقريباً، وقد تكون الزراعة الحَضَرية أداة لسدّ هذه الفجوة.

وتؤمّن الزراعة الحَضَرية حالياً نحو ٥ إلى ١٠ في المائة من إنتاج الغذاء العالمي، مع حصة أكبر في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل، كما توفّر خدمات متعددة للنظام البيئي تصل قيمتها إلى ٣٣ مليار دولار سنوياً.

في تخفيف تأثير صدمات الاستهلاك الغذائي الموسمي، وتبقى هذه الفوائد الاجتماعية والاقتصادية للزراعة الحَضَرية غير مُطبقة، بسبب اعتمادها على المنطقة وشكل الزراعة المستخدمة، وعلى سبيل المثال، تواجه الزراعة الحَضَرية الأرضية ضغوطاً من الزحف العمراني، ومع ذلك، وتشمل خدمات إنتاج الغذاء، وتوفير الطاقة، وعزل النيتروجين، وجُنّب جريان مياه الأمطار، وفي سيناريو الزراعة الحَضَرية المكثّفة، يمكن أن تصل القيمة الإجمالية لهذه الخدمات إلى ما يتراوح بين ٨٠ و١٦٠ مليار دولار سنوياً.

إلى جانب الخدمات المذكورة سابقاً، يمكن للزراعة الحَضَرية أن تحقق فوائد اجتماعية واقتصادية وبيئية متنوعة، بما في ذلك تنمية المجتمع وتعزيز فرص التعليم، ومع ذلك، يظلّ تطبيق هذه الفوائد موضوعاً للنقاش، لأنها تعتمد على عوامل مختلفة كالمنطقة والموسم والمحصول.

وتُعتبر الزراعة الحَضَرية إحدى الأنشطة الاقتصادية الرئيسية للأسر الفقيرة في العديد من البلدان المنخفضة الدخل، وإلى جانب كونها مصدراً للدخل، فهي تساهم تشهد بعض المناطق الحَضَرية أيضاً نهضة زراعية مع زيادة حصة القطاع الزراعي في الناتج المحلي الإجمالي، ويمكن للزراعة الحَضَرية أن تُنتج بشكلٍ أساسي الخضروات الورقية والأعشاب التي تكون باهظة الثمن غالباً، وبعيدة عن متناول الأسر الفقيرة.

البصمة الكربونية للزراعة الحَضَرية

تساهم الزراعة الحَضَرية في التكيُّف مع تغيُّر المناخ والتخفيف من آثاره، ومن خلال تشجيع إضفاء الطابع الإقليمي على النظم الغذائية، تساعد الزراعة الحضرية على إعادة ربط سكان الحَضَر بدورات الطبيعة وتقلل انبعاثات نقل الأغذية، ومع ذلك، تبقى قدرة الزراعة الحَضَرية الإجمالية على خفض الانبعاثات موضع تساؤل، ويرجع ذلك أساساً إلى متطلبات تخصيص المساحات ذات البنية التحتية المكثّفة والطلب المرتفع على الطاقة واستهلاك المياه.

وتكشف نتائج دراسة، نشرتها دورية «نيتشر سيتيز» في شهر شباط الماضي، عن زيادة بمقدار ستة أضعاف في متوسط البصمة الكربونية لكل وجبة فواكه أو خضروات تكفي شخصاً واحداً جرّت زراعتها حَضَرياً، إذ بلغت الانبعاثات ٤٢٠ غراماً من مكافئ ثاني أكسيد الكربون للمزارع الحَضَرية مقارنة بـ٧٠ غراماً فقط للمزارع التقليدية،

وتعتمد الدراسة، التي أجراها باحثون من جامعة ميشيغان، على بيانات ٧٣ مزرعة حَضَرية في خمسة بلدان، وبينما تسلّط الدراسة الضوء على الحاجة إلى التحسين، فإنها تكشف أيضاً عن حقيقة مهمة هي وجود تباينات بين المزارع الحَضَرية داخل العيّنة ذاتها، مما يؤكد على أن تبنّي ممارسات محددة سينعكس بشكلٍ كبير على التأثير البيئي لهذه المزارع،

ولاحظت الدراسة أن البنية التحتية المستخدمة في المزارع الحَضَرية تؤثّر بشكلٍ كبير في متوسط بصمتها الكربونية، وغالباً ما تعتمد المزارع الحَضَرية على الأحواض الزراعية المرتفعة، وحاويات تخمير السماد العضوي، وغيرها من العناصر المبنية التي يكون عمرها الافتراضي أقصر بسبب واقع التنمية الحَضَرية، ويساهم نقل الأحواض الزراعية، وإعادة بناء الهياكل، إلى جانب استهلاك المواد المستخدمة، في ارتفاع البصمة الكربونية،

وفي المقابل، كشفت الدراسة أن ١٧ مزرعة من أصل ٧٣ مزرعة أظهرت بصمة كربونية أقلّ من المزارع التقليدية، وظهرت هذه البصمة المنكمشة مع محاصيل معيّنة، مثل محاصيل الطماطم والهليون المزروعة حَضَرياً في الهواء الطلق، وذلك بالمقارنة مع منتجات المزارع التقليدية، التي يجري إنباتها عادةً في دفيئات كثيفة الاستخدام للموارد، أو يجري شحنها على مسافات شاسعة لتصل إلى المدن.

وتقترح الدراسة عدّة استراتيجيات رئيسية لنقل الزراعة الحَضَرية نحو مستقبل أكثر استدامة، من بينها إطالة عمر المزرعة لضمان سداد البنية التحتية بصمتها الكربونية بمرور الوقت من خلال استخدامها على نحو مستمر، بالإضافة إلى ذلك، يمكن لاستخدام المواد المستهلكة، كالعجلات والصناديق المهملة، أن يقلل من البصمة الكربونية المرتبطة بإنشاء البنية التحتية،

وتشجّع الدراسة على الزراعة الحَضَرية للمحاصيل التي يتم نقلها تقليدياً لمسافات طويلة، أو زراعتها في الدفيئات المستنزفة للموارد، ومن خلال اختيار مثل هذه المحاصيل وإنتاجها محلياً في المناطق الحَضَرية، يمكن تقليل البصمة الكربونية بشكلٍ كبير، كما يتيح تدوير النفايات الحَضَرية، بتحويلها إلى سماد عضوي ومحسّن للتربة، حلاً مستداماً لتقليل الاعتماد على الأسمدة المنتجة تجارياً، وتعويض تكاليف الكربون المرتبطة بالإنتاج والنقل.

إن العلاقة بين الزراعة الحَضَرية والبصمة الكربونية معقدة، مما يجعل فهم ديناميكيات الكربون في إنتاج الغذاء في المناطق الحَضَرية وتحسينها أمراً بالغ الأهمية في مواجهة تغيُّر المناخ، ومن خلال تبنّي الممارسات المستدامة والبحث والتطوير، يمكن للزراعة الحَضَرية أن ترقى إلى مستوى وعدها بتوفير الغذاء وخفض الانبعاثات.

وكالات