



في ذكرى المؤامرة الدولية..
 المبادرة الشعبية تحضر
 للمسيرة الجماهيرية الكبرى

أدلت المبادرة الشعبية في مدينة قامشلو ببيان دعت فيه الجماهير للمشاركة في المسيرة الجماهيرية الكبرى التي ستطلق في ذكرى المؤامرة الدولية على القائد عبد الله أوجلان. وذلك في مركز محمد شيخو للثقافة والفن... ٤

أمنة خضرو: الفعاليات المنهجية والنشاطات الهادفة هما الطريق لحرية القائد عبد الله أوجلان

أشارت المتحدثة باسم المبادرة السورية خربة القائد عبد الله أوجلان بحلب. أمنة خضرو. أنه مع انطلاق الحملة العالمية لحرية القائد عبد الله أوجلان. في العاشر من تشرين الأول عام ٢٠٢٣. قامت المبادرة بسلسلة فعاليات على مستوى إقليم شمال وشرق سوريا... ٥



روناهي عين الحقيقة

يومية سياسية ثقافية اجتماعية عامة تصدر عن مؤسسة روناهي للإعلام والنشر

أسست عام ٢٠١١. السنة الثالثة عشرة | العدد: ١٩٣٩ | النسخة الإلكترونية: ١٩٣٩ | الثلاثاء - ٨ تشرين الأول ٢٠٢٤ م (٥٠٠) ل.س

«السينما المتجولة» في كوباني... أن تأتيك السينما حيث أنت... ٩



ظاهرة الانتحار في سوريا بين الضغوط النفسية والاجتماعية والإدمان... ٣



مواقد الكاز القاتلة وسيلة الأهلالي في الحسكة لمواجهة أزمة الغاز... ٧



الألعاب الفردية تنتشر بإقليم شمال وشرق سوريا... ١٠



في يوم صحافة المرأة الكردية.. أقلام حرة

تتبني الحقيقة

أكدت إعلاميات إقليم شمال وشرق سوريا في يوم صحافة المرأة الكردية، أنهن أقلام واعدة وصامدة أمام التحديات لكشف الحقائق وتوثيق الانتهاكات، وبين أنهن سيسرن على طريق الشهاديات الإعلامية ممن حملن على عاتقهن كسر هيمنة الدول الاستبدادية، وإصراهن على إيصال صوت المرأة الحر للعالم... ٢



مواطنو جنوب الحسكة: قوات سوريا الديمقراطية رمز لوحدة شعوب المنطقة

في شمال وشرق سوريا، لعبت قوات سوريا الديمقراطية. دوراً حاسماً في تحرير المناطق من مرتزقة داعش الإرهابي. منذ تأسيسها في تشرين الأول ٢٠١٥. ونجحت في تحرير العديد من المدن والقرى؛ ما ساهم في إعادة الأمان والاستقرار إلى المنطقة. هذه القوات، التي تضم أبناء شعوب المنطقة... ٥



الشرق الأوسط على أهبة الاستعداد لتحولات جذرية

تكشف الحرب الجهنمية الدائرة في المنطقة إعادة رسم هيكلية الشرق الأوسط عموماً. حيث تتنافس القوى الغربية والشرقية على تلك البقعة الجغرافية. لتبث وجودها في المنطقة. الأمر الذي يوحي بأن هناك مخططاً لبناء نظام عالمي جديد متعدد الأقطاب... ٨



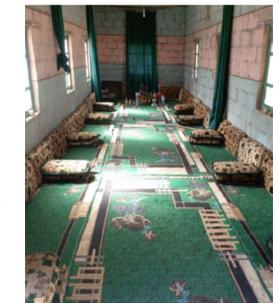
قرية عسيلة.. بصمة من الزمن الجميل

روناهي/ تل حميس - على بعد 21 كيلومتراً جنوب غربي مدينة تل حميس، تقع قرية "عسيلة"، والتي تعد ذات موقع جغرافي هام، ولايزال يتمسك أهلها بالعادات والتقاليد الأصيلة، التي ورثوها عن أجدادهم وأبائهم، في إكرام الضيف وإغاثة الملهوف.



البيت، الذي يشتهر بالأصالة وكرم الضيافة، حيث يقوم أهله بعد أداء صلاة العيد بتقديم وجبة للضيوف، وهي مجموعة من الذبائح، توضع في منسف كبير لا يستطيع رجل واحد أن يحمله، وهذا البيت ليس لإطعام الضيوف وحسب لكنه هو كمحكمة لحل القضايا العالقة.

وتعد قرية عسيلة «الهفل» من القرى التي تتميز بطبيعتها الجغرافية الهامة، حيث يحدها من الجنوب وادي الربد، ومن الشمال وادي الجراحي الذي يمتاز بلقاء الحلو العذب.



الشتاء، وتل الطويل الذي يعد من أهم ميزات قريتهم، فهو من أهم المواقع الأثرية التابعة للقرية فيتمتع في فصل الربيع بمنظر جميل وخالب، أشبه بتخطيط هندسي يجعله في غاية الجمال والروعة. فيعد مسكناً روحياً للقرى المجاورة له، يرتاده سكان القرى المجاورة آلاف السنين، للترفيه والمتعة.

سكان القرية

يقطن الناس قرية عسيلة وهم من عشيرة «الطفيحيين»، ويغلب على بيوتهم الطابع الريفي القديم

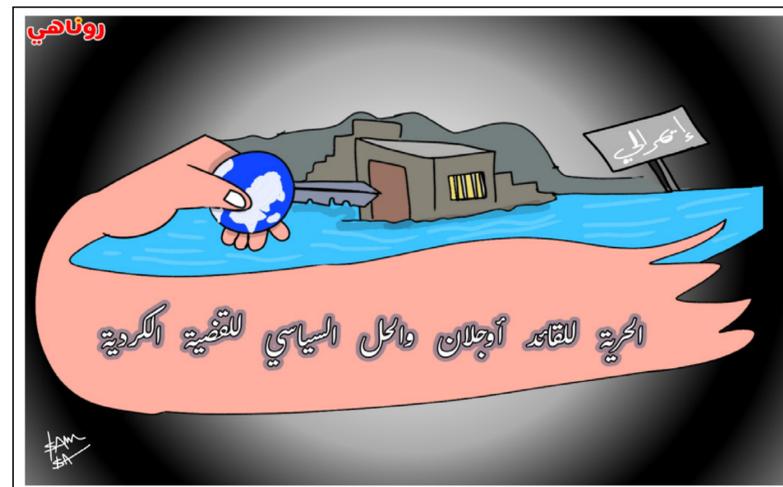
والذي يعتمد عليه أهل القرية في سقاية أراضيهم الزراعية في فصل

قرية «عسيلة» من القرى الريفية الجميلة الواقعة في جنوب ريف تل حميس، خيظها عدة قرى مثل «خربة عمر والبطشان وسيد سليمان» والتي كانت مكاناً يقصدها عشاق التراث، فهي عبارة عن تجمع سكاني



في مساحة جغرافية صغيرة، تلقي فيها البساطة وهدهود الطبيعة وهي واحة هادئة بعيدة عن صخب المدينة.

سبب تسميتها وما تشتهر به؟
 «عسيلة». الاسم الذي لا يعرفه



على خطا الشهيدة الصحفية غربتلي أرسوز... أقلام الإعلاميات سلاح الحقيقة وأداة التغيير

قامشلو، آرين زاغروس - أكدت إعلاميات إقليم شمال وشرق سوريا في يوم صحافة المرأة الكردية، أنهن أقلام واعدة وصامدة أمام التحديات لكشف الحقائق وتوثيق الانتهاكات. وبينَ أنهنَّ سيسرنَّ على طريق الشهيدات الإعلاميات ممن حملن على عاتقهنَّ كس هيمنة الدول الاستبدادية، وإباهرهنَّ على إيصال صوت المرأة الحر للعالم.



يصادف السابع من تشرين الأول من كل عام،

يوم صحافة المرأة الكردية. إذ استشهدت في هذا اليوم إحدى طليعيات الصحافة الكردية والمقاتلة غربتلي أرسوز، صحفية أصبحت بمعرفتها وطراز حياتها، منارة للنساء وخاصة الصحفيات، وعلى الرغم من مرور ٢٧ عاماً على استشهادها لا تزال الصحفيات إلى الآن يقصدن ببارئها الصحفي.

إضاءة على حياة غربتلي أرسوز

صحفية جمعت البرقة والصلاية. وحب الوطن والفلم، فوجدت نفسها مثل مرساة سفينة ضلت طريقها بعد أن اصطدمت بواقع مليء بالظلم خلال سنوات التسعينات، فشهدت على حرق القرى والإبادة الجماعية والاختفاف القسري والجرائم التي ارتكبتها الاحتلال التركي في باكور كردستان. لذلك وظفت قلمها لفضح الظلم والانتهاك الذي تعرضت له الشعوب.

غربتلي أرسوز من مواليد عام ١٩٦٥ بولاية آل عزيز بباكور كردستان. درست الكيمياء في جامعة أضنة التركية ومن ثم عملت في



فاطمة عباس

جريدة «الهدف التركية». تعرضت للاعتقال في تلك الأثناء وسجنت عامين متواصلين. وفور إخلاء سبيلها أجهت للعمل في جريدة «أوركوركوند» وأصبحت أول صحفية تتولى إدارة التحرير في وسائل الإعلام في باكور كردستان وتركيزا.

وفي عام ١٩٩٥ انضمت إلى حركة حرية كردستان واتخذت لنفسها اسماً جريئاً هو «نرب أكر» ناضلت كقياية وصحفية في العديد من الساعات، واستشهدت غربتلي أرسوز بتاريخ السابع من تشرين الأول عام ١٩٩٧، وتخليداً لتكراها أقر كونفرانس المرأة الكردية الثاني الذي عقد في مناطق الدفاع المشروع عام ٢٠١٣ يوم السابع من تشرين الأول يوم صحافة المرأة الكردية.

ودعت الصحفيات إلى إنشاء شبكات الدعم والمشاركة في مبادرات من شأنها تعزيز حقوق الصحفيات. وتوفير الحماية لهنّ، «علينا أن نقدم الأخبار والعلومات بدقة. وموضوعية تامة لتعزير حرية التعبير ومصداقية الإعلام. وفي ثورة التكنولوجيا التي نعيشها ينبغي



ليلي شيخو

استغلال وسائل التواصل الافتراضي: لنشر ما يتعرض له المرأة وبناق التفاصيل والوصول إلى مجتمع أوسع، ولا ننسى أن التدريب والتعليم المستمر لهما الدور الأساسي في التعامل مع التحديات الحالية والمستقبلية». في نهاية حديثها، عاهدت مراسلة إذاعة استار إف أم «فاطمة عباس» على مواصلة تسليط الضوء على القضايا التي تهيم المجتمع. ولا ننسى أن للإعلاميات دورا مهما في كسر الصور النمطية السلبية عن فئات معينة من المجتمع. فقد شاركت المرأة في العديد من المجلات، ولعبت دورا بارزا في المجال الإعلامي بعد تشكل المؤسسات الإعلامية كالإذاعات والوكالات والفضائيات. ومع استمرار المرأة بعملها الذؤوب في مجال الإعلام تمكنت من تأسيس عدة مؤسسات إعلامية خاصة بها. وبهذا استطاعت تشكيل الوعي الجمعي وتعزيز الثقافة العامة. ما أدى لتغيير نظرة المجتمع حول عملها في السلك الإعلامي والصحفي».

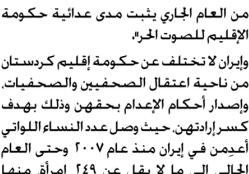
وأشادت فاطمة إلى دور الشهيدة غربتلي أرسوز في النهوض بالمجال الصحفي: «لقد عززت الشهيدة غربتلي أرسوز الصحافة الكردية بتقاليد إعلامية عمرها قرن من الزمن. فأصبحت أول صحفية تتولى إدارة التحرير في وسائل الإعلام في باكور كردستان وتركيا. وبشخصيتها البارزة في مجال الإعلام تركت بصمة واضحة في بناء أساس إعلام المرأة. فقد عَملت الشهيدة غربتلي على تعزيز دور المرأة في الإعلام من خلال إظهار قضاياها، ومشاكلها للمجتمع وسعيها لتمكين النساء في التعبير عن آرائهن وأنفسهن ومناقشة قضاياهن. ومحاولتهن اللاصمود لكشف حقيقة الفاشية التركية.»

وتابعت: «نرى اليوم آلاف الشباب الإعلاميات يسرن على طريق شهداء الإعلام الحر مثل الشهيدة نيلشان إيبش ونوجيان إرهان ونيز فرات. وغيرهن من الشهيدات اللواتي تركن وراءهن إرثاً قيّماً في الصحافة الكردية بلون المرأة المناضلة. وحافظن على هذا الإرث بمواصلته النضال وتحقيق المزيد من المكتسيات القيّمة. لذلك كانت المرأة الكردية على مَرّ التاريخ حاجزا غير مرغوب لأعداء الشعب الكردي وشعوب كردستان الأخرى.»

السعي لتطوير إعلام المرأة

كما بينت فاطمة أن الصحفيات يواجهن تحديات كبيرة. ما يضِعن على عاتقهن مسؤوليات إضافية مثل توثيق وتعطية الانتهاكات التي تعرض لها الصحفيات الأخرى. بما في ذلك الاعتداءات الجسدية والنفسية.

ودعت الصحفيات إلى إنشاء شبكات الدعم وطولة المفاوضات بينها وبين المحتل التركي منها المتاجرة بأرض كردستان والانتهاكات بحق الطبيعة والسكان. واغتتيال الناشطة ناكهيان آكرسال في السليمانية عام ٢٠٢٢ إضافةً إلى استهداف الصحفتين كلستان تارا وهيرو بهاء الدين بتاريخ ٢٣ آب



نسرين شيخو

من العام الجاري بثبت مدى عدائية حكومة الإقليم للصوت الحر». وإيران لا تختلف عن حكومة إقليم كردستان من ناحية اعتقال الصحفيين والصحفيات. وإصدار أحكام الإعدام بحقهن وذلك بهدف كسر إرادتهن. حيث وصل عدد النساء اللواتي أعدمن في إيران منذ عام ٢٠٠٧ وحتى العام الحالي إلى ما لا يقل عن ٢٤٩ امرأة. منها ٢٠ امرأة منذ بداية عام ٢٠٢٤ من بينهن الناشطات والصحفيات. أما بخشان عزيزي وشريفة محمد والننان أصدرتا حكم الإعدام بحقهما أيضاً في شهر آب من العام الحالي لا يزال يمارس بحقهما كافة أنواع التعذيب الوحشي لإرغامهما عن التخلي عن نضالهما والخوض لنظام السلطة الإيرانية. كما شدت على أن هذه الانتهاكات التي تظال الصحفيات والإعلاميات في أجزاء كردستان الأربعة، لم تثنيهن عن استكمال مسيرتهن: «أن النساء اللواتي تسلمحن بفكر القائد عبد الله أوجلان. وعملن به وأمنَّ يقوتهن وفقرتهن في استرداد حقوقهن المسلوبة من جلايهن يستحيل كسر إرادتهن أو إخضاعهن لا في الحاكم ولا الاستهدافات ولا الاغتيالات. وعلى النساء أن يسطن حروف المقاومة في صفحات الزمان كما فعلت الشهيدة غربتلي أرسوز وأيفر سيرجي في إيران. ونيز فرات في مخمور وشكتال نوجيان إرهان. والصحفية

وبدورها استذكرت مراسلة وكالة أنباء هاوار في حلب «نسرين شيخو» والتي انضمت إلى المجال الإعلامي منذ ثلاث سنوات في بداية حديثها الصحفية غربتلي أرسوز: «بينما يستخدم النظام الرأسمالي الذي يؤمن بمومته وسيورته بانتهاجه الذهنية الذكورية القائمة على إقصاء وتهميش المرأة باعتبارها سلعة للترويج لا غير. ويسعى لإخراج المجتمعات من جوهرها الحقيقي وإيصالها إلى درجة الهديان والتخدير واستخدامه الإعلام بشكل لا يتناسب مع مصالح الشعوب. فهنا استطاعت غربتلي أرسوز أن تؤسس إعلاماً نسوياً بلغة ولون المرأة كبدليل للإعلام الوجود بطابع الرجل.»



في وكالة أنباء هاوار دليشان إيبش ورئيسة خير مجلة علم المرأة ناكهيان آكرسال في السليمانية. وكلستان تارا وهيرو بهاء الدين في باشور كردستان. وفاقاً لتضحياتهن.»

وقد أصدر اتحاد إعلام المرأة (YR) بياناً من وتيرة نضالهن وينظمن أنفسهن ويوثقن بعدساتهن وأقلامهن وأيديولوجيتهن وحشوية الأنظمة الاستبدادية بانتهاجهن نهج القائد عبد الله أوجلان والذي يصر على أن «حرية المجتمعات تمر من حرية المرأة ولا تحقّق بدونها» وأن يثبتن للعالم أجمع لشعب في محاكم المستعمرين والظغاة وأن صوت الحق لا تخيفه طغقات الرصاص. ولا تحبه أحدث التكنولوجيا وإن الإرادة القوية والعزّة دائماً ما تنتصر في نهاية المعارك والنورات.

كسر القوالب بلوغ مكانة عالمية

وفي السياق ذاته أشارت الإعلامية «ليلي شيخو» أن للمرأة استطاعت أن تصنع بصمتها الخاصة في مجال الإعلام. وشُقت طريقها الحريّة.

كثرة العطس أثناء الحمل.. هل تُشكّل خطراً على الجنين في الرحم؟

يعد العطس أثناء الحمل أمراً بشائعاً. وعادةً لا يسبب أي ضرر لك أو لجنينك. ومع ذلك، فإن العطس المتكرر قد يشكل مصدر قلق لدى الكثير من السيدات الحوامل خوفاً من حدوث أي مشكلة صحية أو الضغط على الجنين في الرحم.

الضغط على عضلات البطن عند العطس قد يسبب قلقاً للنساء الحوامل خوفاً من أن يؤدي الجنين في الرحم، ولكن يعد هذا الافتراض خاطئاً. فالعطس أثناء الحمل بشكلٍ عام لن يؤدي الجنين في رحمك ومع ذلك تميل بعض النساء الحوامل إلى الشعور بألم حاد حول بطنهن عند العطس. ويحدث هذا بسبب الضغط على العضلات التي تحيط بالرحم وتدعمه أثناء نومه خلال فترة الحمل. وعلى الرغم من أن الأمر يبدو غير مريح بعض الشيء، إلا أنه لا يشكل خطراً على الجنين في أي عمر حمل.

للوقوف في وجه الأنظمة الاستبدادية بالرغم من الهجمات التي تطالها: إن المرأة اليوم في روج آفا وبعد أكثر من عشر سنوات في مجال الإعلام كانت قادرة على أن تصبح مراسلة ميدانياً لتثبت مكانتها عالمياً، «على مؤسسات الإعلام الخاصة بالمرأة. والعامّة أيضاً وكانت قادرة على نقل الحقيقة وإيصال صوت المجتمع إلى العالم.»

كما بينت ليلي أنه بالرغم من أن المرأة جزء مهم في مجال الإعلام إلا أن الطريق أمامها مازال طويلاً لتثبت مكانتها عالمياً، «على مؤسسات التجزج من قوالب العادات والتقاليد البالية والتحرر من الذهنية الذكورية والفكر السلطوي حتى تحقّق ذاتها وكيونتها التي نطمح إليها وتكون حقاً صوت للنساء المضطهدات. وتُنشر حقيقته الظلم الذي تعاني منه شعوب المنطقة والنساء عامة.»

واختتمت الإعلامية «ليلي شيخو» حديثها داعيةً الصحفيات والإعلاميات للمحافظة على جهاز المناعة.

– الأنفلونزا أو البرد:

تعد النساء الحوامل عرضة للمرض. وذلك لأن جهاز المناعة يعمل بشكلٍ أبطأ قليلاً في اكتشاف الأمراض. بما في ذلك الفيروسات المسببة للأنفلونزا ونزلات البرد. ويمكن أن يحدث العطس كأحد أعراض الإصابة بهما.

ويهدف هذا الانخفاض في جهاز المناعة



هل تعاني من الزكام؟ وتبحث عن

علاجات منزلية تساعد في علاج الزكام والتخفيف من حدتها.

تساعد في الوقاية من التهابات الجهاز التنفسي العلوي.

تخفف من الألم الناتج من التهاب الحلق واحقان الأنف.
الفوائد الأتية:
التقليل من أعراض الزكام والتخفيف من حدتها.
تعمل الحمامات الدافئة على تقليل أعراض الزكام والتقليل من حدتها. كما يمكنك إضافة بعض الزيوت العطرية أثناء الاستحمام. مثل: زيت شجرة الشاي أو زيت اليرترقال أو زيت الخزامي نظرًا لتأثيرها المهدئ الذي يبعث شعور الراحة.
الحصول على قسط كافٍ من الراحة: يساعد حصولك على الراحة والدفع خلال إصابتك بالزكام على توفير طاقتك لمساعدة جهازك المناعي للتغلب على المرض.
يساعد تناول شوربة الدجاج على تخفيف أعراض الزكام والتهابات الجهاز التنفسي. كما أنها تحتوي على العديد من العناصر الغذائية وتساهم في ترطيب الجسم ومساعدته على مقاومة المرض.

إضافة إلى ما تم ذكره من طرق علاج الزكام في البيت والتي يمكن أن تساعدك في تخفيف الأعراض وتحسين حالتك.

هناك العديد من الطرق التي تساعد على علاج الزكام في البيت، إليك أبرزها:

– الفرغرة بالماء المالح: تساعد الفرغرة بالماء المالح على تقديم



عند بدء الشعور بأعراض الأنفلونزا أو الحساسية أو الربو والتي تسبب ضيق التنفس.

يعد سبب الإصابة بالتهاب الأنف أثناء الحمل غير معروف حتى الآن على وجه اليقين. ولكن قد يكون التهاب الأنف بسبب التغيرات الهرمونية وهو نوع من التهاب الأنف غير التحسسي، والذي عادةً ما يختفي تماماً قبل حوالي أسبوعين من الولادة. وتشمل أعراض هذه الحالة سيلان الأنف وضيق التنفس والعطس.

لا ينبغي تجاهل العطس أثناء الحمل لأنه يمكن أن يشير إلى أعراض أمراض أخرى. مثل الأنفلونزا أو الربو والتي يمكن أن تؤدي صعوبة التنفس ونقص الأكسجين لدى الجنين في الرحم وتعرض الجنين إلى الخطر إذا لم يتم العلاج على الفور.

لذلك، عليك استشارة الطبيب فوراً



وهي كالتالي:

– الحصول على قسط كافٍ من الراحة.

– المحافظة على نشاطك. على سبيل المثال من خلال ممارسة التمارين الرياضية بشكل آمن بانتظام أثناء الحمل لزيادة قدرة جسمك على التحمل.

– المحافظة على تناول الطعام بانتظام.

– زيادة تناول فيتامين سي الطبيعي. لتحسين جهازك المناعي.

– تناول الكثير من الماء أثناء الحمل. للحفاظ على مستويات السوائل في الجسم.

– غسل الأنف بحلول ملحي. لتنظيف الجيوب الأنفية.

– استخدام جهاز ترطيب الهواء ليلاً.

– تجنب جهاز ترطيب الهواء أثناء الحمل.

– تجنب بعض النصائح البسيطة التالية. مثل تقليل الانزراع الناجم عن العطس.

– تجنب استشارة الطبيب فوراً

– غسل الأنف بحلول ملحي. لتنظيف الجيوب الأنفية.

– استخدام جهاز ترطيب الهواء ليلاً.

– تجنب جهاز ترطيب الهواء أثناء الحمل.

– تجنب بعض النصائح البسيطة التالية. مثل تقليل الانزراع الناجم عن العطس.

– تجنب استشارة الطبيب فوراً

– غسل الأنف بحلول ملحي. لتنظيف الجيوب الأنفية.

– استخدام جهاز ترطيب الهواء ليلاً.

– تجنب جهاز ترطيب الهواء أثناء الحمل.

– تجنب بعض النصائح البسيطة التالية. مثل تقليل الانزراع الناجم عن العطس.

– تجنب استشارة الطبيب فوراً

– غسل الأنف بحلول ملحي. لتنظيف الجيوب الأنفية.

– استخدام جهاز ترطيب الهواء ليلاً.

– تجنب جهاز ترطيب الهواء أثناء الحمل.

– تجنب بعض النصائح البسيطة التالية. مثل تقليل الانزراع الناجم عن العطس.

– تجنب استشارة الطبيب فوراً

– غسل الأنف بحلول ملحي. لتنظيف الجيوب الأنفية.

– استخدام جهاز ترطيب الهواء ليلاً.

– تجنب جهاز ترطيب الهواء أثناء الحمل.

علاج الزكام في البيت.. إليك أبرز الطرق

إلى نظامك الغذائي على تقليل أعراض الزكام والحد منها.

– الحمضيات:

تعد الحمضيات وخصوصًا الليمون مصدرًا جيدًا لفيتامين ج. ويساعد الحصول على كميات جيدة من فيتامين ج في تخفيف التهابات الجهاز التنفسي وتقوية الجهاز المناعي وبالتالي زيادة قدرته على محاربة المرض وتخفيف حدة الأعراض.

متى يجب عليك مراجعة الطبيب؟

تساعد العلاجات المنزلية في تخفيف أعراض الزكام لكنها في بعض الحالات قد لا تفني تمامًا عن مراجعة الطبيب. لذا يجب عليك مراجعة الطبيب في الحالات

– شوية الدجاج:

يساعد تناول شوربة الدجاج على تخفيف أعراض الزكام والتهابات الجهاز التنفسي.

كما أنها تحتوي على العديد من العناصر الغذائية وتساهم في ترطيب الجسم ومساعدته على مقاومة المرض.

إضافة إلى ما تم ذكره من طرق علاج الزكام في البيت والتي يمكن أن تساعدك في تخفيف الأعراض وتحسين حالتك.

هناك العديد من الطرق التي تساعد على علاج الزكام في البيت، إليك أبرزها:

– الفرغرة بالماء المالح: تساعد الفرغرة بالماء المالح على تقديم

علاج الزكام في البيت، إليك أبرزها:

– الفرغرة بالماء المالح: تساعد الفرغرة بالماء المالح على تقديم

علاج الزكام في البيت، إليك أبرزها:

– الفرغرة بالماء المالح: تساعد الفرغرة بالماء المالح على تقديم

علاج الزكام في البيت، إليك أبرزها:

– الفرغرة بالماء المالح: تساعد الفرغرة بالماء المالح على تقديم

علاج الزكام في البيت، إليك أبرزها:

– الفرغرة بالماء المالح: تساعد الفرغرة بالماء المالح على تقديم

الألعاب الفردية تنتشي بإقليم شمال وشرق سوريا

روناهي/ قامشلو ـ نظمت المجالس الرياضية في العديد من المقاطعات بإقليم شمال وشرق سوريا بطولات للألعاب الفردية، والتي شهدت زخماً كبيراً مؤخرًا.

ويهدف تنشيط هذه الألعاب من قِبل المجالس الرياضية في المقاطعات بإقليم شمال وشرق سوريا أقيمت بطولات مختلفة لألعاب مثل كرة الطاولة والكيك بوكسينغ والشطرنج...والخ.	<p>– المركز الأول: دجلة حسن،</p> <p>– المركز الثاني: روهان أوسو.</p> <p>مقاطعة منبج</p> <p>– المركز الأول: محمود ياسين إبراهيم</p> <p>وزن ٢٥كغ</p> <p>– المركز الأول: محمد أيهم،</p> <p>– المركز الثاني: محمد حسو،</p> <p>وزن ٤٤كغ</p> <p>– المركز الأول: عيسى الحمدي؛</p> <p>– المركز الثاني: عمر العواد،</p> <p>فئة الناشئين؛</p> <p>وزن ٢٧كغ</p> <p>– المركز الأول: حسن عبد الكافي،</p> <p>– المركز الثاني: أحمد محمود،</p> <p>وزن ٤١كغ</p> <p>– المركز الأول: إسماعيل النمر،</p> <p>– المركز الثاني: محمد نبيل حسون،</p> <p>وزن ٥١كغ</p> <p>– المركز الأول: محمد مطاع،</p> <p>– المركز الثاني: إبراهيم علي العلي،</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

مقاطعة الفرات

ففي مقاطعة الفرات: نظم المجلس الرياضي في المقاطعة بطولة مفتوحة لكرة الطاولة لفنّتي الرجال والسيدات باسم الشهيد (كاركر تولهلدان). وذلك بالتنسيق مع نادي نسرين الرياضي.

البطولة أُقيمت بمدينة كوباني وشهدت مشاركة أكثر من خمسة عشر لاعباً ولعبةً. وبعد منافسات لساعات فقد كانت النتائج على الشكل التالي على صعيد فئة الرجال:
– المركز الأول: كاميران محمد علي،
المركز الثاني: محمد نور أفندي.

أما في فئة السيدات فقد كانت النتائج على الشكل التالي:



فاد البولندي روبرت ليفاندوفسكي فريشه برشلونة للفوز بنتيجة (٠:٣). خلال مواجهة ضد بيبورتيفو الأفيس ضمن منافسات الجولة التاسعة من الليغا، قبل معقل الأخير «مينديزوروزا» وسجل ثلاثة برشلونة. ليفاندوفسكي في الحقائق ٢٢، ٣٢.

وبهذا الانتصار رفع برشلونة رصيده إلى ٢٤ نقطة في صدارة جدول ترتيب الليغا. بينما الأفيس في المركز الثاني عشر برصيد ١٠ نقاط فقط.

بدأت المباراة. بضغط مبكر من برشلونة. وُجِّح رافينيا في تسجيل هدف التقدم في الدقيقة ٣. لكن

منتخب البرازيل يقهر منتخب الأرجنتين ويحصد مونديال الصالات

فازمنتخب البرازيلعلى نظيرهالأرجنتيني بنتيجة ١:٢. ليتوج بكأس العالم لكرة القدم داخل الصالات التي اختتمت في أوزبكستان اليوم الأحد.

وسجل هدفي البرازيل الثنائي فيراو ورافا في الدقيقتين ١ و١٢، بينما أحرز ماتياس وانترع المنتخب البرازيلي. اللقب لأول

التي:

فئة الأشبال:
وزن ٣٤كغ



فئة الشباب:

وزن ٦٠كغ

– المركز الأول: يامن أحمد،

– المركز الثاني: أنس الأحمد،

مقاطعة الجزيرة

وأما في مقاطعة الجزيرة فبعد تنظيم بطولة للعبة الكيك بوكسينغ من قِبل المجلس الرياضي بالمقاطعة والتي شاركا فيها ٢٨ لاعباً متلّوا خمسة فرق. وحقق فيها المركز الأول فريق شوتوكان والمركز الثاني فريق الأسايش والمركز الثالث فريق جيا. فقد نظمت مدرسة

برشلونة يفوز بهاتريك ليفاندوفسكي

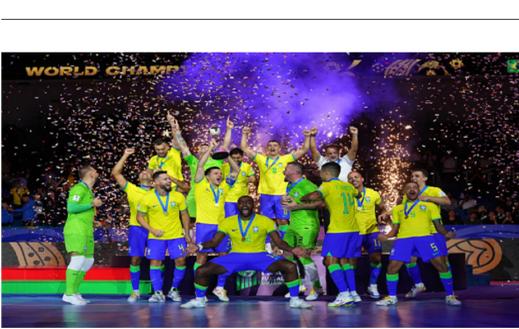
أمسك بها الحارس الكتالوني على مرتين في الدقيقة ٧٠، وتألّق سيفيرا في التصدي لتسديدة من أنسو فاتي، في الدقيقة ٧٣.

وواصل فاتي محاولاته بتسديدة أخرى أكثر خطورة، حيث لمسها الحارس سيفيرا قبل أن ترتطم بالقائم الأيمن لتصل إلى ليفاندوفسكي الذي سدّد قبل أن يمسك الحارس بالكرة في الدقيقة ٧٥.

وسجل مورينيو الهدف الأول للأفيس في الدقيقة ٨٥، بكرة رأسية، لكن حكم المباراة ألغاه بداعي التسلل. وانتهت المباراة بفوز البلوغرانا بثلاثية نظيفة

من جانبه أكد هانز فليك مدرب برشلونة، بعد الفوز على بيبورتيفو الأفيس بثلاثة أهداف سجلها روبرت ليفاندوفسكي. أن اللاعب البولندي «هو المهاجم الأفضل».

وقال المدرب الألماني في مؤتمر صحفي عقب اللقاء:«ليفاندوفسكي كما كان عندما التقيت به في فريقَي السابق بايرن ميونخ أنا سعيد من أجله.» لكنه



ظاهرة الانتحار في سوريا بين الضغوط النفسية

والاجتماعية والإدمان

منير، آزاد كردي - ازدادت حوادث الانتحار في الآونة الأخيرة بمناطق عدة في سوريا، بما في ذلك مناطق شمال وشرق سوريا، إذ يلجأ بعض الأشخاص "معظمهم شباب غير قادرين على التعامل مع المصاعب والضغوط المختلفة التي تواجههم"، إلى إنهاء حياتهم تحت وطأة الضغوط النفسية والاجتماعية المتزايدة.



د عيسى حمادي

الدعم والمساندة للشخص والتأكد على أن المحيط الاجتماعي داعم ومتفهم له، بما يؤمّن الهدوء النفسي للمتحرر.

ناهيك عن دور المقربين من المتحرر (الزوج، الأسرة، الأصدقاء) الذين يتمكنون من توجيهه دون تنفيذه. عبر إبعاد وسائل وأدوات الانتحار من محيط صاحبها. وبذلك يحمونه من إيذاء نفسه. ويكثفهم تقديم الدعم والمساندة له.

الوسائل المبعدة عن الانتحار

وتابع حمادي، في حديثه عن المستوى الثاني بأنه يمكن إعداد أرضية وخلفية وراء الإقدام على الانتحار (ضغوط اقتصادية إنسانية). من خلال تجهيز بيئة داعمة في هذه المرحلة عبر تعزيز التماسك الاجتماعي والبنية الاجتماعية، وإقامة الأنشطة التوعوية في مجال الصحة النفسية، والحث على زيادة الاهتمام بالنفس والتفكير بطريقة إيجابية.

وأوصت منظمة الصحة العالمية لمنع حالات الانتحار في الدول ومنها وضع القوانين المناسبة لمنع وصول العامة إلى الوسائل التي يمكنهم منه. مشيرةً إلى أن القوانين التي منعت تداول المبيدات الحشرية في سرلانكا قللت الانتحار فيها بنسبة ٧٠٪ خلال عشرة أعوام، كما أوصت بالتوعية حول الانتحار في



أهمية تعريف الناس بالظاهرة والوقاية منها، وضرورة التعامل مع الذين يشكرون بالانتحار، وهو من أساسيات عمل الطب النفسي وعلاجها. وتقديم الدعم النفسي للملثم المارين بالآزمات النفسية الحادة وتدريب العمال الصحيين على التقييم والتعامل المناسب مع من يملكون سلوكًا انتحاريًا.

وأوضح طبيب الأمراض الداخلية، الدكتور عيسى حمادي حديثه: «فالشخص المنتحربصل إلى درجة عالية من الكآبة والإحباط واليأس، يمكن أن يكون لديه اضطراب نفسي يتعامل معه على أنه مريض اكتئاب، ويعالج نفسيًا أو دوائيًا، كما يمكن لوسائل الإعلام لعب دور كبير في الحد من ظاهرة الانتحار، عبر تقديم التوعية النفسية وتعزيز الصحة النفسية»

مجتبوع

ر.روناهي2011@gmail.com

http://www.ronahi.net



أيمن محمد



الإسلامية بنيت مفاصدها وفق الكليات الخمس «حفظ الدين، حفظ النفس، حفظ العقل،حفظ المال،وحفظ النسل». ويأتي حفظ النفس في المرتبة الثانية بعد حفظ الدين، لما له من أهمية، لأن الإنسان هو خليفة الله في الأرض، وجسده أمانة مُعطاة له من الله سبحانه وتعالى، وسيُسال عنها يوم القيامة.

وقال النبي صلى الله عليه وسلم: لا تُرْوَلُ قَدَمًا عَيْدٍ يُؤَمُّ الْقِيَامَةَ حَتَّى يُسْأَلَ عَنْ عَمْرِهِ فِيمَا أَفْتَاهُ، وَعَنْ جِسْمِهِ فِيمَ أَلَاهُ وَعَنْ عِلْمِهِ فِيمَ قَعَلَ، وَعَنْ مَالِهِ مِنْ أَيْنَ اكْتَسَبَهُ وَفِيمَ أَنْقَهَهُ، وعلى العموم هذا يُبرز أهمية الجسد كأمانة مؤتمن عليها الإنسان، لذا كان هناك نهي صريح عن تعريضه للآذى، حتى ولو كان ذلك بإيذاء عضو من أعضاء الجسد، بحسب محمد،

الدين حاجز في مواجهة الانتحار

وشرح محمد بأن القرآن الكريم أورد قوله تعالى: **وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا**، فهذا نهيٌ صريحٌ من الله تعالى وهو أعلم بمن خلق، فالإبتعاد عن الوازع الديني، وعدم وجود إيمان راسخ في القلب، هو أحد الأسباب الرئيسية للانتحار، عندما يكون هناك ارتباط روحي بين المسلم وربه، يلتزم الإنسان بأوامر الدين ويجنب نواهيه، ويكون لديه اليقين بوجود يوم الحساب.

وتابع:«هناك عوامل اجتماعية واقتصادية تلعب دوراً أيضاً مثل «البطالة، الأوضاع المادية المتدهورة، والخلافات الأسرية». كل هذه العوامل المختلفة تؤدي إلى شعور الشخص بالعجز واليأس، خاصةً إذا لم يكن لديه ارتباط ديني قوي.

واختتم مدير ثانوية الشرعية في مقاطعة منبج، أيمن محمد حديثه: «يجب أن نُؤكد على أهمية العودة إلى الدين، والتمسك بتعاليمه، والصبر على البلاء، لأن الله سبحانه وتعالى وعد المؤمن بالجزاء الحسن في الآخرة، ولن يضع أجر الصابرين»

الأمراض النفسية وتعاطي المخدرات

وأوضح طبيب الأمراض الداخلية، الدكتور عيسى حمادي، أنه يمكن لأي شخص أن يمر لحظات من الكآبة واليأس، وأن يتخطاها ويستعيد عافيته النفسية رويداً رويداً، من خلال العودة إلى المحيط الاجتماعي وممارسة الأنشطة الممتعة.

ويحدث الانتحار إما بسبب الأمراض النفسية أو تعاطي المخدرات، أما الحالات

هذه الحالة، قام القضاء برفع دعوى ضده بتهمة التسبب في وفاتها.

ارتفاع معدلات الانتحار

وكانت سوريا حتى نهاية ٢٠١٠ تصنف بحسب منظمة الصحة العالمية، بأنها من الدول التي تشهد أقل معدلات الانتحار، مقارنةً بغيرها من الدول حيث كانت في المرتبة ١٧٢ من أصل ١٧١ دولة على مؤشر الانتحار وفق موقع WORLD POPULATION REVIEW

التخصص بإحشاء البيانات الديموغرافية، وحسب بركل فإن السبب الأبرز للانتحار هو العلاقات الأسرية والعاطفية المخاطلة التي تؤثر على الصحة النفسية للشخص المتحرر مثل «زواج القاصرات، إجبار الفتيات على الزواج، الزام الشباب بالزواج من الأقارب، أو الخلافات العائلية، وعدم قدرة الأهل على تهمّم احتياجات المراهقين والضغوط للمادية» ما يدفع إلى الشعور بالعجز وفقدان الأمل.

كما أن الإبتزاز سواء كان مادياً، جنسياً، أو معنوياً، يعدّ جريمة إذا دفع شخصاً للانتحار، ويعدّ للمبتز السبب الرئيسي في هذه الحالة، حيث يتعامل القانون بصرامة مع هذه الجوانب التي حُث على التحريض على الانتحار، أو التسبب فيه، أو الإبتزاز، خاصةً عبر وسائل التواصل الافتراضي، حيث قد يُقدم شخص على الانتحار نتيجة ضغوط وتهديدات لم يكن قادراً على تلبيتها.

واختتم الحمادي والرئيس المشترك لحزب سوريا المستقبل في مجلس منبج، محمد بركل حديثه:«الإعلام السلسلي بعد عاملاً مساهماً في تفاقم حالات الانتحار، حيث تروج بعض القنوات الإعلامية غير المسؤولة لفكرة الانتحار، حيث حالات الانتحار في تزايد مقارنة بالسنوات السابقة برغم وجود تستر على حالات انتحار في المجتمعات المغلقة.»

حفظ النفس أولوية شرعية

وبدوره، عدّ مدير ثانوية الشرعية في مقاطعة منبج «أيمن محمد»، الانتحار من المواضيع الهامة التي يجب أن نتوقف عندها، خصوصاً من المنظور الديني نظراً لأهميته في حياة المجتمعات، فالشرعية

التحولات الدموية في فكر سيد قطب.... وأثرها على تأسيس تنظيمي القاعدة وداعش



د. علي أبو الحيزر

· رواية أشواك - النقد الأدبي: أصوله ومناهجه، ولكنه لم يحقق له التفرد. ثم تأثر بفكر عباس العقاد وحضر ندواته، وبظهر هذا واضحاً في كتابيه التصوير الفني في القرآن ومشاهد القيامة في القرآن.

· رواية أشواك - النقد الأدبي: أصوله ومناهجه، ولكنه لم يحقق له التفرد. ثم تأثر بفكر عباس العقاد وحضر ندواته، وبظهر هذا واضحاً في كتابيه التصوير الفني في القرآن ومشاهد القيامة في القرآن.

حين اندلعت الحرب الفكرية بين العقاد ومصطفى صادق الرافعي، وقف مع العقاد المتفتح في وجه الرافعي المحافظ، ولكنه فيما بعد ابتعد عن العقاد لأنه لا يريد أن يكون تابعاً، بل متبوعاً، وسار وحيداً يتخبط بين الفكر



الماسوني والمعوة للحرية، وبين الكتابة الإسلامية من منظوره وليس بمنظور العقاد. فالتفرد ما أهم كتبه من وجهة نظرنا، وهو كتاب العدالة الاجتماعية

لماسوني والمعوة للحرية، وبين الكتابة الإسلامية من منظوره وليس بمنظور العقاد. فالتفرد ما أهم كتبه من وجهة نظرنا، وهو كتاب العدالة الاجتماعية

في الإسلام، وكان ذلك بداية خوله العنيف للفكر اليميني، أهدى كتابه لمن قال عنهم؛ «إلى الفتية الذين كنت أؤلمهم بعين الخيال قادمين فوجدتهم في واقع الخيال قائمين، يجاهدون في سبيل الله بأموالهم وأنفسهم، مؤمنين في قرارة أنفسهم أن العزة

في الإسلام، وكان ذلك بداية خوله العنيف للفكر اليميني، أهدى كتابه لمن قال عنهم؛ «إلى الفتية الذين كنت أؤلمهم بعين الخيال قادمين فوجدتهم في واقع الخيال قائمين، يجاهدون في سبيل الله بأموالهم وأنفسهم، مؤمنين في قرارة أنفسهم أن العزة

لله ولرسوله وللمؤمنين، إلى هؤلاء الفتية الذين كانوا في خيالي أممية وحلماً، فإذا هم حقيقة وواقع حقيقة أعظم من الخيال، واقع أكبر من الآمال، إلى هؤلاء الفتية الذين انبثقوا من ضمير الغيب، كما تنبثق الحياة من ضمير العدم إلى هؤلاء الفتية الذين يجاهدون في سبيل الله وعلى بركة الله، أهدى هذا الكتاب».

التحول الدموي

إن التبدل الحقيقي والأخير، حدث بعد عودته من بعثة أميركا، حدث تحول تدريجي ولكنه عنيف، ولا يمكن الادعاء أن رحلته لأميركا هي السبب، ولكن السبب كما نرى يكمن في تركيبته العقلية، لقد عاد من أميركا متطرفاً، وخول بعنف فكري رهيب، دافع عن ثورة تموز وكان متحدنها المدني، ثم انقلب عليها بعنف أيضاً، وفي السجن، أكمل تفسيره المشهور في ظلال القرآن، ثم ألف أخطر كتبه وهو معالم في الطريق، وهو الكتاب الذي صار ملهماً ودستوراً لكل جماعات الإسلام السياسي وأهمها تنظيمي القاعدة وداعش.

في كتابه (معالم في الطريق) انقلب سيد قطب على كل فكره القديم، واعتبر نفسه ملك الحق المطلق، وأن عليه نشر الفكر بالقوة، واعتبر أن العالم كله يعيش الجهلية المعاصرة صديقاً، وبدأوا يهتمون بأمره، ولما عدت في نهاية عام 1٩٥٠، بدأ بعض شبابهم يزوروني ويتحدثون معي عن الكتاب.



من طب وهندسة وإنشاءات ونقل ومواصلات واختراعات وابتكارات، ساهمت في تطور البشرية وتسهيل العديد من الأعمال التي كانت شبه مستحيلة أو فيها من المشقة التي كانت تودي للتهلكة.

ولكن نحن كمجتمعات في دول العالم الثالث علينا أعمال العقل والتفكير وبذل المزيد من الجهد وعدم التراجع عن أهدافنا، والاعتماد على النفس، ونفسك وتصديق هذه الآلة إذا حدثت إنشائية بأي عملية حسلية.

منذ ذلك الوقت بدأت مرحلة جديدة لتدمير العقول وبدون ذكر الأشياء التي يتم تدميرها، وبذل المزيد من الجهد وعدم التراجع عن أهدافنا، والاعتماد على النفس، ونفسك وتصديق هذه الآلة إذا حدثت إنشائية بأي عملية حسلية.

مواقد الكاز القاتلة وسيلة الأهالي في الحسكة لمواجهة أزمة الغاز

الحسكة، آية محمد - لعدم توفر مواقد الغاز وغلاء سعرها، «البابور» بديل «قاتل» عن الغاز في مدينة الحسكة، وذلك باستخدام مشتقات نفطية غير نقية لإشعالها، فمخاطرها متعددة، مما يضيف بُعداً جديداً لمعاناة السكان في ظل الأزمات الاقتصادية والمعيشية المتفاقمة.



حديثه: «من كان يعتقد أن أشياء دخلت لائحة التراث وأصبحت تباع في الأسواق السورية كنوع من أنواع الزينة، ستعود لتصبح قيد الاستعمال مرة أخرى بعد أزمة وحرب أعادت البلاد خطوات إلى الوراء؟»

وعلى أثر ما سبق، وفي ظل الظروف



سليمان الطويل

الاقتصادية الفاسية، يبقى بآبواب الكاز رمزاً للمأساة التي تعيشها الأسر السورية في إقليم شمال وشرق سوريا، حيث تضطر لاستخدام وسائل بدائية محفوفة بالمخاطر للحفاظ على حياتها اليومية، في غياب الدعم اللازم لتوفير بدائل آمنة.



دمحمدمطر

وأشارت إلى أن انتظار الحصول على الغاز المنزلي عبر المجالس المحلية (الكومين) قد يتجاوز الشهرين، ما يدفع الكثير من الأشخاص إلى شراء الغاز من السوق السوداء بأسعار باهظة تصل إلى أكثر من ١٥٠ ألف ل.س، وهو ما يكفي بالكاد لمدة ١٥ يوماً.

تكثيف حملات التوعية

وتكمن خطورة بوابير الكاز في نوعية الوقود المستخدم، فبعض التجار يقومون بخلط البنزين مع المازوت بشكل غير آمن، ما يزيد من احتمالية الانفجارات والحرائق، وقد عبّر الإعلامي «سليمان الطويل» عن استيائه من هذه الممارسة الخطرة: «لا يجوز استخدام البنزين في البوابير، فيبعض التجار يخلطونه مع المازوت بطريقة خاطئة»، ونوه الطويل في ظل استمرار هذه الأزمة، يبدو إن الدينين، وخاصة النساء خصوصاً على الجهاز التنفسي.

فحرق الكاز في هذه المواقد ينتج غازات سامة مثل أول أكسيد الكربون وثاني أكسيد الكربون، بالإضافة إلى جسيمات دقيقة قد تكون ضارة عند استنشاقها، مشيراً إلى أن هذه المواد قد تؤدي إلى التسنم، والنهاتيات رئوية.

وتفاقم أمراض مثل الربو والانسداد الرئوي المزمن، وقد تزيد خطر الإصابة بسرطان الرئة.

وبالنسبة للأضرار الصحية من استخدام مختلف أنواع الوقود بقصد الطبخ أو غيره أوضح الصيدلاني «محمد مطر» إن استخدام بآبواب الكاز يحمل مخاطر صحية جسيمة، خصوصاً على الجهاز التنفسي.

فحرق الكاز في هذه المواقد ينتج غازات سامة مثل أول أكسيد الكربون وثاني أكسيد الكربون، بالإضافة إلى جسيمات دقيقة قد تكون ضارة عند استنشاقها، مشيراً إلى أن هذه المواد قد تؤدي إلى التسنم، والنهاتيات رئوية.

وتفاقم أمراض مثل الربو والانسداد الرئوي المزمن، وقد تزيد خطر الإصابة بسرطان الرئة.

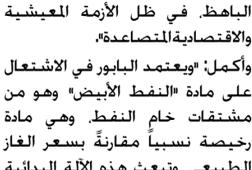
وبالنسبة للأضرار الصحية من استخدام مختلف أنواع الوقود بقصد الطبخ أو غيره أوضح الصيدلاني «محمد مطر» إن استخدام بآبواب الكاز يحمل مخاطر صحية جسيمة، خصوصاً على الجهاز التنفسي.



المنتجين، كما يتحدث عدد كبير من مسؤولي البنك المركزي الأميركي، هذا الأسبوع، وفي هذا الأسبوع، سيركز المشاركون في السوق على محاضر اجتماع السياسة الأخير لبنك الاحتياطي الفيدرالي، وبيانات مؤشر أسعار المستهلك الأميركي ومؤشر أسعار

المنتجين، كما يتحدث عدد كبير من مسؤولي البنك المركزي الأميركي، هذا الأسبوع، وفي هذا الأسبوع، سيركز المشاركون في السوق على محاضر اجتماع السياسة الأخير لبنك الاحتياطي الفيدرالي، وبيانات مؤشر أسعار المستهلك الأميركي ومؤشر أسعار

المنتجين، كما يتحدث عدد كبير من مسؤولي البنك المركزي الأميركي، هذا الأسبوع، وفي هذا الأسبوع، سيركز المشاركون في السوق على محاضر اجتماع السياسة الأخير لبنك الاحتياطي الفيدرالي، وبيانات مؤشر أسعار المستهلك الأميركي ومؤشر أسعار



بشارخليفة

إن تفاقم الأوضاع الاقتصادية وارتفاع تكاليف المعيشة، وخاصةً ارتفاع سعر أسطوانة الغاز بعد استهداف الاحتلال التركي منشأة الغاز في قرية السويدية جنوب مدينة ديرك التابعة لمدينة قامشلي، ما أجبر الكثير من السكان على العودة إلى استخدام «بابور الكاز» رغم مخاطره الجسيمة، إذ يعتبر هذا الموقد جزءاً من التراث الشعبي السوري، حيث كان يستخدم على نطاق واسع في الأرياف خاصةً.

لكنه اليوم حوّل إلى خيار اضطراري للعديد من الأسر التي لا تستطيع حَقْل تكاليف أسطوانات الغاز.

وبعود سبب انتشار استخدام «بوابير الكاز» الخطرة في المنطقة إلى النقص



فوزة الصالح

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

يقول المواطن بشار خليفة: «عاد بآبواب الكاز خلال السنوات الماضية ليظهر في منازل السوريين بعد غياب دام عقوداً، وأصبح من جديد جزءاً أساسياً في مطابخهم، يستخدمونه للطهي وتسخين الماء وحتى التدفئة، ليحل بديلاً عن أسطوانات الغاز التي ارتفع سعرها بشكل كبير عجزت معه جيوب المواطنين عن حَقْل ثمنها

الذهب يتراجع مع ازدياد الرهانات على خفض الفائدة الأميركية بعد بيانات قوية للوظائف

لشهر الخامس على التوالي في كانون الأول الماضي.

ومع اقتراب أسعار الذهب من مستوياتها القياسية، قد تمتنع الصين عن مزيد من مراكمة الذهب في الأمد القريب، لكن الاتجاه الأوسع نطاقاً لتحميل المعدن قد يستمر بسبب علاقاتها الحساسة مع الغرب والرغبة في التنويع، بعيداً عن الدولار الأميركي، كما قال بييب جون رونج.

وانخفضت الفضة في المعاملات الفورية ٠.٢ في المائة إلى ٣٢,١١ دولار للأوقية، وخسر البلاتين ٠.٤ في المائة إلى ٩٨٣,١٧ دولار للأوقية، وارتفع البلاتيوم ٠.٦ في المائة إلى ١٠١٧,٦٣ دولار للأوقية.

غزة، يوم الأحد، قبل الذكرى السنوية الأولى لهجمات ٧ تشرين الأول ٢٠٢٣ التي أشعلت حربها، وفي مكان آخر، امتنع البنك المركزي الصيني عن شراء الذهب لاحتياطياته.