روناهي
عين الحقيقة

@rojnameyaronahi2011
@NewspaperRonahi
ronahinewspaper
rojnama ronahi

rojnama ronahi
ronahi_newspaper
www.ronahi.net
+963 938541707

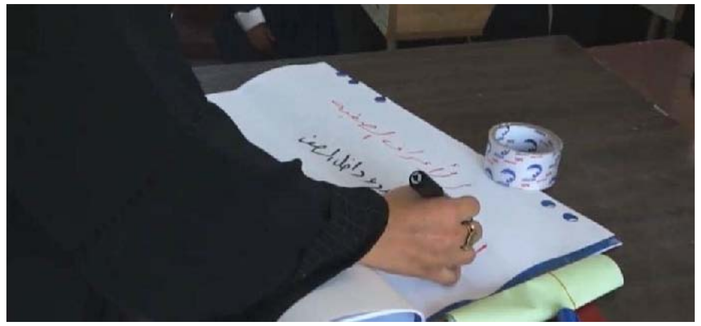
r.ronahi2011@gmail.com
ronahinewspaper@gmail.com
+963 984370218
+963 052 423165

مؤسسة روناهي للنشر والتوزيع
shrktronahi@gmail.com
٠٩٢٤٧٤١٩٦
(المكتب الرئيسي: قامشلو - حي الهري، طريق عامودا شارع روناهي (الفرندة))

هيئة التربية والتعليم في مقاطعة دير الزور تواصل تطوير الكوادر التدريسية

روناهي/ دير الزور- أكدت الرئيسة المشتركة للجنة التعليم في مقاطعة دير الزور "رضاب الصالح"، أن تطوير الكوادر التدريسية تأتي كجزء من خطة متكاملة لتحقيق تعليم أكثر تطوراً وفاعلية، وتوفير بيئة تربوية متوازنة تساعد على تنمية قدرات الطلاب، ويعد أساسا لبناء مجتمع متعلم وواعٍ، قادر على صناعة مستقبل أفضل لأبناء دير الزور، والمساهمة في نهضة المنطقة بأسرها.

في إطار سعيها المستمر لتعزيز جودة التعليم والارتقاء بمستوى المعلمين والمعلمات، تواصل هيئة التربية والتعليم في مقاطعة دير الزور جهودها الحثيثة لتطوير الكوادر التدريسية، وتأهيلهم لأداء رسالتهم التربوية على أكمل وجه.



برنامج تدريبي متنوع

وافتتحت الهيئة معاهد تدريب متخصصة، وعقدت دورات تدريبية مكثفة؛ بهدف إكساب المعلمين أحدث المهارات التربوية، وتزويدهم بطرق التدريس الحديثة.

وفي حوار مع صحيفتنا "روناهي" أشارت الرئيسة المشتركة للجنة التعليم في مقاطعة دير الزور "رضاب الصالح" إلى أنه انطلقت الدورة التدريبية في الثالث من أيلول ٢٠٢٥، واستمرت حتى الرابع عشر من أيلول ٢٠٢٥، بمشاركة واسعة من المعلمين والمعلمات من مختلف مناطق المقاطعة. وتمثل هذه الدورة محطة مهمة ضمن سلسلة من البرامج التدريبية التي أطلقتها الهيئة خلال الأعوام الماضية.

وتابعت: "ويشمل البرنامج التدريبي الحالي مزيجاً من المحاضرات النظرية، والأنشطة العملية، وورشات العمل لضمان أقصى استفادة للمشاركين. كما ويتلقى المعلمون تدريبات حول طرائق التدريس الحديثة، وأساليب إدارة الصفوف، ومهارات التعامل مع الطلاب، بالإضافة إلى استخدام الوسائل التعليمية المتطورة".

وأضافت: "كما يركز البرنامج على المواد الأساسية كاللغة العربية، والرياضيات، والعلوم، واللغة الإنجليزية، بالإضافة إلى برامج مساندة لتعزيز مهارات التواصل والتفكير النقدي، وتوظيف الأنشطة الصفية".

وأوضحت رضاب: "لم تقتصر الدورة على الجوانب الأكاديمية، بل شملت أيضًا مجالات حيوية مثل الصحة المدرسية، والدعم النفسي والاجتماعي، لتمكين المعلمين من أداء دورهم التربوي الشامل، والتعامل مع مختلف الظروف التي قد تواجه الطلاب".

توسيع نطاق الاستفادة

وأشارت الرئيسة المشتركة للجنة التعليم في مقاطعة دير الزور "رضاب الصالح"، في ختام حديثها، إلى أنه شملت الدورة التدريبية معلمين من مدينة دير الزور، والريف الغربي، ومناطق الجزيرة، والبلدات المحيطة، لضمان استفادة أوسع شريحة من الكوادر التدريسية. كما أُتيح المجال لحملة الشهادات الجامعية الجدد للمشاركة، ما يمنحهم فرصة ثمينة لاكتساب الخبرة العملية وربط الجانب النظري بالتجربة التربوية الواقعية.

مراكز توزيع صحيفة روناهي وافتتاح الكتب: اقليم الجزيرة- قامشلو (مكتبة سعدو- فرع (١) شارع زكي الأرسوزي- جانب البلدية ٤٢٥٩٩٧/ مكتبة آواز- 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 ٤٤٦٠٦٩٩/ مكتبة الجواهري ٤٤٣٧٤٢/ مكتبة دار القلم - الشارع العام ٤٥٢٧١٤/ مكتبة الأنوار شارع عامودا ٤٣٨٢٠٧.
/ مكتبة الرسالة الشارع العام هاتف ٩٦٦٢٧٨٤٥٧٣٣-٧٤٥٧٤١٦ / المكتبة الرئيسية - ركي لكي ٧٥٤٤١٦ / عامودا (مكتبة آرين ٧٣٢٣٢٣) / دريكية (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 ٢٠١١ - السنة الرابعة عشرة | العدد: ٢٢٢٠ | النسخة الإلكترونية - ٢٢٢٠ | الخميس - ٢٥ أيلول ٢٠٢٥م | (٥٠٠) ل.س

حقوقيون وسياسيون: الإعلان الدستوري تدوير المركزية وتقويض الديمقراطية

وصف حقوقيون وسياسيون، في مقاطعة الطبقة، الإعلان الدستوري للحكومة الانتقالية، بالغير شرعي، وطالبوا باعتماد دستور جديد يعتمد على اللامركزية كنظام لسوريا الديمقراطية القادمة، وأكدوا، أنه لضمان العدالة وحماية الشعوب، وتعزيز دور المواطنين في اتخاذ القرارات المصيرية، يجب إشراك السوريين في عملية البناء الجديدة.ص-٥

الوفد النسائي لشمال وشرق سوريا يتابع لقاءاته بألمانيا

أجرى الوفد النسائي لشمال وشرق سوريا، لقاءين منفصلين في ألمانيا، أحدهما مع شخصيات أكاديمية، والآخر مع منظمة تُعنى بحقوق المرأة. وتركزت المناقشات على قضايا المرأة وسُبل دعمها، إلى جانب واقع العملية التعليمية في المنطقة، مع التأكيد على أهمية توطيد العلاقات بين الجامعات في ألمانيا، وجامعات شمال وشرق سوريا. **ص-٤**

المرأة السورية بين ماضٍ لم ينصفها وحاضر مثقل بالمآسي

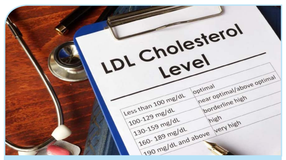
لم تكن الأزمة السورية، التي بدأت عام ٢٠١١ حدثاً عابراً في حياة السوريين، بل زلزالاً مزّق البنية الاجتماعية والاقتصادية والسياسية. وكان نصيب المرأة من تداعياته الأشد وقعاً والأطول أثراً، فالمرأة السورية دفعت ثمناً باهظاً على امتداد البلاد، ليس فقط لكونها ضحية مباشرة للعنف **ص-٢**

الإنترنت.. رفاهية مفقودة في جنوب الحسكة

في أحد أحياء مدينة الشدادي جنوب الحسكة، يجلس الشاب "حسام الحسين" أمام حاسوبه المحمول محاولًا إنهاء عمل جديد في مجال التصميم الغرافيكي. يحدق بترقب في شريط التحميل الذي لا يكاد يتحرك، فيما يحاول رفع ملف بسيط إلى أحد العملاء. **ص-٣**

بأجواءٍ كرنفالية اختتام الموسم الصيفي لمدرسة الآساييش لكرة السلة

بأجواءٍ كرنفالية وجميلة اختُتم الموسم الصيفي لمدرسة نادي الآساييش لكرة السلة للفئات العمرية، وذلك على أرضية ملعب اللعبة ضمن استاد شهداء ١٢ آذار بقامشلو **ص-١٠**



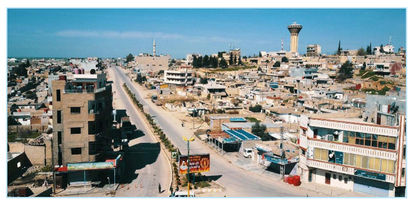
ما هو الكولسترول «الضار»؟ وكيف نُخفضه؟

الكولسترول هو مادة دهنية توجد بشكلٍ طبيعي في الجسم، يستخدمه الجسم لصنع أغشية الخلايا وهرمونات معينة، يتم امتصاص الدهون التي يستهلكها من الطعام في الأمعاء، ويتم نقلها إلى الكبد، الذي يحوّلها إلى كولسترول **ص-١١**

أردوغان في واشنطن والملف السوري في جعبته

في أروقة السياسة الدولية غالباً ما تكون الزيارات الرسمية لرؤساء الدول أكثر من مجرد لقاءات بروتوكولية وفي حالة زيارة رئيس النظام التركي رجب أردوغان إلى الولايات المتحدة، فإن المشهد يتجاوز الصور التذكارية والبيانات المشتركة. ليدخل عمق الملفات الاستراتيجية التي ترسم ملامح متغيرات الشرق الأوسط بناءً على المصالح والأهداف المتقاطعة على الأرض. **ص-٨**

منطقة قامشلو... الجغرافيا والتاريخ



استمدت المدينة اسمها من نبات "قاميش" الذي كان يغطي ضفاف نهر "جقجق" هذا النهر الذي استمد اسمه محلياً بدوره من صوت الماء، وهو يتلاطم مع الصخور وتعرجات النهر وانحداراته، وخاصة في هدأة الصباح. واسمه في التاريخ "نهر هرماس" أو "هرميس"، حيث ينبع ويمر في منطقة هرميسي الكردية، وهو الاسم لعشيرة هرميسي الكردية **ص-٩**

المرأة السورية بين ماضٍ لم ينصفها وحاضر مثقل بالمآسي

قامشلو/ دعاء يوسف ـ لم تكن الأزمة السورية، التي بدأت عام 2011 حدثاً عابراً في حياة السوريين، بل زلزالاً مزّق البنية الاجتماعية والاقتصادية والسياسية، وكان نصيب المرأة من تداعياته الأشد وقعاً والأطول أثراً. فالمرأة السورية دفعت ثمناً باهظاً على امتداد البلاد، ليس فقط لكونها ضحية مباشرة للعنف، بل أيضاً بسبب تحملها أدواراً مضاعفة بعد أن فقدت المعيل ووجدت نفسها في مواجهة مجتمع مضطرب وقوانين تمييزية.

صورة المرأة قبل عام ٢٠١١

قبل بدء الأزمة السورية عام ٢٠١١، كانت المرأة السورية تعيش وضعاً مختلطاً بين التقدم الاجتماعي والتعليم والقيود القانونية والاجتماعية، حيث شهدت البلاد خُطىً ملحوظاً في مجالات التعليم والعمل، لكن هذا التقدم ظل محدوداً وغير شامل. فقد تمكنت نسبة كبيرة من الفتيات من استكمال تعليمهن في المدارس والجامعات، وبرزت أعداد متزايدة من النساء في الجامعات ومجالات العمل، خاصة في مجالات الطب والتعليم والخدمات الاجتماعية، هذه الإنجازات التعليمية أتاحت للنساء فرصاً أكبر لممارسة وظائف متخصصة، والمساهمة في تطوير المجتمع، ما منحهن شعوراً متزايداً بالاستقلالية والتمكين الشخصي.

إلا أن هذا التقدم لم يكن كافياً لإزالة القيود التقليدية التي فرضتها الأعراف الاجتماعية والعادات المتجذرة، لا سيما في المناطق الريفية والمجتمعات المحافظة، حيث كانت النساء تواجه صعوبات كبيرة في الحصول على حرية الحركة واتخاذ القرارات الشخصية، إضافة إلى معوقات تتعلق بالمشاركة السياسية، فقد بقي تمثيل المرأة في الحياة السياسية محدوداً جداً، وغالباً ما كان حضورها رمزياً، مع غياب فعلي لتعزيز مشاركة المرأة في المجتمع من خلال النشاطات التطوعية والمشاريع المجتمعية.

وبدأت بعض المنظمات غير الحكومية والمبادرات المحلية تشجيع النساء على التعبير عن آرائهن والمشاركة في النقاشات العامة، وإن كان ذلك بشكل محدود.

يمكن القول: إن المرأة السورية قبل عام ٢٠١١ كانت تتقدم خطوة في التعليم والعمل لكنها بقيت متأخرة في المجالات القانونية والسياسية والاجتماعية، حيث لم تكن المساواة بين الجنسين قائمة على أرض الواقع، وكانت التحديات الأساسية تتمثل في محدودية حرية المرأة، والقيود التقليدية، والتهميش السياسي، والفجوة القانونية في الأحوال الشخصية، ما جعل التقدم أبطأ وأقل شمولية، ومع ذلك، فإن تلك الفترة مثلت أساساً يمكن البناء عليه، لو لم تتغير الظروف لاحقاً بسبب اندلاع الحرب.

المرأة في قلب المأساة بعد ٢٠١١

مع اندلاع الثورة السورية وتحولها إلى صراع مسلح واسع، أصبحت النساء أكثر الفئات تعرضاً للمعاناة، حيث تحولت أجسادهن وحقوقهن إلى أدوات حرب سياسية وعسكرية، فقد وثّقت لجان التحقيق الدولية التابعة للأمم المتحدة حالات واسعة من العنف الجنسي، بما في ذلك الاغتصاب والتعذيب، مارسه النظام السابق كوسيلة لقمع المعارضة وبث الخوف بين السكان، وقد طالت هذه الانتهاكات النساء والفتيات أمام أسرهن أحياناً، بالإضافة إلى ذلك، واجهت أخريات الاعتقال التعسفي والاختفاء القسري، ما زاد من معاناتهن النفسية والاجتماعية، وجعل الأسرة بأكملها تعيش حالة من الرعب وعدم الاستقرار.

ولم تقتصر المآسي على العنف المباشر، بل امتدت لتشمل المسؤوليات المزدوجة التي حملتها النساء بعد فقدان المعيل، سواء كان الأب أو الزوج أو الإخوة، فاضطرت النساء للعمل في ظروف شاقة وأجور منخفضة، سواء داخل البلاد أو في دول اللجوء، لتأمين سبل العيش لأسرهن، في ظل غياب أي ضمانات اجتماعية أو صحية.

كما شكلت موجات النزوح واللجوء والتهجير خدياً إضافياً، إذ اضطرّت النساء إلى التعايش في مخيمات مكتظة وبيئات محفوفة بالمخاطر، حيث كانت معرضات للتحرش والاستغلال والزواج القسري، وقد أدى النزوح واللجوء إلى تهجير ١٣،٥ مليون سوري، بينهم ٦،٨ مليون لاجئ و٧،٢ مليون نازح داخلياً.

ومع وصول نسبة السوريين تحت خط الفقر إلى نحو ٩٠٪ بحلول عام ٢٠٢٤، ازدادت هشاشة المرأة، لتصبح الأرملة والمهاجرة والفقيرة الحلقة الأكثر ضعفاً، فالحرب لم تقتصر على تدمير البنية التحتية والمنازل، بل مزقت الأمن الأسري والمجتمعي، وجعلت المرأة السورية تتحمل أعباء مادية ونفسية واجتماعية كبيرة، في ظل استمرار انعدام العدالة والحماية القانونية.

وقد اختفى أكثر من ١٥٠،٠٠٠ شخص بشكل قسري، بينهم نساء وأطفال، ما يعكس حجم المأساة، كما كان الأطفال والنساء الأكثر تضرراً من الهجمات الكيميائية، مثل هجوم الغوطة الذي أودى بحياة أكثر من ١٤٠٠ شخص.

وزادت الحرب من معدلات زواج الأطفال حيث لجأت الأسر إلى تزويج بناتها لحماية العائلات من الفقر أو لتخفيف الأعباء المالية، وكانت الفتيات في هذه الحالات أكثر عرضة للعنف والاستغلال، مع تقليل فرصهن في الحصول على التعليم وتطوير مهاراتهن، ما يعكس حلقة مفرغة من الحرمان الاجتماعي والاقتصادي.

كما واجهت النساء اللواتي شاركن في النشاط السياسي مباشرةً العنف المزدوج، أولاً من النظام عبر الاعتقال والتعذيب، ثم من المجتمع بعد الإفراج عنهن، حيث ارتبطت وصمة العار بالمعتقلات سابقاً، أليس مفرج، مؤسسة مشاركة في حركة المرأة السورية وسجينة سياسية سابقة، وصفت تجربة الاحتجاز بأنها «موت بطيء» له آثار عميقة على النساء وأسرهن، مؤكدة أن عقاب النساء كان مضاعفاً.

سقوط النظام واستمرار معاناة المرأة السورية

مع انهيار النظام البائد في نهاية عام ٢٠٢٤، توقع كثير من السوريين أن تكون هذه اللحظة بداية جديدة نحو التغيير والإصلاح، غير أن الواقع على الأرض جاء معقداً ومخيباً للآمال، خاصة بالنسبة للنساء اللواتي عانين خلال سنوات الحرب الطويلة، فقد استمر الإقصاء السياسي للمرأة، حيث بقي تمثيلهن في المؤسسات الحكومية والمجالس المحلية محدوداً، بينما أثارت بعض القرارات الوزارية مخاوف من عودة التمييز بأشكال مختلفة، سواء عبر تقييد حرية المرأة الشخصية أو الحد من فرص مشاركتها الاقتصادية والاجتماعية والسياسية.

وفي الوقت نفسه، استمرت الانتهاكات ضد النساء في الكثير من المناطق السورية التي اشتعلت فيها الحرب الطائفية، مثل الساحل والسويداء، حيث قتل عدد كبير منهن، وتعرضت أخريات للاختطاف والاغتصاب، وما زالت بعض النساء مجهولات المصير، فقد أسفرت أحداث السويداء عن مقتل نحو ٢٠٤٧ شخصاً من مختلف الأطراف المتنازعة، بينهم ١٥٩٢ من أبناء السويداء، ومنهم ٨١٧ مدنياً من الطائفة الدرزية جرى إعدامهم ميدانياً على يد عناصر من وزارتي الدفاع والقوات الرديفة لها، لم تنحصر الانتهاكات في القتل والتنكيل وإحراق المنازل فحسب، بل أفرزت أيضاً موجة واسعة من عمليات الاختطاف طالت المدنيين، وفي هذا السياق، لا يزال مصير ٥١٦ مختطفاً من أبناء الطائفة الدرزية مجهولاً حتى اللحظة، بينهم ١٠٣ نساء، بعد أن كان عددهم مطلع شهر أيلول الجاري ٢٣٥ مختطفاً.

وفي الساحل السوري أفاد تقرير صادر عن لجنة التحقيق التابعة للأمم المتحدة في سوريا بأن نحو ١٤٠٠ شخص معظمهم من المدنيين قتلوا خلال أعمال العنف، وارتقت هذه الانتهاكات لجرائم حرب، وبشير أحدث إحصاء من الشبكة السورية لحقوق الإنسان إلى مقتل ١٣٣٤ شخصاً منهم ٦٠ طفلاً و٨٤ امرأة.

وحسب المرصد السوري لحقوق الإنسان، بلغ عدد الضحايا في حمص وحماة فقط منذ مطلع العام ٥٥٣ شخصًا، بينهم رجال ونساء وأطفال. ففي حمص سجلت أكبر حصيلة ضحايا بواقع ٣٣٣ حالة، منها ٢٠٦ مرتبطة بالانتماء الطائفي، بينما سجلت حماة ٢٢٠ حالة، بينها ١٤٠ مرتبطة بالانتماء الطائفي.

هذه الأحداث أضافت طبقة جديدة من المعاناة النفسية والاجتماعية، إذ تعيش النساء حالة من القلق والخوف المستمرين، خصوصاً اللواتي فقدن أفراد أسرهن أو اضطررن للتهجير من منازلهن.

وبالإضافة إلى كل ذلك تواجه النساء آثاراً نفسية عميقة نتيجة سنوات العنف والنزوح والاعتقالات، أبرزها اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD)، في ظل غياب خدمات الصحة النفسية الكافية، سواء داخل البلاد أو في المخيمات، وما تزال الحكومة الانتقالية عاجزة عن توفير الحماية اللازمة للنساء أو ضمان مشاركتهن الفاعلة في مسارات العدالة الانتقالية والإصلاح الدستوري، وفي ظل هذا الواقع، تبقى المرأة السورية الحلقة الأضعف في المجتمع، حيث تواجه تحديات مزدوجة تجمع بين العنف الاجتماعي والنفسي من جهة، وغياب التمثيل القانوني والسياسي من جهة أخرى، ما يجعل رحلة إعادة بناء حياتها ومجتمعها أكثر صعوبة وتعقيداً.

بين الصمود والأمل

رغم هذا الواقع المثقل بالوجع، أظهرت النساء السوريات قدرة لافتة على الصمود، فقد تصدرن دور المعيلة والمربية والناشطة، وأطلقن مبادرات للتعليم والتدريب المهني والدعم النفسي، داخل سوريا وخارجها، والعديد من الأصوات البارزة في الحراك النسوي وخاصة في إقليم شمال وشرق سوريا شددت على أن أي عملية سياسية أو إصلاح دستوري لا يمكن أن تكون ذات جدوى ما لم تتضمن مشاركة نسائية حقيقية، وأن حماية المرأة شرط أساسي لإعادة بناء سوريا على أسس ديمقراطية.

والمرأة في إقليم شمال وشرق سوريا كانت مثالاً يحتذى به بقدرة المرأة على التغيير والتطوير من ذاتها، وصنع كيانها الخاص، إذ شهدت المرأة في هذه المناطق تنظيماً للنفس، واستطاعت أن تحتل مراكز مؤثرة في المجتمع وتكون الريادية والقائدة في العديد من المجالات وخاصة السياسية والعسكرية، وقد أطلقت النساء في إقليم شمال وشرق سوريا العديد من الندوات والحملات التي دعت إلى إصلاح شامل لقوانين الأحوال الشخصية، وتأمين الحماية القانونية والاجتماعية للنساء في سوريا كافة، إضافة إلى تقديم الدعم النفسي والاقتصادي والمأوى الآمن للنازحات، وذلك من المنطلق النسوي لنساء إقليم شمال وشرق سوريا أن تمكين المرأة ليس مجرد مطلب حقوقي، بل هو ركيزة أساسية لإرساء السلام وضمان عدم تكرار المأساة وبناء مجتمع ديمقراطي حر.

تثبت جُرأة المرأة في إقليم شمال وشرق سوريا أن تجاهل المرأة وتهميشها يعمّق الأزمات، بينما تمكينها وإشراكها في إعادة بناء الدولة يمثل خطوة أساسية نحو السلام والاستقرار، فالمرأة ليست ضحية فقط، بل شريكاً رئيسياً في المجتمع، وإعادة الاعتبار لها وضمان حقوقها يمثل الأساس لإرساء مستقبل أكثر عدلاً واستقراراً في سوريا.

ما هو الكولِسترول «الضار»؟ وكيف نُخفضه؟

الكولِسترول هو مادة دهنية توجد بشكلٍ طبيعي في الجسم، يستخدمه الجسم لصنع أغشية الخلايا وهرمونات معينة، يتم امتصاص الدهون التي يستهلكها من الطعام في الأمعاء، ويتم نقلها إلى الكبد، الذي يحوّلها إلى كولسترول، ثم يطلقها في مجرى الدم، وعندما يتعلق الأمر بتخفيض مستويات كولسترول البروتين الدهني منخفض الكثافة «الضار»، يقول طبيب القلب بجامعة هارفارد الدكتور كريستوفر كانون: «يمكن للأشخاص

المعرضين لخطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية الاستفادة من خفض مستويات البروتين الدهني منخفض الكثافة (LDL) إلى أدنى مستوى ممكن للمساعدة في تقليل خطر الإصابة بالنوبات القلبية والسكتات الدماغية»، مضيفاً: «كلما انخفضت مستويات الكولسترول الضار كان أفضل».

فإن تناول الأطعمة التي تحتوي على نسبة عالية من الكولسترول غالباً ما يكون لها تأثير متواضع على نسبة الكولسترول في الدم، ولكن كثيراً من هذه الأطعمة يحتوي أيضاً على نسبة عالية من الدهون المشبعة، التي لها تأثير أكبر على مستويات الكولسترول، ويقول كانون: «يتم تحديد معظم مستوى الكولسترول لديك وراثياً».

أنواع الكولسترول

هناك نوعان رئيسيان من الكولسترول: «الضار» والبروتين الدهني عالي الكثافة (HDL) وما يُعرف بـ«الجيد»، يُطلق على LDL اسم «الضار»، لأن الكميات الزائدة في مجرى الدم يمكن أن تستقر داخل جدران الشرايين، يمكن لهذه الترسبات، التي تسمى اللويحات أن تتمزق وتسبب تخثراً يمنع تدفق الدم إلى القلب أو الدماغ، ما يسبب نوبة قلبية أو سكتة دماغية، بالمقارنة، يجمع الكولسترول الجيد الدهون الزائدة من مجرى الدم وجدران الشرايين، ومع ذلك، يشير الدكتور كانون إلى أن «كثيراً من التجارب السريرية وجدت أن رفع مستويات HDL في الدم لا يقلل من خطر الإصابة بنوبة قلبية أو سكتة دماغية، وبالتالي فإن التركيز ينصب على خفض LDL».

كيف يمكن خفض مستويات الكولسترول «الضار»؟

الخطوة الأولى لخفض مستويات الكولسترول «الضار» المرتفعة هي إجراء تغييرات غذائية، بتقليل الدهون المشبعة من خلال اعتماد نظام غذائي صحي للقلب، ومن أجل أن تقوم بذلك يمكنك اتباع هذه الخطوات:

١، تناول أطعمة مفيدة للقلب:

بعض التغييرات في نظامك الغذائي تساعد على خفض الكولسترول:

تقليل الدهون المشبعة الموجودة في اللحوم الحمراء ومنتجات الألبان كاملة الدسم،

تجنب الدهون المتحولة الموجودة في بعض المخبوزات الجاهزة،

الإكثار من أحماض أوميغا ٣ الموجودة في الأسماك مثل السلمون والماكريل، إضافة إلى الجوز وبذور الكتان،

زيادة الألياف القابلة للذوبان مثل الموجودة في الشوفان والتفاح والبقوليات،

إضافةً بروتين مصل اللبن من منتجات الألبان، حيث أظهرت الدراسات أنه يخفض الكولسترول وضغط الدم،

٢، ممارسة النشاط البدني:

الرياضة ترفع مستوى الكولسترول الجيد (HDL)، ينصح الأطباء بممارسة ٣٠ دقيقة من النشاط المعتدل خمس مرات أسبوعياً، مثل المشي السريع أو ركوب الدراجة، كما أن الأنشطة الصغيرة خلال اليوم، مثل صعود الدرج أو اللعب مع الأطفال، تساعد على تحسين الصحة،

٣، الإقلاع عن التدخين:

الإقلاع عن التدخين يُحسّن مستوى الكولسترول الجيد بسرعة؛ خلال ٢٠ دقيقة ينخفض ضغط الدم، وبعد ٣ أشهر تتحسن الدورة الدموية، أما بعد عام فينخفض خطر الإصابة بأمراض القلب إلى النصف مقارنةً بالمدخنين،

٤، إنقاص الوزن:

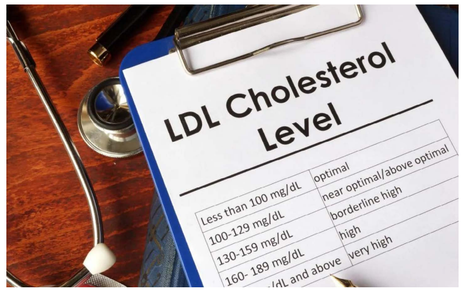
إن الزيادة البسيطة في الوزن تساعد في رفع الكولسترول، يمكنك البدء بتغييرات صغيرة مثل: استبدال المشروبات الغازية بالماء، تناول وجبات خفيفة صحية، وزيادة النشاط اليومي،

متى تلجأ إلى الأدوية لعلاج الكولسترول؟

في كثير من الأحيان تكون هناك حاجة إلى دواء للمساعدة في خفض مستويات الكولسترول «الضار» العالية جداً وإبقائها منخفضة، يبدأ هذا عادةً بنوع من الأدوية يسمى الستاتين، تعمل الستاتينات على خفض البروتين الدهني منخفض الكثافة (LDL) عن طريق منع إنزيم في الكبد يساعد على إنتاج الكولسترول،

تتمتع الأدوية أيضاً بخصائص مضادة للالتهابات، ويُعد الالتهاب مساهماً معروفاً في تراكم اللويحات، كما تساعد الستاتينات على منع انفتاح اللويحات وإطلاق المواد الكيميائية التي تحفز تكوين جلطات الدم، ما يؤدي إلى انسداد شرايين القلب والنوبات القلبية،

اعتماداً على مستوى الكولسترول «الضار» لديك، سيوصي طبيبك بالستاتين والجرعة الأفضل لحالتك، الجانب السلبي للستاتينات هو الآثار الجانبية المحتملة، الأكثر شيوعاً هو الألم في العضلات، إذا حدث لك هذا، يمكن لطبيبك خفض الجرعة مؤقتًا أو التبديل إلى دواء ستاتين مختلف،



فوائد التمر الصحية

النخلة هي ثمرة حلوة ذات لون بني داكن وتنمو على شجرة النخيل، وتنمو في الغالب في المناخات الصحراوية مثل المناخات الحارة والقاحلة، يعود تاريخها إلى العصور القديمة، وللتمر فوائد عديدة لصحة الإنسان، يمكن إدراج أكثر الفوائد المعروفة للتمر على أنها قيمة غذائية عالية وتسهيل الولادة الطبيعية وتأثير مضاد للأكسدة،

يمكن استهلاك التمر كفاكهة مجففة أو طازجة، ويستخدم التمر في الغالب مجففاً لنكهته وقوامه، كما تزداد قيمته الغذائية بعد التجفيف، يحتوي التمر على كميات كبيرة من الألياف، ويتميز بمذاق حلو، ونظرًا لاحتوائه على نسبة عالية من الحديد، فإنه يلعب أيضًا دورًا مهمًا في مكافحة فقر الدم،

القيمة الغذائية للتمر

يستهلك التمر المجفف بشكلٍ خاص، وبفضل احتوائه على الفيتامينات والمعادن، فإنه يفيد القلب والرئتين، القيمة الغذائية لثمرة تمر مجففة متوسطة الحجم هي كالآتي

السعرات الحرارية: ٢٥

الدهون: ٠،٤ جرام (جرام)

الكربوهيدرات ٥ g

الألياف: ٠،٧ جم

سكر ٤،٥ g

البروتين: ٠،١٩ جم

فيتامين ب٦: ٠،٠١٢ ملليغرام (ملغم)

حديد ٠،١ ملغم

المغنيسيوم: ٤ ملغم

البوتاسيوم: ٥٠ ملغ

ما هي الفوائد الصحية للتمور؟

للتمر فوائد عديدة لصحة الإنسان: فهو يحتوي على الكالسيوم والحديد والفوسفور والبوتاسيوم والمغنيسيوم والزنك، على عكس السكر، فهو لا ينتج سعرات حرارية فارغة، ما يسمح بدخول السكر إلى الجسم بطريقة صحية أكثر، يمكن سرد الفوائد الصحية للتمر على النحو التالي:

ـ ينظم حركة الجهاز الهضمي: تمنع الفاكهة التي تحتوي على ألياف كثيفة مشاكل الجهاز الهضمي مثل الإمساك، يدعم وظائف الجهاز الهضمي من خلال تنظيم حركة الأمعاء،

ـ ميزة التحلية الطبيعية: يمكن أيضًا استخدام التمر كمُحلي طبيعي نظرًا لاحتوائه على السكر، بالإضافة إلى ذلك، مع استهلاك التمر باعتدال، يمكن الوقاية من المشاكل التي قد تنشأ عن الاستهلاك المكثف للسكر أو استخدام المحليات الصناعية،

ـ يحمي الجسم من الأمراض: يُعرف التمر بأنه غذاء غني بمضادات الأكسدة، تحمي مضادات الأكسدة الخلايا من الجذور الحرة التي يمكن أن تسبب تفاعلات ضارة في الجسم وتؤدي إلى الإصابة بالأمراض، وفي الوقت نفسه، يحتوي التمر على البوليفينول واللجنان التي تساعد على الوقاية من مخاطر الأمراض المزمنة،

ـ يحمي ويحسّن صحة العظام: التمر غني بمصادر النحاس والمغنيسيوم والسيلينيوم والمنغنيز، هذه الفيتامينات والمعادن مهمة للحفاظ على صحة العظام والوقاية من الحالات الصحية المرتبطة بالعظام مثل هشاشة العظام، يحتوي التمر أيضًا على فيتامين K والبورون، مما يؤثر على صحة العظام،

ـ يدعم صحة الدماغ ويقوي الذاكرة: يقي من الإصابة بمرض الزهايمر بفضل احتوائه على فيتامين ب، عند تناوله بانتظام وباعتدال يقلل من احتمالية الإصابة بمثل هذه الأمراض،

أضرار التمر وأثاره الجانبية

يعد التمر من الفواكه المهمة بفوائده الصحية وقيمته الغذائية، ومع ذلك، على الرغم من أنه غير معروف تمامًا، قد يكون للتمر بعض الأضرار والآثار الجانبية، نظرًا لاحتوائه على نسبة عالية من السكر، فمن المهم لمرضى السكري تناوله باعتدال، ونظرًا لقيمته من السعرات الحرارية، يجب على الأشخاص الذين يعانون من مشاكل في الوزن عدم الإفراط في تناوله، بالإضافة إلى ما سبق، فإن أضرار التمر وبعض الآثار الجانبية التي قد تسببها هي كما يلي:

ـ قد تسبب الكبريتيت في التمر المجفف ردود فعل تحسسية لدى بعض الأشخاص،

ـ الحكة والاحمرار والماء والحساسية للضوء،

ـ صعوبة التنفس والصفير،

ـ مشاكل في المعدة مثل الإمساك والانتفاخ،

ـ الطفح الجلدي،

ـ تسوس الأسنان،

ـ زيادة الوزن،

ـ الانتفاخ،

ـ في حالة حدوث رد فعل تحسسي، يجب التوقف عن تناوله واستشارة أخصائي على الفور،

بأجواءٍ كرنفالية اختتام الموسم الصيفي لمدرسة الآساييش لكرة السلة

روناهي/ قامشلو ـ بأجواءٍ كرنفالية وجميلة اختُتم الموسم الصيفي لمدرسة نادي الآساييش لكرة السلة للفئات العمرية، وذلك على أرضية ملعب اللعبة ضمن استاد شهداء 12 آذار بقامشلو.

وبحضور إدارة نادي الآساييش وإدارة شركة آرسيل للإنترنت الراعي الرسمي للفئات العمرية لفرق مدرستي الذكور والإناث لكرة السلة والقدم لنادي الآساييش وأهالي اللاعبات واللاعبين أقيم نشاط ختامي لمدرسة الآساييش لكرة السلة في مدينة قامشلو.

البداية كانت بكلمات من إدارة نادي الآساييش وشركة آرسيل وأهالي اللاعبات واللاعبين والتي تحورت عن دور هذه المدرسة في بناء جيل رياضي ومساهمتها في تطوير واقع لعبة كرة السلة باللنطقة، وبعدها قدمت عروض فردية من المنتسبين هذا الموسم والمواسم الماضية للمدرسة.

كما أقيمت مباريات جمعت بين المدربات والمدربين واللاعبات واللاعبين، وبين أهالي اللاعبات واللاعبين مع أطفالهم، بلوحات جميلة ومميزة، وبعدها اختتم النشاط بتخريج العشرات من اللاعبات واللاعبين.

الذين خضعوا لتمارين تعليم أساسيات كرة السلة على مدار ثلاثة أشهر، علماً المدرسة سوف تستمر بنشاطها لأنها أصبحت على مدار السنة.

وكان في صيف العام ٢٠٢٠، افتُتحت مدرسة الآساييش لتعليم لعبة كرة السلة للفئات العمرية والى ولا زالت المدرسة تواظب على عملها وتخرّج سنوياً حوالي ١٠٠ طفلةً وطفلاً خلال الموسم الصيفي.

خليفة ديمبلي.. عشرة مرشحين للتتويج بالكرة الذهبية ٢٠٢٦

حصد عثمان ديمبلي جائزة الكرة الذهبية لعام ٢٠٢٥ في حفل فخم أُقيم في باريس في الثاني والعشرين من شهر أيلول الجاري، ليتوّج بذلك إنجازًا رائعًا في باريس سان جيرمان.

انتصار ديمبلي اضطر لامين يامال إلى الاكتفاء بالمركز الثاني، لكن يبدو أن حصول هذا الشاب المذهل على أعلى تكريم فردي في كرة القدم هو مسألة وقت فقط.

في الحقيقة، لن يكون من المفاجئ أن نرى الجناح لامين يامال يقف على المسرح حاملاً جائزة الكرة الذهبية بين يديه بعد ١٢ شهراً، خاصةً وأن إسبانيا من المرشحين للفوز بكأس العالم الصيف المقبل في أمريكا الشمالية.

ولكن من غيره من المرشحين المحتملين للفوز بالكرة الذهبية ٢٠٢١؟ دعونا نستعرض جميع المرشحين البارزين.

كول بالمر

رغم معاناته مع الاستقرار، يواصل كول بالمر إظهار معدنه الحقيقي كلاعبٍ من طرازٍ رفيع، نجم تشيلسي الذي غاب عن معظم الشوط الثاني من الموسم الماضي عاد بقوة حين قاد فريقه للتألق في نهائي الدوري الأوروبي أمام ريال بيتيس، قبل أن يضع بصمته الحاسمة في تتويج النادي اللندني المفاجئ بـ كأس العالم للأندية في الولايات المتحدة.

وبات بالمر مرشحًا بارزًا ومفاجئًا للفوز بـ الكرة الذهبية ٢٠٢١، عودة تشيلسي إلى دوري أبطال أوروبا، إضافةً إلى توقعات بتأهل منتخب إنجلترا إلى الأدوار المتقدمة في كأس العالم بأمريكا الشمالية، تمنح المهاجم الشاب (٢٣ عامًا) منصة مثالية لخطف الأضواء.

لكن يبقى التحدي الأهم أمام بالمر هو الاستمرارية؛ إذ سيحتاج إلى تقديم مستويات مميزة أسبوعًا بعد أسبوع في الدوري الإنجليزي ودوري الأبطال، وإذا تمكن من ذلك، فقد يجد نفسه منافسًا جادًا على أرقى الجوائز الفردية في عالم كرة القدم.

أشرف حكيمي

واصل النجم المغربي أشرف حكيمي إثبات مكانته كأفضل مدافع في كرة القدم حاليًا، بعدما احتل المركز السادس في سباق الكرة الذهبية ٢٠٢٥، ورغم أن مركز الظهير الأيمن نادرًا ما يحظى بالاعتراف على صعيد الجوائز الفردية، يبقى حكيمي عنصرًا لا غنى عنه في باريس سان جيرمان، سواء بقدرته على استعادة الكرة أو إبداعه الهجومي.

حظوظ المنتخب المغربي تتزايد بقوة في المنافسة على لقب كأس الأمم الأفريقية ٢٠٢٦، المقرر إقامتها على أرضه في كانون الثاني المقبل، مع حسمهم بطاقة التأهل إلى كأس العالم ٢٠٢٦ في أمريكا الشمالية، هذه المعطيات تجعل حكيمي مرشحًا بارزًا في سباق الكرة الذهبية ٢٠٢٦، خاصةً إذا واصل تقديم مستويات مبهرة مع باريس سان جيرمان وحقق إنجازًا قاريًا مع "أسود الأطلس"، لكن تبقى حقيقة كونه مدافعًا عقبةً تقليدية قد تحول دون تتويجه، في لعبة تميل عادةً إلى مكافأة النجوم الهجوميين.

ديمبلي

بعد تتويجه بـ الكرة الذهبية ٢٠٢٥، يطرح السؤال نفسه: هل يستطيع عثمان ديمبلي تكرار الإنجاز في العام المقبل؟ قد يبدو من المبكر التفكير في ذلك، لكن المتابعين يترقبون ما إذا كان الجناح الفرنسي، المعروف بتقلب مستواه، قادرًا على الحفاظ على بريقه لأكثر من ستة أشهر متواصلة.

لم يبدأ ديمبلي في تقديم أداء منتظم مع باريس سان جيرمان إلا في عام ٢٠٢٥، بعد أن نقله المدرب لويس إنريكي إلى مركز متقدم ضمن الهجوم الثلاثي في نهاية العام الماضي، هذه الخطوة أعادت اكتشاف قدراته ووضعت موهبته تحت الأضواء مجددًا.

ورغم امتلاكه المهارة والسرعة اللازمتين للدفاع عن لقبه، تبقى اللياقة البدنية أكبر التحديات أمام ديمبلي، خصوصًا مع إصابته الحالية التي تلت موسمًا مرهقًا خاض خلاله ٥٣ مباراة مع النادي فقط، استمرار هذه الإصابات قد يهدد طموحه في الحفاظ على عرشه الذهبي في سباق الكرة الذهبية ٢٠٢٦.

فيتينيا

قد لا يحصل فيتينيا على فرصة أفضل من موسم ٢٠٢٤ ـ ٢٠٢٥ لانتزاع الكرة الذهبية، بعد أن قاد باريس سان جيرمان لتحقيق الثلاثية التاريخية، وأحرزهم منتخب البرتغال لقب دوري الأمم الأوروبية، قبل أن يكتفي بالمركز الثالث في تصويت الجائزة هذا العام، لكن لا يوجد ما يشير إلى أن لاعب الوسط البالغ من العمر ٢٥ عامًا سيتراجع، فمنذ فترة إعارته المُخيبة إلى وولفرهامبتون، واصل فيتينيا منحنى التطور حتى صار أحد أبرز لاعبي الوسط في العالم.

ومع جاهزية باريس سان جيرمان للاحتفاظ بلقب دوري أبطال أوروبا، وترشيح البرتغال بقوة للمنافسة على لقب كأس العالم ٢٠٢١ في أمريكا الشمالية، تبدو حظوظ فيتينيا كبيرة للعودة إلى دائرة المنافسة على الكرة الذهبية ٢٠٢١، ليواصل مسيرته المذهلة نحو قمة المجد الفردي.

بيدري

بعد أن توّج رودري بجائزة الكرة الذهبية العام الماضي، وأشاد بفوزه باعتباره انتصارًا لكرة القدم الإسبانية، سلط الضوء على أسماء أسطورية مثل تشافي وأندريس إنييستا اللذين حُرما من الجائزة بسبب هيمنة ليونيل ميسي، اليوم قد يجد بيدري نفسه في وضع مشابه داخل برشلونة، مع وجود الموهوب الشاب لامين يامال الذي يخطف الأضواء.

ومع ذلك، أثبت فوز رودري أن المصوّتين باتوا أكثر استعدادًا لتقدير لاعبي الوسط الذين لا يسجلون أو يصنعون أهدافًا كثيرة، وهو مؤشر إيجابي للغاية لمستقبل بيدري.

وبحسب تقارير صحفية دولية، لا يزال بيدري في عمر ٢٢ عامًا فقط، لكنه يُصنّف بالفعل كأكثر لاعبي كرة القدم اكتمالاً، بفضل قدرته على استعادة الكرة بمهارة تعادل براعته في الاحتفاظ بها.

وإذا نجح برشلونة ومنتخب إسبانيا في حصد ألقاب كبرى خلال عام ٢٠٢١، فمن المؤكد أن بيدري سيكون أحد الركائز الأساسية، ومرشحًا قويًا للظفر بالكرة الذهبية ٢٠٢١.

محمد صلاح

رغم مستواه المذهل الذي لا يضاهيه سوى قلة من اللاعبين، اكتفى محمد صلاح بالمركز الرابع في سباق الكرة الذهبية ٢٠٢٥، وهو أفضل ترتيب له حتى الآن، ورغم بلوغه ٣٣ عامًا خلال الصيف الماضي، يعتقد كثيرون أن فرصته الحقيقية للتتويج قد تكون الآن أو لا تكون.

وحاليًا، تبدو الظروف مهيأة أكثر من أي وقت مضى، فليفربول مرشح قوي للفوز بالدوري الإنجليزي الممتاز بل وحتى دوري أبطال أوروبا هذا الموسم، وصلاح سيشارك مع منتخب مصر في بطولتين كبيرتين، كأس الأمم الأفريقية ٢٠٢١ وكأس العالم ٢٠٢١ في أمريكا الشمالية.

إذا نجح الجناح المصري المتألق في قيادة فريقه لتحقيق لقب قاري مع ليفربول وإنجاز دولي مع منتخب بلاده، فسيكون منافسًا شرسًا على الكرة الذهبية ٢٠٢١، ليكتب صفحة تاريخية جديدة ويكسر حاجز "المعايير الأعلى" الذي ظل يلاحقه طوال مسيرته.

هاري كين

أثبت هاري كين أنه صفقة لا تُقدّر بثمن لـ بايرن ميونخ، حتى إن الصحافة الألمانية بدأت تعتذر علنًا عن شكوكها السابقة فيه، وبعد قيادته الفريق للفوز بالدوري الألماني الموسم الماضي، يواصل المهاجم الإنكليزي البالغ من العمر ٣٢ عامًا تحطيم الأرقام دون أي علامات على التباطؤ.

ووفقًا لتقارير رياضية أوروبية، لا يوجد لاعب في الدوريات الخمسة الكبرى سجل أكثر من كين هذا الموسم، بعدما أحرز ١٣ هدفًا في سبع مباريات فقط بجميع المسابقات.

ومع انطلاقة قوية لبايرن في دوري أبطال أوروبا بانتصارٍ لافت على تشيلسي، إلى جانب ترشيح منتخب إنجلترا للفوز بـ كأس العالم ٢٠٢١ في أمريكا الشمالية، تبدو جميع الظروف مثالية ليكون كين المرشح الأبرز لانتزاع الكرة الذهبية ٢٠٢١، إذا واصل الحفاظ على معدله التهديفي المذهل.

هالاند

رغم تسجيله ٥٢ هدفًا في ٥٣ مباراة خلال موسم التتويج التاريخي بـ ثلاثية مانشستر سيتي في ٢٠٢٣، لم يتمكن إرلينج هالاند من الظفر بالكرة الذهبية حينها.

السؤال الذي يطرح نفسه: ما الذي يمكن أن يفعله أكثر؟

يضع هالاند نُصب عينيه مهمة تاريخية هي قيادة منتخب النرويج إلى كأس العالم لأول مرة منذ ١٩٩٨، وقد بدأ بالفعل في تحقيق ذلك بتسجيله خمسة أهداف في الفوز الكاسح ١٠١١ على مولدوفا هذا الشهر، مع خمسة انتصارات من خمس مباريات، باتت النرويج قريبة من صدارة المجموعة الأولى قبل مواجهة إيطاليا الحاسمة في تشرين الأول المقبل.

ومع أن هناك مخاوف متزايدة بشأن فقدان بيب غوارديولا لجزء من بريقه مع السيتي، يواصل هالاند أداءه التهديفي المعتاد، محققًا سبعة أهداف في ست مباريات منذ بداية الموسم، وإذا نجح في الجمع بين تأهل تاريخي مع النرويج وموسم ألقاب جديد مع مانشستر سيتي، فسيكون أحد أبرز المرشحين للتتويج بالكرة الذهبية ٢٠٢١.

مبابي

لم تكن انطلاقة كيليان مبابي مع ريال مدريد مثالية، لكنه أنهى موسمه الأول في سانتياغو برنابيو بطريقةٍ مبهرة، محرزًا الحذاء الذهبي الأوروبي بعد تسجيله ٣١ هدفًا في ٣٤ مباراة، بينها هاتريك في الكلاسيكو أمام برشلونة.

ووفقًا لتقارير أوروبية حديثة، بدأ المهاجم الفرنسي البالغ من العمر ٢٦ عامًا الموسم الجديد بمستوى أكثر توهجًا، مسجّلًا سبعة أهداف في ست مباريات بجميع البطولات، ما يجعله أحد أبرز أسباب قدرة ريال مدريد على استعادة لقب الدوري الإسباني وربما التتويج بالدوري الأوروبي أيضًا.

إلى جانب ذلك، يملك مبابي فرصة تاريخية في كأس العالم ٢٠٢١، إذ يبتعد بأربعة أهداف فقط عن الرقم القياسي لأسطورة ألمانيا ميروسلاف كلوزه (١٦ هدفًا)، تحطيم هذا الرقم سيعزز حظوظه بقوة للفوز بـ أول كرة ذهبية في مسيرته، ليضيف إنجازًا فرديًا يوازي ما حققه من ألقاب جماعية.

يامال

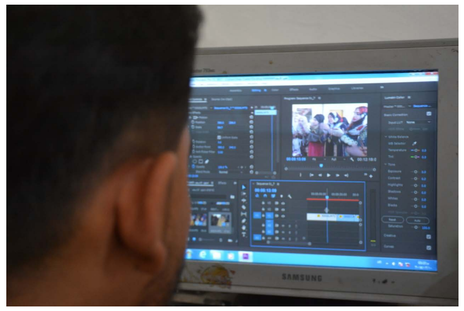
حقق الإسباني الشاب لامين يامال إنجازًا مذهلًا باحتلاله المركز الثاني في تصويت الكرة الذهبية ٢٠٢٥ وهو لا يزال في الثامنة عشرة من عمره، متفوقًا على ما حققه ليونيل ميسي نفسه في السن ذاته.

برز يامال في الموسم الماضي بشكلٍ مذهل، إذ وصفه المدرب سيميوني إنزاغي بالموهبة الفريدة بعدما أربك دفاعات إنتر في مباراتي نصف نهائي دوري الأبطال.

ولا يساور الجميع شك في أن يامال سيحصد الكرة الذهبية عاجلًا أم آجلًا، ورما لمرات متعددة، لكن تتويجه في ٢٠٢١ سيتوقف على عاملين أساسيين، مسيرة برشلونة في دوري أبطال أوروبا، وقدرة منتخب إسبانيا على الفوز بكأس العالم، وبينقى يامال المرشح الأبرز لاعتلاء المركز الأول في الكرة العالمية، في مسيرة تبدو مهيأة لصناعة أسطورة جديدة في تاريخ اللعبة.

الإنترنت.. رفاهية مفقودة في جنوب الحسكة

الشدادي/ حسام الدخيل ـ في أحد أحياء مدينة الشدادي جنوب الحسكة، يجلس الشاب "حسام الحسين" أمام حاسوبه المحمول محاولًا إنهاء عمل جديد في مجال التصميم الغرافيكي، يحدق بترقب في شريط التحميل الذي لا يكاد يتحرك، فيما يحاول رفع ملف بسيط إلى أحد العملاء.



تبدو الدقائق طويلة، والإنترنت الذي من المفترض أن يختصر المسافات، يتحول إلى عائق يومي أمام مستقبله المهني، وخلال رصد صحيفتنا "روناهي" استطلاعات الأهالي عن الإنترنت، قال "الشاب حسام الحسين" وهو يبتسم بمرارة: "أعمل مصمم جرافيك، وأحتاج الإنترنت بشكل أساسي، خصوصًا مع الثورة الجديدة التي فرضها الذكاء الاصطناعي، حيث تعتمد التغطية خارجة عن الخدمة، أما الخيار الثاني المتاح حالياً هو، استخدام شبكة الجيل الرابع التي تقدمها شركة "آرسيل"، لكن جاء كلا الخيارين مخيبين للآمال، خدمة سيئة وأسعار خيالية".

إنترنت فضائي بأسعار خيالية وسرعة متدنية

ووصف "إبراهيم الأسعد" الخدمة الفضائية بأنها "شراء هواء بسعر الذهب"، إذ يبلغ سعر الميغابايت الواحد نحو ثمانية دولارات، لكن المفارقة أن المستخدم لا يحصل فعليًا على هذه السرعة، بل بالكاد تصل الخدمة إلى ١٢٨ كيلوبايت فقط.

وهذه السرعة الضئيلة لا تكفي حتى لتشغيل مقطع فيديو بجودة منخفضة، ناهيك عن متابعة الدروس الإلكترونية أو الاجتماعات عبر الإنترنت، ومع ذلك، يضطر الأهالي للاشتراك حفاظًا على الحد الأدنى من التواصل مع العالم الخارجي.

شبكة «آرسيل».. ضعف التغطية وغلاء الأسعار

أما شركة "آرسيل"، التي تقدم خدمات الجيل الرابع، فهي الأخرى لم تكن عند تطلعات السكان، ورغم أن الفكرة بدت مغرية في البداية، لكن الواقع جاء مخالفًا، فالشبكة ضعيفة جدًا، بالكاد تكفي لفتح محادثة واتساب نصية، فضلاً عن أنها لا تغطي كامل منطقة جنوب الحسكة، ما يجعلها خيارًا محدودًا لمن يسكن في مراكز المدن أو قرب الأبراج فقط.

وإلى جانب هذا الضعف الكبير في الجودة، تأتي الأسعار لتضيف عبئًا جديدًا، إذ تبلغ قيمة باقة تسعة غيغابايت نحو ٣٠ ألف ليرة سورية، وترتفع التكلفة بشكل ملحوظ مع زيادة حجم الباقات، وبالنظر إلى متوسط دخل العائلات في المنطقة، يعدُّ هذا المبلغ مرتفعًا للغاية، خاصةً إذا علمنا أن الباقة لا تكفي إلا لأيام معدودة في حال الاستخدام الطبيعي.

حاجة يومية وليست رفاهية

ومنذ سنوات قليلة مضت، كان الإنترنت للكثيرين مجرد وسيلة ترفيه أو تواصل، أما اليوم، فقد أصبح جزءًا أساسيًا من الحياة اليومية، بل حاجة ملحة لا يمكن الاستغناء عنها، فالطلاب يحتاجونه لمتابعة دروسهم عبر المنصات التعليمية، والموظفون والعاملون عن بُعد يعتمدون عليه لإنجاز مهامهم، والأهالي يستخدمونه للتواصل مع أبنائهم وأقاربهم في الخارج.

حيث قال علي الشاهين: "لم نكن نتخيل أن انقطاع الإنترنت سيجعلنا نشعر، وكأننا معزولون عن العالم، فحتى أبسط الأمور مثل الاطمئنان على أقاربنا أصبحت معركة يومية مع بطء الشبكة".

مقارنةً بمناطق أخرى في سوريا مثل دمشق أو حلب، حيث تتوفر خدمات الإنترنت الأرضي (ADSL) بأسعار أقل نسبيًا وجودة أفضل رغم التقطعات، تبدو معاناة جنوب الحسكة أكثر قسوة، فبينما يستطيع طالب في إحدى المناطق متابعة محاضرة عبر الإنترنت، يكاد طالب في الشدادي أو مركدة أن يفتح بريده الإلكتروني.

هذه الفجوة الرقمية باتت تشكل خطرًا حقيقيًا على تكافؤ الفرص بين أبناء المناطق السورية، خاصة في ظل انتقال العالم أكثر فأكثر نحو التعليم والعمل الرقمي.

مستقبل مجهول بانتظار الأهالي

وبينما تستمر معاناة السكان مع الإنترنت الفضائي المكلف والجيل الرابع الضعيف، لا توجد حتى الآن أي مؤشرات رسمية على عودة شبكات الاتصال المحلية، هذا الغياب يزيد حدة القلق لدى الأهالي الذين يطرحون تساؤلات مشروعة:

إلى متى ستبقى المنطقة محرومة من خدمة مستقرة؟

ولماذا لا توجد بدائل حقيقية تدعمها الجهات المسؤولة؟

وكيف يمكن للشباب مثل حسام الحسين أن يطوروا أعمالهم في بيئة رقمية مشلولة؟

صراع يومي مع الزمن

ويعود "حسام الحسين" إلى مكتبه الصغير، يحاول مجددًا تشغيل إحدى منصات الذكاء الاصطناعي، لكن الصفحة لا تفتح، يضع رأسه بين يديه متنهداً: "العالم يتسابق في الذكاء الاصطناعي، ونحن هنا لا نملك حتى إنترنت يكفي لفتح صورة".

وبينما يواصل الشباب في دول أخرى بناء مستقبلهم الرقمي، يبقى شباب جنوب الحسكة عالقين في معركة غير متكافئة مع خدمة أساسية تحولت من حق للجميع إلى رفاهية مفقودة.

إطلاق النار بين مظاهر الاحتفال وكوارث المجتمع

روناهي/ تل حميس ـ في حادثة مؤلمة هزّت مشاعر المجتمع، لقيت الشابة "ضحى" ابنة مدينة تل حميس حتفها أثناء تقديمها وجبة العشاء لأطفالها، حيث أصابتها رصاصة طائشة في الرأس أطلقت أثناء احتفال قريب، لم يكن هذا الحدث المأساوي الأول من نوعه، بل تكرار لممارسة خاطئة أصبحت شائعة في مجتمعنا «إطلاق النار في المناسبات»، هذه العادة القاتلة، لم تعد تعبيرًا عن الفرح والحزن، بل باتت أداة لنشر الحزن وتفكيك إطلاق النار في المناسبات، سواء كانت أفراحًا أو أتراحًا، أصبح ظاهرة منتشرة بشكل مقلق في مجتمعنا، وعلى الرغم أن البعض يراه وسيلة للتعبير عن المشاعر، إلا أنه يحمل في طياته أخطارًا جسيمة تهدد سلامة الأفراد وأمن المجتمع بأكمله.

فالرغبة في التعبير عن الفرح أو الحزن بأسلوب عشوائي وغير مسؤول قد تؤدي إلى عواقب وخيمة، كما شهدنا في العديد من الحوادث، التي راحت ضحيتها أرواح بريئة، آخر هذه الحوادث كانت وفاة "ضحى"، الأم كانت تشارك لحظات بسيطة مع أطفالها، لكن اللحظة تحولت لمأساة لا تُنسى.

إطلاق النار في المناسبات.. ظاهرة مرعبة

وفي لقاء خاص أجرته صحيفتنا "روناهي" مع أحد أبناء تل حميس "نهاد الطعان" الذي استنكر هذه الظاهرة: "إطلاق النار في المناسبات تعبير غير مسؤول عن المشاعر، وانتهاك صارخ لحقوق الآخرين في الأمن والسلامة، فما حدث مع "ضحى" هو مأساة تعكس حجم الكارثة، التي تسببها هذه العادة".

وتابع: "لم تكن ضحى سوى أم بريئة جالسة بجانب أطفالها، لتتحول تلك اللحظة إلى لحظة وداع مؤلمة بسبب تصرف طائش من شخص مجهول أطلق النار دون أدنى تفكير في العواقب".

وأضاف: "الغريب في هذه الظاهرة أنها لم تعد مقتصرة على الأفراح فقط، حيث يعبر الناس عن فرحهم بإطلاق الرصاص في أي مناسبة سعيدة، بل نجدها أيضًا في الأحزان والمآتم، ففي الماضي، كان إطلاق النار في الأحزان مرتبطًا بوفاة الزعيم أو وجيه العشيرة، كنوع من التكريم والتعبير عن الحزن لمكانته، أما الآن، فقد انتشرت هذه العادة وأصبحت تُمارس على الجميع دون تمييز، حيث يُبرر البعض ذلك بأن الشخص المتوفى كان محاربًا أو قويًا في حياته، ولولا ذلك لما أُطلقت الرصاصات تكريمًا له".

وزاد الطعان: "لكن هذا التفسير لا يحمل سوى طابع الجهل واللامسؤولية، فهو لا يتماشى مع الدين، الذي يعدُّ هذه العادة حرامًا لما فيها من إزهاق للأرواح بغير حق، ونشر للرعب بين الناس، كما أن هذا التصرف يُظهر غياب الوعي بخطورة هذه الممارسات على المجتمع بأسره".

وأكد، على أن الحل يبدأ من الأسرة والمدرسة والمؤسسات الإعلامية، حيث يجب العمل على نشر الوعي بخطورة هذه الظاهرة، كما دعا السلطات إلى تكثيف الرقابة وفرض غرامات وعقوبات صارمة على المخالفين.

وفي النهاية يرى "نهاد الطعان"، إن "إطلاق النار في المناسبات ليس سوى عادة سيئة يجب أن نختفي من مجتمعنا، فإنها ليست وسيلة للتعبير عن الفرح أو الحزن، بل تهديداً مباشراً لحياة الأبرياء، فحادثة الأم "ضحى" ليست سوى أحد الأمثلة الكثيرة على النتائج الكارثية لهذه الظاهرة".

مضيفاً: "يجب أن نقف جميعًا ضد هذه الممارسات غير المسؤولة، وعلينا أن نعمل معًا أفرادًا ومؤسسات، لنشر الوعي وتغيير هذا السلوك الخاطئ؛ فحياة الناس ليست لعبة، والتعبير عن المشاعر له طرق أكثر أمانًا وإنسانية، فلنضع حدًا لهذه الظاهرة قبل أن نخسر المزيد من الأرواح البريئة".

استشهاد ثمانية مدنيين ومقاتل بهجمات الحكومة الانتقالية على دير حافر

مركز الأخبار ـ صعّدت المجموعات المسلحة التابعة للحكومة الانتقالية في سوريا، من هجماتها على دير حافر بمقاطعة الطبقة، منذ أكثر من سبعة أسابيع، ما أسفر حتى الآن عن استشهاد ثمانية مدنيين ومقاتل من قوات سوريا الديمقراطية.

شهدت دير حافر ومحيطها في مقاطعة الطبقة بإقليم شمال وشرق سوريا، خلال الفترة الممتدة من مطلع آب وحتى ٢٣ أيلول الحالي، سلسلة من الهجمات والاعتداءات المتكررة نفذتها مجموعات مسلحة تابعة للحكومة الانتقالية، استهدفت مواقع لقوات سوريا الديمقراطية، ومناطق مأهولة بالسكان المدنيين، ما أسفر عن استشهاد عدد منهم، واندلاع اشتباكات متقطعة.

في الثاني من آب، قصفت تلك المجموعات، بعشرات قذائف المدفعية مناطق تابعة لدير حافر، ما دفع قوات سوريا الديمقراطية، إلى الرد على مصادر النيران باستخدام الأسلحة الثقيلة، في إطار الدفاع المشروع عن النفس، وقد توقفت الاشتباكات بعد فترة وجيزة.

وفي الحادي عشر من أيلول، حاولت مجموعة مسلحة منفلتة تابعة للحكومة الانتقالية، التسلل إلى ريف مدينة تل حافر جنوب شرق مقاطعة الطبقة، إلا أن مقاتلي قوات سوريا الديمقراطية، تصدّوا لها بنجاح.

تواصل التصعيد في العشرين من أيلول، حيث شنت طائرة مسيّرة تابعة لمسلحي الحكومة الانتقالية، هجوماً على نقاط لقوات سوريا الديمقراطية، في دير حافر، دون تسجيل خسائر، وفي اليوم ذاته، نفذت هجوماً مزدوجاً بالطائرات المسيّرة والمدفعية الثقيلة، على قرية «أم تينة»، ما أدى إلى استشهاد ثمانية مدنيين، بينهم أطفال ونساء، نتيجة استهداف مباشر لمنازلهم.

وفي الثالث والعشرين من أيلول، تعرضت قرية زبيدة لقصف مدفعي عنيف شنته مجموعات الحكومة الانتقالية، أسفر عن إصابة أربعة أطفال بجروح متفاوتة، أعقب ذلك هجوم بطائرة مسيّرة استهدف نقطة لقوات سوريا الديمقراطية، في دير حافر، وأدى إلى استشهاد أحد المقاتلين وإصابة آخر.

وفي محاولة لتضليل الرأي العام، أصدرت إدارة الإعلام والاتصال في وزارة الدفاع التابعة للحكومة الانتقالية بياناً مقتضباً، حرّفت فيه الحقائق المتعلقة بالهجمات التي نفذتها مجموعاتها المسلحة المنفلتة، وبدورها، أكدت قوات سوريا الديمقراطية، في بيانٍ رسمي جهوزيتها الكاملة للتصدّي لأي اعتداء مشددةً على أن ردها سيكون حاسماً ضد كل من يحاول استهداف مواقعها ومقاتليها.

الوفد النسائي لشمال وشرق سوريا يتابع لقاءاته بألمانيا

مركز الأخبار ـ أجرى الوفد النسائي لشمال وشرق سوريا، لقاءين منفصلين في ألمانيا، أحدهما مع شخصيات أكاديمية، والآخر مع منظمة تُعنى بحقوق المرأة، وتركزت المناقشات على قضايا المرأة وسُبل دعمها، إلى جانب واقع العملية التعليمية في المنطقة، مع التأكيد على أهمية توطيد العلاقات بين الجامعات في ألمانيا، وجامعات شمال وشرق سوريا.

التقى الوفد النسائي لشمال وشرق سوريا، يوم الثلاثاء الثالث والعشرين من أيلول الحالي، بعدد من الشخصيات الأكاديمية من أساتذة جامعات وأطباء وباحثين من الألمان والإيرانيين والكرد.

وناقش اللقاء المستجدات الراهنة في سوريا، ولا سيما أوضاع شمال وشرق سوريا، إلى جانب العلاقات العامة وبناء الشبكات والضغط على المستويات الوطنية والدولية.

وتركز المنظمة على قضايا النساء والشابات، بدبلوماسية أوروبية، بدأها الوفد النسائي لشمال وشرق سوريا في السادس من أيلول الجاري، التقى خلالها عدداً من المنظمات الحقوقية والنسائية، إلى جانب نواب وأعضاء في البرلمان الفرنسي، وشارك في محاضرات ومهرجانات ثقافية وفنية.

ويضم الوفد كلاً من الإدارية في مجلس المرأة في شمال وشرق سوريا، أمينة عمر، والناطقة باسم مجلس المرأة السورية، منى اليوسف، والناطقة باسم تجمّع نساء زنوبيا، شهرزاد الجاسم، وعضوة منسقية مؤتمر ستار، جيان حسين، ورئيسة الاتحاد النسائي السرياني، جورجيت برصوم.

أكثر من ألفي عضو وعضوة، وتملك خبرة تتجاوز ثلاثة عقود في مجالات التوعية وحملات المناصرة والعلاقات العامة وبناء الشبكات والضغط على المستويات الوطنية والدولية.

وتركز المنظمة على قضايا النساء والشابات، بدبلوماسية أوروبية، بدأها الوفد النسائي لشمال وشرق سوريا في السادس من أيلول الجاري، التقى خلالها عدداً من المنظمات الحقوقية والنسائية، إلى جانب نواب وأعضاء في البرلمان الفرنسي، وشارك في محاضرات ومهرجانات ثقافية وفنية.

ويضم الوفد كلاً من الإدارية في مجلس المرأة في شمال وشرق سوريا، أمينة عمر، والناطقة باسم مجلس المرأة السورية، منى اليوسف، والناطقة باسم تجمّع نساء زنوبيا، شهرزاد الجاسم، وعضوة منسقية مؤتمر ستار، جيان حسين، ورئيسة الاتحاد النسائي السرياني، جورجيت برصوم.

وفد عن أحياء الشيخ مقصود والأشرفية يلتقي بعثة الاتحاد الأوروبي

مركز الأخبار ـ عُقد في فندق شيراتون بحلب لقاءٌ جمع نائب رئيس بعثة الاتحاد الأوروبي إلى سوريا، أن غليفكايت، والوفد المرافق لها، مع وفد عن إدارة أحياء الشيخ مقصود والأشرفية، ضمّ كلاً من هيفين سليمان، وفاطمة الحسينو، وأمين عليكو، ونوري شيخو، ومنان جعفر، وأفين سيدو.

ناقش الجانبان آخر التطورات على الساحة السورية، مع التركيز على الأوضاع الإنسانية والأمنية في مدينة حلب، ولا سيما ما تواجهه أحياء الشيخ مقصود، والأشرفية، من تهديدات يومية نتيجة التصعيد العسكري، إضافةً إلى الحملات الإعلامية التحريضية وخطاب الكراهية، المنتشر على منصات التواصل الافتراضي، ضد الشعب الكردي وسائر الشعوب والمكونات السورية الأخرى.

كما جرى التأكيد على أهمية البحث عن حلول سلمية شاملة، وتفعيل اتفاقيتي العاشر من آذار والأول من نيسان، بما يضمن أمن واستقرار السكان ويعزز السلم الأهلي.

واتسم اللقاء بأجواء إيجابية وبنّاءة، عكست حرص الجانبين على استمرار الحوار والتواصل، دعماً لجهود الاستقرار والسلام في مدينة حلب وسوريا عامةً.

استنفار أمني ومخاوف في الساحل السوري من هجماتٍ جديدة

مركز الأخبار ـ تشهد مناطق الساحل السوري منذ أكثر من ٤٨ ساعة، حالة استنفار أمني وعسكري غير مسبوقة، تمثلت بانتشار مكثف لقوات الحكومة الانتقالية، ونصب حواجز جديدة على الطرقات الرئيسة والفرعية، وسط مخاوف متزايدة للأهالي من تنفيذ هجمات قد تستهدف المدنيين في الساحل السوري.

وكشف المرصد السوري لحقوق الإنسان، عن «استنفار أمني في الساحل السوري، وسط مخاوف من هجمات مسلحة جديدة»، وأشار إلى أن التشكيلات الأمنية ركزت على انتشارها على الطرق الحيوية، التي تربط محافظات حماة باللاذقية وطرطوس، مع تشديد عمليات التفتيش وإجراءات المراقبة.

وعبّر الأهالي عن خشيتهم من أن تُعيد هذه التطورات المنطقة إلى أجواء الانفلات الأمني التي شهدتها في فترات سابقة، بما قد يحمله ذلك من مخاطر ارتكاب مجازر وسقوط ضحايا بين المدنيين.

وأضاف المرصد، إن انتشاراً أمنياً ملحوظاً شهدته مدينة طرطوس، بالتزامن مع دخول رتل يتبع «للأمن العام» إلى وسط المدينة، حيث أفادت مصادر محلية بأن بعض العناصر ردددوا هتافات ذات طابع طائفي، ما أثار حالة من القلق والتوتر الكبيرين بين السكان.

إلى جانب ذلك، أعيد تفعيل عدد من الحواجز، أبرزها حاجز مفرق دوير الشيخ سعد، مع تشديد التفتيش على المارة والآليات في مداخل ومخارج المدن الساحلية.

وتأتي الإجراءات الأمنية المشددة تحت ذريعة «مواجهة تهديدات محتملة»، في وقتٍ تتزامن فيه مع زيارة رئيس الحكومة الانتقالية في سوريا، أحمد الشرع إلى الولايات المتحدة، ما زاد من التكهنات حول ارتباط هذه التطورات بالمشهد السياسي والأمني الراهن.

منطقة قامشلو... الجغرافيا والتاريخ

برادوست ميتاني

استمدت المدينة اسمها من نبات «قامِيش» الذي كان يغطي ضفاف نهر «جقجق» هذا النهر الذي استمد اسمه محلياً بدوره من صوت الماء، وهو يتلاطم مع الصخور وتعرجات النهر وانحداراته، وخاصة في هدأة الصباح، واسمه في التاريخ «نهر هرماس» أو «هرميس»، حيث ينبع ويمر في منطقة هرميسي الكردية، وهو الاسم لعشيرة هرميسي الكردية.

ويقسم النهر المدينة إلى قسميها الشرقي والغربي، والقامِيش في بعض اللهجات الكردية يسمى «قرام» و«زل» أحياناً، وهو نبات القصب، وورد اسم المدينة في اللغة العربية قامشلي، وفي السريانية «زالين» ويطلق على القامِيش بالسريانية»، بذلك يكون الاسم متجذر في ثقافة المنطقة ومعنى واحد.

في معنى وأصل الاسم، يقول توجرين رشواني: «الاسم بالتركية أيضاً هو «قاميش» ومصادر أخرى تؤكد أن اسمها من كلمة «كاميش» الكردية، وتعني الجاموس، والسريان يؤكدون أنها كانت تسمّى زالين نسبة إلى نبات «الزل» الذي كان ينمو على ضفاف نهر الجُقجُق».

من جهته الباحث الكردي كوني رش له رأي في إضافة اللاحقة (لي) إلى الاسم عندما يقول: «سأبدأ بكلمة قامشلي: وهي منحوتة من مفردة (قاميش) التي تعني بالكردية نوعاً من القصب، وكلمة «لاحقة» (لي) تعني مكان وجوده، وهي صيغة كردية مُماثلة ياء النسبة في العربية، فيكون معنى كلمة قامشلي مكان وجود القصب أو الأراضي المقصبة»، ويخطئ من يكتبها قامشلو».

الموقع

تعد مدينة قامشلو عقدة المواصلات الأساسية في منطقة الجزيرة بين شمال كردستان عبر بوابة نصيبين والمناطق الشرقية باتجاه مدينة ديرك، والغربية عبر عامودا والداخلية الجنوبية بمسافة ٢٥ كم وتعود أتاره إلى الألف السادس ق.م، مروراً بدير الزور والرقة وحلب، والمحطة القديمة التي كانت تربطها سابقاً بحلب وبغداد بوساطة سكة خط قطار الشرق السريع، ولكن بعد رسم الحدود الجائرة في تقسيم المنطقة وكردستان؛ أصبح القسم الأكبر من ذلك الطريق تابعاً لتركيا بموجب الاتفاقية الفرنسية -التركية.

بعد الأزمة السورية، وانطلاق ثورة روج آفا توقف القطار وحرم المجتمع من فوائده في النقل والتنقل.

إلى الشرق من قامشلو بحوالي ٣٠ كم تقع مدينة تربة سبيه، وتعد قامشلو العاصمة الإقليمية الفعلية لمنطقة الجزيرة، يضم مركز المدينة أكثر من ٣٠٠ ألف نسمة، أما القرى التابعة لها ففي تضم أكثر من ١٥٠ ألف نسمة، نسبة السكان الكرد في المدينة هي في حدود ٧٠ في المائة، أما النسبة الباقية فتضم السريان والعرب، بالإضافة إلى الشعوب الأخرى مثل الأرمن والكلدان والآشوريين.

مدينة قامشلو حديثة نسبياً أنشأها الفرنسيون لسد حاجة المنطقة إلى مركز إداري، وجّاري بعد عملية رسم الحدود التي فصلت منطقة الجزيرة عن جزيرة بوطان ونصيبين، بالإضافة إلى ماردين.

التاريخ القديم

تضافرت عوامل عديدة طبيعية وجغرافية لتجعل منطقة قامشلو ذات بيئة ملائمة للسكن البشري عبر التاريخ ومنذ القديم؛ بسبب التربة الصالحة والمناخ المناسب والشرايين المائية من خلال الأنهار الدائمة والموسمية ووفرة الأمطار، حيث شهدت جغرافيتها بناء حضارات متتالية بدأً من العصر النيوليتي وماراً بالمعدني ومنتهيها ببناء المدن.

توجد في منطقة قامشلو مواقع أثرية عديدة تعود إلى التاريخ القديم لكننا لا نستطيع أن نذكرها في موضوع قامشلو، لأنها تتبع جغرافيا إلى المدن الأخرى في الجزيرة السورية لذا نكتفي ببعض المواقع القريبة من قامشلو:

ـ تل لبلان يقع إلى الجنوب الشرقي من قامشلو بمسافة ٢٥ كم وتعود أتاره إلى الألف السادس ق.م.

ـ تل عربيد تعود أتاره إلى ٥٠٠٠ ق.م يقع باتجاه الحسكة وعلى بعد ٣٠ كم تقريبا من قامشلو.

ـ تل شعير يقع ٢٢ كم شرقي قامشلو وتعود أتاره إلى الألف السادس ق.م.

ـ آثار كري بري تقع شرقي قامشلو باتجاه تربة سبيه وتعود إلى الألف الرابع ق.م.

ـ موقع شاخر بازار يقع جنوب غرب قامشلو. وتعود أتاره إلى الألف الرابع ق.م.

ـ موقع تل أحمدي يقع شرقي طريق قامشلو - الحسكة يبعد عن قامشلو مسافة ٢٠ كم.

تظهر نتائج التنقيب في تلك التلال الغنى الحضاري من خلال اللقى والرقم الطينية والأواني والأدوات المستعملة.

وهي تابعة لحضارات متتالية كالهوريين والميتانيين والبابليين والأكاديين والآشوريين، التي تمازجت فيها الثقافة بشكل عام واللغة بشكل خاص.

قامشلو قبل التأسيس

الأراضي التي تمتد عليها مدينة قامشلو اليوم كانت عبارة عن نهر جقجق يرافده الكثيرة، إذ كان يبدو الموقع على شكل بحيرتي ماء في جنوب مدينة نصيبين، يتخللهما غابات من قصب القامِيش والقامِر والبردي، وأشجار الحور والصفصاف، ومنتجعاً خصباً للخنازير البرية والثعابين والذئاب، وكان يصعب على المرء اجتيازها، ناهيك عن بعض القرى المتفرقة حول الموقع مثل: عنترية، ومحمقية في الشرق، وقرية نافكر، وهيم وو الهلالية في الغرب، وجرمز وحلكو وزندا في الجنوب.

وللعشيرة الملية الكردية وزعيمها إبراهيم باشا الملي دور كبير في حماية الجزيرة عامة، ومنطقة قامشلو خاصة من العثمانيين وإجراءاتهم التعسفية وكذلك من هجمات القبائل الغازية.

لقد قرأت في كتاب الأديب الكردي الكبير سيدايى جكرخوين الذي يحمل عنوان سيرة حياتي المكتوب باللغة الكردية في الصفحة ٣٥ بعض حوادث بين قبائل عربية وكردية، لكنها عموما انتهت بالمصالحات بفضل فطنه سكانها وحرص الجميع على الأخوة والتسامح.

التأسيس

قبيل التأسيس كانت عبارة عن أرض زراعية تتبع للملاكين منهم المرحوم قدوربك، وهو كُردي أصوله من جنوب كردستان وكان ضابطاً في الجيش العثماني انشق عنه. وبعث نظام الدين وأخو. وحسن جلبي «حسن مصروع» وبعث كوزي وبقال أيضاً في البداية كان بعث كل من بعث الكطف.. وبعث الجرموكلي وبعث عدى وغيرهم.

أما محطة الوقود فكانت في موقع مصلحة المياه على الشارع العام، بالقرب من جامع الشلاح. حاليا. وكان يباع الكاز والبنزين في تنكات مختومة، وكانت قيمة تنكة الكاز آنذاك بخمس ليرات سورية، أما صانعو المرطبات فكان حاج رفيعة. وما ميكون وحسن طنطل.

بناها الفرنسيون وخططت في عام ١٩٢٥ وابتداء البناء بين ١٩٢٦-١٩٢٧ على يد مهندس معماري يوناني الأصل كان يعمل مع الفرنسيين ويقال: إنّ مخططها يشبه مخطط باريس من حيث شوارعها. وورد اسمه تارة باسم تيربية وتارة باسم كيرالاميوس.

تقع قامشلو على الحدود التركية العراقية «باكور وباشور كردستان» وأقرب نقطة هي نصيبين. تبعد عنها فقط كيلومتر واحد لا غير. وتبعد عن الحدود العراقية مسافة مائة كيلومتر تقريباً.

وتقع المدينة أسفل تلة أثرية اسمها (البدن) أي الجسد وهذه التلة هي نصيبين الأثرية القديمة. مساحة المخطط التنظيمي لمدينة قامشلو حوالي ٢٠٠٠ هكتار.

يقول الباحث كوني رش: «في البداية كان الناس يعيشون تحت الخيام والأكواخ المصنوعة من القصب والخشب وهم يزاولون حياتهم اليومية في البيع والشراء وما شابه ذلك من التبادل التجاري، كانت تصنع نفسها على طريقة الغرب الأمريكي تكبر بسرعة. بلا ذاكرة. إلا من حي قدور بك والسريان والأرمن واليهود».

ويتابع كوني رش: «بالرغم من أن اللغة الرسمية لم تكن الكردية تماماً. إلا أن هذه المدينة لعبت دور العاصمة لكرد المنطقة، وفي شمالها مدينة نصيبين العريقة.. كان أهل محيطها في حمى الركض وراء زراعة القمح والشعير وتربية المواشي. والبعض كان يعمل بالقاجاغ/ تهريب المواد المفقودة بين طرفي الحدود وكبرت مع المدينة. حتى أصبحت جزءاً من ذاكرتي واليوم لا يمكنني العيش خارج محيطها!!».

مد سكة القطار الشرق السريع بين برلين وبغداد مروراً بقامشلو. وأطلقت البعثة الأمريكية الزراعية في الخمسينات من القرن الماضي على مدينة قامشلو كاليفورنيا الشرق. وغدت قامشلو مع نهاية عام ١٩٤٧ بلدة عصرية. حيث شيدت المباني الحديثة وانتقل إليها التجار من الموصل وآمد ونصيبين.

«لو كنّا نطير».. نصوص تصارع أشباح الحريّة

تامير ان محمود

تضم النصوص مشاعر إنسانية غاية في الرهافة، تناقش كيف تصوغ الوحدة حياة الإنسان المعاصر، ففي كل خطوة تطل الوحدة برأسها في مختلف المواقف.

يقدّم الروائي باسم شرف في عمله الأخير «لو كنا نطير» الصادر عن دار دون مجموعةً من النصوص القصيرة التي تضع أمام القارئ سلّةً من الأحداث والأوجاع. محدثةً ذلك الرنين الرومانسي الذي يجيده الكاتب. كما في أعماله الروائية السابقة: «يا سلمى أنا الآن وحيد»، «جزمة واحدة مليئة بالأحداث»، والمجموعة القصصية «كفيف لثلاثة أيام».

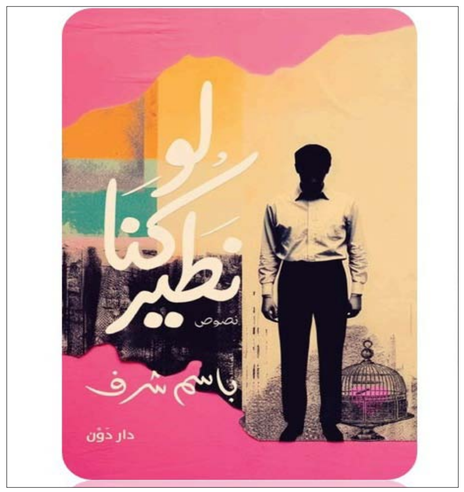
في النص الرئيس للمجموعة «لو كنا نطير» يستعرض الكاتب عددًا من المخاوف التي تحيط بحياة الإنسان المعاصر وقلقه المستمر في مواجهة صخب الحياة اليومية: فنراه يخاف الموت دهسًا أو بفعل الحرب أو الأوبئة. ويخشى وسائل التواصل الاجتماعي وفضائحها اليومية، ويتمنى أن يكون للإنسان مكان واحد يلجأ إليه ليحتمي من الموت والخوف، أو ببساطة ينهي كل مشاكله ومخاوفه ويطير.

يختبر الكاتب في هذه المجموعة عددًا من المشاهد اليومية لحياة الإنسان، فيستعرض في بعض المقاطع القصيرة علاقة الإنسان بالحياة كما لو كانت مدينة ملأى ضخمة، بما فيها من مشاعر متضاربة ومجنونة تُجمع بين الخوف والسعادة، الإقبال والتراجع.

تضم النصوص مشاعر إنسانية غاية في الرهافة، تناقش كيف تصوغ الوحدة حياة الإنسان المعاصر، ففي كل خطوة تطل الوحدة برأسها في مختلف المواقف: فنرى المرأة التي تعيش بحرية وسعادة، غير أنّ الطريق الذي تختاره بملء إرادتها والحياة التي تسعى لبنائها يقودانها في النهاية إلى الشعور بالوحدة، كما في نص «مشهد منفصل عن الوحدة»، أو «ستموت وحدك يا وحيد»، أو «ثلاث خطوات للنجاة»، وهي كلها مشاهد ملائمة للوحدة.

هذه النصوص نسج الكاتب منها ثوبًا واسعًا يشرح فيه أشكال الوحدة التي لا يجد الإنسان مفرًا من الوقوع في براثنها: وهي الوحدة التي تصوغ الحياة والتعب الذي يسكن القلب في غمار يومه، تطل الوحدة برأسها بين سطور النصوص وصور الحياة المعاصرة التي نجح الكاتب في عرض مختلف جُلياتها، وصراعاتها التي لا تنتهي.

وفي نص «إذاعة نهاية العالم» يتناول باسم شرف الزمن بوصفه ذلك العدوّ والخصم والصديق المزعج للإنسان، فمن خلال تصورات النص عن الزمن والمكان نكتشف أنّ العالم، مهما تباعد، يبقى قريبًا. متوحّدًا في حالة من الجمود لا يتعدّاها.



أمّا في نص «شاعر جُمّد على الرصيف» فيقرّر الكاتب تشريح المجتمع والإنسان بمهارة في تسعة مشاهد منفصلة، حول كيف يرى العالم العالم وكيف يواجه مصاعبه، ومتى يموت صامتًا فلا يمشي في جنازته إلا من شعره في أشعاره.

ويقترض الكاتب من نجيب محفوظ - بذكاء بالغ - عنوانًا لأحد النصوص هو «أحلامي في فترة النقاهة»، حيث يحاكم نفسه ويناقشها في مشاهد قصيرة عن تقصيرها في النجاح، ويتمنى أن يصير له إجاز يشبه إجاز محفوظ: ذلك الإجاز الذي امتد لتسعين عام. إجاز يرضي صاحبه ويجعله يتمنى أن يقرأ العابرون فوق قبره روايات محفوظ كما لو كانت رواياته هو. عبر برزخ الحياة، أمنية غريبة لكاتب شاب يتمنى أن يكون بطلاً في إحدى رواياته. يقاوم الموت حتى يوقعه الموت في فخه.

أما نص «لو كنت أطير» فهو النص المغامر في المجموعة. الذي يبدو كأنه ردّ بليغ يصوغه الكاتب على سؤاله الأبرز: إذا كان الإنسان يطير، فكيف سيبدو العالم؟

ضمّت المجموعة رؤيةً مرهفة استطاع الكاتب أن يصوغها بمهارة، غير أنّ معظم النصوص جاء مهمومًا وحزينًا لا تنقصه شجاعة الاعتراف بالبأس المحيط، بلغة أدبية رهيفة شديدة التكثيف. ليقدّم نصوصًا قصيرة وقصيرة جدًا، وتنوّع الراوي في هذه النصوص بين ضمير المتكلّم والراوي العليم، في إثراء لزوايا السرد وإيقاعاته.

أردوغان في واشنطن والملف السوري في جعبته

حمزة حرب

في أروقة السياسة الدولية غالباً ماتكون الزيارات الرسمية لرؤساء الدول أكثر من مجرد لقاءات بروتوكولية وفي حالة زيارة رئيس النظام التركي رجب أردوغان إلى الولايات المتحدة، فإن المشهد يتجاوز الصور التذكارية والبيانات المشتركة، ليدخل عمق الملفات الاستراتيجية التي ترسم ملامح متغيرات الشرق الأوسط بناءً على المصالح والأهداف المتقاطعة على الأرض.

الملف السوري ومنذ سقوط نظام الأسد هو من أبرز الملفات التي تتصدر المشهد، حيث خَوّل إلى ورقة مساومة رئيسية بين أنقرة وواشنطن خصوصاً وإنه يعتلي سلم أجندة المقابضات المطروحة سيما وأن هذا اللقاء يأتي في وقتٍ تحتدم فيه المنافسة الدولية والإقليمية على بسط النفوذ في سوريا والنظام في تركيا يبحث عن أقصر الطرق لتحقيق مصالحه على الساحة السورية.

تركيا وأمريكيا وتاريخ التحالف غير الموثوق

منذ أكثر من عقد، شكّل الملف السوري ساحة اختبار لطموحات الرئيس التركي رجب طيب أردوغان ومع سقوط النظام السوري، تتغير موازين القوى لكن هذا ما زاد من أطماع أردوغان في سوريا الجديدة فبات يسعى إلى توسيع نفوذ أنقرة عبر مقابضات إقليمية ودولية، ليرسخ نظامه في لعب دور الوصي السياسي والأمني على سوريا.

فالعلاقة التركية ـ الأمريكية منذ سنوات طويلة شهدت تذبذباً كبيراً فهي علاقة تحالف ضمن «الناتو» من جهة، وصراع مصالح في الشرق الأوسط من جهة أخرى فتحكمها ملفات عدة ما زال مثار توتر، مثل شراء تركيا لمنظومة الدفاع الروسية S-٤٠٠، والخلاف حول دعم واشنطن لقوات سوريا الديمقراطية الحليف الأبرز في محاربة مرتزقة داعش، إضافة إلى التنافس في البحر الأسود وشرق المتوسط، لكن: ما يجعل زيارة أردوغان الحالية مختلفة هو إدراك الطرفين أن الساحة السورية هي البوابة الأساسية لإعادة ترتيب التفاهمات، وأن المقابضات المرتبطة بها ستؤثر على ملفات أوسع تمتد من أوكرانيا إلى الخليج وهذا ما يبحث عنه أردوغان بعد ان اصطدم بجدار المشروع الإسرائيلي الرافض لهذا التمدد الكبير من قبل أنقرة وهو ما لم يرق لنظام العدالة والتنمية في تركيا خصوصاً وإن ما يربطه من علاقات متينة مع إسرائيل لم تخوله لتنفيذ أجنداته على حساب المصالح الإسرائيلية، بالنسبة لأردوغان وحزبه ونظامه في تركيا: فإن الملف السوري ليس مجرد ملف خارجي، بل يعتبرها قضية وجود لتحقيق اتفاقٍ مللي توسعي على حساب مصلحة السوريين وأمنهم وأمانهم خصوصاً وإنها مهدت لتحقيق أهدافها من خلال استغلالها للسوريين على مدار سنوات فتركيا نشرت قواتها وقواعدها في إدلب وشمال حلب وسري كانيه وكري سبي وهو ما فرضها كلاعبٍ مباشر في أي تسوية مقبلة وهو ما حَاول استثماره اليوم.

أردوغان الذي يسعى لاستثمار الغزل الأمريكي به بعد سقوط النظام السوري يسعى من خلال هذه الزيارة التي تأتي على هامش المشاركة في اجتماعات الجمعية العمومية التابعة للأمم المتحدة إلى انتزاع اعتراف أمريكي بدورها في سوريا أو على الأقل إلى تقليص الدعم الأمريكي لقوات سوريا الديمقراطية وهو ما سيتيح لنظام العدالة والتنمية إمكانية تحقيق أطماعه على الأرض.

فهذه الزيارة تأتي أيضاً في ظل تحوّلات إقليمية عميقة فالعلاقات التركية ـ العربية تعيش مرحلة جديدة تأخذ طابع التحسن الحذر بعد سنوات من القطيعة والتوتر والملف السوري لم يعد محصوراً بين أنقرة وواشنطن فحسب، بل دخلت فيه قوى إقليمية مثل السعودية وقطر والإمارات، التي تسعى لترتيب نفوذها في سوريا ما بعد الحرب.

أردوغان يدرك أن أي تنازلات أو مكاسب في واشنطن ستنعكس على طاولة الإقليم وأن الملف السوري بات أداة لإعادة تموضع تركيا في الشرق الأوسط وربما ستنعكس بشكل مباشر على الداخل التركي خصوصاً وأن اردوغان اليوم يبحث عن متنفس له في الداخل ويحاول إحداث خرقٍ سياسي بعيد تعويمه داخلياً، لكن: ما يخطط له أردوغان وحزبه الحاكم لا يخفى على البيت الأبيض، حيث تدرك واشنطن أطماع النظام التركي وتعلم جيداً أن أردوغان بحاجة إلى «إنجاز سياسي» يُعيده إلى الداخل التركي أقوى، بعد سنوات من التراجع الاقتصادي والتحديات السياسية ومن هنا تبرز المقايضات.

مقايضات برداي دبلوماسي

يتوقع أن يكون الملف السوري الورقة الأبرز في جعبة رئيس النظام التركي رجب أردوغان في لحظة سياسية حرجة تتقاطع فيها المصالح الدولية والإقليمية والإقليميين والمحليين متناقضين.

فبين الطموح التركي والبراغماتية الأمريكية، يبقى الملف السوري حجر الأساس في أي تفاهم محتمل خلال زيارة أردوغان إلى واشنطن وهي زيارة تتجاوز ثنائية العلاقات التركية ـ الأمريكية لتفتح الباب أمام إعادة تشكيل المشهد في المنطقة لكن ما يبدو مؤكداً أن السوريين أنفسهم، أصحاب القضية الأصلية، ما زالوا الغائب الأكبر عن طاولة المقايضات، حيث تُدار ملفاتهم وفق مصالح الآخرين أكثر مما تُدار وفق تطلعاتهم.

فمنذ اندلاع الأزمة السورية، تحولت تركيا من جارٍ متأثر بالأحداث إلى لاعب رئيسي على الأرض فاحتلالها العسكري المباشر في سوريا، وتحكمها في مناطق واسعة عبر مجموعات مرتزقة مدعومة خصوصاً إنه وفي عالم السياسة الدولية كثيراً ما تتحوّل الزيارات الرسمية إلى ساحة تفاوض مفتوحة، حيث تُعرض الملفات الساخنة على الطاولة وتُدار المقايضات بعيداً عن عدسات الكاميرا.

فالإدارة الأمريكية تنظر إلى الملف السوري من زاوية مختلفة لتلك التي ينظر اليها النظام في تركيا فالأولوية ليست في بقاء الشرع أو رحيله بقدر ما هي في منع عودة داعش، وضمان استمرار النفوذ الأمريكي في المنطقة حيث الثروات النفطية والزراعية وضمان أمن إسرائيل، لكن: في المقابل تعلم واشنطن أن أردوغان ورقة مهمة في «احتواء روسيا» في خضم حرب أوكرانيا، وبالتالي قد يكون الملف السوري إحدى الأدوات لإبقائه أقرب إلى الغرب، لكنها في الوقت نفسه تدرك حساسية إرضاء تركيا بالتخلي عن حلفائها في قسد وهم الذين أثبتوا فاعليتهم في مواجهة داعش هذه المعضلة تجعل موقف واشنطن أكثر تعقيداً، وتضعها أمام معادلة صعبة.

ففي سوريا تبحث أنقرة عن تفاهم يخفف من التحالف بين واشنطن وقسد وربما يفتح المجال أمام عمليات عدائية جديدة تتيح لها احتلال مناطق أخرى من سوريا كتلك التي حدثت عام ٢٠١٩ إبّان احتلال سري كانيه وكري سبي خصوصاً وإنها تعمل على قدمٍ وساق لإفشال أي حل سوري ـ سوري يُلوح في الأفق.

أما في أوكرانيا قد تعرض تركيا لعب دور أكثر وضوحاً في دعم كييف، مقابل مرونة أمريكية في الملف السوري ومن الممكن أن تقدّم تركيا تنازلات في ملف الغاز وترسيم الحدود البحرية مقابل هامش أوسع في سوريا وقد يطرح أردوغان مبادرات لتخفيف الضغط على اليونان والتخلي عن تمدده باتجاه الجنوب السوري تلبيةً لتطلعات إسرائيل ولضمان عدم تقاطع المصالح في سوريا.

لا شك أن أردوغان يراهن على أن الزيارة التي يرى فيها إنها ستمنحه أوراقاً إضافية، لكنه في المقابل يواجه مخاطر: فالتنازل الزائد قد يُفسَّر داخلياً كإضعاف له والتصعيد قد يُعرقل أي تفاهمات مع واشنطن أما في سوريا نفسها، فإن أي مقايضات تركية ـ أمريكية ستصطدم بواقع معقد: فاللاعبين كُثر والفاعلين منها، إضافةً إلى علاقاتها الواسعة مع الحكومة الانتقالية وتغلغلها في مفاصل الحكومة الانتقالية في سوريا، جعل من أنقرة طرفاً يصدر إرادة السوريين ويتحكم بمصيرهم.

زيارة أردوغان تأتي في ظل حراك إقليمي متسارع السعودية والإمارات تُعيدان ترتيب مواقفهما في الملف السوري وإيران التي أُقصيت عن المشهد تراقب عن كثب أي تقارب أمريكي ـ تركي يعيد ترتيب التموضع على الساحة السورية فيما تسعى روسيا لاستثمار خلافات أنقرة وواشنطن لتثبيت حضورها إقليمياً ودولياً كل ذلك يجعل من المقايضة التركية-الأمريكية على حساب السوريين جزءاً من لوحة إقليمية أكبر تتقاطع فيها الحسابات والمصالح.

أبعاد وأطماع

ما يريده أردوغان ونظامه يتجاوز إسقاط خصم سياسي وهمي في سوريا كان متمثلاً في الأسد بل يصل إلى حد صياغة واقع جديد يخدم مصالح تركيا لعقود متمثل بالحزام الأمني ضد الكرد في المنطقة مروراً بخلق نفوذ سياسي مهيمن داخل الحكومة الانتقالية، وصولاً إلى الهيمنة الاقتصادية في مشاريع الإعمار هذه هي الأهداف التي تتقاطع عندها سياسة الاحتلال التركي.

فأردوغان لا يكتفي بالوجود العسكري بل يطمح لترسيخ نفوذ سياسي في سوريا الجديدة ويسعى لتأمين موقع لأنقرة في أي معادلة حكم انتقالي، سواء عبر دعم شخصيات موالية أو عبر رعاية أحزاب وتيارات تدور في فلكه كما يريد الهيمنة على صناعة القرار في سوريا الجديدة وهو ما يمنحه ورقة قوة في مواجهة أوروبا والولايات المتحدة وحتى العالم العربي.

إلى جانب الأطماع الاقتصادية فتركيا تعيش أزمة اقتصادية خانقة، وسوريا ما بعد الحرب تمثل سوقاً ضخماً لإعادة الإعمار على أمل أن تكون شركات المقاولات التركية في صدارة مشاريع الطرق والبنى التحتية والإسكان وهذا ما طفى على السطح خلال الأشهر القليلة التي مرت على سقوط النظام فباتت مشاريع الاستثمار تلوح في الأفق، إضافةً لذلك، يضع عينه على التجارة الحدودية وفتح الطرق الدولية M٤ وM٥ التي تربط تركيا بالخليج مروراً بالأردن فإعادة تشغيل هذه الشرايين سيحوّل أنقرة إلى المستفيد الاقتصادي الأكبر من سوريا الجديدة، ويمنحها متنفساً في أزمتها الداخلية، ففي خضم هذه الأطماع يُدرك أردوغان أن سوريا لن تُدار بقرار تركي منفرد، بل بتفاهمات مع القوى الكبرى لذلك يستخدم الملف السوري كورقة في مفاوضاته مع واشنطن بشأن "قسد" ومع موسكو بشأن البحر الأسود، ومع أوروبا بشأن اللاجئين فسوريا بالنسبة لأردوغان ليست غاية بحد ذاتها، بل وسيلة لتعزيز موقع تركيا كلاعبٍ إقليمي ودولي.

سيما وإن نظام العدالة والتنمية يُدرك أيضاً حجم المنافسة التي ستعترض طريق هيمنته على القرار السوري خصوصاً من قوى إقليمية أخرى مثل السعودية التي عادت إلى سوريا عبر بوابة الإعمار، والإمارات تتحرك لاستثمار حضورها الاقتصادي إلى جانب قطر في وسط هذا الزحام، يحاول أردوغان أن يفرض نفسه كأقوى لاعب وإن له اليد العليا في سوريا ومستقبلها.

ومع كل هذه المعطيات يبقى السوريون الحلقة الأضعف بما يحاك حولهم لتستمر معاناتهم فبدلاً من أن تفتح القوى الإقليمية والدولية المجال أمام تسوية وطنية، تبحث هذه القوى وعلى رأسها الاحتلال التركي إلى إبقاء البلاد رهينة لمعادلاتها الأمنية والاقتصادية من خلال إبقاء المشهد السياسي متشظي أكثر فأكثر وبذلك يترسخ الدور التركي كمعرقلٍ للحل ومعسر لسبل الوصول إليه رغم إرادة السوريين المتمثلة في الوصول الى حلٍ توافقي جامع.

فإصرار النظام في تركيا على مقاربة مصلحية ضيقة تجعل من الحل رهينة بيده فما يهم أردوغان اليوم ليس مستقبل سوريا أو تطلعات شعبها، بل كيفية تحويل الأزمة إلى أوراق ضغط تعزز موقعه داخلياً وإقليمياً وهكذا تبقى أنقرة حجر عثرة أمام أي مسار حقيقي للحل، فيما يدفع السوريون الثمن الأكبر من دمائهم وحقوقهم وآمالهم المؤجلة.

حقوقيون وسياسيون: الإعلان الدستوري تدوير المركزية وتقويض الديمقراطية

الطبقة/ عبد المجيد بدر ـ وصف حقوقيون وسياسيون، في مقاطعة الطبقة، الإعلان الدستوري للحكومة الانتقالية، بالغير شرعي، وطالبوا باعتماد دستور جديد يعتمد على اللامركزية كنظام لسوريا الديمقراطية القادمة، وأكدوا، أنه لضمان العدالة وحماية الشعوب، وتعزيز دور المواطنين في اتخاذ القرارات المصيرية، يجب إشراك السوريين في عملية البناء الجديدة.

أثار الإعلان الدستوري المؤقت، الذي أعلنت عنه الحكومة السورية الانتقالية، برئاسة أحمد الشرع في ١٣ آذار ٢٠٢٥ جدلاً واسعاً بين الشعب السوري بمختلف أطيافه، حيث أن الكثير من السوريين أبدوا مخاوفهم من أن بنود الإعلان يكرّس المركزية واللون الواحد، ويهمّش الأقليات والشعوب المختلفة في سوريا، ما يطرح تساؤلات حول قدرة الإعلان على تحقيق العدالة والمواطنة السورية الحقيقية.

إبراهيم شيخو

من أبرز الانتقادات، التي وجهت لما سمي بالإعلان الدستوري، أنه يمنح الرئيس صلاحيات واسعة لتعيين أعضاء مجلس الشعب، أعضاء المحكمة الدستورية، وأعضاء الحكومة، ويعتمد على الشريعة الإسلامية مصدراً أساسياً للتشريع، هذا التوجه أثار مخاوف وجدلاً واسعاً حول الديمقراطية والمساواة وتحقيق العدالة بين المواطنين، ويضعف دور المجتمعات المحلية في المشاركة السياسية.

إقصاء وتمثيل غير عادل

في السياق، أكد الناشط الحقوقي "إبراهيم شيخو" "المشكلة الأساسية في الإعلان الدستوري للحكومة الانتقالية، هي الإقصاء وعدم التمثيل العادل للشعب السوري، فالحل يكمن في اعتماد نهج لا مركزي، يضمن حقوق الفئات والطوائف والأديان، ويعزز الحوار على أساس الهوية الوطنية الجامعة، بعيداً عن الانتماءات السياسية والتدخلات الأجنبية".

وأضاف؛ إن "المشاركة الشعبية ليست شعاراً، بل ضرورة لضمان العدالة السياسية والاجتماعية، وأن أي دستور مستقبلي يجب أن يمنح المواطنين جميعاً الحق في المشاركة الفعلية في صياغة التشريعات والسياسات التي تحكم حياتهم".

واختتم، إبراهيم شيخو: "أي دستور لا يأخذ بعين الاعتبار اللامركزية والمشاركة الشعبية لن يكون شرعياً، ولن يحقق الاستقرار، ومن الضروري أن يكون لكل المواطنين الحق في المشاركة الفعلية في اتخاذ القرارات، وإلا ستظل الدولة تواجه الصراعات والمشكلات الاجتماعية والسياسية".

حسين زرزور

اللامركزية أساس الحلول

تجربة الإدارة الذاتية في شمال وشرق سوريا منذ عام ٢٠١٤ تُعد نموذجاً عملياً للامركزية الديمقراطية، لأنها استندت، إلى ضرورة إعطاء المجتمعات المحلية صلاحيات واسعة في إدارة التعليم، والخدمات العامة، والموارد الاقتصادية، وتعزيز المشاركة الشعبية، وإعطاء دور للمجالس المحلية، فبلغت نسبة مشاركة المرأة ٥٠٪ وتمثيل عادل لشعوب ومكونات المنطقة، وحماية حقوق الأقليات، والمواطنة المتساوية، وتشجيع مشاركة المرأة في المناصب القيادية، وركزت التجربة على التعددية الثقافية واللغوية، والاعتراف باللغات المحلية في التعليم والإدارة العامة، وضمان التوازن بين السلطات المركزية والمجتمعات المحلية، ما ساهم في الحد من الصراعات المحلية وتعزيز الاستقرار.

من جانبه، قال الرئيس المشترك لحزب الاتحاد الديمقراطي لمقاطعة عفرين والشهباء "حسين زرزور": "الدستور الجديد يجب أن يدمج مبادئ اللامركزية، كما طبقتها الإدارة الذاتية، ويعطي الإدارات المحلية سلطات فعلية مع الحفاظ على وحدة سوريا، على أساس الشراكة الطوعية بين الشعوب والمكونات".

وأضاف؛ "يجب أن يضمن الدستور الجديد القادم، حقوق المواطنين بغض النظر عن انتماءاتهم القومية أو الدينية أو السياسية، ويعزز المشاركة الفعلية للجميع في اتخاذ القرارات المصيرية".

ولفت إلى أن؛ "تجربة الإدارة الذاتية أثبتت قدرة المجتمعات على إدارة الحكم ذاتياً، ضمن إطار وحدة الدولة، الذي يحفظ الحقوق الثقافية والسياسية لجميع الشعوب والمكونات، لأن المستقبل الدستوري الناجح يجب أن يوازن بين السلطات المركزية والإدارات المحلية، لضمان العدالة والمواطنة للسوريين".

وفي الختام، شدد "حسين زرزور" على أن؛ "هدفنا هو بناء جمهورية سورية ديمقراطية حقيقية، تعتمد على المشاركة الشعبية، والمواطنة المتساوية، واللامركزية لضمان العدالة والاستقرار للسوريين، فهذه المبادئ هي الطريق الأسلم لضمان التوافق بين الشعوب والمكونات المختلفة المتعايشة في المنطقة، والحفاظ على السلم الأهلي، وضرورة التوصل للحلول السلمية التي تنهي معاناة السوريين".

محللون سياسيون: التواجد التركي في العراق انتهاك سافر لسيادة الدولة

عندما أقدمت مجموعة من الكريلا على إحراق سلاحها، استجابة لنداء القائد عبد الله أوجلان، كان الهدف واضحًا هو فتح الطريق أمام السلام، والانتقال إلى العمل السياسي الديمقراطي، وبذلك لم يتبق سوى أن تغادر تركيا أراضي باشور كردستان، ولكن جدّية حزب العمال الكردستاني، في خلق مسار للسلام، لم تقابل بخطوات مماثلة من جانب أنقرة، إذ واصل النظام التركي، المماطلة والتسويف، كاشفًا عن عدم استعداده للمضي في التوصل لنجاح عملية السلام.

تستمر الخروقات التركية، التي تنتهك السيادة العراقية، فرُصِدت تحركات متواصلة للجيش التركي داخل أراضي باشور كردستان، إلى جانب وجود أكثر من ٨٠ قاعدة عسكرية تركية، تضم ما يزيد خمسة آلاف جندي، مزودين بآليات عسكرية مختلفة وأسلحة متنوعة.

ويُرجع مراقبون عراقيون استمرار تمسّك تركيا، بقواعدها العسكرية، ورفضها وقف انتهاكات السيادة العراقية، إلى أطماع تاريخية قديمة في الأراضي العراقية، تتجدد كلما سنحت لها الفرصة للتوسع أو فرض النفوذ وفي المقابل، يعوّل هؤلاء المراقبون على الحكومة العراقية لتفعيل اتفاقيات من شأنها أن تفضي إلى مغادرة جيش الاحتلال التركي.

التدخلات التركية لا مبرر لها

وفي هذا الإطار، تحدثت المحللة السياسية، أنفال عزالدين الخطيب، لوكالة "روج نيوز" إن "خروج الجيش التركي أو أي قوة أجنبية من الأراضي العراقية، وباشور كردستان بالتحديد، خطوة مهمة جدًا، في سبيل الحفاظ على سيادة الدولة العراقية".

وأوضحت؛ إن "التدخلات التركية في العراق، ليس لها مبرر حقيقي، لأن أنقرة تذرعت بمحاربة حزب العمال الكردستاني، لكن ما خفي من التداعيات كان أعظم، وهدف الدولة التركية واضح ونعلمه جميعا، وانسحاب الجيش التركي من العراق، يُشكل بحد ذاته مكسبًا للسيادة الوطنية، وأيضا يجب خروج القوات الأجنبية الأخرى من الأراضي العراقية".

وأنهت أنفال عزالدين الخطيب؛ "العراق يمتلك قوات عسكرية وأمنية، أثبتت خلال السنوات الماضية قدرتها على حماية البلاد، والوقوف بوجه التحديات، سواء الجيش أو الشرطة أو غيرها من القوى، أو كل من يحمل السلاح دفاعًا عن الوطن، وبالتالي لا حاجة مطلقًا لأي تدخل أو وجود أجنبي، لأن من الواجب أن يحمي العراق العراقيون أنفسهم، وعلى القوات الأجنبية، سواء التركية أو غيرها، أن تغادر أراضينا".

لأنقرة أطماع في أراضي العراق

فيما قال المهتم بالشأن السياسي، مصطفى سلمان؛ إن "الاحتلال التركي باشور كردستان، مستمر منذ سنوات وإن عدنا إلى التاريخ، نجد أطماع أنقرة في العراق كبيرة، وممتدة منذ العهد العثماني، وبعد أن أقدم حزب العمال الكردستاني، على إحراق سلاحه، وتخليه عن الكفاح المسلح، لم يعد هناك مبرر لبقاء الجيش التركي على الأراضي العراقية، وخاصة باشور كردستان".

وأضاف؛ إن "السيادة المنقوصة، وعدم تحمل المسؤولية، سواء لدى الحكومة الاتحادية في بغداد، أو لدى حكومة باشور كردستان، هي التي شجعت الدول المجاورة، وفي مقدمتها تركيا، على التمادي والطمع في الأراضي العراقية، تحت ذرائع شتى، كمحاربة الإرهاب، أو ملاحقة المعارضين، ولاستعادة السيادة العراقية يجب أن يكون هناك قرار وطني قوي، وهو الكفيل بوضع حد لهذه الانتهاكات، وإخراج الجيش التركي من الأراضي العراقية".

إخراج الجيش التركي هدف أساسي

بدوره، تحدث المحلل السياسي، صباح العكيلي؛ "بعد إعلان حزب العمال الكردستاني، حل نفسه وإيقاف الكفاح المسلح، يجب أن يكون هناك خطوات تركية، لتحقيق السلام، وأولى تلك الخطوات هي سحب قوات تركيا من باشور كردستان، بعد أن انتفت الذريعة التي طالما استخدمتها أنقرة لتبرير وجودها العسكري".

وأشار؛ إلى أن "هناك قاعدة عسكرية تركية في بعشيقة، تضم نحو ألفي جندي، فضلًا عن قواعد تركية، أخرى عديدة في باشور كردستان، وهو ما يشكل انتهاكًا واضحًا وصريحاً لسيادة الدولة العراقية".

وأضاف؛ "المصالح المشتركة بين العراق وتركيا، كدولتين جارتين، تفرض على الجانبين التوصل إلى اتفاقية تنظم العلاقة بين الطرفين، إلا أن استمرار الوجود والقواعد العسكرية التركية، يعيق التوصل لأية اتفاقيات، ويُعد أمرًا مرفوضًا من الشعب العراقي عامةً، خاصة، إن مبرر وجود حزب العمال الكردستاني، قد انتفى اليوم".

واختتم، صباح العكيلي؛ "التوصل لاتفاق لإخراج الجيش التركي من أراضينا، يجب أن يكون هناك تحرك جاد وفعلي، من الدولة العراقية، للتعامل مع هذا الملف، وإنهائه لما فيه مصلحة الشعب العراقي، ووضع حد لانتهاك السيادة العراقية من الدولة التركية".

دور المرأة في ثورة ١٩ تموز ونضالها في تحقيق مستقبل سوريا ديمقراطية لا مركزية

بشرى شيخي

إن نضال المرأة في روج آفا ليس مجرد رد فعل للأزمة، بل مشروع ثوري لبناء مجتمع حر، متساوٍ، وديمقراطي، ينهي القمع والتمييز القائم على النوع الاجتماعي.

قبل ٢٠١١، كانت المرأة في سوريا بشكلٍ عام، والمرأة في مناطق شمال وشرق سوريا بشكلٍ خاص تعاني من أشكال متعددة من القمع، سواء من ناحية التشريعات غير المتكافئة، إلى الأعراف الذكورية، إلى غياب التمثيل السياسي الفاعل.

ومع انطلاق الحراك في سوريا في عام ٢٠١١، وانطلاقة الثورة، شهدت مناطق شمال وشرق سوريا "روج آفا" تغيّرات اجتماعية وسياسية عميقة، كانت المرأة في قلب هذه التغيرات،

إذ تم البدء ببناء المؤسسات والتنظيمات النسائية مثل: اتحاد ستار؛ المؤسسة النسائية الأساسية، ودار المرأة الذي افتتح أول دار في مدينة قامشلو كمركز لدعم النساء في حل مشكلات الأسرة، حماية حقوقهن، وبداية لعمل نسائي مؤسساتي مستقل.

ومع تدهور سلطة الدولة في الكثير من المناطق، نشأت حاجة مُلحة لبناء مؤسسات بديلة، أقامتها الإدارة الذاتية بالاعتماد على مبادئ ديمقراطية ومشاركة واسعة للنساء.

في شباط ٢٠١٦، تحوّل اتحاد ستار إلى مؤتمر ستار (كونكرا ستار)، لكي يتوسع المجال التنظيمي، ويمثّل المرأة ليس فقط في المناطق الكردية بل في كل شمال وشرق سوريا، وتتواصل مع الحركة النسائية في الخارج.

الأطر القانونية والدستورية

في كانون الثاني ٢٠١٤، صدر العقد الاجتماعي للإدارة الذاتية في شمال وشرق سوريا، الذي نصّ صراحةً على حقوق النساء بالمشاركة في الحياة السياسية، الاجتماعية، الاقتصادية، والثقافية، وإلغاء التمييز على أساس الجنس.

وتم إصدار قانون حقوق المرأة في إقليم الجزيرة في تشرين الأول ٢٠١٤، الذي أعطى المرأة حقوقاً متساوية مع الرجل في القانون، وأقرّ حظر الزواج القسري والزواج تحت السن القانوني، ومنع التعدد والعنف ضد النساء مثل جرائم الشرف.

الدفاع الذاتي والمقاومة العسكرية

تأسيس وحدات حماية المرأة (YPJ) في نيسان ٢٠١٣ كقوة خاصة بالدفاع تشارك جنباً إلى جنب مع القوات المختلطة في حماية المناطق من التهديدات، خصوصاً " داعش، ولم يكن دور المرأة في YPJ شكلي فقط، بل كان جزءاً محورياً من المعارك، ومن الدفاع عن السكان المدنيين.

فقد شاركت في معارك كثيرة مثل مقاومة كوباني، تحرير الرقة، الباغوز، وغيرها، حيث لعبت المقاتلات دوراً في هزيمة التنظيمات المتطرفة التي تمثل تهديداً ليس فقط للأمن، بل للحرية الشخصية وحقوق المرأة،

البُعد الاجتماعي والثقافي

يُمثّل مشروع، جنوار، (قرية المرأة) الذي بدأ عام ٢٠١٦ نموذجاً لاعتماد المرأة على نفسها، حيث يقتصر السكن والحياة في القرية على المرأة والأطفال، بتوفر المأوى، التعليم، المطعم، المستوصف، الأكاديمية، كمكانٍ لتجربة حياة مستقلة وخالية من العنف والتمييز،

بالإضافة إلى إدخال مادة تعليمية في الجامعة هي "جنولوجيا" (Jineoloji) أو (علم المرأة)، وهي رؤية نظرية وأكاديمية تُدرَّس لتفكيك النظام الأبوي، لإعادة كتابة التاريخ، تحليل السلطة، والتمييز ضد المرأة، بالإضافة لتوعية الرجال أيضاً بعلاقاتهم (الجندرة)،

الإنجازات والتحديات

رغم كل ما حققته المرأة في شمال وشرق سوريا فإنها تتعرض لتهديدات وتحديات منها:

ـ التهديدات الأمنية: الحروب المستمرة، الهجمات التركية، المجموعات المتطرفة، وضغط القوى الإقليمية التي تعارض مشروع الإدارة الذاتية، كل ذلك يؤثر على استقرار المؤسسات النسائية وأمن النساء،

ـ العادات الاجتماعية والذهنية الأبوية: لا يزال هناك مقاومة ثقافية كبيرة لتغيّر الأعراف، العنف الأسري، نظرة المجتمع لدور المرأة في البيت والخارج، والتمييز الخفي، فتغيير القوانين وحده غير كافٍ إن لم يصاحبه تحول ثقافي،

ـ الموارد والإمكانيات: تحتاج المؤسسات النسائية إلى دعم مالي تقني وبشري، وكذلك بنى تحتية للتعليم والصحة، في ظل ظروف الحرب والتدمير، بعض المناطق لا تزال تعاني انقطاع الخدمات، النزوح، الفقر،

ـ الخارج السياسي والدولي: يجري وضع ضغوط من جهات دولية وسياسية من الجهات التي لا ترغب بنموذج الإدارة الذاتية، السياسات التركية خصوصاً التي تعمل على إيجاد ضغوط دولية كثيرة، والحصار الاقتصادي، مشكلات الاعتراف، التداخلات العسكرية الخارجية تؤثر على قدرات بناء مؤسسات مستقرة للمرأة،

الرؤية المستقبلية

لكي يستمر النضال بنجاح، هناك عناصر مهمة يجب التركيز عليها:

ـ ترسيخ الثقافة والمناهج التعليمية: تعليم مبكر في المدارس حول المساواة، الجندرة، وحقوق المرأة، لتشكيل جيل جديد يدعم المساواة،

ـ تقوية البنى التحتية الاقتصادية: خلق فرص عمل للنساء، دعم التعاونيات، تمكين اقتصادي حقيقي يجعل المرأة ليست محتاجة وإنما منتجاً ومستقلاً اقتصادياً،

ـ توسيع المشاركة السياسية: ضمان تمثيل عادل للمرأة ليس فقط في المؤسسات الرسمية، بل في كل مستويات صنع القرار (المحليات، المجالس، قضائي، أمني)،

ـ حماية قانونية واجتماعية دائمة: قوانين أكثر صرامة ضد العنف الأسري، التحرش، الزواج القسري، وحرية الطلاق والميراث، وآليات تنفيذ مستقلة وفعّالة،

ـ الاستقرار الأمني والسياسي: معالجة التهديدات الخارجية، ضمان السلام والأمن، لأن غياب الاستقرار يعيق كل التقدّم الاجتماعي،

ـ شبكات دعم دولية ومحلية: ربط المؤسسات النسائية في روج آفا مع منظمات حقوق الإنسان، جامعات، مؤسسات الأبحاث لدعم الخبرة، الموارد، والضغط السياسي الدولي،

الخلاصة

إن نضال المرأة في شمال وشرق سوريا منذ ٢٠١١ ليس فقط قصة مقاومة في ظروف الحرب، بل مشروع بناء متكامل لتغيير جذري في بنية المجتمع، المرأة في شمال وشرق سوريا ليست مجرد متأثرة بالأحداث، بل هي مشاركة فاعلة، مُبدعة، ومُغيّرة، التحديات كبيرة، لكن الإنجازات أيضاً ملموسة، إذا ما استمر الالتزام المحلي بالمبادئ، وتوفر الدعم الدولي والمحلي، يمكن أن تكون تجربة شمال وشرق سوريا نموذجاً يحتذى به في بناء مجتمع أكثر عدلاً ومساواة في الشرق الأوسط.

مشاريع تنموية شاملة في الطبقة لرفع الواقع الخدمي مع اقتراب فصل الشتاء

مركز الأخبار ـ تواصل بلديات الشعب في مقاطعة الطبقة عملها، وذلك في إطار خططها التنموية لعام 2025، في تنفيذ سلسلة من المشاريع التنموية التي تسعى لتحسين البنية التحتية ورفع مستوى الخدمات المُقدمة للأهالي.

في إطار الاستعدادات لاستقبال فصل الشتاء وحرصاً على تحسين جودة الخدمات المُقدمة للأهالي، نفذت بلديات الشعب في مقاطعة الطبقة، بحسب الصفحة الرسمية لاتحاد البلديات، مجموعة من الأعمال المهمة، شملت إنشاء خطوط صرف صحي جديدة، إعادة تشغيل مضخات المياه، صيانة شبكات تصريف مياه الأمطار، بالإضافة إلى حملات نظافة مكثفة، بهدف تعزيز البنية التحتية ورفع جاهزية المدن لمواجهة الظروف الشتوية.

مشروع صرف صحي بطول ٧٠٠ متر

ضمن خطة المشاريع الاستثمارية لعام ٢٠٢٥، أطلقت بلدية الشعب في المنصورة بالتعاون مع مديرية الخدمات الفنية في الطبقة مشروعاً حيوياً جديداً يهدف إلى تحسين الواقع الخدمي في مركز مدينة المنصورة، ويتضمن المشروع تنفيذ خط صرف صحي بطول ٧٠٠ متر وقطر ٤٠ ملم، حيث سيخدم أكثر من ٥٠٠٠ نسمة من سكان حي المنسية، أحد الأحياء الرئيسية في المدينة، حيث إن أعمال المشروع ستنجز خلال مدة أقصاها ٤٥ يوماً بحسب الجهات المنفذة، وسط تأكيد على الالتزام بالمعايير الفنية والبيئية لضمان جودة التنفيذ واستدامة الخدمة.

إعادة تفعيل وتشغيل مضخة «عايد»

وفي سياق متصل أعلنت وحدة مياه الطبقة عن إعادة تفعيل وتشغيل مضخة «عايد»، وذلك بعد توقفها لمدة أربعة أيام نتيجة عطل في «الشراق»، وقد تم الانتهاء من أعمال الصيانة بنجاح، حيث جرى استبدال شراق الحديد التالف بشراق من نوع «نيتولين»، ما ساهم في إعادة تشغيل المضخة وضمان استمرارية ضخ المياه للمناطق المستفيدة.

وأكدت الوحدة إن فرق الصيانة الفنية عملت لضمان إصلاح العطل في أسرع وقت ممكن، مشددةً على حرصها الدائم على توفير المياه للمواطنين دون انقطاع، ومعالجة الأعطال الطارئة بأقصى سرعة وكفاءة،

صيانة المطريات واستمرار أعمال النظافة

وعلى صعيد آخر، باشرت دائرة الصرف الصحي في بلدية الشعب بمدينة الطبقة أعمال صيانة وتنظيف المطريات في مختلف أنحاء المدينة، وذلك ضمن استعداداتها المبكرة لاستقبال فصل الشتاء وتفادي تجمّع مياه الأمطار في الشوارع، وشملت الأعمال فتح وتنظيف الفتحات المطرية، وإزالة الأتربة والمخلفات المتراكمة التي قد تعيق تصريف المياه، بهدف ضمان الجاهزية التامة لشبكات الصرف مع بداية دخول فصل الشتاء،

وتأتي هذه الحملة بالتزامن مع استمرار أعمال دائرة النظافة التي تواصل جهودها اليومية في رفع القمامة وتنظيف الشوارع والأحياء للحفاظ على بيئة صحية ونظيفة في المدينة، وأكدت بلدية الشعب إن فرق الصرف الصحي والنظافة تعملان بشكلٍ متكامل، في إطار خطة خدمية شاملة لتحسين الواقع الخدمي في الطبقة ورفع جاهزية المدينة خلال فصل الشتاء.

التسميد الزائد في المزروعات.. الأسباب والأضرار وطرق العلاج الفعّالة

مركز الأخبار ـ تشكّل عملية التسميد جزءاً هاماً من العناية بالنباتات الزراعية، لكن الإفراط في استخدام الأسمدة يؤدي إلى أضرار جسيمة تهدد صحة المزروعات وجودة المحاصيل.

يؤدي التسميد الزائد إلى تراكم الأملاح والعناصر الغذائية في التربة، ما يرفع الضغط الأسموزي ويُعيق قدرة الجذور على امتصاص الماء، تظهر على النباتات علامات احتراق واضحة تتمثل في اصفرار أو تلون حواف الأوراق وذبولها، إضافةً إلى تلف الجذور التي قد تصبح سوداء ومرنة، ما يسبب توقفاً في نمو النبات وتأخر الإزهار، كما تتسبب تراكمات الأملاح على سطح التربة في تكوين قشرة بيضاء تؤثر سلباً على جودة التربة،

طرق التخلص من أثر التسميد الزائد

الري الغزير: يعتبر الري الغزير الطريقة الأسرع والأكثر فاعلية لتخفيف تراكم الأملاح، يُنصح بري التربة بكميات كبيرة من الماء على دفعات متباعدة لتجنب اختناق الجذور، مع مراعاة نوع التربة، حيث تتسرب المياه بسرعة في التربة الرملية مقارنةً بالطينية،

إيقاف التسميد فوراً: يجب التوقف عن إضافة أي أسمدة، سواء عضوية أو كيميائية، حتى تبدأ النباتات في التعافي،

قص الأوراق المتضررة: تساعد إزالة الأوراق المحترقة أو التالفة في تقليل الضغط على النبات وتحفيز نمو أوراق جديدة صحية،

إضافة مواد محسنة للتربة: مثل الكمبوست الناضج، لزيادة احتفاظ التربة بالماء وتحسين توازن العناصر الغذائية،

تحليل التربة: للحصول على تقييم دقيق لمستويات الأملاح والعناصر خاصةً عند انتشار المشكلة على نطاقٍ واسع،

استخدام محفزات حيوية: الاستعانة بمستخلصات طبيعية كالطحالب البحرية والأحماض الأمينية لتقوية النبات وتقليل آثار الصدمة،

نصائح وقائية للحد من مشاكل التسميد

استخدام أسمدة بطيئة الإطلاق أو عضوية للحد من مخاطر الاحتراق،

الالتزام بتعليمات التسميد وتجنب التسميد في فترات الذروة الحرارية أو الجفاف،

البدء بجرعات منخفضة وزيادتها تدريجياً حسب حاجة النبات،

إجراء تحاليل دورية للتربة لضبط مستويات العناصر بشكلٍ دقيق،

وبظل التسميد المتوازن والمراقبة المستمرة أفضل الطرق لضمان صحة المزروعات وتحقيق إنتاجية عالية، مع تجنب الأضرار التي قد تنتج عن التسميد الزائد.

دراسة تُحذّر: العالم سيواجه جفافاً شديداً ونقصاً حاداً في المياه خلال العقود القادمة

كشف باحثون في دراسة حديثة إن مشكلة الجفاف الطويل ونقص المياه ستزداد سوءاً بسبب الاحتباس الحراري، هذه الأزمة قد تؤثر على المدن والزراعة وحياة الناس في أنحاء كثيرة من العالم في السنوات القادمة،

الباحثون استخدموا مصطلح "يوم الصفر المائي" لوصف اللحظة التي يصبح فيها استهلاك المياه أكبر من كمية المياه المتوفرة من الأمطار والأنهار والخزانات، هذا يعني أن المدن أو المناطق الزراعية قد لا تستطيع توفير المياه الأساسية دون اتخاذ إجراءات طارئة،

النتائج تشير إلى أن ٣٥٪ من المناطق المعرضة للخطر قد تمر بهذه الأزمة خلال الخمسة عشر سنة القادمة، وأن حوالي ٧٥٠ مليون شخص قد يتأثرون بنقص المياه بحلول نهاية القرن، منهم ٤٧٠ مليوناً في المدن و٢٩٠ مليوناً في المناطق الريفية،

الدراسة التي أجراها مركز علوم فيزياء المناخ في جامعة بوسان بكوريا الجنوبية تعتمد على نماذج مناخية متطورة، وأظهرت أن مناطق مثل حوض البحر المتوسط وجنوب أفريقيا وأجزاء من أمريكا الشمالية وآسيا ستواجه مشاكل كبيرة في المياه،

الباحثون استخدموا مصطلح "يوم الصفر المائي" لوصف اللحظة التي يصبح فيها استهلاك المياه أكبر من كمية المياه المتوفرة من الأمطار والأنهار والخزانات، هذا يعني أن المدن أو المناطق الزراعية قد لا تستطيع توفير المياه الأساسية دون اتخاذ إجراءات طارئة،

كما أن ١٤٪ من الخزانات الكبيرة قد جفّ في أول موجة من هذا الجفاف، ما سيؤدي إلى مشاكل كبيرة في البنية التحتية والاقتصاد،

الباحثون أكدوا أن المشكلة ستستمر حتى لو تم تقليل الاحترار العالمي إلى ١.٥ درجة مئوية، مشيرين إلى ضرورة اتخاذ إجراءات عاجلة مثل تحسين إدارة المياه، إعادة استخدام المياه، وتطوير البنية التحتية لحماية مصادر المياه،

في النهاية، شددت الدراسة على أن التحرك السريع والمستدام هو الحل لتجنب أزمة مائية كبيرة قد تؤثر على حياة مئات الملايين حول العالم،