

الشهيد مالك الخليل.. تجسيد القيم النبيلة لمدينة تل حميس

روناهي، تل حميس - مالك الخليل، الشهيد الذي جسّد أسْمى معاني التضحية والشرف، فقدّم حياته في سبيل وطنه، ليبقى اسمه محفوراً في قلوب ذويه وأبناء مدينته كمثل اللبولة والإخلاص.



مدينة تل حميس، تلك الأرض التي أنبتت العديد من الأبطال. وقد انضم إلى صفوف القوات العسكرية في منطقة الهول بتاريخ الرابع من حزيران عام ٢٠٢٥. ليكتب فصلاً جديداً من الشجاعة والتفاني حيث استشهد بتاريخ ١٢ كانون الأول ٢٠٢٥، تاركاً وراءه إرثاً عظيماً من التضحية.

الشهيد «مالك الخليل» جسد للقيم النبيلة، التي نشأ عليها أبناء هذه المدينة منذ صغره، فقد كان يمتلك حساً عالياً بالمسؤولية وحباً عميقاً لوطنه، وهو ما دفعه للانضمام إلى القوات العسكرية في منطقة الهول. ففي الوقت الذي فضل فيه البعض العيش بأمان قرر «الخليل» أن يسير في طريق مليء بالمخاطر وأصعب حياة وطنه. وأمان شعبه فوق كل اعتبار شجاعته وإيمانه بقضيته جعلاه يقف في الصفوف الأمامية، مدفوعاً عن أرضه بكل ما علك.



كان «الخليل» جزءاً من هذه المنظومة الشريفة، التي حملت على عاتقها حماية الأرض والعرض. فاستشهاده يذكرنا أن الحرية التي نعيشها اليوم لم تأت بسهولة، بل بفضل دماء طاهرة سالت على أرض هذا الوطن. فكل قطرة دم سالت كانت ثمناً لحررتنا وأماننا. و«مالك الخليل» واحد من هؤلاء الأبطال.

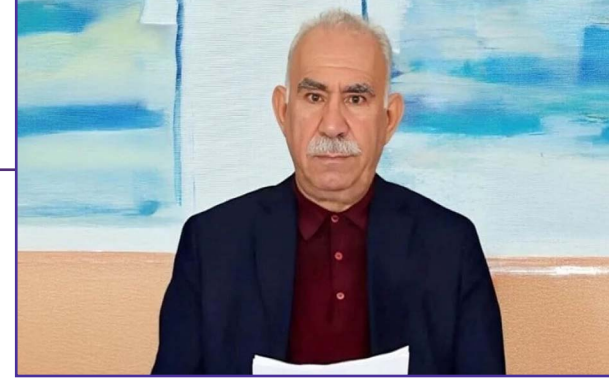
تجمع المؤسسات في مزار الشهداء

وفي الخامس عشر من كانون الأول الجاري، اجتمعت المؤسسات في مدينة تل حميس لتقديم واجب العزاء في مزار الشهداء، حيث يرقد «مالك الخليل». ومثل هذا التجمع تعبير عن الوحدة الوطنية والاعتزاز بأبطال الوطن، الذين ضحوا بأرواحهم ليبقى الوطن حراً. فكلما تالفخر والحنن امتزجت في ذلك

دور القوات العسكرية وتضحياتهم

فالقوات العسكرية، التي انضم إليها الشهيد «مالك الخليل» ليست مؤسسة عسكرية، بل درع الوطن وسيفه، هؤلاء الأبطال الذين يضحون بأرواحهم يومياً، يقدمون لنا دروساً عظيمة في الشجاعة والتفاني. وقد

الأحزاب التركية و«عملية السلام والمجتمع الديمقراطي» في تركيا



لم يعد دور الحديث حول عملية السلام الجارية في تركيا عن كيفية الوصول إليها بل عمّن لا يريد الوصول إليها أساساً. فالتقارير التي قدّمتها الأحزاب التركية إلى اللجنة البرلمانية حول عملية السلام والمجتمع الديمقراطي، تكشف بوضوح أن المشكلة ليست تقنية ولا زمنية، بل سياسية بامتياز - ٥

روناهي

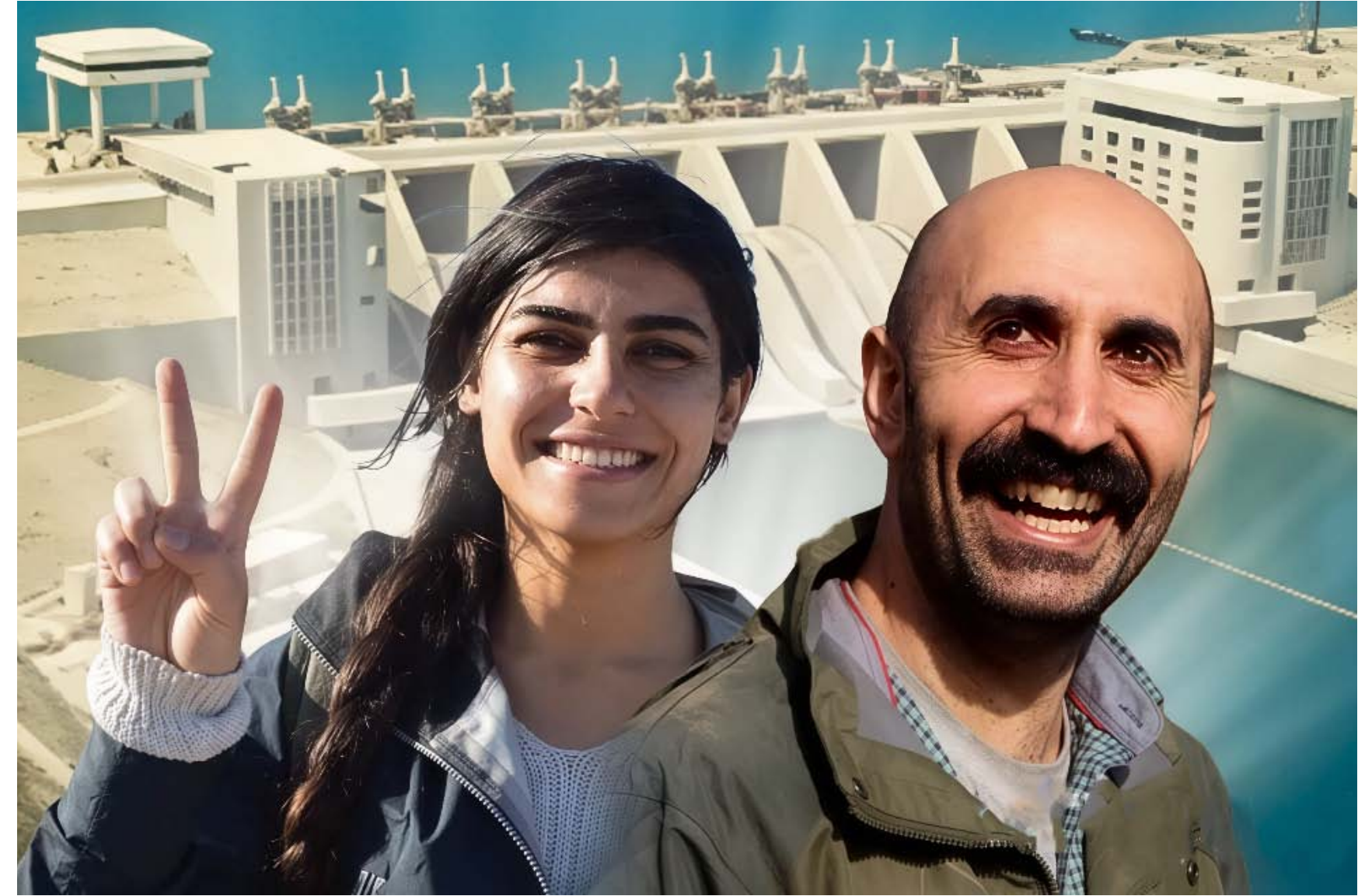
عين الحقيقة

يومية سياسية ثقافية اجتماعية عامة تصدر عن مؤسسة روناهي للإعلام والنشر

أسست عام ٢٠١١ - السنة الخامسة عشرة | العدد: ٢٢٩٢ | النسخة الإلكترونية - ٢٢٩٢ | الجمعة - ١٩ كانون الأول ٢٠٢٥

في الذكرى السنوية الأولى لاستشهاد الصحفيين جيهان بلكين وناظم داشتان.. محاسبة الجناة انتصار للحقيقة

مرّ عام على استشهاد سانرو درب الحقيقة، الصحفيين جيهان بلكين وناظم داشتان في مقاومة «سد تشرين»: إلا أن محاسبة الجناة لم تتم حتى اللحظة، فلا زالت الصحافة الحرة في شمال وشرق سوريا تقاوم الاستهدافات المتكررة من المحتل التركي والجهات المفرضة، الرامية لقمع «صوت الحقيقة»، في حين يلوذ المجتمع الدولي الصمت حيال استهداف الإعلام الحر وفي مقدمتها المنظمات المعنية بحقوق الصحفيين التي تقصي إعلاميو شمال وشرق سوريا من أبحاثها بالرغم من أنهم فقط من يظهرون الحقيقة.. ص - ٢ - ٣



من دمشق إلى واشنطن... اختبار النار للتحالفات الجديدة في سوريا

في قلب البادية السورية، تتفاطع الجغرافيا الفاسية مع تاريخ مثقل بالحروب والانكسارات. عادت تدمر لتفرض نفسها بوصفها عقدة أمنية وسياسية تختبر مآلات المرحلة السورية الجديدة، ليست المدينة الأثرية مجرد موقع رمزي؛ إنها مرآة للصراع على الدولة، وعلى معنى المشاركة الدولية في محاربة الإرهاب. وعلى من يمتلك الشرعية الميدانية والخبرة التراكمية في مواجهة مجموعات أثبتت، مراراً، قدرتها على التسلل والضرب من الداخل - ص - ٨



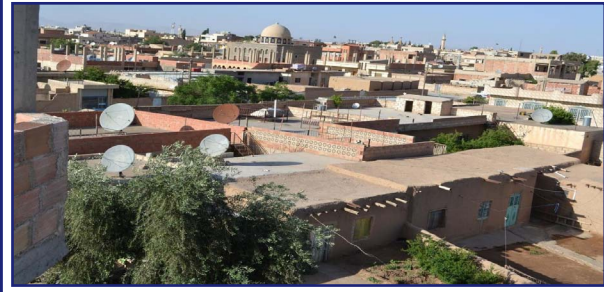
دجلة علي: الأمن والاستقرار خط أحمر لا يمكن المساس به



أشارت الإدارية في قوى الأمن الداخلي بمقاطعة الفرات دجلة علي، إلى أن الحملة التي قاموا بها جاءت استناداً إلى معلومات أمنية دقيقة حول نشاطات إجرامية تهدد أمن الأهالي. مؤكدة أن القوى الأمنية مستمرة في ملاحقة الخارجين عن القانون، ص - ٢

أسست عام ٢٠١١ - السنة الخامسة عشرة | العدد: ٢٢٩٢ | النسخة الإلكترونية - ٢٢٩٢ | الجمعة - ١٩ كانون الأول ٢٠٢٥

جولة بين ثنايا تاريخ منطقة الدرياسية الاسم.. الموقع.. والتاريخ



كانت «الدرياسية» أرضاً جرداء واسعة، وتعود ملكيتها إلى شخص كردي اسمه درياس، وهو مؤسس وكبير عائلة درياس، التي لا تزال موجودة. وقد قام درياس ببيع هذه الأرض على شكل قسائم، لتسمى بعدها باسم الدرياسية نسبة للملكها الأصلي، ص - ٩

توزيع مازوت التدفئة في مدينة السبخة.. جهود لتخفيف العبء على الأهالي



باشرت دائرة المحروقات في مقاطعة الرقة، عملية توزيع بطاقات مازوت التدفئة على أهالي مدينة السبخة وريفها. هذه الخطوة تأتي بعد أشهر من التحضير والإحصاء السكاني الذي أجراه المجلس التنفيذي في المقاطعة، ص - ٧

بعد الهطولات المطرية.. مزارعو كركي لكي يستبشرون خيراً بموسم هذا العام



عبر مزارعون من مدينة كركي، عن سعادتهم بهطول الأمطار خلال الأسبوع المنصرم، واستبشروا خيراً بموسم زراعي ناجح، فيما طالبوا الجهات المعنية للتدخل ضمن الإمكانيات المتاحة لضمان نجاح الموسم الزراعي، ص - ٧



الشهيدة «جيهان بلكين».. إعلامية وثقت مقاومة الشعوب الحرّة واتبعت نهج الحقيقة حتى الشهادة

قامشلو، ملاك علي - في زمن تُستهدف فيه الحقيقة كما يُستهدف حاملوها، ارتقت الصحفية "جيهان بلكين" إلى مرتبة الشهادة، وهي تؤدي واجبها المهني والإنساني في تغطية هجمات دولة الاحتلال التركي ومرتزقتها، على سد تشرين في إقليم شمال وشرق سوريا. بتاريخ 19 كانون الأول 2024، لم تكن جيهان مراسلة تنقل الأخبار وحسب، بل كانت صوتاً مقاوماً، وقلماً حراً اختار أن يكون في قلب الحدث، إلى جانب الشعب، حتى آخر لحظة من حياتها.

وُلدت الشهيدة جيهان محمد نسرين بلكين في مدينة منباج التابعة لمحافظة ماردين في باكور كردستان ونشأت في بيئة اجتماعية متنوعة يقيم الانتماء والوعي بالفضية والهوية، حيث أنها درست القانون في جامعة آمد ما شكّل أساساً معرفياً قوياً انعكس لاحقاً على عملها الصحافي خصوصاً في تناول قضايا الحقوق والحريات والانتهاكات بحق المدنيين.

انضمت الشهيدة جيهان بلكين إلى وكالة أنباء هوار ومراسلة ميدانية، فعملت لسنوات في تغطية الأحداث السياسية والعسكرية والاجتماعية في شمال وشرق سوريا. تميّزت تقاريرها بالجرأة والدقة، وكانت حاضرة في مناطق التوتر والخطر ناقلةً معاناة المدنيين والانتهاكات حقوق الإنسان، و دور المرأة في المقاومة وبناء المجتمع. يومًا عن زيارة النزول إلى المنباج، معتبرة أنّ الصحفية الحقيقية هي من يكون قريباً من الناس ومن الحدث، مهما كانت المخاطر.

جسّدت جيهان المقاومة بالفلم، إذ واجهت آلة الحرب والتعقيم الإعلامي بالكلمة والصورة والشهادة الحيّة. رأت في الإعلام وسيلة لكشف الجرائم ومنع طمس الحقيقة، وكانت تترك أنّ وجودها في الميدان يشكل خطراً، لكنها اختارت لمواجهة بدل الصمت.

في سياق ازدياد الهجمات على البنية التحتية الحيوية، وعندما بدأت دولة الاحتلال التركي يقصف سد تشرين في إقليم شمال وشرق سوريا، كانت الشهيدة جوهان بلكين في مقدّمة الصحفيين الذين نوّجوها إلى المكان لتغطية التطورات ميدانياً، وقد سجّل لها موصف ريادي وتاريخي باعتبارها أول صحفية امرأة تصل إلى سد تشرين في ظل القصف والهجمات المستمرة متحمّيةً المخاطر الكبيرة، لأداء واجبها الإعلامي ونقل حقيقة ما يجري على الأرض، في وقت كانت فيه المنطقة تشهد ظروفًا أمنية بالغة الخطورة.

الأمنية التي نفّذتها قوى الأمن الداخلي وقوات سوريا الديمقراطية ووحدات حماية المرأة ضد خلايا مرتزقة داعش في إقليم شمال وشرق سوريا، ومخيم الهول، إضافة

وفي إطار التزامها بالصحافة كفعل مقاومة، لم تقتصر مهمتها على التغطية الإعلامية فحسب، بل شاركت فعلياً في مقاومة سد تشرين إلى جانب الأمالي برفقة رفيقها الشهيد ناظم داشنان، حيث شكّلا معاً نموذجاً للصحفيين اللذين يفضيان شعبهم. وفي ١٩ كانون الأول ٢٠٢٤، وأثناء استمرارها في أداء واجبهما الصحافي وتغطيتيها للفصص والاعتداءات على السد، تعرّضا لاستهداف مباشر أدى إلى استشهادهما. لتُتّوَّج مسيرتهما التضالية بالشهادة وهما في قلب الميدان.

جيهان بلكين رمز الصحافة الحرّة

ومن هذا المنطلق استذكرت الإعلامية ومقدمة البرامج في قناة اليوم، وعضوة الهيئة الإدارية في اتحاد إعلام المرأة (YR) «هولير حكيم» مسيرة الشهيدة الهلنية والإنسانية، مؤكّدة أنّ استشهادها شكّل محطة مفصلية في تاريخ الصحافة الكردية وصحافة المرأة في إقليم شمال وشرق سوريا.

وقالت هولير: «إنّ استذكّار الشهيدة جيهان بلكين يتم ويؤسنا مرفوعة، لما تركته من إرث كبير في مسيرة الصحافة الكردية؛ لأنها لم تكن مجرد صحفية تنقل الخبر، بل

وشرق سوريا لم تعد حاضرة كعنصر ثانوي، بل أصبحت صانعة رأي مؤرّخة الاحتلال التركي على إقليم شمال وشرق سوريا، ولا سيما الهجمات التي استهدفت سد تشرين»

وأضافت أنّ وجودها في الميدان واسمها كصحفية ميدانية شكّلا مصدر إرباك للدولة التركية، الأمر الذي أدى بحسب تعبيرها إلى استهدافها بشكل مباشر فأقدمت مستيرة برفدار تركية على قصف السيارة التي كانت تقلها برفقة زميلها الصحفي «ناظم داشنان» أثناء توجههما لتغطية الأحداث في سد تشرين.

وأشارت هولير إلى أنّها لم تتح لها فرصة لنساء الشهيدة جيهان على أرض الواقع، إلّا أنّها كانت تتابع عملها باستمرار بحكم عملها الإعلامي، من خلال موقع وكالة أنباء هوار وشاشات التلفزيون، مثلها مثل ملايين المتابعين، وصفتها بأنها كانت دائماً الصحنى «ناظم داشنان» أثناء توجههما لتغطية الأحداث في سد تشرين.

وأشارت هولير إلى أنّها لم تتح لها فرصة لنساء الشهيدة جيهان على أرض الواقع، إلّا أنّها كانت تتابع عملها باستمرار بحكم عملها الإعلامي، من خلال موقع وكالة أنباء هوار وشاشات التلفزيون، مثلها مثل ملايين المتابعين، وصفتها بأنها كانت دائماً الصحنى «ناظم داشنان» أثناء توجههما لتغطية الأحداث في سد تشرين.

صوت لا يُستهدف

ويبّنت هولير، إنّّ الإعلاميات والصحفيات في إقليم شمال وشرق سوريا، لعين دوراً أساسياً في فضح محاولات التشويه والتضليل التي تستهدف الإقليم، وحماية مكتسبات الشعب وقيمه، ونقل صورة المقاومة والصمود إلى العالم، حتى أصبحت المرأة السورية في إقليم شمال وشرق سوريا عموماً، والمرأة الكردية خصوصاً، نموذجاً يُحتذى به على مستوى الشرق الأوسط والعالم، بفضل أفلام وكاميرات الإعلاميات وسلاح البطلات المقاتلات.

وفي سياق متصل، انتقدت هولير التقرير السنوي الصادر عن «منظمة مراسلون بلا حدود» لعام ٢٠٢٥، واصفة إياه بحط انتقاد كبير، وأكدت أنّ الإعلاميات والصحفيات في إقليم شمال وشرق سوريا، وفي اتحاد إعلام المرأة الحر (YRJ)، يدين «جاهل المنظمة الجرائم التي ارتكبتها الدولة التركية بحق الصحفيين والصحفيات في المنطقة، واستنكرت هولير جاهل التقرير لاستهداف المتعمد، الذي ينفذه الطيران المسدّر التركي بحق الصحفيين أثناء تغطيتهم الهجمات على سد تشرين، مطالبة منظمة مراسلون بلا حدود

على مواصلة الطريق بخطا أكثر فرة وإصرار، والسير على نهجهم في النضال والعمل الإعلامي.

وتستعيد هيفيدار بداية معرفتها بالشهيدة جيهان بلكين منذ عام ٢٠١٧، مع انطلاقها الأولى في مجال الإعلام، مشيرة إلى أنّها هي أول امرأة تتعرف عليها في هذا المنسار، حيث إنّها التقت بها خلال دورة تدريبية في مدينة قامشلو، في الفترة التي كانت تعمل فيها الصحفية جيهان في وكالة هوار للأنباء، وتمّ تكليفها بمرافقتها ومساعدتها في خطورتها الأولى، وخلال تلك المرحلة، جمعت بينهما الإقامة في الكومين نفسه والغرفة ذاتها، لتتحول العلاقة من زمالة عمل إلى صداقة حقيقية.

وتوضح هيفيدار أنّ الشهيدة جيهان لم تكن مجرد إعلامية ملتزمة بعملها، بل كانت إنسانة محبة للحياة بكل تفاصيلها، ففي خارج إطار العمل كانت صديقة بكل

معنى الكلمة، تنشر الطاقة الإيجابية في محيطها، وتسعى دائماً إلى خفير من حولها على حب الإعلام والعمل به، ونهوت إلى أنّها لعبت دوراً أساسياً في تعميق تعلقها بالجال الإعلامي، من خلال شغفها، وحبها للتعليم، ومشاركتها المستمرة للمعرفة.

وتضيف أنّ أيامهما في شوارع قامشلو، كانت مليئة بالحيوية، فكانتا تنجولان بحب، وعند العودة إلى المنزل كانت الشهيدة جيهان تخصص وقتها للقراءة، فتشارك ما تقرأه وتشرحه بأسلوب بسيط، ملء بالضح والمزاح، حتى نهاية اليوم، كما كانت

ساعات من استنهاها، والنشورة على موقع وكالة أنباء هوار، مؤكّدة للنزف عن حبها الكبير للحياة.

وترى هيفيدار، أنّ الحديث عن الشهيدة جيهان لا يمكن أن يوفيهما حقها، خاصة أنّ حضورها كان ملموساً في كل مكان عملت فيه؛ إنّ سماع صوتها في المركز الإعلامي كان مؤثراً على أنّ شيئاً جميلاً سيحدث، فقد تركت أثراً عميقاً وشوقاً دائماً، إنمّا وُجدت، وكانت تمتك قلباً رقيقاً وإحساساً عالياً بالمسؤولية.

خلّ بنا أو بدوننا.»
ساعات من استنهاها، والنشورة على موقع وكالة أنباء هوار، مؤكّدة للنزف عن حبها الكبير للحياة. وترى هيفيدار، أنّ الحديث عن الشهيدة جيهان لا يمكن أن يوفيهما حقها، خاصة أنّ حضورها كان ملموساً في كل مكان عملت فيه؛ إنّ سماع صوتها في المركز الإعلامي كان مؤثراً على أنّ شيئاً جميلاً سيحدث، فقد تركت أثراً عميقاً وشوقاً دائماً، إنمّا وُجدت، وكانت تمتك قلباً رقيقاً وإحساساً عالياً بالمسؤولية.

إعلامية صنعت الأثر وتركته في القلوب

وتلفت إلى أنّ الشهيدة جيهان اتخذت قراراً مصيرياً بترك عائلتها ودراستها الجامعية، رغم قدرتها على النجاح الأكاديمي، من أجل ثورة روج أفا، وقضية المرأة وإيصال حقيقة ما يجري في المنطقة، وخدمة الشعب الكردي، وتحفز هذه الخطوة بأنّها تعبير صادق عن التزامها بقيم النضال والإيمان بدور المرأة في التغيير.

وترى هيفيدار، أنّ للشهيدة قصصاً كثيرة ذات معنى، خاصة خلال فترات التدريب، حيث كانت توصل الأفكار بأسلوب مرح يعتمد على المزاح والبساطة، ما يجعل للمعلومة تصل بسهولة، إلى النساء، كانت تغني لزميلاتها، كما كانت تحفظ دائماً بعدد كبير من الكتب للقراءة، وعندما كانت تُسأل عن طاقفها التي لا تنضب، كانت تجيب بأن هذه الطاقة يجب أن تبقى حاضرة دائماً.

وتؤكّد هيفيدار أنّها لم تلاحظ يوماً تغيراً في مزاج أو شخصية الشهيدة جيهان، رغم الظروف الصعبة، وعندما كانت تزورها في كوبيان، وتلفت انتباهها إلى إنباتها الدائم، كانت تجيب بأن فهم الحياة وحبها هو سر الاستمرار في الكفاح، وسبب بقاء المعنوية مرفوعة، وُجدد الروح باستمرار.

وتتطرق هيفيدار إلى الأيام الأخيرة قبل استشهاد الصحفية جيهان بلكين، وناظم داشنان، مشيرة إلى إصرارهما على التوجه إلى سد تشرين، رغم التحذيرات المتكررة من توتر الأوضاع؛ إنّهما حضرا لوداع أصدقائهما بمعنويات عالية وعناق دافئ، وسط اعتقاد الجميع بأنّهما سيعودان، دون توقع أنّ تكون تلك الرحلة بلا عودة.

وتضيف؛ «إنّ استشهادهما يأتي في سياق محاولات الدولة التركية، المستمرة لكسر إرادة المرأة الحرّة، التي تناضل من أجل ثورة كردستان، إلّا أنّ استشهادهما شكّل دليلاً جديداً على قوة حضورهما وتأثيرهما، مؤكّدة أنّ كفاحهما سيبقى حاضراً، مهما مرت السنوات، وأنّ الأصدقاء الذين فتحوا الطريق وقدموا حياتهم سيظلون سبباً في تقدم المسيرة».

وتؤكّد هيفيدار أنّ سد تشرين سيبقى صوت الشهداء، «جيهان بلكين، وناظم داشنان»، وإنّ الشهيد الصحفي «مكيدي روج» سيظل رمزاً للنضال والمقاومة، وأن وصولها إلى سد تشرين للمرة الأولى أعاد إلى ذاكرتها أنّ من تواجدها هناك قبل استشهادها الصحفي «مكيدي روج»؛ «إن وجودهما الجسدي غاب، لكن موقفهما النضالي ما زال حاضراً بقوة، وكان الدافع الأساسي للاستمرار في هذا الطريق، وأنّ نضالهما ومقاومتهم سيبقيان حيّين في الذاكرة والمسيرة».

r.ronahi2011@gmail.com http://www.ronahi.net

بينها القفز بالحبل.. سبعة تمارين لتقوية عضلات الساق



ثانية واحدة للرفع، ثانية واحدة للتوقف، ثابتيان أو ثلاث ثوانٍ للأسفل.

– رفع ريلة واحدة.

يهدف تمرين رفع ريلة واحدة في كل مرة عضلة الساق. فضلاً عن تعزيز التوازن والنبات.

كيفية أداء التمرين: قف على قدم واحدة على درجة، والمس الخانط برفق لتحقيق التوازن فقط، بعدها ترفع الكعب للأعلى قدر الإمكان. ثم تتوقف وتنزل ببطء مع الحفاظ على استقامة الجذع.

عدد المجموعات والتكرار: ثلاث مجموعات من ١٥-١٠ تكراراً لكل ساق مع التركيز على التحكم أثناء التمرين.

– رفع الريلة جلوساً.

يستهدف هذا التمرين تقوية عضلة الساق الأساسية الكبيرة البارزة، يستهدف تمرين رفع الريلة أثناء الجلوس (الركبة مثنية)، عضلة باطن القدم، وهي العضلة الأعمق والأكثر قدرة على التحمل.

كيفية أداء التمرين: اجلس مع ثني الركبتين بزاوية ٩٠ درجة، حافظ على قدميك متريتين، وصدرك مرفوعاً، ادفع القدمين مسطحتين على الأرض، ثم ترفع الكعبين للمشي لفترة طويلة، فيما تزامن مع خطوات قصيرة وثابتة.

عدد المجموعات والتكرار: خمس جولات من ٢٠-١٠ ثانية مع راحة من ٣٠-١٠ ثانية.

– المشي على أصابع القدم؛

عدد المجموعات والتكرار: ٤-٣ مجموعات

من ١٠-٢٠ تكراراً، حافظ على إيقاع بطيء

يستهدف هذا التمرين تقوية عضلة الساق الأساسية الكبيرة البارزة، يستهدف تمرين رفع الريلة أثناء الجلوس (الركبة مثنية)، عضلة باطن القدم، وهي العضلة الأعمق والأكثر قدرة على التحمل.

كيفية أداء التمرين: ينصح بالحفاظ على ثني الركبتين قليلاً، والقفز على مقدمة القدمين بفرات سريعة وخفيفة، ثم يتم تدوير الحبل باستخدام المعصمين بشكل متزامن مع خطوات قصيرة وثابتة.

عدد المجموعات والتكرار: ثلاث مجموعات من ٣٠-٢٠ ثانية مع راحة من ٣٠-١٠ ثانية.

– القفز بالحبل؛ يستهدف القفز بالحبل على بناء قدرة تحمل عضلات الساق، والألياف سريعة الانقباض، وتعزيز التنسيق. كيفية أداء التمرين: ينصح بالحفاظ على ثني الركبتين قليلاً، والقفز على مقدمة القدمين بفرات سريعة وخفيفة، ثم يتم تدوير الحبل باستخدام المعصمين بشكل متزامن مع خطوات قصيرة وثابتة.

عدد المجموعات والتكرار: خمس جولات من ٣٠-١٠ ثانية مع راحة من ٣٠-١٠ ثانية.

– المشي على أصابع القدم؛

عدد المجموعات والتكرار: ٤-٣ مجموعات

من ١٠-٢٠ تكراراً، حافظ على إيقاع بطيء

يستهدف هذا التمرين تقوية عضلة الساق الأساسية الكبيرة البارزة، يستهدف تمرين رفع الريلة أثناء الجلوس (الركبة مثنية)، عضلة باطن القدم، وهي العضلة الأعمق والأكثر قدرة على التحمل.

كيفية أداء التمرين: ينصح بالحفاظ على ثني الركبتين قليلاً، والقفز على مقدمة القدمين بفرات سريعة وخفيفة، ثم يتم تدوير الحبل باستخدام المعصمين بشكل متزامن مع خطوات قصيرة وثابتة.

عدد المجموعات والتكرار: ثلاث مجموعات من ٣٠-٢٠ ثانية مع راحة من ٣٠-١٠ ثانية.

– القفز بالحبل؛ يستهدف القفز بالحبل على بناء قدرة تحمل عضلات الساق، والألياف سريعة الانقباض، وتعزيز التنسيق. كيفية أداء التمرين: ينصح بالحفاظ على ثني الركبتين قليلاً، والقفز على مقدمة القدمين بفرات سريعة وخفيفة، ثم يتم تدوير الحبل باستخدام المعصمين بشكل متزامن مع خطوات قصيرة وثابتة.

عدد المجموعات والتكرار: خمس جولات من ٣٠-١٠ ثانية مع راحة من ٣٠-١٠ ثانية.

r.ronahi2011@gmail.com http://www.ronahi.net

الساق لأنها تساهم في نمو الألياف سريعة الانقباض

يستهدف المشي على أصابع القدم عضلات الساق مع تعزيز ثبات القبضة

عضلات الساق مع تعزيز ثبات القبضة وعضلات الجذع. كيفية أداء التمرين: يتم استخدام صندوق منخفض إلى متوسط، يبدأ التمرين بالوقوف باستقامة، والانطلاق للأعلى باستخدام عضلات الساق والورك، والهبوط برفق على مقدمة القدمين مع ثني الركبتين قليلاً، ثم النزول بهدوء.

عدد المجموعات والتكرار: ثلاث مجموعات من ١٥-١٠ تكراراً لكل ساق.

– القفز بالحبل؛ يستهدف القفز بالحبل على بناء قدرة تحمل عضلات الساق، والألياف سريعة الانقباض، وتعزيز التنسيق. كيفية أداء التمرين: ينصح بالحفاظ على ثني الركبتين قليلاً، والقفز على مقدمة القدمين بفرات سريعة وخفيفة، ثم يتم تدوير الحبل باستخدام المعصمين بشكل متزامن مع خطوات قصيرة وثابتة.

عدد المجموعات والتكرار: ثلاث مجموعات من ٣٠-٢٠ ثانية مع راحة من ٣٠-١٠ ثانية.

– القفزات البليومترية؛ تُعرف تمارين القفزات البليومترية بأهميتها لتعزيز قوة وقدرة عضلات

الساق لأنها تساهم في نمو الألياف سريعة الانقباض

كيفية أداء التمرين: يتم استخدام صندوق منخفض إلى متوسط، يبدأ التمرين بالوقوف باستقامة، والانطلاق للأعلى باستخدام عضلات الساق والورك، والهبوط برفق على مقدمة القدمين مع ثني الركبتين قليلاً، ثم النزول بهدوء.

عدد المجموعات والتكرار: ثلاث مجموعات من ٣٠-٢٠ ثانية مع راحة من ٣٠-١٠ ثانية.

– القفزات البليومترية؛

تُعرف تمارين القفزات البليومترية بأهميتها لتعزيز قوة وقدرة عضلات

الساق لأنها تساهم في نمو الألياف سريعة الانقباض

كيفية أداء التمرين: يتم استخدام صندوق منخفض إلى متوسط، يبدأ التمرين بالوقوف باستقامة، والانطلاق للأعلى باستخدام عضلات الساق والورك، والهبوط برفق على مقدمة القدمين مع ثني الركبتين قليلاً، ثم النزول بهدوء.

عدد المجموعات والتكرار: ثلاث مجموعات من ٣٠-٢٠ ثانية مع راحة من ٣٠-١٠ ثانية.

– القفزات البليومترية؛

تُعرف تمارين القفزات البليومترية بأهميتها لتعزيز قوة وقدرة عضلات

الساق لأنها تساهم في نمو الألياف سريعة الانقباض

كيفية أداء التمرين: يتم استخدام صندوق منخفض إلى متوسط، يبدأ التمرين بالوقوف باستقامة، والانطلاق للأعلى باستخدام عضلات الساق والورك، والهبوط برفق على مقدمة القدمين مع ثني الركبتين قليلاً، ثم النزول بهدوء.

عدد المجموعات والتكرار: ثلاث مجموعات من ٣٠-٢٠ ثانية مع راحة من ٣٠-١٠ ثانية.

– القفزات البليومترية؛

تُعرف تمارين القفزات البليومترية بأهميتها لتعزيز قوة وقدرة عضلات

الساق لأنها تساهم في نمو الألياف سريعة الانقباض

كيفية أداء التمرين: يتم استخدام صندوق منخفض إلى متوسط، يبدأ التمرين بالوقوف باستقامة، والانطلاق للأعلى باستخدام عضلات الساق والورك، والهبوط برفق على مقدمة القدمين مع ثني الركبتين قليلاً، ثم النزول بهدوء.

عدد المجموعات والتكرار: ثلاث مجموعات من ٣٠-٢٠ ثانية مع راحة من ٣٠-١٠ ثانية.

– القفزات البليومترية؛

تُعرف تمارين القفزات البليومترية بأهميتها لتعزيز قوة وقدرة عضلات

الساق لأنها تساهم في نمو الألياف سريعة الانقباض

كيفية أداء التمرين: يتم استخدام صندوق منخفض إلى متوسط، يبدأ التمرين بالوقوف باستقامة، والانطلاق للأعلى باستخدام عضلات الساق والورك، والهبوط برفق على مقدمة القدمين مع ثني الركبتين قليلاً، ثم النزول بهدوء.

عدد المجموعات والتكرار: ثلاث مجموعات من ٣٠-٢٠ ثانية مع راحة من ٣٠-١٠ ثانية.

– القفزات البليومترية؛

تُعرف تمارين القفزات البليومترية بأهميتها لتعزيز قوة وقدرة عضلات

الساق لأنها تساهم في نمو الألياف سريعة الانقباض

بانوراما الرياضة العالمية للعام ٢٠٢٥.٧-

روناهي، قامشلو - في العدد السابع من بانوراما الأحداث الرياضية للعام 2025، نستعرض بطولات كرة القدم والتنس العالمية، التي حصلت في العام الحالي 2025.



كرة القدم والتنس في العالم لهما بطولات مكثفة مقارنة بباقي الألعاب. وفي هذا الجزء الذي ننشره، وهو السابع فقد كانت البطولات العالمية لهاتين اللعبتين على الشكل التالي:

– بتاريخ ٢٠٢٥/٥/٣١، حقق بارسي سان جيرمان إنجازاً تاريخياً بنتيجته بلقب دوري أبطال أوروبا للمرة الأولى في تاريخه. بعد فوزه الساحق على إنتر ميلان الإيطالي بنتيجة ٥-٠ صفى في المباراة النهائية، التي جمعتهما على ملعب أليانز آرنا في ميونيخ.

وخل الفريق الباريسي لمواجهة بقوة منذ الدقائق الأولى. وفرض سيطرته على مجريات اللعب. فأطلق أشرف حكيمي الشرارة الأولى بتسجيله الهدف الأول في الدقيقة ١٢، ولم تمض سوى ثماني دقائق حتى ضاعف الفريق النتيجة بهدف ثانٍ جاء عبر تسديدة من ديزيري دوي. أصطدمت بالمدافع ديماركو وسكنت الشباك.

وأضاف ديزيري دوي الهدف الثالث في الدقيقة ١٣، وجاء الدور على النجم الجورجي كفاترانسخيليا، الذي أحرز الهدف الرابع في الدقيقة ٧٢، واختتم باريس سان جيرمان المباراة بهدف خامس عبر سيلبي مايولو في الدقائق الأخيرة. ليعن نفسه بطلاً لأوروبا.

وبهذا الانتصار، يُنهى باريس سان جيرمان سنواتٍ من الانتظار ومحاولاتٍ عديدة لاعتلاء عرش أوروبا. ويَسْطَرُ اسمه بين الكبار بعد أداءٍ استثنائيٍّ ومسنق.

– بتاريخ ٢٠٢٥/٧/١٧، توجت الأمريكية كوكو جوف بلقب رولان غاروس للمرة الأولى بعد التغلب في المباراة النهائية على المصنفة الأولى عالمياً، كوكو جوف، المصنفة الثانية عالمياً.



وقتها، في حسم اللقاء بمجموعتين مقابل واحدة. بواقع (٧٦) و (٢١) و (٦) و (٤)، في غضون ساعتين و ٣٨ دقيقة، وتوجت الأمريكية بلقبها الثاني في بطولات الغراند سلام، بعد أمريكا المفتوحة عام ٢٠٢٣، الذي حسمته

على حساب أرينا سابالينكا أيضًا. كما عوضت خسارتها لنهائي رولان غاروس في عام ٢٠٢٢، أمام البولندية إيفا شنفيوتيك.

في المقابل، خسرت أرينا سابالينكا النهائي الثاني على التوالي في الغراند سلام، بعد سقوطها أمام الأمريكية الأخرى، ماديسون كيز، في أستراليا المفتوحة مطلع العام الجاري، وحسب شبكة «أوبتا» للإحصائيات، أصبحت كوكو جوف أصغر لاعبة تتوج بلقبى أمريكا المفتوحة ورولان غاروس، منذ سيرينا ويليامز عام ٢٠٠٢، كما باتت أصغر لاعبة تتوج بأكثر من لقب في الغراند سلام، على أرضيتين مختلفتين. منذ ماريا شارابوفا في ٢٠٠٤، وأمريكا المفتوحة عام ٢٠٠١، وُجِحت كوكو جوف أيضًا في أن تصبح أول لاعبة، تغلب على المصنفة الأولى عالمياً في نهائي غراند سلام، بعد خسارة المجموعة الأولى. منذ تفوق فينوس ويليامز على ليندسي دافينبورت في ويمبلدون ٢٠٠٥، والأولى في رولان غاروس منذ شتيفي غراف أمام مارتينا هينجس عام ١٩٩٩.

وأوبارزبال في الدقائق (١١، ٤٥)، بينما سجل للبرتغال مينديز وكريستيانو رونالدو في الدقائق (٢١ و ٦١)،

– بتاريخ ٢٠٢٥/٧/٨، حسم الإسباني كارلوس ألكاراز المباراة للماراثونية، التي جمعته بالإيطالي يانيك سينر، في نهائي رولان غاروس ليتوج بلقبه الثاني في البطولة. وينجح في الدفاع عن لقبه بنجاح.

وَجِح ألكاراز في حسم اللقاء أمام المصنف الأول عالمياً، في خمس مجموعات. بنتيجة (١-٤) و(٧٦) و(٤٦) و(١٧) و(١٧) وذلك في غضون خمس ساعات و٢٩ دقيقة.

– بتاريخ ٢٠٢٥/٧/١٤، تعادل الأهلي المصري وإنترميامي الأمريكي سلبيًا في المباراة الافتتاحية لكأس العالم للأندية عام ٢٠٢٥، وُجِحت كوكو جوف أيضًا في أن تصبح أول لاعبة، تغلب على المصنفة الأولى عالمياً في نهائي غراند سلام، بعد خسارة المجموعة الأولى. منذ تفوق فينوس ويليامز على ليندسي دافينبورت في ويمبلدون ٢٠٠٥، والأولى في رولان غاروس منذ شتيفي غراف أمام مارتينا هينجس عام ١٩٩٩.

– بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٨، توج المنتخب الإنكليزي بلقب بطولة كأس أم أوروبا للشباب تحت ٢١ عامًا للمرة الرابعة في تاريخه بعدما تغلب على نظيره الألماني بنتيجة (٢-٣) في المباراة النهائية التي أقيمت ضمن منافسات البطولة التي أقيمت في سلوفاكيا.

وحسم التعادل بهدفين لثلهما في الوقت الأصلي للمباراة ليتم اللجوء إلى وقت إضافي. حسم خلاله منتخب إنكلترا الفوز بهدف في الدقيقة (٩١). بعد تقدمه بهدفين عن طريق هارفي إليوت، وأوماري هوتشينسون في الدقيقتين (٥ و ٢٥)، قبل أن يدرك نيلسون فيبر وبول نيجل التعادل لمنتخب ألمانيا في الدقيقتين (٤٥ و ٦١)، وتصدر منتخباً إسبانيا وإيطاليا قائمة المنتخبات الأكثر توجهاً باللقب القاري بعد فوزها، على الولايات المتحدة ١٠٢ برصيد خمسة ألقاب لكل منهما.

وعادت من بعيد لتحسم مواجهة في ساعتين و٢٦ دقيقة.

– بتاريخ ٢٠٢٥/٧/٢٨، توج الهولندي تالون خريكسيبور، المصنف ٣٤ عالمياً، بلقبه الثالث بعد فوزه على الفرنسي كورنتان مونييه، الثالث والثمانين، ٥٧ و٦٧ (٣٧)، في نهائي دورة مايوركا العشبية للتنس (٢٥٠ نقطة)، وفي أجواء مناخية صعبة، حيث وصلت الحرارة إلى ٣٥ درجة مئوية، حسم المصنف رابعاً في مواجهته مع مونييه، في ساعة و٥٦ دقيقة، وذلك بعدما كسب إرسال منافسه مرة واحدة. في الشوط الثاني عشر من المجموعة الأولى، ليحسمها ٥٧، قبل أن يفشل أي منهما في فرض نفسه على إرسال الآخر في المجموعة الثانية، فاحتكما إلى شوط فاصل تسيده الهولندي، وهذا اللقب الأول لابن ٢٨ عاماً منذ ٢٠٢٣. والثالث في مسيرته من أصل خمس مباريات نهائية، فيما فشل مونييه الذي يصغره بعاميين، في افتتاح

وفي الصد. حُدّت لصحيفتنا «روناهي» الرئيس المشترك لإخاد الإعلام الحر بإقليم شمال وشرق سوريا «إدريس حتّان» حول الدور الإعلامي للشهيد «ناظم دашتان» وما قدمه خلال مسيرته الإعلامية. مبيناً: «كان الشهيد ناظم



١٩٨٤:السويد،
١٩٨٧:النرويج،
١٩٨٩:ألمانيا،
١٩٩١:ألمانيا،
١٩٩٣:النرويج،
١٩٩٥:ألمانيا،
١٩٩٧:ألمانيا،
٢٠٠١:ألمانيا،
٢٠٠٥:ألمانيا،
٢٠٠٩:ألمانيا،
٢٠١٣:ألمانيا،
٢٠١٧:هولندا،
٢٠٢٢:إنكلترا.

– بتاريخ ٢٠٢٥/٦/٢٨، توج المنتخب الإنكليزي بلقب بطولة كأس أم أوروبا للشباب تحت ٢١ عامًا للمرة الرابعة في تاريخه بعدما تغلب على نظيره الألماني بنتيجة (٢-٣) في المباراة النهائية التي أقيمت ضمن منافسات البطولة التي أقيمت في سلوفاكيا.

وحسم التعادل بهدفين لثلهما في الوقت الأصلي للمباراة ليتم اللجوء إلى وقت إضافي. حسم خلاله منتخب إنكلترا الفوز بهدف في الدقيقة (٩١). بعد تقدمه بهدفين عن طريق هارفي إليوت، وأوماري هوتشينسون في الدقيقتين (٥ و ٢٥)، قبل أن يدرك نيلسون فيبر وبول نيجل التعادل لمنتخب ألمانيا في الدقيقتين (٤٥ و ٦١)، وتصدر منتخباً إسبانيا وإيطاليا قائمة المنتخبات الأكثر توجهاً باللقب القاري بعد فوزها، على الولايات المتحدة ١٠٢ برصيد خمسة ألقاب لكل منهما.

في هيوستن.

الشهيد ناظم داشتان.. رمز الإعلام الحر والصوت الذي لا يخفت

قامشلو، علي خضير - أثنى إعلاميون على الدور البارز الذي قَدّمه الشهيد الصحفي "ناظم داشتان"، مستذكّرين نضاله الذي تخطى الإعلام إلى محقّق في قضايا الشعوب كافة والکرد بشكلٍ خاص، كما شجّبوا بتجاهل المنظّمات الإعلامية الدولية إعلامي إقليم شمال وشرق سوريا، وعاهدوا باستكمال النضال الإعلامي على خطى الشهيد "داشتان" حتى الوصول للحقيقة المنشودة.



للإعلاميين العاملين في مناطق النزاع. ويجب التعامل مع قضاياهم بمعايير مهنية واضحة بعيداً عن الانتقائية والحسابات السياسية.

يجب تصعيد ملفات إعلامي المنطقة وتوثيقها

وصدر التقرير السنوي عن منظمة «مراسلون بلا حدود» لعام ٢٠٢٥ في التاسع من كانون الأول الجاري، والذي

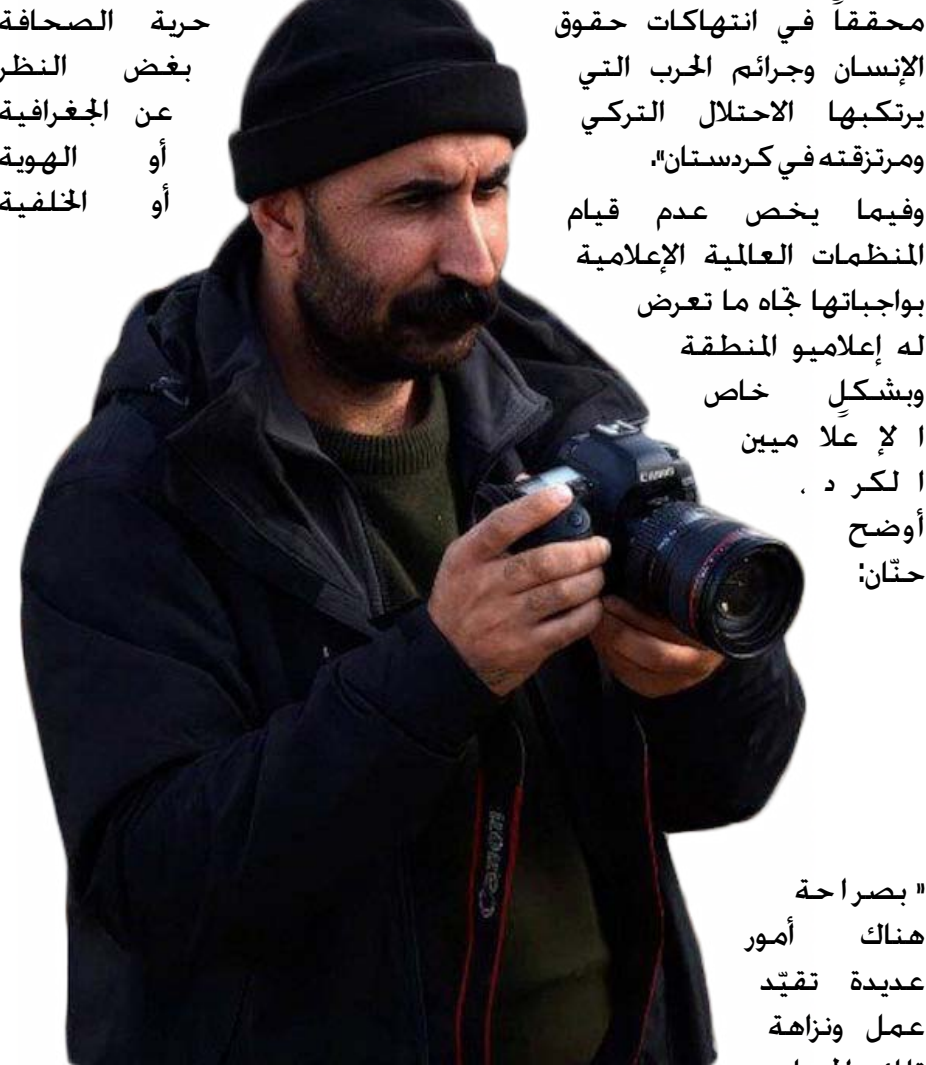
جَاهل كلياً الانتهاكات والجرائم التي ارتكبتها الدولة التركية بحق الصحفيين والصحفيات في مناطق إقليم شمال وشرق سوريا أثناء أداثهم لعملهم

وأصدرت المنظمة تقريرها السنوي لعام ٢٠٢٥، اليوم وكشفت خلاله مقتل ١٧ صحفياً حول العالم، وُحُدّت عن الاعتقالات التي جرت بحق الصحفيين والصحفيات، والمفقودين والمفقودات منذ سنوات، متجاهلةً بشكلٍ مطلق ما جرى من انتهاكات في شمال وشرق سوريا.

وحول ذلك حُدّت محمد: «جَاهل منظمة مراسلون بلا حدود الانتهاكات التي تعرض لها إعلاميو إقليم شمال وشرق سوريا من قبل تركيا يعد أمراً مؤسفاً وغير مقبول، وما يجب القيام به هو تصعيد هذا الملف عبر مخاطبة المنظمة رسمياً وتقديم تقارير موثقة عن الانتهاكات والعمل على بناء تواصل مستمر مع المؤسسات الدولية.

لنفرض حضور قضية إعلامي المنطقة على الأجندة العالمية.»
والأسف هناك تقصير واضح من المنظمات الإعلامية تجاه ما يتعرض له إعلاميو المنطقة، والذين ما زالوا يتعرضون له وبشكل خاص الإعلاميين الكر، وأريد أن أذكر الشهيد «ناظم داشتان، وجيهان بلكين، وعكيد روج، «داشتان» معبراً عن ذلك: «يعجز الكلام ضحوا جميعهم بأرواحهم في سبيل نقل الحقيقة.»

مشيراً، إلى إنّ المطلوب من هذه المنظمات اليوم هو الخروج من دائرة הביانات الشكلية والتحرك الجاد عبر التوثيق والضغط القانوني، والأهم من ذلك هو توفير الحماية والدعم



الافتقارية والعمل بلا ضمير وبلامهنية. فأغلب عمل المنظمات مسّيس وغالباً ما تكون أولوياتها مرتبطة بعلاقات دول كبرى ومصالحها. فهي تركزّ على أحداث في مناطق محددة تعتبرها أكثر استراتيجية بما يخدم مشاريعها أكثر من غيرها، وهنا تأتي علة الاهتمام الانتقائي الذي سيموّه الحقيقة من كل

بداً.»
معتقداً أنه في حالة إقليم شمال وشرق سوريا وإلى جانب كل ما ذكره، أنّ التحيّز السياسي المعتمد على توازنها جيوسياسية يخلق أجدنات ذات وجهين، وذلك بحسب معايير مختلفة في التعامل مع الانتهاكات.

مشيراً، إلى أنّ طبيعة الصراعات وتعقيدات النزاعات وتداخل المصالح، تُفقد قدرة تلك الجهات توازنها وتدفعها إلى التحيّز والابتعاد عن المهنية في أداء دورها الطبيعي والإنساني.

فضمن مؤتمر «مراسلون بلا حدود» لم يتم ذكر إعلاميو شمال وشرق سوريا، وانتقد «حنان» ذلك مبيناً أنّ إغفال منظمة «مراسلون بلا حدود» في تقاريرها السنوية للانتهاكات والجرائم التي يرتكبوها الاحتلال التركي ومرترفته ضد الإعلاميين والإعلاميات في إقليم شمال وشرق سوريا، يمثل مشكلة مهنية جدية تستدعي التقييم والنقد.

مشياً، إلى أنّ ذلك يعبّر عن انحراف مُخيف عن المبدأ الأساسي للعلن للمنظمة نفسها، وهو الدفاع عن وأضاف حنان: «كان دافعه الرئيسي للدخول إلى المجال الصحفي هو كشف حقيقة الاحتلال التركي ووحشيته، فلم يكن مجرد مراسل للأحداث. بل

وُلد الصحفي «ناظم داشتان» في مدينة (أكري) بباكور كردستان ١٩٩٢ في كنف أسرة وطنية، حيث واجه ظلم الأنظمة الاستبدادية ووحشيتها في سنٍّ مبكرة، فقرر الدخول إلى روج في عام ٢٠١٤، وفي الوقت الذي كانت تتعرض فيها للنطقة لهجمات مرتزقة داعش، بدأ بنقل الأحداث في عفرين وكوباني ومقاومة قوات سوريا الديمقراطية وشعوب المنطقة.

رمز الحقيقة

ومؤخراً وعلى مدار أحد عشر يوماً، أظهر الشهيد «ناظم داشتان» الجرائم والانتهاكات التي ارتكبتها الدولة التركية ومرترقتها على سد الشهداء «تشرين»، من خلال إعداد الأخبار والصور والمشاهد التي التقطتها عدسته، وفي طريق العودة، استهدفت السيارة التي كان يستقلها برفقة الشهيدة الصحفية «جيهان بلكين».

ليستشهدا على إثرها بتاريخ ١٩ كانون الأول عام ٢٠٢٤.

وفي الصد. حُدّت لصحيفتنا «روناهي» الرئيس المشترك لإخاد الإعلام الحر بإقليم شمال وشرق سوريا «إدريس حتّان» حول الدور الإعلامي للشهيد «ناظم داشتان» وما قدمه خلال مسيرته الإعلامية. مبيناً: «كان الشهيد ناظم



إدريس حتّان

داشتان أكثر من صحفي تقليدي فقد كان صحفياً مقاوماً جعل من مهنته سلاحاً للكشف عن كنف الحقيقة وتوثيق الجرائم، ودرعاً لحماية قصص الضحايا والمقاومين.»

وتابع: «قدّم نموذجاً للصحفي الذي يضحى بحياته لنقل الصورة كاملة دون زيف، ويتضحته من أجل الحقيقة، حتى أصبح رمزاً من رموز الإعلام الحر والنضال من أجل العدالة في كردستان والعالم.»

منظمات إعلامية تموّه الحقيقة

وأضاف حنان: «كان دافعه الرئيسي للدخول إلى المجال الصحفي هو كشف حقيقة الاحتلال التركي ووحشيته، فلم يكن مجرد مراسل للأحداث. بل

محقّقاً في انتهاكات حقوق الإنسان وجرائم الحرب التي يرتكبوها الاحتلال التركي ومرترفته في كردستان.»
وفيما يخص عدم قيام المنظمات العالمية الإعلامية بتعرضها لجاه ما يتعرض له إعلاميو المنطقة وبشكل خاص الإعلاميين الكر، وأريد أن أذكر د.

«بصراحة هناك أمور عديدة تقيّد عمل ونزاهة تلك الجهات من حيث

الافتقارية والعمل بلا ضمير وبلامهنية. فأغلب عمل المنظمات مسّيس وغالباً ما تكون أولوياتها مرتبطة بعلاقات دول كبرى ومصالحها. فهي تركزّ على أحداث في مناطق محددة تعتبرها أكثر استراتيجية بما يخدم مشاريعها أكثر من غيرها، وهنا تأتي علة الاهتمام الانتقائي الذي سيموّه الحقيقة من كل

بداً.»
معتقداً أنه في حالة إقليم شمال وشرق سوريا وإلى جانب كل ما ذكره، أنّ التحيّز السياسي المعتمد على توازنها جيوسياسية يخلق أجدنات ذات وجهين، وذلك بحسب معايير مختلفة في التعامل مع الانتهاكات.

مشيراً، إلى أنّ طبيعة الصراعات وتعقيدات النزاعات وتداخل المصالح، تُفقد قدرة تلك الجهات توازنها وتدفعها إلى التحيّز والابتعاد عن المهنية في أداء دورها الطبيعي والإنساني.

فضمن مؤتمر «مراسلون بلا حدود» لم يتم ذكر إعلاميو شمال وشرق سوريا، وانتقد «حنان» ذلك مبيناً أنّ إغفال منظمة «مراسلون بلا حدود» في تقاريرها السنوية للانتهاكات والجرائم التي يرتكبوها الاحتلال التركي ومرترفته ضد الإعلاميين والإعلاميات في إقليم شمال وشرق سوريا، يمثل مشكلة مهنية جدية تستدعي التقييم والنقد.

مشياً، إلى أنّ ذلك يعبّر عن انحراف مُخيف عن المبدأ الأساسي للعلن للمنظمة نفسها، وهو الدفاع عن وأضاف حنان: «كان دافعه الرئيسي للدخول إلى المجال الصحفي هو كشف حقيقة الاحتلال التركي ووحشيته، فلم يكن مجرد مراسل للأحداث. بل

وُلد الصحفي «ناظم داشتان» في مدينة (أكري) بباكور كردستان ١٩٩٢ في كنف أسرة وطنية، حيث واجه ظلم الأنظمة الاستبدادية ووحشيتها في سنٍّ مبكرة، فقرر الدخول إلى روج في عام ٢٠١٤، وفي الوقت الذي كانت تتعرض فيها للنطقة لهجمات مرتزقة داعش، بدأ بنقل الأحداث في عفرين وكوباني ومقاومة قوات سوريا الديمقراطية وشعوب المنطقة.

مشياً، إلى أنّ ذلك يعبّر عن انحراف مُخيف عن المبدأ الأساسي للعلن للمنظمة نفسها، وهو الدفاع عن

وأضاف حنان: «كان دافعه الرئيسي للدخول إلى المجال الصحفي هو كشف حقيقة الاحتلال التركي ووحشيته، فلم يكن مجرد مراسل للأحداث. بل

وُلد الصحفي «ناظم داشتان» في مدينة (أكري) بباكور كردستان ١٩٩٢ في كنف أسرة وطنية، حيث واجه ظلم الأنظمة الاستبدادية ووحشيتها في سنٍّ مبكرة، فقرر الدخول إلى روج في عام ٢٠١٤، وفي الوقت الذي كانت تتعرض فيها للنطقة لهجمات مرتزقة داعش، بدأ بنقل الأحداث في عفرين وكوباني ومقاومة قوات سوريا الديمقراطية وشعوب المنطقة.

مشياً، إلى أنّ ذلك يعبّر عن انحراف مُخيف عن المبدأ الأساسي للعلن للمنظمة نفسها، وهو الدفاع عن

وأضاف حنان: «كان دافعه الرئيسي للدخول إلى المجال الصحفي هو كشف حقيقة الاحتلال التركي ووحشيته، فلم يكن مجرد مراسل للأحداث. بل

دجلة علي: الأمن والاستقرار خط أحمر لا يمكن المساس به

كوباني، سلافا أحمد - أشارت الإدارية في قوى الأمن الداخلي بمقاطعة الفرات دجلة علي، إلى أن الحملة التي قاموا بها جاءت استناداً إلى معلومات أمنية دقيقة حول نشاطات إجرامية تهدد أمن الأهالي، مؤكدة أن القوى الأمنية مستمرة في ملاحقة الخارجين عن القانون، وأكدت بأنهم لن يسمحوا بزعة الأمن أو المساس بالاستقرار.



في حال وجود لديهم معلومات تُفيد عن التورطين والجرمين، ومشاركة قوة أمنية مشتركة، وأشارت:«هناك تعاون مستمرمع المؤسسات المدنية والاجتماعية في المنطقة:بهدف رفع مستوى الوعي وتعزيز دور المجتمع في الإبلاغ عن أي نشاطات مشبوهة.مع ضمان السرية الكاملة للمواطنين المتعاونين مع الجهات الأمنية».مطالباً المواطنين بالتعاون معهم

انعقاد المؤتمر التأسيسي لحزب الاتحاد الأرمني بالحسكة

من جانبها، أثلت القيادة العامة لوحداث حماية المرأة، وهولات عفرين كلمة ربطت بين معاناة الشعب الأرمني والأزمة السورية المستمرة منذ ١٤ عاماً مشيرةً إلى غياب العدالة المجتمعية والذهنية المركزية التي تُعيق تطورسوريا.باركت انعقاد المؤتمر وثقت النجاح الدائم للأرمن.

الوحدة أساس رسم المستقبل

أما عضو هيئة الرئاسة المشتركة لحزب الاخاد الديمقراطي اآدار خليل فاكد على النضال المشترك لنبل الحقوق مستذكراً حرمان الأرمن من لغتهم وديانتهم وتشنتهم،وعنا إلى الوحدة لرسم مستقبل سوريا في المرحلة السياسية الحساسة.

كما حدّث الرئيس المشترك لمجلس سوريا الديمقراطية، الدكتور محمود السليط، وأيضاً التأسيس بخطوة توعوية في السياق السوري. تساهم في رسم سوريا تعددية لا مركزية، تضمن حقوق جميع الشعوب. بما فيها الأرمن.

واستذكرنائب الرئاسة المشتركة للإدارة الذاتية، حمدان العويد الإيادة الأرمينية كواحدة من أبلع الجرائم في التاريخ الإنساني متمنياً أمناً

مقراطياً لا مركزياً لسوريا.

وبإك الشيوخ مرشد الخزنوي المؤجر مشدداً على عدم التنازل عن الحقوق واللغة والكثائن.وعنا إلى الوقوف بدا بيد مع الكرد والعرب وغيرهم لبناءالمستقبل.



مشبوهة ونشاطات إجرامية. تهدد أمن وسلامة الأهالي، والتوقيت جاء استجابة لضرورات أمنية مُلحة».

وأضافت:«الحملة نفذت بالتنسيق مع النيابة العامة، ومشاركة قوة أمنية مشتركة. ضمت مختلف الأقسام الأمنية، وقوى العمليات، والقوات الخاصة (HAT). إلى جانب قوات سوريا الديمقراطية، والعمل المشترك يعكس مستوى الجاهزية والتنسيق العالي بين الجهات المعنية بحماية الأمن».

وبحسب قوى الأمن الداخلي بمقاطعة الفرات، أسفرت الحملة عن اعتقال ٢١

نفذت قوى الأمن الداخلي في مقاطعة الفرات، وبمشاركة قوات سوريا الديمقراطية، في يومي الرابع والخامس عشر من كانون الأول الجاري. حملة أمنية واسعة استهدفت ناحية الشيوخ وقريتي القبة والجعدة في إطار الجهود المتواصلة لحفظ الأمن والاستقرار، ومكافحة الجريمة.
بمختلف أشكالها، وأسفرت الحملة عن إلقاء القبض على ٢١ شخصاً متورطين بأعمال إجرامية، وتعاطي وترويج المواد المخدرة، إضافة إلى مطلوبين للعدالة.

ضرورة أمنية مُلحة

ولعرفة المزيد من تفاصيل الحملة، أجرت صحيفتنا لقاءً مع الإدارية في قوى الأمن الداخلي بمقاطعة الفرات دجلة علي، والتي قالت: إن إطلاق الحملة جاء بعد توافر معلومات أمنية دقيقة، أكدت وجود تحركات

المسكة/محمدمحمود-انعقد المؤتمر التأسيسي الأول لحزب الاخاد الأرمني في الحسكة تحت شعار «ذاكرة الإيادة الأرمينية وعدم بالعدالة والنهضة» حضر المؤتمر وجهاء قبائل، وبنلو «مسدة» والإدارة الذاتية، وأحزاب سياسية.

في خطوة سياسية هامة تعكس تنوع المجتمع السوري، وإصراره على بناء مستقبل ديمقراطي تعددي. انعقد المؤتمر التأسيسي الأول لحزب الاخاد الأرمني في مدينة الحسكة، بشمال وشرق سوريا، تحت شعارين بارزين: «ذاكرة الإيادة الأرمينية»، و«عد بالعدالة والنهضة»، والقضية الأرمينية هي قضية إنسانية عادلة، والاعتراف بالإيادة واجب أخلاقي وليس مرمى سياسي».

يأتي هذا التأسيس في سياق تاريخي عميق للشعب الأرمني في سوريا، الذي يعود وجوده في المنطقة إلى أكثر من قرن حيث لجأ الناجون من الإيادة الجماعية الأرمينية عام ١٩١٥ إلى الأراضي السورية، خاصة شمال وشرقها، واندماجوا مع شعوب المنطقة، العربية والكردية والسريانية.

شهد المؤثر حضوراً واسعاً ومتنوعاً يعكس الروابط التاريخية بين الشعوب في شمال وشرق سوريا، حيث حضر وجهاء قبائل وعشائر عربية، كردية، وثلثون عن قوات سوريا الديمقراطية، وراعي الكنيسة الأرمينية الكاثوليكية، وأحزاب سياسية، وثلثون عن مؤسسات الإدارة الذاتية الديمقراطية، بالإضافة إلى شخصيات من المجتمع المدني.



وضمن وصول المادة إلى مستحقها وفق آلية واضحة».

وأضاف أن التعاون مع مديرية الجرفقات، التي شكّلت ثلاث لجان ميدانية، ساهم في وضع جداول تنظيمية خذ من الأرزحام وتسهُّل التنفيذ على أرض الواقع.

وكانت حملة الإحصاء قد انطلقت في بداية

جولة بين ثنايا تاريخ منطقة الدرباسية

الاسم.. الموقع.. والتاريخ



كثيرة، أما الطواحيون فإن أقدم طاحونة بناها عبد المسيح قززيوان عام١٩٢٢م، والطاحونة الثانية كانت لبیت أصفهان. وكانت كروم العنب واللوز تنتشر حول مدينة الدرباسية وأغلب مالكيها كانوا منصورانية، من بين تلك الكروم: غرس بيت عبد النور، غرس سعيد نوما، غرس بيت أدا، وغروس بيت المنصوراتي، وغرس عيدي، وغرس بطرس، وغرس سلو، وغرس بيت سعده».

وتذكر إحصائية عام ١٩٣٦م، بأن عدد سكان الادرباسية ثمانية آلاف نسمة والقرى التابعة لها مئتي قرية، أما بالنسبة للمكتبات وما زال الكلام للأستاذ إسحق قومي: «أقدم مكتبة في الادرباسية، مكتبة داوود الوزير التي آلت بملكيتها إلى

الخاصة، وأعيد افتتاحها تحت اسم مدرسة الأمل وزارها الثلث الرحمات اللطران قرياقب الشرفي فيضم الكرد وبعض العرب الذين قدموا أيضاً من منطقة «ماردين» ومن القرى المجاورة ويعمل معظمهم عمال بناء وعتالة والقليل منهم في التجارة».

عن الذاكرة السياسية الماضية للمدينة يقول أ شريف سعدون: «انتشرت الحركات الوطنية والوعي السياسي في الدرباسية وقامت مظاهرات في الساحة الرئيسة في المدينة شاركت فيها أحزاب عديدة في الدرباسية إلى قسمين رئيسيين وهما الحارة الغربية، والحارة الشرقية، معظم البيوت قديماً كانت تبني من الطين مع استخدامالحجارة في تقوية أركانهاومن المميز كانت توجد بنها بيوت طينية ذات طابقين وهذا النمط كان يُعرف لدى الكرد في مناطق متعددة باسم«عمولي».

ينقل الينا أ. عامر أحمد (٥) كلام أشريف سعدون وهو مدرس تاريخ متقاعد الذي يقول عن تأسيس وتطور الدرباسية: «م بناء ملححنة حديثة لـ «أنطون قره زنوان» وأحدثت بلدية «الادرباسية» عام ١٩٣٤ ونتيجة التوسع الكبير تم إعداد أول مخطط تنظيمي للمدينة عام١٩١٧، وراعى مخططلها التنظيمي التوضع الشطرنجي

للبيوت القديمة، وتطور واقع المدينة الخدمي حيث تضاعف عدد المدارس وأحدثت فيها العديد من الموائر الخدمية».

أما عن بدايات انتقال السكان إلى «الادرباسية»يقول أ.السعدون:«انتقل إليها السكان من قرية «قره مانبة» التي كانت تمثل الناحية في هذه المنطقة وهي تقع غرب الدرباسية بحوالي (خمسة كم) وبنيت في البلدة كتحة عسكرية للفرنسيين وكان داخل الكتحة قلعة على شكل برج فيها فتحات بشكل دائري للرمي بالأسلحة النارية على المهاجمين عليهم، وهي محاطة بالأسلاك الشائكة وقد بقيت آثارها حتى السبعينيات من القرن الماضي وكذلك بُنيت نباية البلدية عام ١٩٢٦م وهي باقية حتى الآن حيث تم تخطيط المدينة على شكل رقعة الشطرنج وتضم حديقة حولها والأسواق التجارية وعن التقسيمات الإدارية «للادرباسية » يقول أ.السعدون: «كانت تقسم المدينة قديماً إلى قسمين: «الحي الغربي» ويضم الإخوة المسيحيين ومعظمهم من المهاجرين من مدينة عامودا٢٦ كم وعن سرى كانيه ١٠ كم،

التاريخ

تم بناؤها عام ١٩٣٦ عندما تم حفر بئر وظهر

لماء العذب فيها. وهناك قرى سبقت المدينة

في وجودها منها «قرية كولا سميللا وكذلك قرية بريفنا وتربة كيكان وبيركننسى وهبو وقرمانيه وتل ديك، كما تضم العديد من القرى القديمة الأخرى مثل «كرى وأبو جرادة وأبو كالة وقرية السلام التي تُعدّ من أقدم قرى المنطقة، بالإضافة إلى قرى أخرى مثل قرية الغننامه،

يُذكر إن العديد من هذه القرى عرّبت على يد الأنظمة العنصرية الشمولية المتعاقبة على سدة الحكم في الجمهورية السورية التي عرّبت بدورها إلى الجمهورية العربية السورية منذ ١٩٥٨م.

من حيث التأسيس والصوروة

بُنيت الدرباسية أثناء الانتداب الفرنسي لسوريا. بعد استقرار أهلها فيها قادمين من بلدة قرمانيه، وقد بُني مخططلها على شكل رقعة الشطرنج وتُقدّر مساحتها بحوالي ٥٢ هكتارا توجد في الدرباسية بعض المعالم، التي بُنيت في العهد الفرنسي، مثل صوامع الحبوب، والتي بُنيت عام ١٩٤٣، ولا تزال موجودة حتى يومنا هذا، وتُقسّم ناحية «درباسيون» الكردية (عمور) بين سرخت وبنخت في المجتمع الكردي.

ثمة مدينة في الجهة المقابلة لها في سرخت كانت قرية وما زالت خُمّل الاسم نفسه، لذا؛

رما يكون اسم الدرباسية مأخوذ من اسم تلك المدينة القريبة في الجهة الشمالية المقابلة كما أسلفنا الواقعة في باكور كردستان وخُمّل الاسم نفسه «الدرباسية» ويُعرفان درباسيا بنختي ودرباسيا سرختي ومن الخُمطل كانت كلتاهما قرية واحدة ولكن الحدود المصطنعة قسمتهما، إذ أن العديد من مدنا على الحدود صارت ضحية ذلك التقسيم وانشطرت.

الموقع

تقع مدينة الدرباسية في روج آفا في المنطقة المعروفة بالجزيرة في شمال وشرق سوريا وعلى حدود شمال كردستان في تركيا وعلى خط القطار السريع، مقابل محطة القطار

التي أقيمت في عهد الاحتلال العثماني حوالي عام ١٩٠٨م لقطار الشرق السريع عند قرية في شمال كردستان تسمى أيضاً الدرباسية - كما أسلفنا حيث يفصل بين المدينتين أي الدرباسية الشمال والدرباسية الجنوب الخط الحديدي، والألغام المزروعة على الحدود.

تتبع الدرباسية إدارياً لمقاطعة الحسكة وتبعد عنها حوالي ٨٥ كم إلى الشمال منها وكانت سابقاً تتبع سرى كانيه، وتوسط مدينة عامودا في الشرق ومدينة سرى كانيه في الغرب (١) وعلى الحد الفاصل بين روج آفا، وشمال كردستان بعد تقطع كردستان وفق اتفاقية سايكس بيكو المشؤومة والاتفاقيات لرسم الحدود بين النظامين التركي والفرنسي إبان الاستعمار الفرنسي لسوريا، تبعد عن عامودا ٢٦ كم وعن سرى كانيه ١٠ كم،

الكراهية كما يراها المفكر عبد الله أوجلان



دد علي أبو الخير

كلما قرأنا أفكار وشخصية القائد والمفكر عبد الله أوجلان، نجد الجيد في فكره واعتداله، وكلما تعمقنا في أوضاعه الحياتية، نأكد أنه في النهاية سينتصربهذونه وسمو روحه وأفكاره كلها.

ومن ضمن ما يميزه القائد عبد الله أوجلان أنه لا يكره أحدا لذاته، بل هو كره إيجابي، وعدل إلهي للمصدر، كما يراه.

مفهوم الكراهية

الكراهية هي شعور عميق بالنفور والعداء تجاه شخص أو مجموعة أشخاص أو شعب، أو أي شيء آخر، وتعتبر نقبض الحب وعكس التسامح، وتؤدي إلى البغضاء والحسد والظلم، وتفسد القلب وتُسقي صاحبها.

وتُهدد السلام المجتمعي.

وتتجلى الكراهية بأشكال مختلفة، منها خطاب الكراهية الذي يستهدف الهويات (العرق، الدين، الجنس، إلخ) بالهجوم والتمييز، وقد يتصاعد إلى خُرص على العنف أو القتل أو الإساءة أو التخويف، وتنتشر بكثرة عبر جرائم الإنترنت.

وجاء مفهوم الكراهية والبغضاء في القرآن الكر: والكراهية في القرآن مذكورة بألفاظ متعددة، مثل «كُرّه» و«كراهية» و«بغضاء»، وتُفهم بمعانٍ مختلفة، وهو كره طبيعي، ككره القتل أو النفاق للمنافقين (وهو مذموم)، وكره للشُر والفساد (وهو محمود)، و«العداوة والبغضاء» التي تُرزق في بعض النفوس، وتُنهي الآيات عن الظلم والبغض والكُبر وتدعو لمقابلة السيئة بالسيئة.

الكراهية كما يراها المفكر عبد الله أوجلان

للمفكر عبد الله أوجلان بشر: يحب ويكره ويبغض؛ ولكنه جّاوز كل فكر الكراهية، ليس لسبب نفسي أو عائلي؛ كما أنه لا يكره أو يحمل البغضاء لسبب نفسي؛ فهو لا يكره أحداً لسببٍ شخصي؛ ولكن الكراهية عنده هي كراهية الظلم وعدم المساواة؛

وهو يحب العدل والإخاء وحرية البشر جميعاً. نرى هذا واضحاً في كتبه خاصة «الأمة الديمقراطية ومانيفستو الحضارة الديمقراطية وغيرها». والكراهية عنده ليست مصطلحاً مباشراً، وليست وليدة أحفاد شخصية؛ ولكنها نتاج خُليله العميق للعلاقات السلطوية والتاريخية، التي أدت إلى اضطهاد الشعب الكردي؛ فيرى أن كراهيتهم هي ضد النظام الأبوي (الذكوري) والدولة القومية والحدائنة الرأسمالية؛ فتكون عنده هي جذور الكراهية والعنف.

ويُناضل القائد عبد الله أوجلان لتحقيق مجتمع حر عبر الجينولوجيا «علم المرأة» كما قال، وجّاوز الأيديولوجيات القديمة نحو الكونفدرالية الديمقراطية، التي تقوم على المساواة بين الجنسين والحرية الجذرية، ويرى أن المرأة هي مفتاح التحرر من هذه الأنظمة الولدئة للكراهية.

إن الفكر الأوجلاني المتعلق بالكراهية؛ يقوم على نقد السلطة الأبوية والتسلط؛ لأنه يرى أن أصل المشكلات المجتمعية، بما فيها الكراهية، يكمن في النظام الأبوي الذي يُمثّل السلطة والتسلط، ويُعتبر اضطهاد المرأة هو أساس اضطهاد المجتمعات. هذا بالإضافة إلى الكونفدرالية الديمقراطية، الذي يمثل الحل المقترح



لتجاوز الدول القومية و«وحش» الحدائنة الرأسمالية، حيث يسعى لبناء مجتمع لا مركزي؛ قائم على الديمقراطية الجذرية، «الأيكولوجيا» وهو علم البيئة كما يرى؛ ثم يجب خُر المرأة مُبتعداً عن الماركسية اللينينية التقليدية؛ ومن ثم يكره من يظلمها.

وهو هنا يربط الفكر بأصحاب الفكر، فيهاجم الرأسمالية مع واقع توحشها والمفكرين الذين صاغوا نظرياتهم، كما يهاجم الماركسية وروادها مثل ماركس ولينين وغيرهما، هو يكره الكراهية فينتقد أصحاب النظريات، ويكره السياسيين الذين يطبقوها. أي القائد أوجلان لا يهاجم ولا ينتقد من أجل نظريته مثلاً عن الأمة الديمقراطية.

آفاق حل القضية الكردية في ضوء العهود والمواثيق الدولية

وتقسيمها وبالتالي توزيع الشعب الكردي ضمن الدول الأربعة، فإن أي حل قد يحتاج إلى اتفاقية إقليمية

تشمل هذه الدول جميعاً وهو مسار شائك، أما في مجال الضغط الحقوقي والديبلوماسي يمكن للحركة الكردية ولجان الحقوق الدولية مواصلة العمل لتسليط الضوء على الانتهاكات ودفع المجتمع الدولي نحو ضمان حقوق ثقافية أوسع للکرد ضمن دولهم.

ختاماً

هناك فجوة واسعة بين المبادئ القانونية والدولية والواقع السياسي رغم إن المواثيق الدولية تمنح أساساً قوياً للمطالبة بالحقوق الثقافية والسياسية للکرد، فإن فرض تحقيق تقرير المصير على شكل دولة قومية مستقلة تبدو ضعيفة في الأمد المنظور بسبب المعارضة الإقليمية والعالية، لذلك؛ فإن الحلول اللامركزية مثل الفيدرالية والحكم الذاتي الواسع الأكثر واقعية.

يطرح خيار «الإدارة الذاتية – اللامركزية – الفيدرالية» كحلٍ وسط واقعي وهذا يتوافق مع حق تقرير المصير الداخلي ومقبولاً دولياً أكثر من الانفصال، الحل الإقليمي الشامل معقد للغاية نظراً لتحكم أربع دول جغرافية كردستان

توزيع مازوت التدفئة في مدينة السبخة.. جهود

لتخفيف العبء على الأهالي

الرقّة، **ميرا إبراهيم** - **باشرت دائرة المدروقات في مقاطعة الرقة، عملية توزيع بطاقات مازوت التدفئة على أهالي مدينة السبخة وريفها، هذه الخطوة تأتي بعد أشهر من التحضير والإحصاء السكاني الذي أجراه المجلس التنفيذي في المقاطعة، بهدف ضمان وصول المادة الأساسية لكل أسرة في ظل الظروف الاقتصادية الصعبة التي يعيشها السكان.**



ويبلغ عدد البطاقات المطبوعة ١١ ألف بطاقة، وهو رقم يعكس حجم الحاجة في المنطقة، ومدينة السبخة، الواقعة في ريف الرقة الشرقي، جُمِلَ رمزية خاصة لدى الأهالي بعد أن حررتها قوات سوريا الديمقراطية في الثامن من كانون الأول ٢٠٢٤ من قبضة نظام البعث، التحرير لم يكن مجرد حدث عسكري، بل فتح الباب أمام إعادة تنظيم الحياة المدنية والخدمات الأساسية، ومنها قطاع الخرفقات الذي يعدُّ شرياناً رئيسياً في حياة أهالي المنطقة.

وتبلغ الكمية المخصصة ٣٠٠ لتر من مادة المازوت المدعوم لكل بطاقة أسرته، بسعر ٣٢٥ ألف ليرة سورية، وهو سعر مدعوم يعدُّ شرياناً رئيسياً في حياة أهالي المنطقة، وقياس كفايتها قبل ضخها للأهالي.

ومنذ ذلك التاريخ، بدأت الإدارة الذاتية بنزيب ملفات الخدمات، وكان ملف التدفئة من أبرزها خاصة أنّ المنطقة تعتمد بشكلٍ شبه كامل على مادة



المازوت في التدفئة والطهي والنقل، ومديرية الخرفقات في مقاطعة الرقة أطلقت حملة واسعة لتسليم البطاقات لكل أسرة خلال يومين فقط، من أصل ١١ ألف بطاقة، مؤكداً

أنّ العملية مستمرة بوتيرة يومية ومن المتوقع الانتهاء خلال أسبوع واحد، والأهالي الذين توافدوا إلى محطة الوقود عبّروا عن ارتياحهم لبدء العملية، لكنهم في الوقت ذاته طالبوا بضرورة افتتاح محطة وقود إضافية لتخفيف الضغط عن المحطة الوحيدة التي تعمل حالياً.

الارتحام الكبير، وطول ساعات الانتظار، يشكلان عينا إضافيا على الأسر خاصة أنّ الكثير منهم يقطعون مسافات طويلة من القرى التابعة للسبخة للوصول إلى مركز التوزيع.

وأحد الأهالي قال: «نحن نقدر جهود الإدارة في توفير المازوت، لكن محطة واحدة لا تكفي نحتاج إلى حلول عملية لتسهيل وصول المادة إلى كل بيت دون عناء، وعملية توزيع المازوت لا يمكن فرائتها بعزل عن الواقع الاقتصادي العام في سوريا.

إنّ ارتفاع الأسعار بشكل عام جعل من المازوت المدعوم حاجة مُلحة، درجات الحرارة في ريف الرقة تنخفض بشكل كبير ما يجعل التدفئة ضرورة يومية، والمازوت ليس فقط للتدفئة، بل يدخل في تشغيل المضخات الزراعية والآليات، ما يعني أنّ توزيعه ينعكس مباشرة على الأمن الغذائي.

الأهالي يعتبرون أنّ حصولهم على ٣٠٠ لتر قد يعطي جزءاً من حاجتهم، لكنه لا يكفي لفصل شتاء طويل، خاصةً للأسر الكبيرة أو التي تعتمد على المازوت في أكثر من مجال.

ومن النقاط التي ركز عليها مكتب التدفئة هو جودة المادة، قاسم الحسن أوضح: «إنّ المازوت يتم فحصه وقياس كذايته قبل توزيعه، لضمان عدم وجود غش أو خلط بجواد أخرى وأنّ هذه الخطوة



لاقت ترحيباً من الأهالي الذين عانوا في سنوات سابقة من رداءة المادة وخلطها

بمبادلون الأحاديث عن صعوبة الحياة

وبضرورة الصمود.

وهذا المشهد يعكس أنّ المازوت ليس مجرد مادة، بل رمز للأمل في مواجهة برد الشتاء وللاستقرار في حياة الأهالي بعد سنوات من الحرب والجحرمات.

دور الإدارة الذاتية

والإدارة الذاتية لشمال وشرق سوريا تؤكد أنّ دعم مادة المازوت يأتي ضمن خطتها لتخفيف العبء عن الأهالي، خاصةً في ظل الظروف الاقتصادية الصعبة، المجلس التنفيذي في الرقة كان قد أطلق عملية إحصاء شاملة للأهالي خلال الأشهر الماضية، لضمان وصول الدعم بشكلٍ عادل ومنظم، وهذه الخطوة تعكس سياسة الإدارة في ربط الخدمات بالعدالة الاجتماعية، حيث يتم توزيع المادة وفق بيانات دقيقة تمنح التعاطف أو الاحتكار.

وفي محطة الوقود بالسبخة، يمكن للزائر أن يلاحظ مشهداً إنسانياً متكرراً، طوابير طويلة من الأهالي، وجوه متعبة لكنها

بعد الهطولات المطرية.. مزارعو كركي لكي يستبشرون

خيراً بموسم هذا العام



عبد الرحمن علي

من جانبه، عبّر المزارع «عبد الرحمن علي» عن سعادته بالهطولات المطرية وقال: «الكميات التي هطلت كانت جيدة، وبالأخص محصول القمح، الزراعة البعلية خنّاج لكميات كبيرة من الأمطار، ونأمل خيراً أنّ تكون الهطولات المطرية غزيرة هذا العام، لا تزال الأرض خنّاج لكميات وفيرة فقد تعرضت لجفاف خلال العامين الفائتين».

ويزيد: «لا تزال نسبة كبيرة من المزارعين يعتمدون على الأمطار في سقاية محاصيلهم، وبالرغم من أنّ نسبة أخرى تعتمد على الري من خلال الآبار الآل القطاعات على شكل حلقة دائرية، الهطولات المطرية وحدها لا تكفي الشتاء يُبشّر أنّ فصل الشتاء هذا العام سيكون كريماً، الجفاف الذي ضرب المنطقة بالشّان الزراعي، من تقديم البذار إلى



قاسم حسين

فحن المزارعين نعتهم في معيشتنا على الأراضي والمحصول الزراعي، نتمنى لمقاطعة قامشلو لصحيفتنا «روناهي» وأنشأر إلى: «الكميات التي هطلت على مناطقنا هي مؤشّر جيد وإيجابي، الهطولات كانت غزيرة وقد ارتوت الأرض، لكن جّاج الموسم الزراعي يتطلب هطولات أخرى، فاللوسم الزراعي يحتاج ما بين الستة إلى سبع هطولات غزيرة أخرى».

«حطول المطر مع بداية فصل الشتاء يُبشّر أنّ فصل الشتاء هذا العام سيكون كريماً، الجفاف الذي ضرب المنطقة بالشّان الزراعي، من تقديم البذار إلى



بشائر خير

وفي هذا السياق، حدّث المزارع «قاسم حسين» من مدينة كركي لكي التابعة لمقاطعة قامشلو لصحيفتنا «روناهي».

وأشار إلى: «الكميات التي هطلت على مناطقنا هي مؤشّر جيد وإيجابي، الهطولات كانت غزيرة وقد ارتوت الأرض، لكن جّاج الموسم الزراعي يتطلب هطولات أخرى، فاللوسم الزراعي يحتاج ما بين الستة إلى سبع هطولات غزيرة أخرى».

«حطول المطر مع بداية فصل الشتاء يُبشّر أنّ فصل الشتاء هذا العام سيكون كريماً، الجفاف الذي ضرب المنطقة بالشّان الزراعي، من تقديم البذار إلى