

# ALADEEL

العديل MAGAZINE

ISSUE 163

ميشال فرعون:  
بيت الكاثوليك  
الوطني  
واللبناني  
والبيروتي  
والمسيحي

مرعي أبو مرعي:  
رجل وضع إمكانياته  
في خدمة وطنه

ليلي عبد اللطيف:  
الحرب على لبنان  
لن تطول

داليا البحيري:  
راضية عن  
أعمالها الفنية

العام الدراسي:  
بين كمامات  
الأقساط وسدان  
الوضع الاقتصادي

الأبيض والأسود  
شائلي الموضة الراقية



**THE 1<sup>ST</sup> STEP FOR  
AMAZING HAIR**  
INSTANTLY DETANGLES AND STRENGTHENS



Distributed By Nazih Group  
in MENA Region  
[www.nazih.com](http://www.nazih.com)





# نحن اللبنانيين لسنا بخيرٍ

بقلم: فاديا شاتيلا حيدر



يحزن اللبناني حتى حلوة الروح حينما يرى طوابير السيارات وهي تحمل تارة النازحين وتارة اللاجئين وتارة المواطنين الأخوة في الوطن وهم يخرجون من بيوتهم؛ ولا يقلل من قساوة هذا المشهد بالنسبة إليه حقيقة أن كل بيوت اللبنانيين في كل المناطق هي بيوتهم.

طعم التهجير في لبنان له نكهة خاصة من المرارة الممزوجة بالدموع والمعاناة، والشعور بأن مشوار المعاناة لهذا البلد لا ينتهي، وشعور كل مواطن في لبنان بأنه لن يأتي يوم يصبح فيه ممكناً إنزال الصليب عن كتفيه.

إن قصة الحرب على لبنان وفي لبنان، هي قصة لا تشبه مزايا شعبه الذي يعيش الحياة على طريقة ارتشاف الفراشة لرحيق الأريح.

كما أن وحش الموت الذي يستبدل زهرة الاقحوان المزروعة على نوافذ منازلنا، بشوكه البعاد، هو وحش لم يولد في لبنان؛ بل هو بضاعة مستوردة، ولا أستطيع الاقتناع بأنه صناعة لبنانية..

نحن نستورد الحرب بطريقة غريبة ونسوق لها بطريقة عجيبة؛ نحن نجرّ دبَّ الحرب إلى كرمينا بنفس الشهية التي يستورد فيها راقصو "التانغو" الموسيقى الرائعة من كل أصقاع العالم، ونحن نكتب عن الحرب ونمجدها رغم أنها ذقتنا مرارتها؛ وكأننا نرسل هدية ورد لأحبتنا.

.. هذا تناقض يعيشه اللبناني منذ ولد "لبنان القناصل" داخل جنين الجبل الجميل، ومنذ أصبح العالم يطلق علينا تسمية "لبنان الصغير" ومن ثم "لبنان الكبير".  
نحن تناقض في كل لحظة؛ نقول شيئاً ونفعل شيئاً آخر.. نحن نرقص ونبكي بذات اللحظة؛ ونطلق النار بالفرح وبالحزن وبالحرب.. ونحن نريد أن نعيش ولكننا لا نوفر فرصة تنفس علينا عيشنا.

زياد الرباباني اكتشف تسمية اللبنانيين: "الشعب العنيد" .. ربما التشبيه صحيح، لأن صفة العناد تطلق على الإنسان الذي يعرف كيف يكون بخير ولكن مع ذلك يكابر ويمارس أخطاء تجعله ليس بخير..

.. نحن اللبنانيين، الشعب العنيد، لسنا بخير.

**REVON PROFESSIONAL® EQUAVE**

THE 1 STEP FOR AMAZING HAIR  
INSTANTLY DETANGLES AND STRENGTHENS

REVON PROFESSIONAL EQUAVE COLOR VIBRANCY INSTANT DETANGLING CONDITIONER For colored hair SOIN DÉMELANT INSTANTANÉ RAVIVEUR DE COULEUR Pour cheveux colorés 200 mL e

**NAZIH** WHERE BEAUTY BEGINS  
Distributed By Nazih Group in MENA Region [www.nazih.com](http://www.nazih.com)

## ميشال فرعون: بيت الكاثوليك الوطني اللبناني والبيروتي والمسيحي..

بقلم: بسام عفيفي



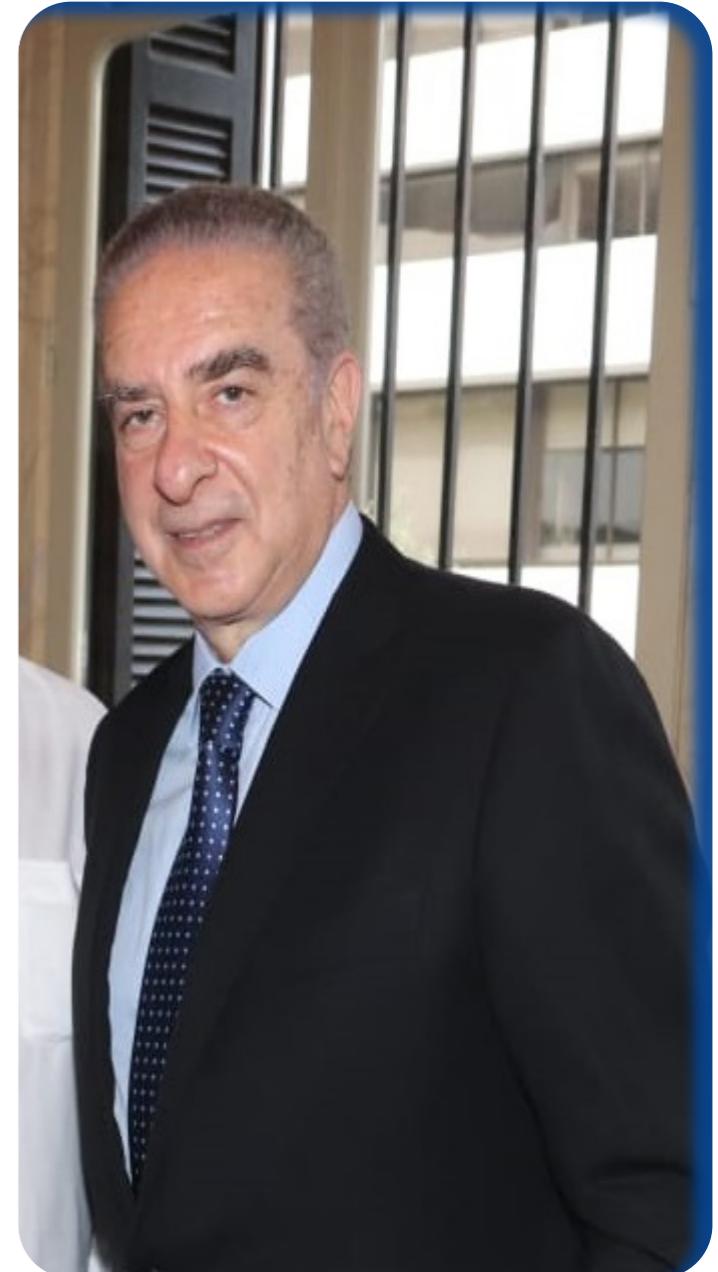
ميشال فرعون، إنه الإسم والعائلة، وبينهما تقع سيرته الذاتية التي فيها قصة نجاح مستمرة ومتواصلة حتى الآن؛ وقصة مسؤول تحمل مسؤولية موقع عامة عديدة باقتدار وبشجاعة وكفاءة.

تارياً وحالياً، لا تزال زعامة الكاثوليك في لبنان تجد في آل فرعون تعبيرات خاصة وأبعاداً أعمق وصورة أوضح عن لبنانية الكاثوليك ودورهم الغني داخل مجتمع العائلات الروحية اللبنانية..

ومرّ ذلك أنها - عائلة فرعون - تمثل زعامة تجمع بين تاريخ عريق للعائلة ولجهدها المتفاني داخل الطائفة من جهة، وبين بُعد عائلة فرعون الوطني وأيضاً البيروتي الذي يعني التمسك بالتعايش الإسلامي - المسيحي وتلويّن الدور المسيحي في العاصمة بالريادة الوطنية على غير مستوى وقطاع.

إلى ذلك، فإن ميشال فرعون الوزير والنائب ورجل الأعمال السياسي المخضرم والمحтик والعارف بدقة معايير معاذلات النظام اللبناني وتوازناته، هو بحق يُعتبر من رعيل السياسيين الذين بدأت تفتقد إليهم الحياة السياسية اللبنانية، فميشال فرعون هو علامة على أن الجودة السياسية داخل طبقة السياسيين في لبنان لا تزال تنبض، ولا تزال حية.

في قلب الواقع السياسي الذي يمثله ميشال فرعون يقع الدور التاريخي للكاثوليك في لبنان؛ فهذه الطائفة تمارس السياسة بأبعاد ومتوازنات مختلفة كلها تغنى المعنى الوطني اللبناني؛ وتغنى تجربة التعايش اللبناني في الشرق الأوسط؛ وتغنى أيضاً وأيضاً بعد لبنان الوطني داخل نكهة الوجود المسيحي فيه وفي كل المشرق. وأمام كل هذه المعانوي الكاثوليكية الوطنية والبنانية واليسوعية توجد قيادة وزعامة إسمها آل فرعون، واسمها حالياً الوزير والنائب وصاحب دارة الأشرفية المفتوحة أمام كل البيروتيين بكل مشاربهم وأطیافهم ميشال فرعون.



**REVLON  
PROFESSIONAL®**

Create Boldly. Live Boldly.

**AFTER 1 USE**

96% STRONGER HAIR

4X MORE HYDRATION

8X SOFTER HAIR

**RE/START**

**BALAYAGE CARE CREAM**

**THE 1ST LEAVE-IN TREATMENT FOR BALAYAGE HAIR**

**RE/START**  
**COLOR**  
**BALAYAGE CARE CREAM**  
CREME DE SOIN BALAYAGE  
CREMA PARA EL CUIDADO DEL BALAYAGE

KERABIOTIC OXI GUARD 2.0™  
DUAL ACTION: HELPS TO BALANCE SCALP  
AND REVITALISE HAIR. SHIELD & REPAIR.  
DOUCEUR CHEVEU ET A PROTÉGÉ LES CHEVEUX.  
DOBLE ACCIÓN: AYUDA A EQUILIBRAR EL HOGAR  
Y REVITALIZAR EL CABELLO. SHIELD & REPAIR.  
DOBLE ACCIÓN: AYUDA A EQUILIBRAR EL HOGAR  
Y REVITALIZAR EL CABELLO. SHIELD & REPAIR.

DAILY DEEP CARE AND PROTECTION TREATMENT  
SHIELD & REVIVE BALAYAGE HAIR  
SOUVENIR DES CHEVEUX DU PROTÉGÉ.  
REFORCE ET REVITALISE LES CHEVEUX COLORÉS.  
REFORZAR Y REVITALIZAR EL CABELLO CON COLORES.  
REFORZAR Y REVITALIZAR EL CABELLO CON COLORES.

PHOTO-PROTEIN MOLECULE, CAMELLIA OIL,  
PHOTO-PROTEIN MOLECULE, HOLE DE CAMELLIA,  
MOLECULE DE LISSAGE, HOLE DE CAMELLIA,  
MOLECULA DE REPARACION PROFUNDA  
ACIDE DE CAMELLIA, FITO PROTEINA.

POWERED BY KINICARE. PROVEN BY HAIREXPERT.  
150 mL e / 5 Fl. Oz.

# مرعي أبو مرعي: رجل وضع إمكانياته في خدمة وطنه

رجل أعمال لبناني، تعود جذور عائلته إلى إحدى بلدات إقليم الخروب في قضاء الشوف، إسم لامع في عالم المال والأعمال والتجارة والسياحة وشراء العقارات في لبنان والعالم، يحمل الجنسية الألمانية، حيث يدير أهم المرافق التجارية في هامبورغ بألمانيا.

بداية وتوسيع...

أمضى أبو مرعي أعواماً في ألمانيا، لكنه عاد إلى لبنان مطلع عام 2000، وهو يملك مركز تسوق في الأردن، بالإضافة إلى: "مجموعة أبو مرعي" في أفريقيا والشرق الأوسط وأوروبا - "خطوط أبو مرعي" - "أبو مرعي للرحلات البحرية" - "بيانون مول صيدا" - "محطات كويين" - منازل "أورينت كويين" - فروع الشحن البحري في بنين - "أبو مرعي كوتونو" نيجيريا - "أبو مرعي نيجيريا" - ألمانيا "أبو مرعي هامبورغ"، بالإضافة إلى "مؤسسة أبو مرعي الخيرية" التي يقع مركزها في الـهلالية.

مع الجميع وللجميع

لعب رجل الأعمال أبو مرعي دوراً ريادياً كمثال يحتذى به في خدمة الصالح العام، وخدمة الناس، فهو صاحب الأيدي البيضاء التي يشهد له الجميع، والحرirsch على تقديم العون للعديد من المؤسسات ومساعدة العائلات المحتاجة وخدمة مختلف قطاعات مدينة صيدا التي يعشق الانتماء إليها ويتطوع ليكون لها دورها الرائد من منطلق الإيمان بأهمية الإنماء المتوازن للمناطق في لبنان.

"بالقلب يا وطن"

لرجل الأعمال أبو مرعي وجه وطني مضي، تجلّى في دعم الجيش اللبناني، حيث قام بمناسبة عيد الجيش في الأول من آب المنصرم، برفع لافتة كبيرة على مبنى مؤسسة "مرعي أبو مرعي الخيرية" في منطقة الـهلالية - صيدا، كتب على اللافتة عبارة "بالقلب يا وطن" مزيّنة بشعار الجيش اللبناني، حيث هنا أبو مرعي قائد الجيش وجميع الضباط والعناصر بمناسبة عيد الجيش، مثنياً على تضحياتهم الكبيرة في سبيل حماية لبنان وضمان أمنه واستقراره في الداخل والدفاع عن حدوده في وجه أي اعتداء، وتمنى أبو مرعي أن يتوحد اللبنانيون ويتجاوزوا خلافاتهم في ظل الأوضاع المصيرية التي يعيشها لبنان والمنطقة ويفقوا على انتخاب رئيس للجمهورية يعيّد للبنان استقراره.





## ”أوريينت كوين“ العلامة الفارقة في عالم السياحة البحرية في لبنان

أبهرت الباخرة السياحية الأولى في لبنان والشرق الأوسط ”أوريينت كوين“ - ”ملكة الشرق“ لصاحبتها مرعى أبو مرعي، في أول رحلة رسمية لها، رافعة العلم اللبناني وشعار ”من بيروت لأجل لبنان“ سالكة خط بور سعيد، ليماسول، رودوس كوسوداسي، وقد دامت الرحلة الأولى مدة أسبوع كامل. كانت الباخرة ”أوريينت كوين“ محور استقطاب الحركة السياحية البحرية من خلال رحلتها الأسبوعية التي كانت تنطلق من مرفأ بيروت تحديداً، ترجمة لقناعة أبو مرعي بأن لبنان بلد السياحة.

تميزت الباخرة التي بلغ طولها 22 متراً ومؤلفة من 12 طبقة واستيعاب لأكثر من 1000 راكب، بالتسهيلات الكثيرة التي كانت تقدمها لروادها، أبرزها عدم حاجة المسافر لتأشيرته دخول للدول التي ترسو فيها مينائهما، والسبب أن ”أوريينت كوين“ وشركة مرعى أبو مرعي كانت تحوز على ثقة الدول التي تزورها.

”أوريينت كوين“ كانت مدينة صغيرة متنقلة في البحر، وشيئاً يفوق التوقعات كأنه حلم. في 4 آب 2020 وقع انفجار مرفأ بيروت وتبدد الحلم بغرق السفينة ”أوريينت كوين“ بالكامل وسقوط شهيددين وسبعة جرحى من طاقمها ضمن الضحايا.

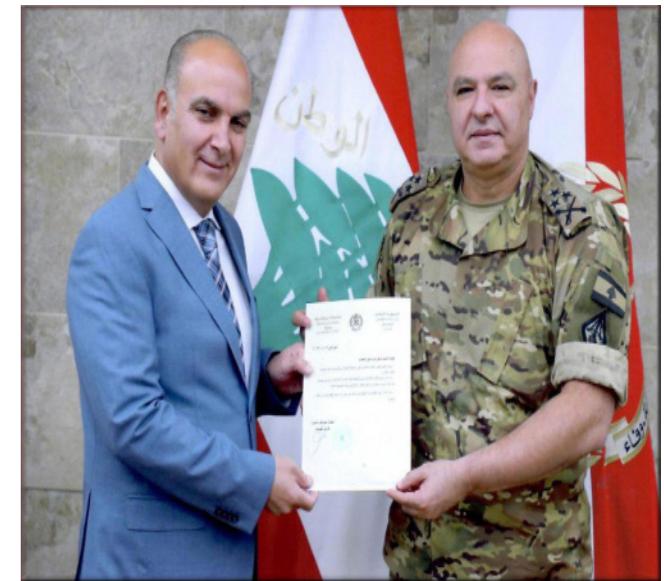
وغاب عنها معلم سياحي عائم رفع إسم لبنان عالياً على البارزة السياحية الدولية على مدى عقود من الزمن.



ويأتي دعمها المتواصل للبنانيين ليبرز التزامها الراسخ في تعزيز الاستقرار وتقديم العون للمجتمع اللبناني في مختلف الظروف.

عندما واجهت صيدا عام 2023 أزمة النفايات المترامية أطلق أبو مرعي مبادرة لرفع النفايات في بلدة الهمالية، وصولاً إلى أحياء البلدة وطرقاتها الفرعية، وذلك بمواكبة من موظفي ”مؤسسة أبو مرعي الخيرية“، وتوسعت المبادرة لتشمل أوتوستراد الشمامعه في حارة صيدا وبلدتي عيرا ومجدليون بعد أن تراكمت النفايات في الأحياء وبين المنازل حيث لاقت المبادرة ارتياحاً من قبل الأهالي وإشادة منهم بمبادرةه الفردية.

والمبادرة الإنسانية الكبرى كانت عام 2008 عندما أعلن في مدينة صيدا عن نجاح التعاون بين ”مؤسسة أبو مرعي الخيرية“ ومؤسسة ”سنجر“ للأطراف الصناعية من جهة، مع نقابة المعدبين في النروج وشركة ”دالفين“ لتصنيع الأطراف من جهة ثانية، وقد أثمر هذا الاتفاق عن مبادرة تمثلت بالتبرع بكميات كبيرة من الأطراف الصناعية من النروج للمحتاجين من أبناء الشعب اللبناني الذين فقدوا أطرافهم في الجنوب من جراء القنابل العنقودية التي ألقاها العدو الإسرائيلي خلال عدوان تموز 2006، حيث تكفلت ”مؤسسة أبو مرعي الخيرية“ بتكليف التركيب ومتابعة العلاج الفيزيائي والمعنوي.



.. وتكريم من قائد الجيش

وقد كرم قائد الجيش العماد جوزاف عون، في مكتبه في وزارة الدفاع في اليرزة، رجل الأعمال مرعى أبو مرعي تقديراً لدوره في دعم الجيش باستمرار وترجمة قناعاته أنه الضمانة الأساسية في حفظ استقرار لبنان وتضحياته الجسام في سبيل أن ينعم اللبنانيون بالأمن والأمان.

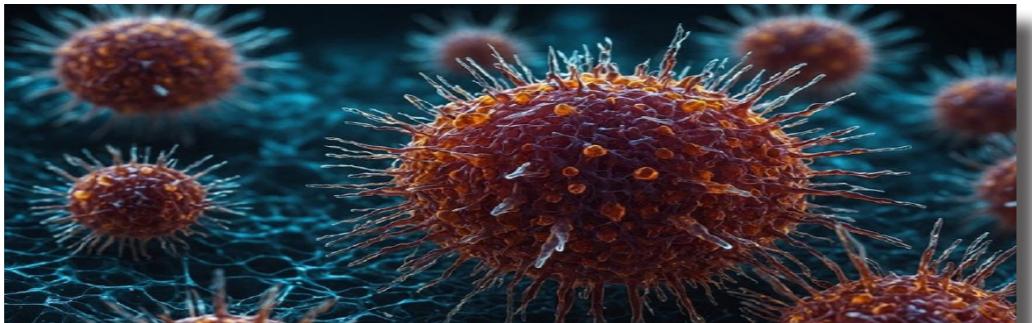
## محطات إنسانية في حياة أبو مرعي

يتجلّ الجانب الإنساني الذي يتمتع به أبو مرعي بأوضح صوره من خلال ”مؤسسة أبو مرعي الخيرية“ في الهمالية، والتي تعتبر نموذجاً للعيش الإنساني من دون تمييز.

فقد أنشأ ”مركز أبو مرعي الطبي“ تحت شعار نحن نستهدف الأطباء المتخصصين الذين يشاركوننا في مساعدة المرضى الذين يحتاجون إلى العناية الطبية، ويحصلون على نخبة الخدمات الطبية، بالإضافة إلى الحملات الطبية الدورية التي تقوم بها المؤسسة مثل الكشف المبكر على سرطان الثدي، وحملة مكافحة ترقق العظام، وغيرها من الحملات الطبية الأخرى.

وفي ظل الظروف الصعبة التي يمر بها لبنان تواصل ”مؤسسة أبو مرعي الخيرية“ ترجمة مبادراتها على الأرض للوقوف إلى جانب الشعب اللبناني،

-وباء قادم سيغزو العالم في عام 2025 وسنرى الموت بالملليين في عدد من دول العالم.



-الحدود المصرية والأردنية في حالة تأهب واستعداد، وسنرى الفوضى تعم هذه الحدود، والجيش المصري بالمرصاد والأمن الأردني سيتدرك.

-للأسف مزيد من الاغتيالات تطال شخصيات لبنانية وغير لبنانية.  
-الحرب على لبنان لن تطول والمفاوضات آتية لا محالة.

-إذروا الشتا القادم!!! عاصفة ثلجية تضرب بعض الدول العربية لأول مرة منذ عقود وستضرب دول أوروبا وأميركا، والجليد يتسبب بكارثة في هذه الدول.

-عوده الحروب إلى أوروبا في السنوات المقبلة، الجوع والبطالة والفوضى تعم دول أوروبا.



## سيدة التوقعات ليلى عبد اللطيف: الحرب على لبنان لن تطول



لا يخفى على أحد توقعاتها المثيرة، فهي تثير الجدل وتعزز الفضول في مختلف الأوساط. ليلى عبد اللطيف، سيدة التوقعات، تتمتع بشعبية واسعة في العالم العربي، حيث يترقب الكثيرون بشغف، ما ستكتشفه توقعاتها عن المستقبل؛ فدقة بعض توقعاتها جعلتها محطة اهتمام وتقدير، مما دفع جمهورها إلى متابعتها باستمرار. من السياسة إلى الأحداث الاجتماعية، تظل ليلى رمزاً للفضول والتوقعات الجريئة التي تحاكي واقعنا.

إلى ذلك نبرز لكم في عدتنا الجديد؛ جديد توقعاتها التي خصت مجلة "الهديل" بها:

-اغتيال لأحد الرؤساء في إحدى الدول، مما يسبب الفوضى وحرباً أهلية في هذه الدولة.

-ارتفاع في سعر الذهب في الأشهر القادمة قد يتخطى الثلاثة ألف دولار وربما أكثر.

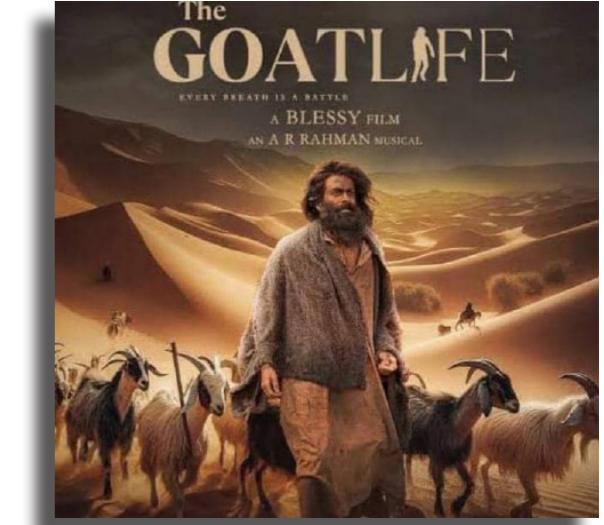
# توقعات أصابت...

- وأشارت عبد اللطيف إلى وجود تفجيرات في لبنان بطرق جديدة، وهو ما حدث عن طريق استخدام إسرائيل لأجهزة الـ "بيجر" لاستهداف عدد من العناصر في "حزب الله".

- الإعلان قبل فترة عن افتتاح سفارة المملكة العربية السعودية في العاصمة السورية دمشق، وإعادة استئناف عملها رسمياً لدعم وتعزيز العلاقات الثنائية بين البلدين.



- شكل خبر توقيف حاكم مصرف لبنان السابق رياض سلامةحدث المحلي الأبرز مؤخراً، وكانت ليلى أول من توقع حدوثه.



- فيلم "الماعز" الهندي الذي أثار جدلاً كبيراً - ليلى - "الجدل سيكون حول فيلم هندي!"

- توقعها وفاة ميلياردير عالمي وهو مايك لينش الذي توفي غرقاً على متن يخته بسواحل إيطاليا.

- ليلى تتصدر "التренд": ظاهرة جديدة يزداد الجدل حولها بعد انتشار فيديو تحدثت فيه عن ظهور وباء "الجدري" في العديد من دول العالم.

- ضمن سلسلة توقعاتها حول العالم: الزلزال الذي ضرب جنوب اليابان.

- توقعها اغتيال شخصية مهمة بارزة، وفعلاً تم اغتيال اسماعيل هنية رئيس المكتب السياسي لحركة "حماس".

- توقعها حول الانتخابات الرئاسية الأمريكية - إعلان الرئيس جو بايدن انسحابه من السباق الرئاسي.

- توقف حركة الطيران وإغلاق المطارات في عدد من الدول الأوروبية في منتصف العام الحالي.. لبنان، مطار بن غوريون..

**Fuel up,  
Refresh**

& Hit  
the Road

My way  
Since 1965

- CAR WASH
- FUEL CARDS
- OIL CHANGE

## الأبيض والأسود ثنائي الموضة الراقية

ثنائية الأبيض والأسود لم تعد غريبة عن عالم الموضة، فمنذ مواسم عدّة ونحن نراها ضمن مختلف مجموعات دور الأزياء العالمية، وقد ارتبطت هذه الثنائية بشكل أو باخر بالأنوثة والعصرية في آن معاً. وهما هي تبرز من جديد ضمن مجموعات موسم ما قبل خريف 2024 تمهيداً لموسم الشتاء المقبل.





 **NAZIH**  
WHERE BEAUTY BEGINS

Distributed By Nazih Group  
in MENA Region  
[www.nazih.com](http://www.nazih.com)



## تألقِي باختيار نظاراتك الشمسية العصرية والمريحة

تحبّ المرأة عادة عند اختيار النظارات الشمسية بين الموديلات المتنوعة العصرية أو الكلاسيكية، التي تناسب إطلالاتها، لذلك، إليك هذه النصائح: إذا كانت إطلالتك تعتمد على الكثير من النقوش والألوان يجب أن تكون النظارة بلون موحد أو سوداء وهي الأفضل. وكما تجنبى النظارة التي ترتديها في إطلالتك الملونة متداخلة النقوش والألوان بالتصميم ذاته. والاهتمام عند شراء النظارة الشمسية بتصميمها، حيث أن بعض الموديلات تضغط على منطقة الأنف مما يسبب أحياناً شعوراً بالصداع، لذا، تجربة النظارة جيداً قبل شرائها هو الصحيح. كما أن هناك بعض النظارات الشمسية التي تمتاز مميزاتها مع لمسات طيبة، لأن تحمي العين من أشعة ما، أو تكون مناسبة لمن يعاني من حساسية ما، فادرصي على مشاركة المسؤولين داخل المتجر الذي ستشترين منه نظارتكم الشمسية في بعض المعلومات المهمة حول نوعية النظارات قبل شكلها.



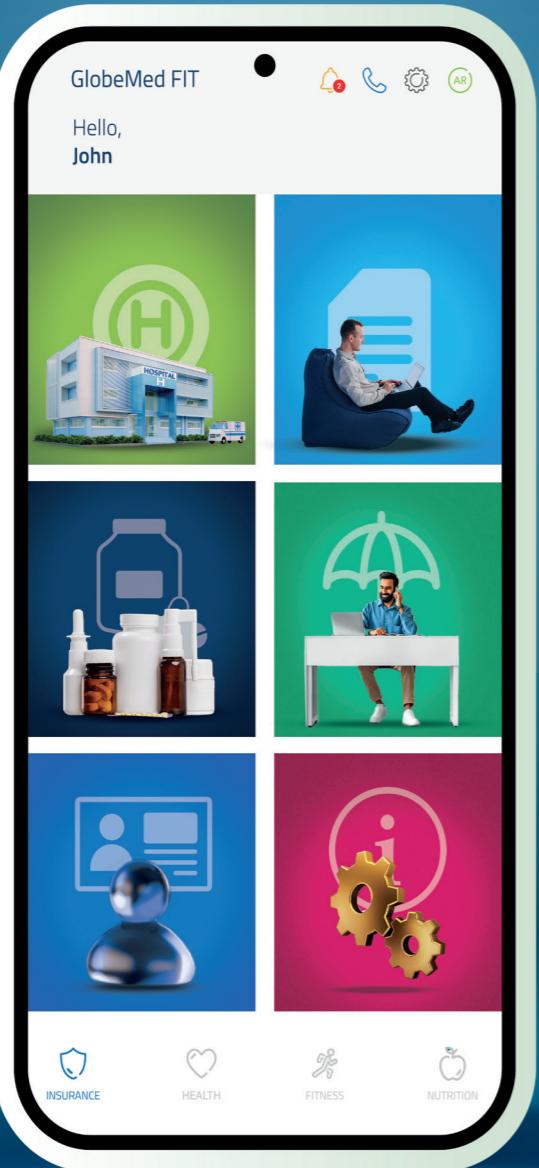
يعتبر اختيار النظارات الشمسية المناسبة لشكل الوجه، ليس بالأمر السهل، خصوصاً أن الموضة تحمل سنوياً مفاجآت مغيرة وعديدة من تصاميم متنوعة ورائعة. ولكن تألقي كالنجومات، إليك أجمل تشكيلة للنظارات الشمسية، ونطائج ستساعدك في اختيار النظارة المناسبة لشكل وجهك وملبسك.

تناسب صاحبات الوجه الرفيع الطويل النظارات الشمسية التي تحوي حواف دائيرية وليس مستقيمة، وتتميز بإطارات دائيرية أو دائيرية ممزوجة بخطوط مستطيلة، فتمنحك هذه الموديلات لوجهك شكلاً أكثر استدارة، وأيضاً النظارات الشمسية الملونة ذات الإطار الدائري. وأما الوجه العريض فهو يمنح للمرأة اختيار موديلات متنوعة من النظارات الشمسية، تمنحك لمسات جمالية مميزة، منها ذات الإطار العريض، التي تساعده على تخفيف مساحة الوجه، وتناسبها في الشتاء والصيف. وكما يناسب صاحبات الوجه الممتلئ، النظارات الشمسية بإطارات عريضة ملونة، أو النظارات السوداء في مختلف الإطلالات والأوقات. والأكثر حظاً في أشكال الوجه الأخرى هي صاحبة الوجه البيضاوي، فتناسبها أغلب أنواع النظارات الشمسية سواء ذات الأطر العريضة أو الأطر الرفيعة. وكما أن صاحبة الوجه الصغير جداً، عليها أن تبتعد عن النظارات الكبيرة، و اختيار التصميم البسيطة.



**YOUR DIGITAL HEALTH INSURANCE APP**

Manage your insurance anytime, anywhere!



GlobeMed FIT

Hello, John

INSURANCE    HEALTH    FITNESS    NUTRITION

DOWNLOAD GLOBEMED FIT NOW

Available on the App Store    ANDROID APP ON Google Play    QR code

**GlobeMed** Lebanon



# العام الدراسي بين كمامة الأقساط وسدان الوضع الاقتصادي

**تأثير الأزمات الاقتصادية على تكاليف التعليم**

في خضم ما يمر به لبنان من الأزمات الاقتصادية والسياسية، والتي تلقى بظلالها بشكل أو آخر على مستقبل التعليم في البلاد، يتطلب وبشكل عاجل حلولاً لدعم الأسر وضمان استمرار العملية التعليمية بشكل فعال، لا سيما أن الأوضاع الاقتصادية في لبنان تتسم بتضخم مرتفع وأنخفاض حاد في قيمة الليرة اللبنانية، مما يساهم في زيادة تكاليف التعليم بشكل كبير.

يرتفع سعر المواد الأساسية، بما في ذلك الكتب والمستلزمات المدرسية، مما يضيف عبئاً إضافياً على الأسر. بالنسبة للمدارس الخاصة، فإن تدهور قيمة الليرة يجعل الأقساط الدراسية مرتفعة بشكل غير معقول عند تحويلها إلى الدولار الأميركي، وهذا يسبب مشكلات مالية كبيرة للأسر التي تعتمد على دخل ثابت أو محدود، مما يعيق قدرتها على مواكبة الزيادات في الأقساط. إضافة إلى ذلك، تعاني الأسر من ضغوط مالية شديدة تسبب في صعوبة توفير احتياجات أطفالهم التعليمية من حيث تكاليف النقل والأنشطة المدرسية، مما يزيد من التوتر والقلق داخل الأسرة.

## تفاقم الفجوة الاقتصادية في التعليم

من المهم تسليط الضوء على الأقساط الدراسية في المدارس الخاصة وحتى الجامعات منها، والتي تعتبر من بين القضايا البارزة، حيث شهدت زيادات ملحوظة نتيجة تقلبات سعر الصرف والأزمات الراهنة التي تعصف بلبنان؛ هنا تجدر الإشارة إلى أن هذه الزيادات تجعل التعليم في المدارس الخاصة مقتصراً على العائلات ذات الدخل المرتفع، مما يساهم في زيادة الفجوة بين الطلاب من خلفيات اقتصادية مختلفة. بالإضافة إلى الأقساط، تواجه الأسر تكاليف إضافية مثل شراء الكتب والقرطاسية، والتي أصبحت أكثر تكلفة في ظل الظروف الحالية؛ فيالنظر إلى النقص في المنح الدراسية والتمويل من الجهات الحكومية أو الخاصة، تصبح العائلات ذات الدخل المنخفض أكثر عرضة للصعوبات المالية، مما يعمق الأزمة.



قبل الأزمة، كانت الأوضاع تختلف عما هي عليه اليوم؛ ومع اقتراب انطلاق العام الدراسي، أصبحت الأقساط المدرسية منها والجامعة، موضوعاً دائم النقاش، لكن الأوضاع الاقتصادية التي طالت كل منزل، حولت الأقساط إلى أزمة سنوية تؤثر على شريحة واسعة من المجتمع اللبناني.

من جهة، هناك الأهل الذين يسعون لتعليم أبنائهم، ومن جهة أخرى، هناك القطاع التربوي الذي يعيش عائلات بأكملها ويشكل جزءاً مهماً من العجلة الاقتصادية، خاصةً أن المدارس والجامعات في لبنان كانت تشكل مقصداً لطلاب المجاورة على مدى سنوات.



## الأقساط التعليمية غير القانونية وأثرها على الأسر اللبنانية

الأقساط العشوائية التي فرضت بشكل غير قانوني على الأهل، تراوحت بين 50% و100%， وهذا يعد خرقاً للقانون، خاصةً في ظل عدم قدرة الأهل على الاعتراض؛ وهنا يأتي دور وزارة التربية؛ لأنّ وهو السعي لرفع هذا الظلم عن الأهل، الذين لا يملكون القدرة على تحمل ما لا يطيقون في ظل ظروف يشهدها لبنان في شتى المجالات.

علاوة على أن للدولة دوراً رئيسياً في وضع حد لمن هو مستغل للأزمات ليتفرد بتذليل العباد؛ نرى أن في مثل هذه الظروف تتوجه الأسر إلى استراتيجيات متعددة للتعامل مع هذه الضغوط، مثل تقليل نفقات الأسرة الأخرى، البحث عن منح دراسية أو مساعدات، والتفاوض مع المدارس حول الأقساط. في بعض الحالات، يلجأون إلى استخدام المواد الدراسية القديمة أو التبديل إلى مدارس ذات تكاليف أقل. هذا الضغط المالي ينعكس بشكل مباشر على جودة التعليم، حيث يمكن أن تؤدي القيود المالية إلى تقليل الموارد المتاحة للمدارس، مثل الكتب والمواد التعليمية، ما يؤثر على جودة التعليم ومستقبله في لبنان.



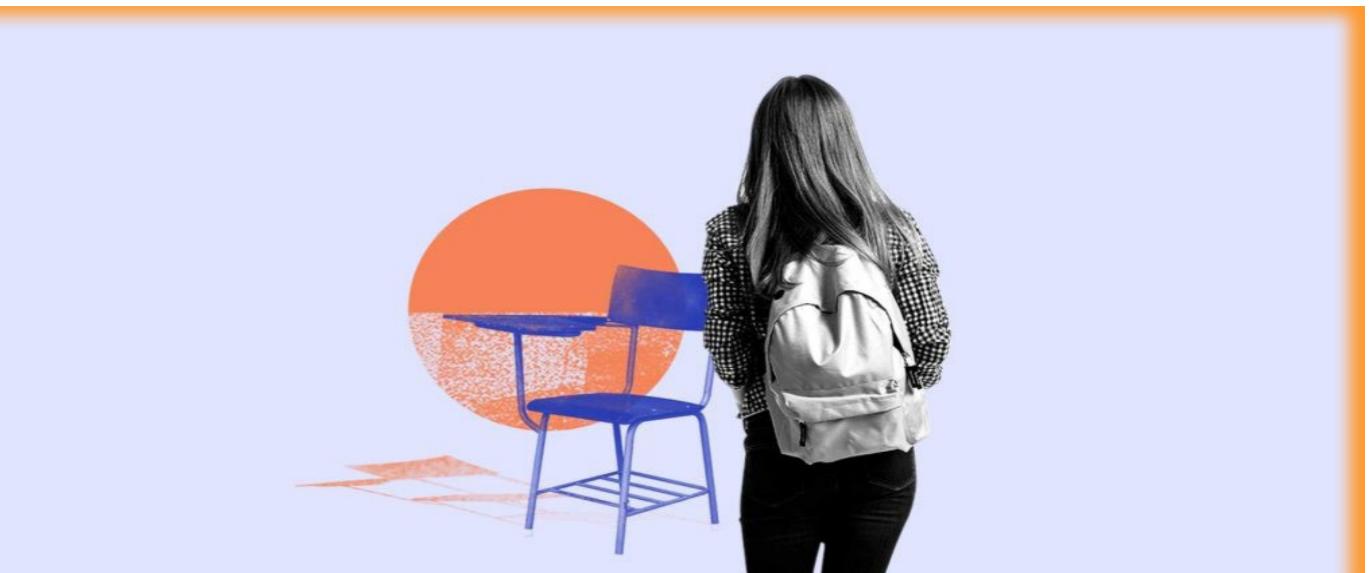
الطاقة لاصلاحات عاجلة

في الوقت نفسه، تؤثر الأوضاع الأمنية والسياسية بشكل كبير على التعليم في لبنان. الحرب الدائرة في جنوب لبنان، وخاصة المحاذية للحدود مع فلسطين المحتلة تسببت في إغلاق المدارس وتعطيل الدراسة، مما يؤثر سلباً على تحصيل الطلاب واستقرارهم النفسي؛ وهنا نجد أن الأزمات السياسية والاحتجاجات تؤدي أحياناً إلى إغلاق المدارس، مما يعطل العملية التعليمية ويساهم في تأخير المناهج الدراسية، وهذا يؤدي لخلق تهديدات إضافية للأسر التي تعتمد على التعليم كوسيلة لتحسين مستقبل ابنائهم.

لمواجهة هذه التحديات، من الضروري أن تتخذ الحكومة والمجتمع المدني خطوات جادة. يتطلب الأمر إصلاحات جذرية في النظام التعليمي، بما في ذلك تحسين تمويل المدارس العامة وتوفير دعم أكبر للأسر ذات الدخل المنخفض، إضافة إلى تعزيز دور المجتمع المدني والجمعيات الخيرية في تقديم المنح الدراسية والمساعدات العينية التي يمكن أن يكون له تأثير إيجابي في تخفيف الأعباء المالية على الأسر. بالإضافة إلى ذلك أيضاً، يجب تشجيع الحكومة على تطوير استراتيجيات جديدة لتخفيف العبء المالي عن الأسر، مثل تقديم دعم مباشر أو تحسين مستوى التعليم في المدارس الحكومية.



**خلصة القول**: في ظل هذه الأزمات التي تعصف بلبنان، يصارع كُلّ من الأهالي والمدارس الوضع الاقتصادي ويبحثون عن حلول لازمتهن؛ لكن المسؤولية الأساسية لإيجاد الحلول تقع على الدولة اللبنانية، التي لم تقدم بعد خطة اقتصادية واضحة أو حلولاً لأزمة الودائع وإدارة القطاع التربوي؛ وعليه فإن هذا الأمر يتطلب التنسيق بين حاجات المدارس ومطالب الأساتذة وقدرات ذوي التلامذة؛ لكن وللأسف، يبدو أن الحلقة الأضعف في كل ما يجري وما سيجري هي طلاب المدارس وحتى طلاب الجامعات منهم.



قهرمان مصطفیٰ

# البسطة تاريخ البطولة والوطنية



**معالمها**  
اشتهرت البسطة بمعالمها ورجالها ومفاهيمها وقبضاياها، فمن معالمها مسجد البسطة التحتا، ومن مقاهيها قهوة "المتوكل على الله" الحاج سعيد حمد، كما اشتهرت قهوة البسطة التحتا التي كان شحور الوادي يتردد عليها.

البسطة - جبل النار، هي مركز القبضايات الأوادم خلال كل الأزمات التي عرفها لبنان. يعتبر المطامي عمر الزين أن أحد أهم ميزات النسيج الاجتماعي للبسطة ضمها - ومنذ مطلع الأربعينيات - أكبر عدد من الطوائف المختلفة بين أبنائها. وكان

قبضايات البسطة على علاقة وطيدة مع الزعيم رياض الصلح، وكانت كل خلية شعبية من قبضايات بيروت تضم حوالي ثلثين شخصاً.

## "شو بدك بأولاد البسطة"

يروي المرحوم أبو علي قليلات حادثة البسطة - باولي، فباولي هذا من أصل يوناني كان يتزعم محلتي المزرعة وراس بيروت، وأراد التحرش بقبضايات البسطة كي يذيع صيته، فأخذ يمر في المحلة ويفتعل المشاكل، وكانت والدته تتصه بالابتعاد عن البسطة ولم يرتدع، فلحقه أحدهم وقتله، وعندما علمت والدته أنشدت عبارة أصبحت مشهورة بين أهالي البسطة خصوصاً، وببيروت عموماً:

شو بدك بأولاد البسطة ما قلت لك يا اسطة  
إلى ما بيقتلوك بالسکين بيقتلوك بالبلطة



**سوق العتق**  
ولا يمكن أن نتجاهل سوق البسطة المعروف بـ "سوق العتق" الذي يعود إلى أربعينيات القرن الماضي، في تلك السنوات أنشئت محلات صغيرة وبسطات على جانب الطريق التي تربط برج أبو حيدر بوسط بيروت لبيع التحف والانتيكات، وسوق العتق انطلق منذ أكثر من 80 عاماً على يد احمد العلول وإبراهيم سعد ومسلم بوشر وعلى الزين عمار وحسن حجازي الذين افتتحوا محلات تعنى بتجارة التحف.

.. اليوم ومع انهيار الأوضاع الاقتصادية وتراجع حركة السياحة والتجارة وحركة السوق، أصبّ سوق الانتيكات في البسطة بجمود كبير ولم تعد عمليات البيع والشراء كما كانت في السابق.



"البسطة" من أعرق أحياء بيروت وأكثرها شعبية، عرفت بـ "قلعة القبضايات" و "جبل النار"، ضمت في أزقتها وشوارعها نموذجاً للتعايش بين مختلف المذاهب الشيعية منها والسنية، وهي صاحبة تاريخ حافل بمجموعة من القبضايات ما زال اسمها مدفورة حتى الآن.

**من أين أتت تسمية البسطة؟**  
"أصحاب البسطات" كانت قديماً تطلق على العامة الذين لا حوانيت لديهم، يسطون بضاعتهم على الأرض، خاصة بائعي الخضار، الذين لا تساعدهم ظروفهم المادية على استئجار دكان لعرض المواد التي يبيعونها فيجلأون إلى اتخاذ لوحة خشبية يضعون عليها بضاعتهم، وهذه الصفة تعارف الناس على تسميتها بالبسطة، وقد ذكر بعض المعمرين من أهل بيروت أن بعض بائعي الخضار كانوا يتذدون لأنفسهم بسطة في المحل المرتفع، وأخرى في المحل المنخفض، فتعارف الناس على إطلاق البسطة الفوقة التي في المحل المرتفع والبسطة التحتا التي في المحل المنخفض.



"بسطة" الوطنية والنخوة تميزت محلة البسطة بفتوا شبابها وحماسهم الوطني والنخوة والحمية وصدق الوطنية والحماسة العربية والغيرة الإسلامية.  
جاءت أول إشارة لمنطقة البسطة سنة 1882م، في صحيفة "المصباح" التي ذكرت مروعة عربات بطريق البسطة، كما ذكرت البسطة في صحيفة "ثمرات الفنون" سنة 1895م باسم "البسطة العليا"، عندما أشارت إلى تدشين جامع البسطة الفوقة، ولم ترد كلمة البسطة في السجلات الشرعية القديمة لأن المحلة المذكورة كانت من ضمن محلة الباشورة.  
يذكر أن "جمعية بيروت الإصلاحية" التي تأسست في البسطة كانت قد انتدبت ثلاثة أعضاء لتمثيلها في "المؤتمر العربي الأول" في باريس سنة 1913 وهم السادة: سليم سلام، احمد مختار بيهم والشيخ أحمد طيارة، وعاد الوفد بعد المؤتمر إلى بيروت مروراً بالاستانة، فجرى له استقبال شعبي حافل تقدمه أهل البسطة.

# مشاهير أجنب وعرب خضعوا لعمليات تحول جنسي

بين الغرابة والشفقة خيط رفيع يجمع بين المتحولين جنسياً، ومع ذلك فقد أنفق بعض المشاهير الأجانب والعرب مبالغ طائلة على إجراء عمليات جراحية وتجميلية لكي يُدوّلوا جنسهم. وقد نجح البعض منهم بالحصول على أشكال نساء بدرجة فائقة الدقة بحيث لا يمكن التمييز بينهم وبين النساء.

وهنا نستعرض أبرز هؤلاء المشاهير:

**الممثلة الأمريكية والمusicية Alexis Arquette** المتحولة جنسياً من ذكر إلى أنثى، وقد ثقت قصتها في فيلم "Arquette Alexis: She's My Brother" (2007)، وقامت بعدد من الأدوار التمثيلية مع أهم المشاهير مثل **Samuel Jackson, John Travolta** وغيرها.



**الممثلة الأمريكية Laverne Cox** منتجة برامج تلفزيون الواقع، أصبحت أول متحول جنسي من ذكر إلى أنثى رشح لجوائز "إيمي"، واشتهرت بدورها في **"Orange is the New Black"**.



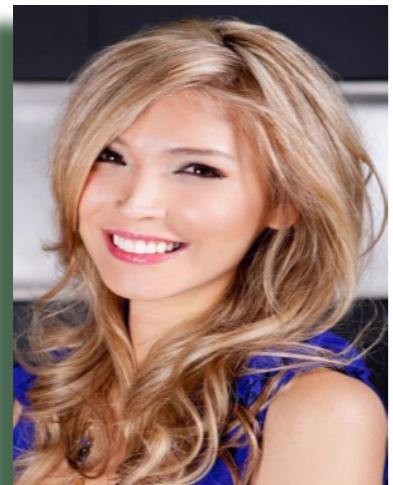
كما أجرت عارضة الأزياء الأمريكية **Amanda Lepore** عملية التحول من ذكر إلى أنثى عندما كان عمرها 15 عاماً، وأجرت عمليات تجميلية أخرى لتصبح بشكلها الحالي.

بالإضافة إلى عارضة الأزياء الكندية **Janna Talackova** التي تحولت إلى فتاة عندما كان عمرها 14 عاماً، ولم تصبح متحولة بالكامل إلا في سن الـ 19 عاماً، وشاركت في مسابقة ملكة جمال كندا.

وكما أن نجمة تلفزيون الواقع الأمريكية **Carmen Carrera** متحولة إلى فتاة، وشاركت في العديد من الأنشطة التي تركز على رفع مستوى الوعي حول مرض "الإيدز".

وأن نجمة تلفزيون الواقع الإعلامية الأمريكية **Caitlyn Jenner** تحولت من الرجل ويلIAM بروس إلى إمرأة، وكانت زوج والدة النجمة الأمريكية **كيم كارداشيان**.

الراقصة المغربية **Nour Fathi** من ذكر إلى أنثى في سويسرا، ولكن فشلت في تغيير اسمها من "نور الدين" إلى "نور"، وقالت نور إنها تحملت الكثير لكي تخرج الأنثى التي عاشت داخلها منذ طفولتها، وتجعل منها إنسانة مشهورة موضحة أنها ولدت "خنثى" وأنها ضحية "عيوب خلقي" في تكوينها الجسدي.





**UNIQONE™**

Your Time is Precious  
Our iconic 10 in 1 leave in treatment celebrates  
10 years giving women all around the world great  
hair in no time. Because your time is precious.  
Join the celebration in @revlonprofessional



Distributed By Nazih Group  
in MENA Region  
[www.nazih.com](http://www.nazih.com)



ومن المشاهير العرب **Haifa Magic** وهي مطربة مشهورة وأشهر متتحول في لبنان، أجرت العديد من العمليات التجميلية، وكانت العملية الأولى المتعلقة بتحولها جنسياً، الطلقة الأولى لامتهان الغناء بعد ذلك، ولإصدار أغنيات عديدة.



وكما أثارت **Raghad Salami** الجدل حولها، بعد إدعاء البعض أنها تحولت من ذكر إلى أنثى، وكانت تدعى "سمير نمر سلامة"، ولكن قضت مدكمة مصرية لصالحها وبرأتها من هذا الاتهام وأثبتت أنها أنثى، ومع ذلك فالاشاعات لا زالت تطالها.



كما كانت الممثلة **Hanan Altawil**، أول ممثلة مصرية تتتحول جنسياً، وبحسب تصريحها في إحدى الصحف قالت إنها كانت دائماً تشعر أنها غريبة عن عالم الرجال، لدرجة أنها كانت تريبي شعرها مثل الفتيات وتميل إلى استعمال أدوات الماكياج، وهو ما دفعها إلى السفر للخارج لإجراء العملية، والتتحول من "طارق" إلى "حنان".



وأما **Hussein Bachayer** الممثلة الكويتية فاعترفت في تصريحات صحفية بأنها متتحوله جنسياً من ذكر إلى أنثى، وما فعلته ليس عيباً أو مخالفًا للشرع، وقد أثبتت الفحوصات الطبية والأوراق الرسمية أنها من الحالات التي تستلزم تحويلها جنسياً من ذكر إلى أنثى، وذلك بناءً للوكلات.

## DALIA AL-BEIRI: راضية كل الرضا عن أعمالها الفنية

تعيش الفنانة داليا البحيري حالة من الانتعاش الفني، فهي من نوع الفنانات اللواتي لا يقدمنَ على أي عمل لمجرد التواجد فقط، وإنما بناءً على دراسة معمقة للدور، وإذا ما كان سوف يشكل إضافة جديدة بالنسبة لها.



### • تجربتك على "المسرح القومي" كانت مميزة بكل المقاييس هل يمكن أن تحدثينا عنها؟

بالفعل هناك قيمة كبيرة أن يقف الممثل فوق أقدم مسارح الشرق الأوسط، وقف عليها عباقرة وفنانون كبار، إن خشبة "المسرح القومي" لها هيبة وشكل خاص، قدمت في البداية مسرحية واحدة مع صديقي هاني رزى الذي كان حريطاً على للغاية وشعرت أنني في أيدٍ أمينة، وتحسست طريقى للمسرح مع هاني رزى في الشخصية التي قدمتها في مسرحية "أبو العربى" وهى تختلف عن مسرحية "سيدى أنا" مع الممثل نضال الشافعى، فى البداية كنت أنوي الاعتذار عن عدم الوقوف في "المسرح القومى" والاعتذار عن المسرحية، ولكن الله سبحانه وتعالى أعطانى القوة واستكملت المسرحية. المسرحية عن رواية جورج برنارد شو والتي سبق وتم تقديمها من خلال رؤى مختلفة، أبرزها مسرحية "سيدى الجميلة" التي عرضت عام 1969 لشويكار وفؤاد المهندس.

مع داليا البحيري كان لنا هذا الحوار لتخبرنا عن جديدها:

### • ما سبب غيابك الطويل عن الدراما التلفزيونية بعد مشاركتك للزعيم عادل إمام في مسلسل "فلانتينو"؟

بعد "فلانتينو" جاءتني عروض كثيرة وبطولات كبيرة، ولكنها لم تشكل لي إضافة جديدة لأننى أرفض مقوله التواجد لمجرد التواجد، ولكن انتظروني في رمضان بدور "أشجان" في مسلسل "بدون مقابل" مع أخي وصديقي هاني رزى ومع مجموعة كبيرة من النجوم على رأسهم النجمة وفاء عامر ومن إخراج فهمي عبد الحميد، وهو مكون من 30 حلقة ويتناول بطولات رجال الأمن في مكافحة الإرهاب.





• هل أنت راضية عن كل الأعمال الفنية التي شاركت بها والأدوار التي جسستها؟

راضية تمام الرضا عن الأعمال الفنية التي قمت بها والأدوار التي قدمتها، ولدي أحلام كثيرة أمل بتحقيقها خلال مشواري الفني، وأنا أسعى باستمرار للاشتراك في أي عمل فني يشكل إضافة بالنسبة لي وليس من أجل الكسب المادي، لأن رضا الجمهور هو العنصر الأساسي بالنسبة لي.



• هل تأخذين رأي زوجك في الأعمال التي تعرض عليك قبل الموافقة عليها؟

نتحدث عن بعض الأمور من دون الدخول في تفاصيل العمل، لديه ثقة كبيرة في اختياراتي الفنية، يساعدني عندما ألجأ إليه، لكن لا يعرض علي أي شيء ولا يتدخل في تفاصيل عملي، ولديه ثقة في طريقة تعاملني مع الأعمال التي تعرض عليّ.



• هل واجهت صعوبات في تقديم الكوميديا والاستعراض على المسرح؟

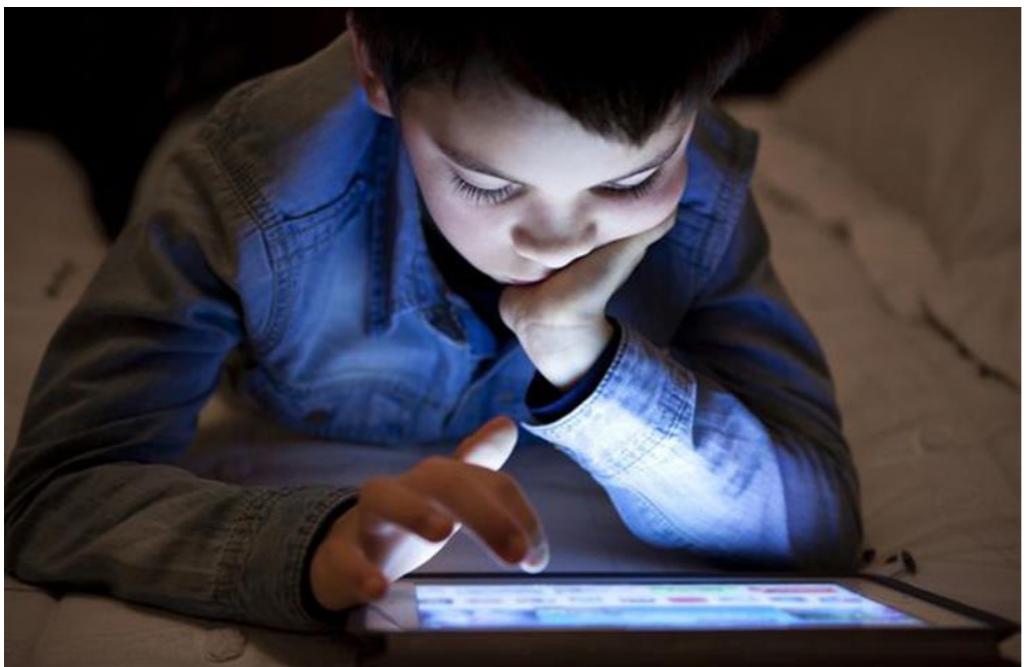
يوجد فرق كبير بين الكوميديا في السينما والدراما والكوميديا على المسرح، فلا يوجد وجه للمقارنة بينها، ففي الدراما والسينما يوجد ما يسمى "المونتاج" من خلال قص وتركيب وإعادة المشاهد حتى يخرج المشهد في أحسن حالاته. أما على المسرح بـ One take أي لقطة واحدة إما أن ندرز هدفاً مع الجمهور أو لا . وهذا يأتي دور المخرج بعد كل ليلة عرض، للوقوف على السلبيات والإيجابيات وإبداء الملاحظات.



• داليا ليست ناشطة على مواقع التواصل الاجتماعي مثل باقي زملائها فما السبب؟

استخدام الفنان لمواقع التواصل الاجتماعي هو سلاح ذو حدين طبقاً للحد الذي يسمح فيه الفنان للناس بالتدخل في حياته. فالمسئولة متوقفة على إرادة الفنان لوجوده على هذه المواقع، أنا لست من الفنانات اللواتي لديهن نهم على "السوشیال میدیا"، فأنا اتعامل معها كل الأشخاص العاديين والطبيعيين وليس بكثافة بسبب كوني فنانة، ولست من النوع الذي قد يدفع أموالاً لشراء عدد كبير من المتابعين مثلما يفعل البعض لدرجة أن بعضهم يتعاقد مع شركات تدير صفحاتهم على "السوشیال میدیا"، ولا أنكر أن الدخول الطاغي لبعض الممثلين على مواقع التواصل الاجتماعي بدأ يؤثر بدوره على العمل الفني بشكل كبير.

## تنظيم المشاعر الرقمية الأبوية... وتأثيرها على الأطفال



أصبحت الأجهزة الإلكترونية والهواتف الذكية بمتناول شريحة كبيرة من البشر وبمختلف الأعمار والطبقات الاجتماعية والمادية. ولم يعد باستطاعة أي شخص الاستغناء عنها في حياته اليومية، إن كان في العمل أو التواصلي الاجتماعي أو الترفيه. كما أنها أصبحت الحل الأسرع للهو الأطفال الصغار أو إسكات نوبات غضبهم. ولكن، عندما يتعلق الأمر بالأطفال، علينا التفكير ملياً بعواقب هذا الأمر على صحتهم النفسية ومشاعرهم ومستقبلهم. حيث أنه عندما يتم إعطاء الأطفال أجهزة رقمية لإلهائهم أو تهدئتهم نوبات غضبهم، فإنهم لا يتعلمون حينها كيف ينظمون عواطفهم، لأن نوبات الغضب تعد جزءاً من نموهم الطبيعي. ومع ذلك، فإن كيفية إدارة نوبات الغضب أو الإحباط هذه قد تؤثر على النمو العاطفي للأطفال، وقد تؤدي إلى مشاكل حادة في المستقبل. وذلك بناءً لدراسة حادّة في المستقبل، قام بها باحثون بقيادة الدكتورة فيرونيكا كونوك من جامعة "أوتفوش لوراند" في المجر، ونشر البحث في مجلة المراهقين (-Frontiers in Child and Adolescent Psychiatry-)، وفي "يوريك ألت". وقاموا بالتدقيق في كيفية تأثير إعطاء الأطفال الأجهزة الرقمية باعتبارها "اللهايات الرقمية" لتجنب نوبات الغضب أو إدارتها على مهارات إدارة الغضب لدى الأطفال لاحقاً. وجدوا أن الأطفال الذين تم إعطاؤهم أجهزة رقمية بشكل روتيني عندما أصيروا بنوبة غضب، واجهوا صعوبات كبيرة في تنظيم عواطفهم.



وشددوا أيضاً على أهمية السماح للأطفال بتجربة المشاعر السلبية والدور الحاسم الذي يلعبه الآباء في هذه العملية.

يتعلم الأطفال خلال السنوات القليلة الأولى من حياتهم، الكثير عن التنظيم الذاتي والاستجابات العاطفية والعقلية والسلوكية لمواقف معينة. وتعلق بعض هذه السلوكيات بقدرة الأطفال على اختيار الاستجابة المتعتمدة بدلاً من الاستجابة التلقائية. وهذا ما يعرف بالسيطرة المجهدة، والتي يتم تعلمها من البيئة، أولاً وقبل كل شيء من خلال علاقة الأطفال بوالديهم. وقد أصبح الأمر شائعاً في السنوات الأخيرة، وهو إعطاء الأطفال أجهزة رقمية للتحكم في استجاباتهم للمشاعر، خصوصاً إذا كانت سلبية.

ولذا، قام فريق من الباحثين العالميين بقيادة الدكتورة فيرونيكا كونوك، بالتحقيق في هذه الإستراتيجية، التي تسمى "تنظيم المشاعر الرقمية للأبوية"، وفيما إذا كانت تؤدي إلى عدم قدرة الأطفال على تنظيم عواطفهم بشكل فعال في وقت لاحق من الحياة. ووجدت أنه إذا قدم الآباء بانتظام جهازاً رقمياً لأطفالهم لتهديتهم أو إيقاف نوبات غضبهم، فلن يتعلموا تنظيم عواطفهم، مما يؤدي إلى مشاكل أكثر خطورة في تنظيم العواطف، وتحديداً، مشاكل إدارة الغضب، في وقت لاحق من الحياة.

وشمل البحث أكثر من 300 من آباء الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 2 و5 سنوات، وقاموا بملء استبيان لتقييم استخدام الطفل والوالد الوسائل الإلكترونية. ووجد الباحثون أنه عندما استخدام الآباء تنظيم المشاعر الرقمية في كثير من الأحيان، أظهر الأطفال مهارات أقل في إدارة الغضب والإحباط بعد عام. كما أظهر الأطفال، الذين تم إعطاؤهم الأجهزة في كثير من الأحيان أثناء تعرضهم لمشاعر سلبية، تحكمًا أقل.

وأنه يجب أن يتعلم الأطفال كيفية إدارة مشاعرهم السلبية بأنفسهم. وإنهم بحاجة إلى مساعدة والديهم خلال عملية التعلم هذه، وليس مساعدة الأجهزة الرقمية. ووجد الباحثون أيضاً أن ضعف مهارات إدارة الغضب الأساسية يعني أن الأطفال حصلوا على أجهزة رقمية في كثير من الأحيان كأداة لإدارة الغضب. وأنه ليس من المستغرب أن يقوم الآباء بتطبيق تنظيم المشاعر الرقمية بشكل متكرر إذا كان طفلهم يعاني من مشاكل في تنظيم المشاعر. ولكن، أكدوا أن النتائج لديهم تشير إلى أن هذه الإستراتيجية يمكن أن تؤدي إلى تصعيد مشكلة موجودة مسبقاً. وأشار الباحثون إلى أنه من المهم عدم تجنب المواقف التي قد تكون مدبطة للطفل. وبدلاً من ذلك، فمن الأفضل أن يقوم الآباء بتدريب أطفالهم على المواقف الصعبة، ومساعدتهم على التعرف على مشاعرهم، وتعليمهم كيفية التعامل معها. وإنه لتزويد آباء الأطفال الذين يعانون من مشاكل ولا يعرفون طرق إدارة الغضب مع أطفالهم، وبغاية تحقيق النجاح معهم، من المهم تلقي الأهل الدعم اللازم من المتخصصين في مجال الصحة الذين يعملون مع العائلات وتقديم معلومات حول كيفية المساعدة على إدارة عواطف أطفالهم بعيداً عن الأجهزة الرقمية.



# أدب الأطفال العربي ”تطوره التاريخي وتأثيره على التربية والتعليم عبر العصور“

و”التزفين“ التي كانت تغنى بها الأمهات والجدات؛ ففي العصر الحديث، شهد أدب الأطفال تحولاً ملحوظاً نتيجة الترجمة والتفاعل مع الأدب العالمي. فقد ساهم رفاعة الطهطاوي في تأسيس أدب الأطفال من خلال ترجمة القصص الأجنبية وإنشاء مجلة ”روضة المدارس المصرية“ التي كانت تهتم بأدب الأطفال والثقافة المدرسية.

تجدر الإشارة إلى دور أمير الشعراء أحمد شوقي الذي تأثر بتطور أدب الأطفال في فرنسا وأعجب بحكايات لافونتين، فاستلهم منها في أشعاره الموجهة للأطفال ودمجها بالتراث العربي مثل قصص الحيوان و”كليلة ودمنة“. وبفضل جهود رواد آخرين في القرن العشرين مثل محمد عثمان جلال، محمد الهراوي، وكامل كيلاني وغيرهم، تطور أدب الأطفال بمختلف أشكاله. وبرزت أيضاً مساهمات سليمان العيسى في مجال شعر الطفولة وزكريا تامر في القصة القصيرة للأطفال.

للفلسطينيين والاردن نصيب كبير من هذا الأدب؛ حيث بدأت تجربة أدب الأطفال مبكراً بفضل جهود عدد من الأدباء والتربويين الذين قدموا نماذج من أدب الأطفال في الكتب المدرسية والأدبية. ومن بين هؤلاء الرواد: راضي عبد الهادي، إبراهيم البوارشى، إسحاق موسى الحسيني، خليل السكاكي، فائز علي الغول، حسني فريز وعيسى الناعورى.



## تطور أدب الأطفال ودور المرأة في دعمه

اتسع نطاق الاهتمام بأدب الأطفال بشكل ملحوظ، حيث زادت أعداد الأدباء الذين يركزون على هذا المجال بفضل ظهور المجلات الخاصة بالطفل وتخصيص الصحف الأردنية لصفحات أو ملخص موجهة للأطفال؛ كما أن المؤسسات الرسمية والأهلية ساهمت في دعم هذا تظل ”خرافات إيسوب“ واحدة من أبرز الأعمال التي تجمع بين التاريخ والحضور المستمر في الأدب، حيث تعود هذه القصص إلى إيسوب، الفيلسوف اليوناني الذي عاش في القرن السابع قبل الميلاد، كما أن حكايات لافونتين الفرن西سية من القرن السابع عشر، وحكايات الأخوين غريم الألمانية من القرن التاسع عشر، إضافة إلى القصص العربية والشرقية القديمة مثل ”كليلة ودمنة“ لابن المقفع، وحكايات ”الف ليلة وليلة“ التي تتضمن قصص السنديbad وعلاء الدين وعلى بابا، تُعد من الروائع الأدبية التي ما زالت تُنْتَج وتعاد صياغتها بطرق متعددة حتى اليوم؛ حيث تبرز هذه القصص أهمية الرمزية والخيال في أدب الأطفال، وتسلط الضوء على دور هذه العناصر في نجاح الأدب عبر الأزمان.

وفي هذا السياق، يبرز دور المرأة في أدب الأطفال بشكل خاص منذ السبعينيات، حيث أصبحت الكاتبة الأم جزءاً أساسياً من هذا المشهد، تأليفًا وقراءة لقصصها وأشعارها للأطفال في المدارس.

يُعد أدب الأطفال أحد أهم فروع الأدب المعاصر، نظراً لأهميته في تشكيل وعي الأجيال القادمة وتعزيز القيم الثقافية والتربوية في نفوسهم. هذا النوع من الأدب ليس وليد اللحظة، بل هو نتاج تاريخ طويل من التطور في مختلف الثقافات، شرقاً وغرباً. إذ يتتنوع هذا الأدب ليشمل أشكالاً متعددة من الشعر والقصة والرواية والمسرح، ولكل منها تاريخ مميز بأساليب وموضوعات مختلفة. إن نصوص هذا الأدب قد قاومت الزمن واستمرت في التأثير عبر الأجيال، مما يؤكد قوّة هذه الأعمال في الحفاظ على حضورها وتأثيرها حتى يومنا هذا.



## من الماضي ”خرافات إيسوب“ إلى الحاضر ”الف ليلة وليلة“

من الماضي ”خرافات إيسوب“ إلى الحاضر ”الف ليلة وليلة“

الأتراك، حيث تعود هذه القصص إلى إيسوب، الفيلسوف اليوناني الذي عاش في القرن السادس قبل الميلاد، كما أن حكايات لافونتين الفرنسي من القرن السابع عشر، وحكايات الأخوين غريم الألمانية من القرن التاسع عشر، إضافة إلى القصص العربية والشرقية القديمة مثل ”كليلة ودمنة“ لابن المقفع، وحكايات ”الف ليلة وليلة“ التي تتضمن قصص السنديbad وعلاء الدين وعلى بابا، تُعد من الروائع الأدبية التي ما زالت تُنْتَج وتعاد صياغتها بطرق متعددة حتى اليوم؛ حيث تبرز هذه القصص أهمية الرمزية والخيال في أدب الأطفال، وتسلط الضوء على دور هذه العناصر في نجاح الأدب عبر الأزمان.

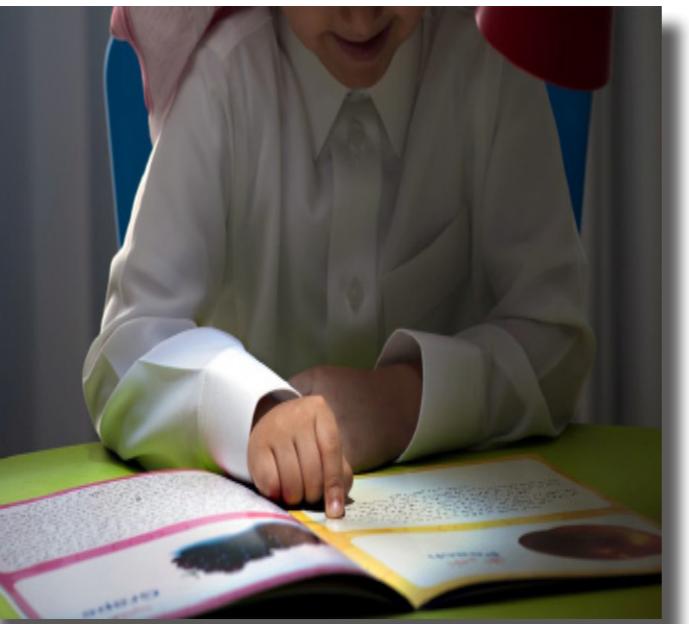
أما بالنسبة لتاريخ أدب الأطفال العربي الحديث، فيعكس تطوراً ينطلق من التراث العميق، حيث كان هناك اهتمام أصيل بتربية الأطفال عبر الأناشيد الشعبية مثل ”الترقيص“

من الطفولة، من مرحلة ما قبل المدرسة إلى مرحلة المراهقة، ويعمل على تشجيع القراءة وغرس عاداتها الحميدة. ويطلب ذلك الاهتمام بالمكتبات المدرسية وتعزيز برامج القراءة والتشجيع على المشاركة في أندية القراءة والمنافسات. كما يشير الباحثون إلى أهمية الأدب في توسيع أذهان الأطفال وتطوير مهاراتهم اللغوية.

### أدب الأطفال بين الطبيعة والوظيفة

أدب الأطفال يتجاوز التعريف الضيق للأدب ليشمل طبيعة واسعة ووظائف متعددة؛ فهو لا يقتصر فقط على النصوص الأدبية التقليدية، بل يمتد ليشمل مجموعة متنوعة من الكتابات، مثل الأدب، العلوم، والصحة، بالإضافة إلى الصور والرسوم، خاصة في ظل التطورات الرقمية؛ فمع التحولات الحديثة، من المهم دمج الأدب في الوسائل الرقمية بدلاً من الاعتماد فقط على الألعاب والبرمجيات الجاهزة. إلى ذلك يجب الجمع بين القيم الثقافية والمتطلبات الفنية لتقديم محتوى يناسب الطفل المعاصر، بدلاً من حصر الأدب في معايير تقليدية.

ختاماً، يتضح أن أدب الأطفال ليس مجرد وسيلة ترفيهية، بل هو أداة تربوية وثقافية حيوية تشكل جزءاً لا يتجزأ من نمو الطفل وتكوينه النفسي والعقلي؛ وعليه فإن هذا الأدب، بما يحمله من قيم وتوجيهات، يلعب دوراً محورياً في بناء شخصية الطفل وتوجيهه نحو تحقيق الهوية والنجاح. لذا، فالاهتمام بتطوير أدب الأطفال، وتعزيزه بوسائل عصرية تناسب مع متطلبات الأطفال في عصرنا الحالي، يعد ضرورة لا غنى عنها لتحقيق توازن بين القيم الثقافية والتقييمات الحديثة، وضمان استمرار تأثير هذا الأدب في الأجيال المقبلة.



إذا كانت الأجناس والأنواع الأدبية تُعرف وتتميز بخصائص فارقة تميز النصوص التي تنتمي إلى هذا الجنس الأدبي أو ذاك، فإن أدب الأطفال يتميز بتعريفه وفق المتلقي أو الجمهور الذي يتوجه إليه، وكما يقول كيمبرلي رينولدز مؤلف "أدب الأطفال مقدمة قصيرة"، " فمن المعاد في مجال نقد أدب الأطفال أن الجمهور هو من يحدد ويعرف أدب الأطفال، إذ لا يتم تعريفه من خلال خصائص الجنس الأدبي أو الفترة الزمنية أو الأسلوب أو المؤلف". وهذه الميزة تشكل حجر الزاوية ومدار هذا الأدب، فهو من ناحية عناصره وتقنياته وربما كثير من موضوعاته ومضمونه لا يكاد يختلف عن الأدب العام، وإنما ميزته الفارقة ما تفرضه فئة الأطفال أو الجمهور من تبدل وتغيير في تلك الخصائص والمضمون لتلقاء مع الطفل وفق وعيه.

وينال هذا الأدب اهتمام فئات واسعة من الناس، بدءاً من الكتاب الذين ينتجونه، وصولاً إلى الأطفال الذين يتلقونه ويستهلكونه، إلى جانب الأسر والمدارس والمؤسسات المعنية بالأطفال، فضلاً عن النقاد والمهتمين بالأدب، والمعلمين والتروبيين، والرسامين والخطاطين والمصممين الذين يساهمون بالرسم والخط والتصميم والإخراج، إلى جانب قطاع الطباعة والنشر الذي تطور اهتمامه بأدب الأطفال حتى صار له دور متخصص بإخراج كتب الأطفال ونشرها بشكل عصري جذاب؛ والمقصود أنه يصل بين فئات متعددة من الناس من يرون أن هذا الحقل يخصهم أو يعنيهم، ويريدون له الاستمرار والازدهار.

### دور أدب الأطفال في تعزيز التعليم وبناء عادات القراءة

أدب الأطفال هو جزء أساسي من ثقافة الأطفال ويعزز تربيتهم وتعليمهم، إذ نشأ في سياق البيئة التعليمية والتربيوية ويظل مرتبطاً بها. يرتبط أدب الأطفال بشكل وثيق بالمدرسة والمعلم، ويعد داعماً للتعليم المنظم في الحضانة والمدرسة. يتطور هذا الأدب ليشمل مراحل مختلفة

يستمتع الأطفال من مختلف الأعمار باللعب بشكل خشن، سواء كان ذلك في ما بينهم أو مع الوالدين. ويكون ذلك من خلال العراك التمن، الرقص، القفز، رفع الطفل في الهواء، الشقلبة على الفراش والدغدة وبمختلف الصور المعتادة الأخرى. وكما يستمتع الطفل الرضيع بالحركة المثيرة والمفاجئة، طالما أنه يشعر بالأمان. فيحب مثلاً أن يقفز على ركبتي والديه أو أن يرتفع في الهواء. وهنا يتصرف الآباء بلطف مع صغارهما لتجنب أي إصابة.

ويحب الأطفال الصغار بسنوات عمرهم الأولى لعب المطاردة أو اللعب بالدمى، والدوران والرقص، والعراك بالوسائل الدغدة. ويعمل هذا النوع من اللعب النشط بشكل أفضل عندما يكون الأطفال يقطنون تماماً ولا يتوقعون منهم الذهاب للنوم قريباً.

وفي سن المدرسة الابتدائية، عادة ما يكون الأطفال الأكثر عنفاً وجباً للعب الخشن، خاصة مع أصدقائهم. لذلك غالباً ما يستمتعون بالمصارعة الآمنة على الأسطح الطيرية مثل الأسرّة، حيث يمكنهم السقوط



ولكن، بعض الأهل يساورهم الخوف من أن اللعب العنيف قد يؤدي صغارهم أو يعرضهم لمشكلات جسدية أو سلوكيّة، ويضعون سلامة أطفالهم في المعيار الأول للعب، لذا، اليكم ما يضمن سلامة واستمتاع الطفل باللعب:

يتضح أن اللعب الخشن أو الذي يتمتع ببعض "العنف الآمن" له العديد من الفوائد الحقيقة في حياة الأطفال، وألقى الباحثون نظرة علمية على تأثير الخسونة وما سموه بـ"العنف الآمن" في اللعب مع الأطفال الصغار في مراحل عمرية مختلفة، ووجدوا أن اللعب الخشن يجعل الأطفال أكثر ذكاءً، ويؤدي إلى إطلاق مواد كيميائية مسؤولة عن تغذية مناطق الدماغ المتعلقة بالذاكرة واللغة والمنطق، وهو ما يسهم بصورة غير مباشرة في تعزيز نمو الخلايا العصبية، كما يساعد على بناء المهارات الاجتماعية، وعلى اكتساب ضبط النفس ويصبح الأطفال أكثر ثقة عاطفية بالأقرباء منهم.

ومن خلال الخسونة، يتعلم الأطفال قراءة مشاعر الآخرين، وكذلك التحكم بعواطفهم.

ولأن الاعتقاد أن الأطفال الذين يعانون من سلوكيات عدوانية يتصرفون بهذه الطريقة إذ يقلدون سلوكاً عدوانياً شاهدوه لدى الآخرين. تظهر الأبحاث الحديثة أن العدوان يظهر بشكل تلقائي فطري عند الأطفال، لكنه يبدأ في الانخفاض عندما يتعلّم الأطفال التعبير عن مشاعرهم بشكل مناسب، وبالتالي يكون هذا السلوك بمثابة تعبير عن مشاعرهم بشكل فعال وصحي. بالإضافة إلى أن اللعب بخشونة قد يحسن أيضاً من مستوى اللياقة البدنية عند الصغار، ولا يقتصر فقط على من لديه أكبر قوة، ومن يمكنه تثبيت الآخر بشكل أسرع عند لعب العراك بين الآبوين من جهة، والأطفال من جهة أخرى، بل يتضمن تحسين اللياقة البدنية لدى الصغار أيضاً من ناحية التعلم الحركي المعقد، والتركيز والتنسيق، وللياقة القلب والأوعية الدموية. وقد يكون بمثابة تمرين رياضي يقوم الطفل بممارسته دوريًا، مما يسهم في تعزيز صحته البدنية والنفسية بسبب تفريغ الطاقة وتقليل التوتر واللعب بحرية.

# اللعب الخشن مع الأطفال فوائد ومحاذير

أطفالنا في أولويات إهتماماتنا من كل الجوانب الحياتية، الصحية والاجتماعية والترفيهية. ويقول أثريه الآباء "لم نعرف قيمة والدينا إلا عندما أصبحنا بمقامهم المقدس". الآباء والأمومة هبة باللغة العظمة من الخالق والأطفال بهجتها وسر استمرارها. لذلك يستحوذون على كامل اهتمامنا ورعايتنا، فنخاف عليهم من النسمة. ومع ذلك أحياناً لا يخلو لهو الآباء مع أطفالهم من الخسونة كالعراك بالوسائل، التشكيل، المصارعة الخفيفة، ونفرح بمشاركتهم البهجة والضحك والصيحات بصوت عالٍ لاستمتاعهم بتلك النوعية من الأنشطة.





Hi, this is GlobeMed!  
We're here to serve you.



Reach us on +974 4405 6999

f in @ 

الرُّضُعُ، والأطْفَالُ الصَّغِيرُونَ مُعْرَضُونَ لِلِّإِصَابَةِ، لِأَنَّ رُؤُوسَهُمْ أَكْبَرُ مِنْ بَقِيَّةِ أَجْسَادِهِمْ، وَعَضُلَاتُ رِقَابِهِمْ ضَعِيفَةٌ، مَا يَجْعَلُ مِنَ الصَّعْبِ عَلَيْهِمْ دَعْمُ رُؤُوسِهِمْ. وَقَدْ تَكُونُ جَمِيعَ الْطَّفَلَ غَيْرُ النَّاضِجَةِ أَرْقَّ، وَأَوْعِيَتِهِ الدَّمْوِيَّةُ أَكْثَرُ عَرْضَةً لِلتَّمَزِيقِ مِنْ تِلْكَ الْمَوْجُودَةِ لِدِيِ الْأَطْفَالِ الْأَكْبَرِ سَنًا وَالْبَالِغِينَ. وَمَعَ أَنَّ الْأَبَاءَ وَالْأَمْهَاتَ لَدِيهِمْ طَرَقَ مُخْتَلِفَةً لِلتَّوَاصِلِ وَاللَّعْبِ مَعَ أَطْفَالِهِمْ وَلَكِنْ إِذَا مَا رَغَبُوا فِي مَلَعِبِهِمْ بِشَكْلٍ عَنِيفٍ، فَيُجِبُ مَرَاعَاةً مَا يَلِي:

- لا تهز الطفـل بـقوـة أـبـداً لأنـ هـزـ الطـفـلـ بـقوـةـ يـمـكـنـ أـنـ يـسـبـبـ إـصـابـاتـ خـطـيرـةـ، وـيـؤـدـيـ إـلـىـ حـالـةـ تـعـرـفـ بـاسـمـ صـدـمةـ الرـأـسـ المـسيـئـةـ (AHT)ـ أوـ متـلـازـمـةـ الرـضـيـعـ المـهـزـوـزـ Abusive head traumaـ وـالـتـيـ قدـ تـفـضـيـ إـلـىـ إـعـاـقـاتـ خـطـيرـةـ لـلـعـيـنـ وـالـأـذـنـ وـالـدـمـاغـ، وـأـحـيـاـنـاـ نـزـيـفـ بـالـمـخـ وـالـمـوـتـ. لـذـاـ، قـمـ بـهـزـ طـفـلـكـ بـلـطـفـ علىـ سـاقـكـ، أـوـ عـلـىـ أـرـجـوـحةـ، أـوـ حـرـكـهـ بـيـنـ ذـرـاعـيـكـ.
- لا تـرـفـعـ طـفـلـكـ أـبـداـ مـنـ ذـرـاعـيـهـ خـلـالـ الـأـشـهـرـ الـقـلـيلـةـ الـأـولـىـ، يـجـبـ رـفـعـهـ بـلـطـفـ وـوـضـعـ رـقـبـتـهـ وـرـأـسـهـ عـلـىـ رـاحـةـ يـدـيـكـ. وـبـمـجـرـدـ أـنـ يـتـمـكـنـ مـنـ الـجـلوـسـ وـالـوـقـوفـ، يـمـكـنـ حـمـلـهـ بـوـضـعـ يـدـيـكـ تـحـتـ إـبـطـيـهـ. أـمـاـ إـذـاـ قـمـتـ بـسـحبـ طـفـلـكـ لـلـأـعـلـىـ أـوـ أـرـجـعـهـ مـنـ ذـرـاعـيـهـ أـثـنـاءـ اللـعـبـ، فـقـدـ يـؤـدـيـ ذـلـكـ لـخـلـعـ مـفـاـصـلـ الـكـتـفـ الـحـسـاسـةـ.
- فـيـ أـعـمـارـ 3ـ سـنـوـاتـ وـأـكـثـرـ، مـنـ الـمـهـمـ التـحـدـثـ مـعـ الـأـطـفـالـ حـوـلـ مـعـايـرـ وـقـوـانـيـنـ الـلـعـبـ الـخـشـنـ، خـاصـةـ فـيـ مـاـ بـيـنـهـمـ، لـضـمـانـ اـسـتـمـتـاعـ آـمـنـ وـمـمـتـعـ لـلـجـمـيـعـ. إـذـ عـادـةـ مـاـ يـبـتـسـمـ الـأـطـفـالـ وـيـضـكـوـنـ فـيـ الـلـعـبـ الـعـنـيفـ بـشـكـلـ آـمـنـ، وـتـظـهـرـ عـلـيـهـمـ الـإـثـارـةـ وـالـمـتـعـةـ وـالـحـمـاسـةـ، وـلـاـ يـتـعـرـضـ أـحـدـ لـلـمـضـايـقـةـ أـوـ الـأـذـىـ، أـمـاـ إـذـاـ ظـهـرـ عـلـىـ أـيـ طـفـلـ مـلـامـحـ عـبـوسـ أـوـ بـكـاءـ أـوـ خـوـفـ أـوـ غـضـبـ، فـهـذـاـ لـيـسـ لـعـبـاـ وـقـدـ تـجاـوزـ الـأـطـفـالـ دـدـوـهـمـ. وـمـنـ الـمـهـمـ الـانتـباـهـ إـلـىـ أـنـ الـلـعـبـ الـخـشـنـ قدـ يـؤـدـيـ فـيـ بـعـضـ الـأـحـيـاـنـ لـعـرـاـكـ حـقـيـقـيـ، لـذـاـ يـجـبـ عـلـىـ الـوـالـدـيـنـ وـضـعـ بـعـضـ الـقـوـاعـدـ حـوـلـ مـاـ هـوـ مـقـبـولـ وـمـاـ هـوـ غـيـرـ مـقـبـولـ أـثـنـاءـ الـلـعـبـ لـلـحـفـاظـ عـلـىـ سـلـامـةـ الـجـمـيـعـ، وـذـلـكـ وـفـقاـدـ الـلـوـكـالـاتـ.



إقبال المواطنين على شراء العبوات لفرصة الفوز بجائزة من إحدى الجوائز المخبأة تحت سدة الغطاء.

#### المفاجأة!

ولكن المفاجأة كانت في أن معظم الأغطية غير رابحة ومكتوب تحتها "جرب مرة ثانية"، ومن بين كل ألفي عبوة هناك عبوة واحدة رابحة بقينينة كبيرة ومن بين كل . ١ ألف عبوة هناك دراجة هوائية يربحها العميل، أما ليرة الذهب فيجدها الزبون تحت غطاء عبوة من بين كل . ٥ ألف عبوة وهو أمر شبه مستحيل.

#### الحقيقة

إذًا، بعد إظهار هذه الحقيقة يمكن القول إن مع بيبسي "تفتح ولا تربح" وبدلًا من "جرب مرة ثانية" يصح القول "جرب ألف مرة".

#### نجاح حملة المقاطعة

الجدير ذكره أن فترة الربح استمرت مدة تقارب الشهر ونصف الشهر وعاد بعدها غطاء "بيبسي" التقليدي المتعارف عليه من قبل المستهلك، ولم تقدم الشركة مجددًا بعد ذلك حين على اعتماد غطاء العلم الإسرائيلي، ما يؤكد نجاح الحملة التي تعرضت لها من قبل المحتجين والمعترضين في لبنان.



فادي أصلان

## "بيبسي" لبنان تثير الجدل والغضب بغضائها الملؤن بالألوان العلم الإسرائيلي



في أواخر فصل الربيع الماضي من العام الجارى، وقبل قدوم فصل الصيف بعدة أيام، قامت شركة "بيبسي" في لبنان بتغيير ألوان غطائها إلى ألوان العلم الإسرائيلي، وذلك في ظل حرب الإبادة والمجازر التي تمارس من قبل إسرائيل بحق الفلسطينيين في غزة.

**جدل وغضب واسعان**  
هذه الخطوة أحدثت جدلاً واسعاً بين اللبنانيين وأثارت غضب الكثيرين الذين احتجوا واعترضوا عدداً من الشاحنات التابعة للشركة على طول الخط الساحلي الممتد من صور حتى عكار إضافة إلى مناطق داخلية أخرى.

**أخبار**  
بعد الحملة هذا ما قامت به الشركة وإثر حملة المقاطعة الواسعة التي طالتها في لبنان بسبب تصميم شعار العلم الإسرائيلي على أغطية قنيناتها وزجاجاتها، لجأت شركة "بيبسي" بعد فترة قصيرة إلى منح العملاء فرصة الربح بليمة ذهب أو دراجة هوائية أو قنينة كبيرة أو هاتف ذكي أو مبلغ \$٢٥ نقداً، فاستبدلت الغطاء القديم بغطاء أصفر جديد مكتوب عليه "افتح واربح" لجذب أكبر عدد من الزبائن وتعويض خسارتها التي قدرت بعشرات الآف الدولارات.

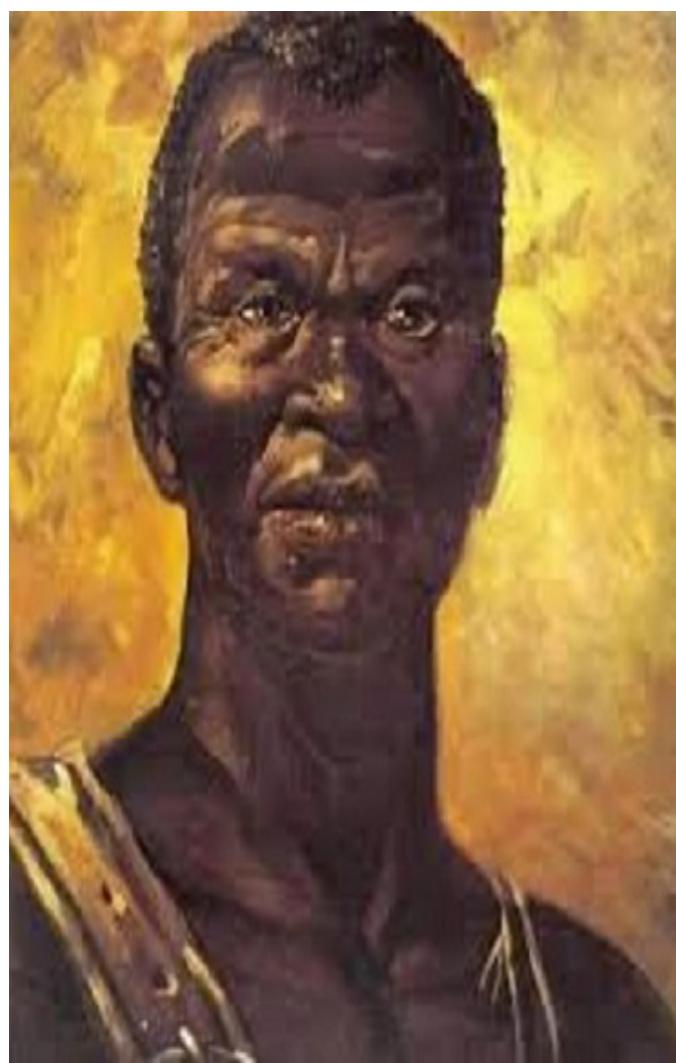
وفعلاً بعد هذه الخطوة عوضت الشركة وبسرعة جزاً كبيراً من خسارتها المادية عبر

كما ودفعت هذه الخطوة بالمحامي محمد جعفري للتقدم بإخبار إلى النيابة العامة التمييزية لإلزام الشركة سحب المنتجات الجديدة لها من الأسواق اللبنانية والتحقيق بما قامت به بجرائم إثارة الفتنة والتقطيع مع الكيان ودعم العدو الإسرائيلي.

**تعليق من الشركة**  
ولكن الشركة إزاء هذه التحركات خرجت عن

## كافور تمنى المستحيل وحققه... من رق العبودية إلى حاكم مُهاب

ليس كل ما يتمنى المرء يدركه حتى لو أفنى العمر كذاً وجداً في سبيل تحقيقه، ولكن أحياناً تلتزم الفرصة مع الفطنة والحنكة، فتحقق الأمانة. وهذا ما حصل مع أبي المسك كافور الإخشيدى (905 - 968 م)، عبد مخضن أتنى ربما من العبše، أسود اللون، دميم، قبيح الشكل، مثقوب الشفة السفلية، مشوه القدمين، وبطيء في المشي.



من كبار قومه لما يمتلكه من حزم وذكاء، حنكة وحسن تدبير. وبعد وفاة محمد بن طفح أصبح كافور الأخشيدى الحاكم الفعلى لمصر عام 946 م، كـ "وصي على العرش" فحكمها 23 عاماً متوسعاً إلى بلاد الشام. وكما نسب له الفضل في بقاء الدولة الإخشيدية في مصر. وكان "الفاطميون" كلما عزموا على غزو مصر تذكروا كافور فقالوا : "لن نستطيع فتح مصر قبل زوال الحجر الأسود"، أي كافور الذي حكم بالعدل والحكمة، وفي أيامه لم يجد أصحاب الأموال من يقبل الزكاة منهم.

توفي كافور في القاهرة ودفن في القدس. ووصفه المؤرخون بالحاكم العادل والمعتدل، إلا أن شهرته ارتبطت بالقطائد الساخرة من جهة المتنبى الشاعر الأكثر شهرة عربياً بسبب الظروف السياسية وإدارته للبلاد. وحجب كافور عن الحكم ودعم المجتمع ولدي بن طفح أونوجور محمود بن محمد بن طفح عندما كان عمره 15 سنة ومنعه من التعلم والاستفادة من أساسيات الحكم. وبال مقابل خصص له مبلغاً من المال 400000 دينار في العام. فأفل نجم أونوجور سريعاً وسطع نجم كافور الذي ملك السلطة والمال في يده. وأخذ الخطباء يدعون له على المنابر. بينما ضاق الأمر بأونوجور فترك العاصمة وادعى بأنه سيخرج للهو والصيد، فاتجه إلى ناحية الرملة بأرض فلسطين، ليتمكن نفسه ويجتمع شتات من حوله وفي قراره نفسه انتزاع ما سُلب من ملكه. ولكن أممه كانت أبصر منه ورأت بأن الشعب والجند على الدوام رهائن لأرزاقهم، يعطون قلوبهم حيث يضمنونها، وأن في خزائن ابنها مال قليل. فذرته من الهزيمة، ونصحته بالوقوف بجانب كافور مكتسباً لأسرتها.



وتنازل كافور عن جانب من كبرياته، وكتب لأونوجور يسترضيه ويمنيه، ولكن الملك الصغير نسي مسألة الملك هذه، واقتنع بما يصله من دريهمات، وبقي كل شيء في يدي كافور، إلى أن مات أونوجور بعمر 30 سنة، عاش منها كافور في ظله سلطاناً حقيقياً ممسكاً بكل مقاييس الحكم 14 عاماً، وقيل أن كافور هو من دسّ لأونوجور السُّم لزيوجه من طريقه، فتولى من بعده الحكم أخوه علي بن الإخشيد الذي كان يرتعب من سطوة كافور وسلطته ويفيق الخناق على علي أيضاً يحبه عن الشعب ويعطيه مثلما كان يعطي شقيقه أونوجور من المال. مما جعل علياً ينحدر إلى حياة اللهو والدعة، ثم انقطع للعبادة لينسى، ولما أرهق علي قصد كافور طالباً منه حقه المسلوب، ولكن الأخير عجل بموته ودسّ له السُّم أيضاً.

دخل مصر لبيع رقيقاً في "سوق النخاسين"، وبينما هو ينتظر من سيسترئيه، سأله صبياً كان بقربه وبيظوره ذاتها عمماً يتمنى؟.. فأجابه: "أن أباع إلى طباخ آكل ما شئت ومتى شئت"، وهي أمنية موضوعية قياساً بظرفه، أما كافور فكان أمنيته أن يمتلك بلاد مصر!.. أمنية قد تبدو مستحيلة لعبد يتنافس الناس لشراء حريرته، وهو يتطلع لحكمهم. أخذ كافور تاجر زيوت ففسخه في شؤون شتى، وقادس معه الأمراء، إلى أن خرج من عنده، وانتقل إلى يد محمود بن وهب بن عباس الكاتب الشهير، فتعلم منه القراءة والكتابة، وكان ابن عباس على صلة وثيقة بمحمد بن طفح المؤسس الأول للدولة الإخشيدية في مصر منذ أن كان قائداً وقبل أن يصبح حاكماً على مصر. فحمل إليه كافور كهدية، واستلم ابن طفح الهدية - كافور عام 923 م، فأحسن تربيته ونسبه إليه، وبعدها اعتقه وجعله الأخشيدى من



## Original Leave-in Treatment Line

Say goodbye to dull, damaged hair and hello to your new hair care BFF, our Miracle Leave-In Product. A cult-classic, this easy-to-use spray smooths hair, helps eliminate frizz, restores shine, and enhances your hair's natural body.

 NAZIH  
WHERE BEAUTY BEGINS  
Distributed By Nazih Group  
in MENA Region  
[www.nazih.com](http://www.nazih.com)



لقب كافور بالأستاذ، وبكنية أبي المسك، وكانت سياساته الخارجية استمراً لسياسة ابن طفح الإخشيذ بالحفظ على علاقة متوازنة مع العباسيين والفاطميين. وكان قريباً من قلوب المصريين لكونه سخياً كريماً وينظر بنفسه في قضاء حوائج الناس والفصل في مظالمهم. حتى أنه شغل شعراها و منهم الشاعر العربي الشهير أبو الطيب المتنبي الذي كان يمدح كافور فينصفه، وحين انقلب عليه وهجا له لم ينصفه. ولمّا توفي كافور دُفن في القدس، ولما حمل جثمانه إلى مثواه الأخير وجد مكتوباً على شاهد قبره شعراً للمتنبي قال فيه:

ما بال قبرك يا كافور منفرداً... بالصحيح المرت بعد العسکر للجب  
يدوس قبرك آحاد الرجال وقد... كانت أسود الثرى تخشاك من كثب

وأيضاً كان من أشهر أبيات الشعر التي هجا بها المتنبي كافوراً:

نامت نواطير مصر عن ثعالبها... فقاد بشمنَ وما تفني العناقيد  
ضار الخصي إمام الآبقين بها... فالحرّ مستعبدٌ والعبد معبودٌ  
لا تستتر العبد إلا والعاصِ مَعْهُ... إن العبيد لأنجاسٍ مَنَاكيدُ  
من عَلَمَ الأسودَ المَخصيَ مكرمةً... أقوَمُهُ البيضُ أَمْ آباءُهُ الصَّيدُ  
أمْ آذنهُ في يد النَّخَاسِ دَامِيَةً... أمْ قَدْرُهُ وَهُوَ بِالْفَلَسِينِ مَرْدُودٌ  
أولى اللئامِ كَوْفِيرٌ بِمَغْدُرَةٍ... في كلِّ لَؤْمٍ، وَبَعْضِ الْعَذَرِ تَفَنِيدُ  
وَذَاكَ أَنَّ الفَدُولَ الْبَيْضَ عَاجِزَةً... عنِ الجَمِيلِ فَكَيْفَ الْخَضِيَّ السَّوْدَ؟

## زّلات الفنانين... هل يغفر لهم الجمهور

### أم تبقى أخطاؤهم في الذاكرة؟

الفنان في معظم الأحيان هو قدوة ومثال أعلى لجمهوره، الذي يحاول تقليله ويشكل جيوشاً إلكترونية للدفاع عنه، ولكن لهذا الفنان زّلات قد تكون سلوكية أو أخلاقية، فهل يغفر له الجمهور هذه الهفوات بحجة أن نجمتهم المفضل هو فوق مستوى الشبهات؟



منة شلبى

ما حصل مع النجمة منة شلبى شبيه بحادثة الصغير، وأيضاً كانتقادمة من الولايات المتحدة الأمريكية وفي جعبتها كميات من المواد المخدرة على شكل شوكولاً وأدوات تجميل وحلويات، وأكدت حينها بأنها للاستعمال الشخصي ليحكم عليها بسنة مع وقف التنفيذ وبغرامة 50 الف جنيه. تناهى الجمهور زلة منة، وسافرت مرة أخرى إلى أمريكا حيث تم تكريمتها من قبل إحدى المطبوعات الناطقة باللغة العربية، ولا تزال نجمة ومحبوبة وبطلة وكان شيئاً لم يكن.

سعد المجرد

عندما يتهم نجم مثل سعد المجرد بالاغتصاب والاعتداء الجنسي تحت تأثير تعاطي المخدرات، يعاقب في فرنسا حيث ارتكب فعلته، إلا أنه لقي تعاطفاً كبيراً من قبل العالم العربي. والبعض قال إن ثمة مؤامرة قد حيكت ضده وأنه بريء من هذه الفعلة، وأفرج عن سعد المجرد وعاد نجماً متالقاً في العالم العربي... أغاني وحفلات ونجات لا تعد ولا تدصى.



سعد الصغير



بالأمس أُلقي القبض على الفنان سعد الصغير بسبب إدخاله مواد مخدّرة عبر مطار القاهرة، قادماً من الولايات المتحدة الأمريكية، قال الصغير أمام المحققين بأنه يجهل اللغة الإنكليزية ولا يدرى إذا كانت هذه المواد هي مجرد تبغ فقط أو ممزوج بالماريجوانا، ثم عاد واعترف أن هذه المضبوطات هي للاستعمال الشخصي وليس للتجارة، لتأتي العقوبة مخففة.

## عمرو دياب



يواجه رمضان الآن أزمة حقيقة - ولكن من الوسط الفني - بعد ان رفض العديد من المخرجين وفي طليعتهم المخرج محمد سامي الذي صنع مع رمضان نجاح "جعفر العمدة"، والمخرجة كاملة أبو ذكري والعديد من النجمات التعاون معه، بحجة أنه يتدخل في كل كبيرة وصغيرة في العمل وكأنه المنتج والمخرج.

عندما صفع عمرو دياب أحد محببيه، وكان قبلها قد لقب سائقه الخاص بالحيوان، واعتدى لفظياً على أحد مهندسي الصوت، اعتقد كثيرون بأنها بداية نهاية دياب، وبأنه وصل إلى مرحلة لم يعد يستطيع معها التحكم بأعصابه، ولكن كل هذه الادعاءات ذهبت أدراج الرياح، فلا زال عمرو دياب الهضة الذي يحتل القمة، وكل ما فعله لم يؤثر قيد أنملة على شعبيته، والرجل المصفوع من قبله، والذي أقام الدنيا ولم يقعدها، لم نعد نسمع عنه شيئاً.. فهل أرضاه بحفنة من المال أم أنها سنسمع عن القضية قريباً؟



## وفاء عامر وحنان ترك

في أواسط التسعينيات تم اتهام كل من النجمة وفاء عامر والنجمة المعزولة حنان ترك بممارسة اعمال الدعاية، وضج الرأي العام بهذه الحادثة، وألقي القبض على النجمتين وأصبحتا حديث الرأي العام، ليتبين في ما بعد بأن هذه الحادثة كانت مدبرة. اعتزلت حنان ترك التمثيل، وتزوجت بعدها أكثر من مرة، وهاجرت إلى الولايات المتحدة الأمريكية وظل الجمهور يحبها ولا يزال يطالب بعودتها، فيما لا زالت وفاء عامر نجمة صف أول، وهي متزوجة من المنتج محمد فوزي ولها ولد وحيد يدعى عمر.



## محمد رمضان

أما محمد رمضان فقد حرج عن زلاته، من أخذ صور تذكارية مع محببيه من الجنسية الإسرائيلية، وإعلان لصالح شركة كوكا كولا الداعمة للعدو الصهيوني، في الوقت الذي يدعو فيه العالم العربي إلى المقاطعة، ولا يمكن أن ننسى حادثة صفع أحد محببيه عندما حاول التقاط صورة معه، بالرغم من تعليقه على حادثة عمرو دياب بالقول "لا يجوز أن تتعالى على جمهورنا فجمهورنا هو الذي صنعوا"، هذا عدا عن استعراضه لأسطول سياراته وطائرته الخاصة وأسلوب حياته التي من المفترض أن تستفز فئة كبيرة من جمهوره الذي يعتبر من فئة الشباب المكافحة، فهم يرون نجمهم المفضل يعيش عيشة الملوك ويلقب نفسه بـ "Number One"، ولكن الجمهور ينسى هفوات رمضان أمام أي عمل يقدمه.

## ثورة باكتشاف مرض التصلب المتعدد من فحص العين

أنشأ الباحثون أداة تشخيصية قوية يمكنها التعرف على التصلب المتعدد بدقة عالية. وما يميز هذا النهج قدرته على اكتشاف التغيرات الدقيقة في العين التي غالباً ما تشير إلى التصلب المتعدد. ويمكن للعين، لأنها متصلة مباشرة بالدماغ، أن تكشف عن علامات مبكرة للتلف العصبي الذي قد لا يلاحظ بطرق أخرى. ويوفر هذا الأسلوب إمكانية التشخيص المبكر والإدارة الأفضل للأعراض التصلب المتعدد، وذلك بتدريب الحواسيب للتعرف على الأنماط المخفية والاختلافات في صور العين.

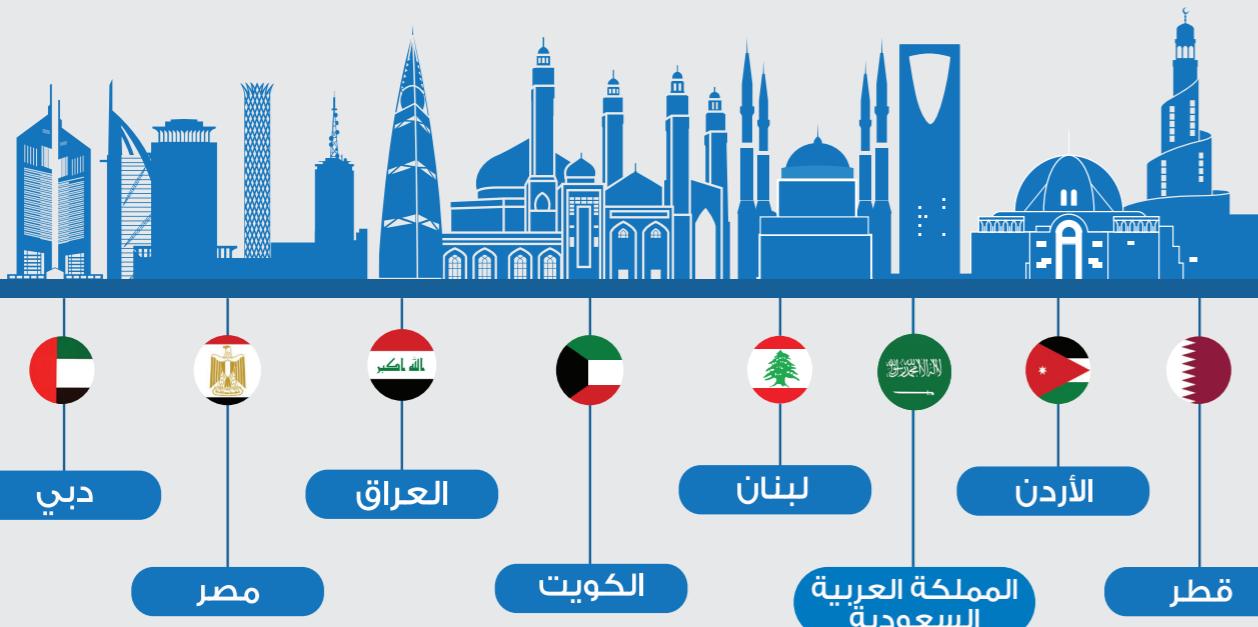
التصلب المتعدد "Multiple sclerosis" هو مرض يُحدث ضرراً في بقع من "الميالين"، وهي المادة التي تغلف معظم الألياف العصبية في الجسم، والألياف العصبية التحتية في الدماغ والألياف البصرية والجبل الشوكي. أسبابه غير معروفة، ولكنه تفاعل مناعي ذاتي. ويسبب بمجموعة واسعة من الأعراض، بما في ذلك مشاكل في الرؤية أو حركة الذراع أو الساق أو الإحساس أو التوازن. ويتم تشخيص المرض عادةً استناداً إلى الأعراض ونتائج الفحص السريري والتصوير بالرنين المغناطيسي. مؤخراً، قام باحثون من جامعة "دورهام" بالمملكة المتحدة ومن جامعة دولية أخرى، بابتذال نهج جديد لتشخيص مرض "التصلب المتعدد" باستخدام تقنيات متقدمة لتصوير العين.



وكان نتائج الدراسة مبشرة، حيث تمكّن نموذج الحاسوب من تحديد التصلب المتعدد بدقة بلغت 92% خلال الاختبارات الأولية. والأكثر تشجيعاً أن النظام حافظ على دقة قوية بلغت 85% عند اختباره على مجموعة بيانات مختلفة من مستشفيات ومرضى آخرين، مما يثبت موثociته وإمكانية استخدامه على نطاق واسع. وأشارت د. رحيلاء كافية بأهمية هذه النتائج وبأن دمج كل صور التشخيص الطبي المتاحة، بما في ذلك تلك التي تحتوي على تغييرات دقيقة

ويُمكن أن يُحدث هذا الأسلوب ثورة في كيفية اكتشاف هذا المرض، ويقدم بدليلاً أسرع وأقل ألماً وأكثر سهولة للإجراءات التشخيصية الحالية. ونشرت الدراسة في مجلة "علوم وتقنيات الرؤية الانتقالية" 17 يوليو- تموز الفائت وفي وسائل اعلامية أخرى. قادتها الدكتورة رحيلاء كافية، من جامعة "دورهام"، وفيها دمج فريق الدراسة بين نوعين من فحوص العين: التصوير المقطعي البصري والتصوير بالأشعة تحت الحمراء بالليزر. ومن خلال تدريب نماذج الحاسوب على عدد كبير من هذه الفحوص العينية،

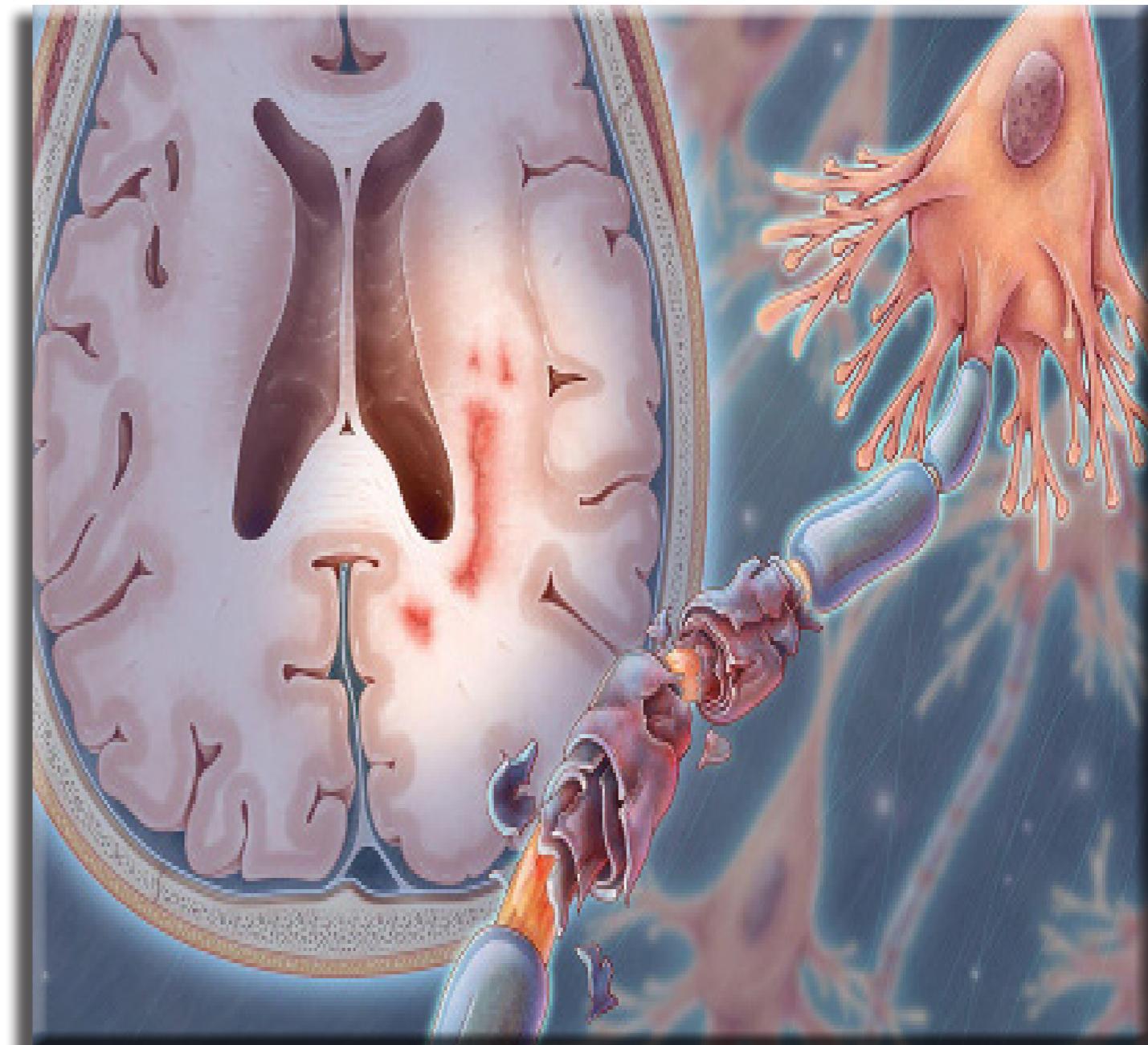
## نؤمن راحتك على المستوى الإقليمي



تحقق البنانية السويسرية للضمان نمواً بارزاً منذ أكثر من ٦٠ عاماً، مما جعلها مجموعة رائدة في مجال التأمين في منطقة الشرق الأوسط والخليج العربي. في كل بلد تواجد فيه، نسعى باستمرار لخدمة الأفراد والشركات المحلية الرئيسية على حد سواء من خلال تطوير منتجات تأمينية مختلفة تتناسب مع حاجات كل منطقة إضافة إلى اعتمادنا أحدث التقنيات في عالم التأمين.

٩٦١ ٣٧٤٩٠٠ - libano-suisse@libano-suisse.com - www.libano-suisse.com   

يصعب تمييزها من خلال التشخيص غير الحاسوبي، أمرٌ بالغ الأهمية لتحقيق تشخيصات أكثر موثوقية وتحسين نتائج المرضى. وربما يكون لهذا النهج المبتكر تأثيرات بعيدة المدى في المرضى ومقدمي الرعاية الصحية على حد سواء. فالتشخيص المبكر والدقيق للتصلب المتعدد يمكن أن يؤثر بشكل كبير في جودة حياة المرضى، مما قد يبطئ من تقدم المرض ويحسن النتائج العامة.



كما أن الطبيعة غير المؤلمة لفحوص العين يجعل هذا الأسلوب أكثر راحة للمريض وأسهل بالتنفيذ في مختلف بيئات الرعاية الصحية، بما في ذلك محلات البصريات. ولا تُعد هذه التقنية الجديدة لتصوير العين بتحسين تشخيص التصلب المتعدد فحسب، بل تفتح أيضاً أبواباً لتطبيقات مشابهة في حالات عصبية أخرى، مثل مرض "الألزهايمر"، ومرض "باركنسون". ومع استمرار تطور هذه التكنولوجيا، يمكن أن تمهد الطريق لآدوات تشخيصية أكثر سهولة وموثوقية في الرعاية الصحية اليومية، مما يؤدي في النهاية إلى تحسين رعاية المرضى والنتائج.

## نصائح وإرشادات

يمكن أن تساعد بعض النصائح على التعامل مع صدمات الحرب والتغلب عليها والتقليل من آثارها السلبية على الفرد.

تعد مراقبة الذات من الوسائل التي يمكن أن تكون مفيدة للتعامل مع أعراض القلق والصدمات النفسية، حيث يتضمن ذلك قيام الفرد بمراقبة نفسه وتسجيل أية أفكار يفكر بها أو سلوكيات يقوم بها.



## الدعم النفسي

إن التحدث مع الآخرين حول كل ما تعرض له الفرد أثناء فترة الحرب، ومناقشة الفرد لهمومه وقلقه ومذواقه المرتبطة بالحرب معهم؛ يمكن أن يساعد كثيراً في التخفيف من هول الأمر لديه، كما أن الحصول على الدعم النفسي من الأفراد الآخرين من حولنا يمكن أن يساعد وبشكل كبير في التغلب على صدمة الحرب والتقليل من آثارها السلبية.

وبشكل آخر للتعامل مع صدمة الحرب: التحدث مع صديق أو أحد أفراد العائلة، القيام بالأعمال المنزلية، ممارسة الرياضة. ومن الضروري أن يتذكره المرء المواقف التي تذكره بالحرب، تجنب عزل النفس عن الآخرين، الاستماع إلى الموسيقى الهادئة.



# ”تروما“ الحروب وكيفية تخفيتها

”التروما“ هي صدمة نفسية تترافق مع أعراض جسدية ناجمة عن القلق مثل العصبية والخوف لأي سبب كان، والأرق وعدم القدرة على التركيز.

## الحروب وويلاتها

تتسبب الحروب بالعديد من الآثار السلبية على الصحة النفسية للأفراد والتي يمكن أن تستمر لدى الفرد حتى انتهاء الحرب، ومن الممكن أن تساعد بعض النصائح والتعليمات في تخفيتها صدمات الحرب والتقليل من آثارها السلبية.



## أعراض وآثار

تسبّب الصدمة النفسيّة، ما بعد الحرب، بالعديد من الأعراض والآثار الجانبية منها: الخوف والقلق، الدربياك، اللامياللة، الهيجان والغضب، الحزن والاكتئاب، الشعور بالعجز، المعاناة من الكوابيس، صعوبة في اتخاذ القرارات، عدم القدرة على التركيز، تغييرات في الشهية، فقدان الشهية أو الإفراط في تناول الطعام، البكاء من دون وجود سبب واضح، الصداع ومشاكل في المعدة.

ومن الممكن أن تستمر الآثار السلبية للحروب بعد انتهائها، كما يمكن أن تؤثر على حياة الفرد مستقبلاً، حيث أنها يمكن أن تسبب ما يسمى باضطراب ما بعد الصدمة والذي يمكن أن يستمر لفترات زمنية طويلة وتأثير أعراضه بشكل كبير على حياة الفرد.

## العلاج النفسي

وفي حال لم تكن النصائح السابقة كافية، عندها يمكن للفرد المصاب بصدمة نفسية ناجمة عن الدروب مراجعة أحد المختصين بالعلاج النفسي، فمن الممكن أن يساعدك على التعامل مع صدمة الحرب التي يعاني منها، وذلك من خلال تقديم عدد من جلسات العلاج النفسي ووصف بعض الأدوية التي ستساعد في التقليل من الأعراض لديه



مشاهد حية...

يعيون شاذة وجسد مرتعش وكلمات مبعثرة ظهر المعتقل بدر دحلان وهو يتحدث عن معاناته خلال احتجازه عند العدو الصهيوني، متعرضاً لألقسى أنواع الضرب والتعذيب



وتلك المرأة التي تم إنقاذهما وهي داخل منزلها في قطاع غزة بعد قصف عنيف، إذ لاحظ المسعفون علامات الخوف والقلق والرجمة المستمرة، بالإضافة إلى البكاء بصورة هستيرية، ولم تكن هذه العوارض مقتصرة على عمر أو جنس معين، بل هي تشمل كل إنسان ينجو من وحشية الدروب وويلاتها وابتلاءاتها.



# حبة دواء روبوتية مجهرية لعلاج التهاب الأمعاء

تحتوي حبة دواء على أجهزة صغيرة جداً، تمثل روبوتات مجهرية، يمكنها التنقل والعمل داخل الجسم البشري، وتُطلق حبة الدواء هذه الروبوتات المجهرية في القولون لعلاج مرض "التهاب الأمعاء المزمن" والذي يسبب الالما شديدة في البطن ونزيفاً من المستقيم وإسهالاً وقداناً في الوزن. يحدث التهاب الأمعاء عندما تصبح الخلايا المناعية المعروفة باسم الخلايا البلعمية (macrophages) نشطة بشكل مفرط، حيث تبدأ بإنتاج مستويات عالية من البروتينات المسماة للالتهاب تسمى Cytokines. وهي مركبات بروتينية يفرزها جهاز المناعة للمشاركة في عملية علاج الالتهابات والشفاء، ولكن زيتها تسبب التهابات في الجسم. وترتبط هذه السيتوكينات بدورها بمستقبلات على الخلايا البلعمية، مما يحفزها على إنتاج المزيد منها، وبالتالي إدامة دورة الالتهاب التي تؤدي إلى الأعراض المنهكة لمرض التهاب الأمعاء.



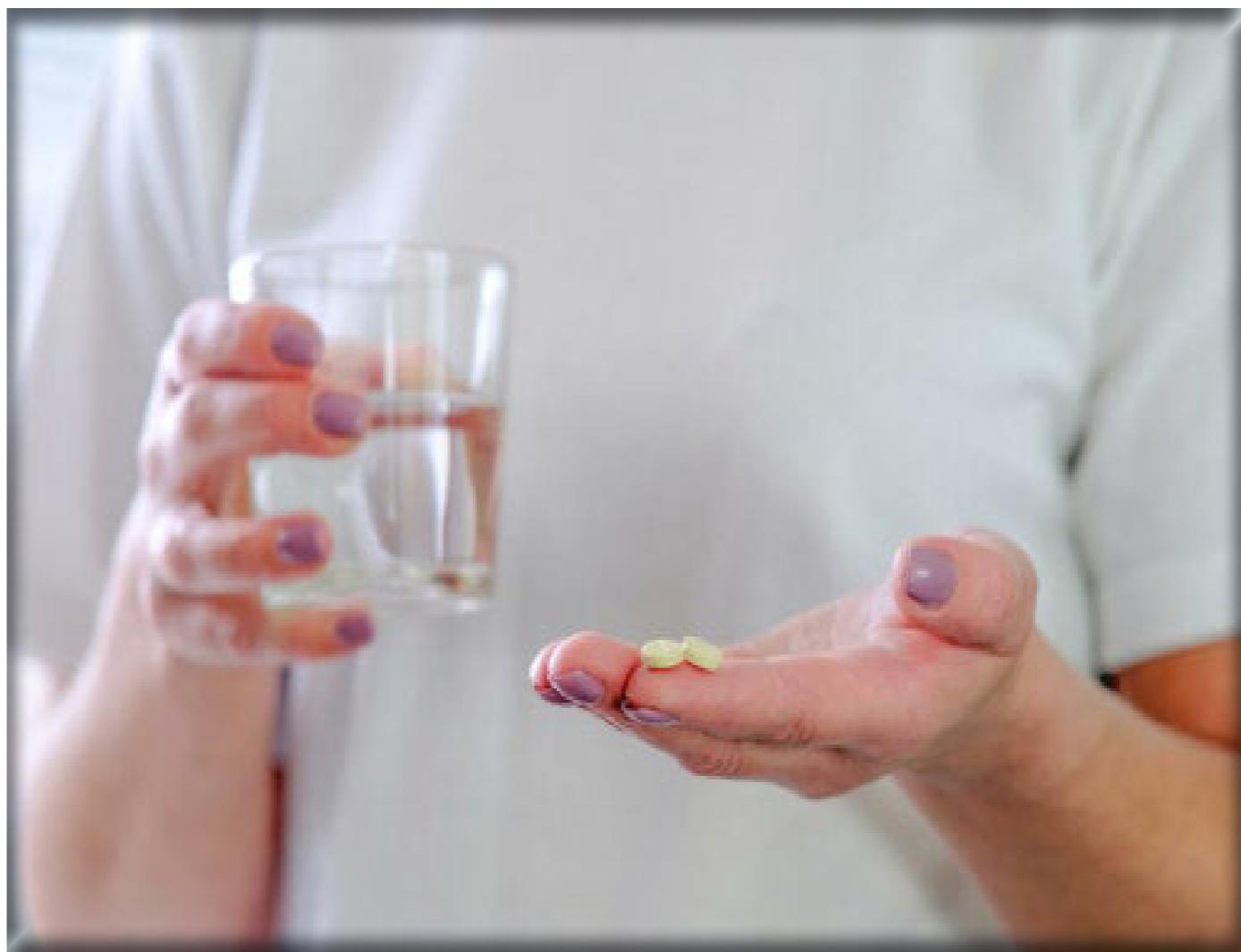
وأما هذا الإبتكار فقد صمّمه فريق البحث والدراسة بقيادة ليانغ فانغ تشانغ وجوزيف وانغ، وكلاهما من أساتذة الهندسة الكيميائية والنانيوية بجامعة كاليفورنيا في سان دييغو- الولايات المتحدة، وهذا العلاج تجاري جديد، يُعطى عن طريق الفم، وهو عبارة عن روبوتات مجهرية مكونة من جسيمات صغيرة جداً، ترتبط كيميائياً بخلايا الطحالب الخضراء. وتمتص الروبوتات السيتوكينات المسماة للالتهابات في الأمعاء، وفي الوقت نفسه تستخدم الطحالب الخضراء قدراتها الطبيعية في السباحة لتوزيع الجسيمات النانوية بكفاءة في جميع أنحاء القولون، مما يسرع من إزالة السيتوكينات ويساعد في شفاء الأنسجة الملتهبة. وتأكد الباحثون من أن الروبوتات الصغيرة الهجينة الحيوية تلبي معايير السلامة.





تعُبأً هذه الروبوتات الدقيقة داخل كبسولة سائلة ذات غلاف خارجي يستجيب لدرجة الدموضة. وتظل هذه الطبقة سليمة في البيئة الحمضية مثل البيئة الموجودة في المعدة، ولكنها تذوب عند الوصول إلى درجة دموضة محايدة مثل درجة الدموضة الموجودة في القولون، وهذا يضمن إطلاق الروبوتات الصغيرة بشكل انتقائي حيث تشتد الحاجة إليها. ويشير وانغ إلى امكانية توجيه الروبوتات الدقيقة إلى المكان المصاب من دون التأثير على الأعضاء الأخرى، وبهذه الطريقة يمكن تقليل السمية.

وقام الفريق بتجربة الكبسولة عن طريق الفم للفئران المصابة بمرض التهاب الأمعاء، وأدى العلاج إلى تقليل نزيف البراز وتحسين تماسكه، وخفض الالتهاب في القولون، وكل ذلك من دون آثار جانبية واضحة. مؤكداً هذا العلاج نجاحه على الفئران، وفقاً لمجلة "ساينس روبيوكس" التي نشرت نتائجه في 26 يونيو/حزيران الماضي، وكتب عنه موقع "يوريك أليرت". وحالياً، يركز فريق البحث على تجربة العلاج بالروبوتات الدقيقة على الإنسان.



## الكلاب الشاردة

# نهش لحوم اللبنانيين.. من يتحمل المسؤولية؟

### ترك محافظ الشمال

بعد تفاقم هذه الظاهرة وازدياد خطورتها على المواطنين، ترك محافظ الشمال القاضي رمزي نهرا وعمم على بلديات طرابلس بياناً بضرورة معالجة هذا الموضوع، خاصة بعد ورود شكاوى من قبل سكان ورواد ميناء وأحياء طرابلس، وجاء في البيان: "ضرورة وضع جميع الكلاب الشاردة في مكان مخصص لها لرعايتها، وذلك بالتنسيق مع جمعيات الرفق بالحيوان".

#### الحل ليس بالقتل

إن قتل الأرواح عمداً محرم لدى مختلف الأديان السماوية، ولذلك فإن قتل الكلاب الشاردة ليس هو الحل بل تأمين مأوي لها والرفق بها هو السبيل الأمثل، وطبعاً يتم ذلك بالاتفاق مع جمعيات تعنى بالاهتمام بالحيوان وإيوائه.



#### أسباب هجوم الكلاب

من أسباب تعرض بعض المواطنين لهجمات الكلاب الشرسة: أولاً النظر طويلاً إلى الكلب، ثانياً اللعب معه، ثالثاً الركض أمامه، رابعاً الاقتراب منه كثيراً. وينصح بتجنب القيام بهذه الأفعال لعدم التعرض لنهاش وعضات الكلاب المؤذية.

#### في منطقة لبنانية: هكذا تم التخلص من الكلاب الشاردة!

في جبل لبنان وتدديداً منطقة بدمدون، قام أحد السكان بقتل حوالي ٣٠ كلباً عبر عملية تسليم جماعي بواسطة سم الجرذ والمبيدات الدشرية..

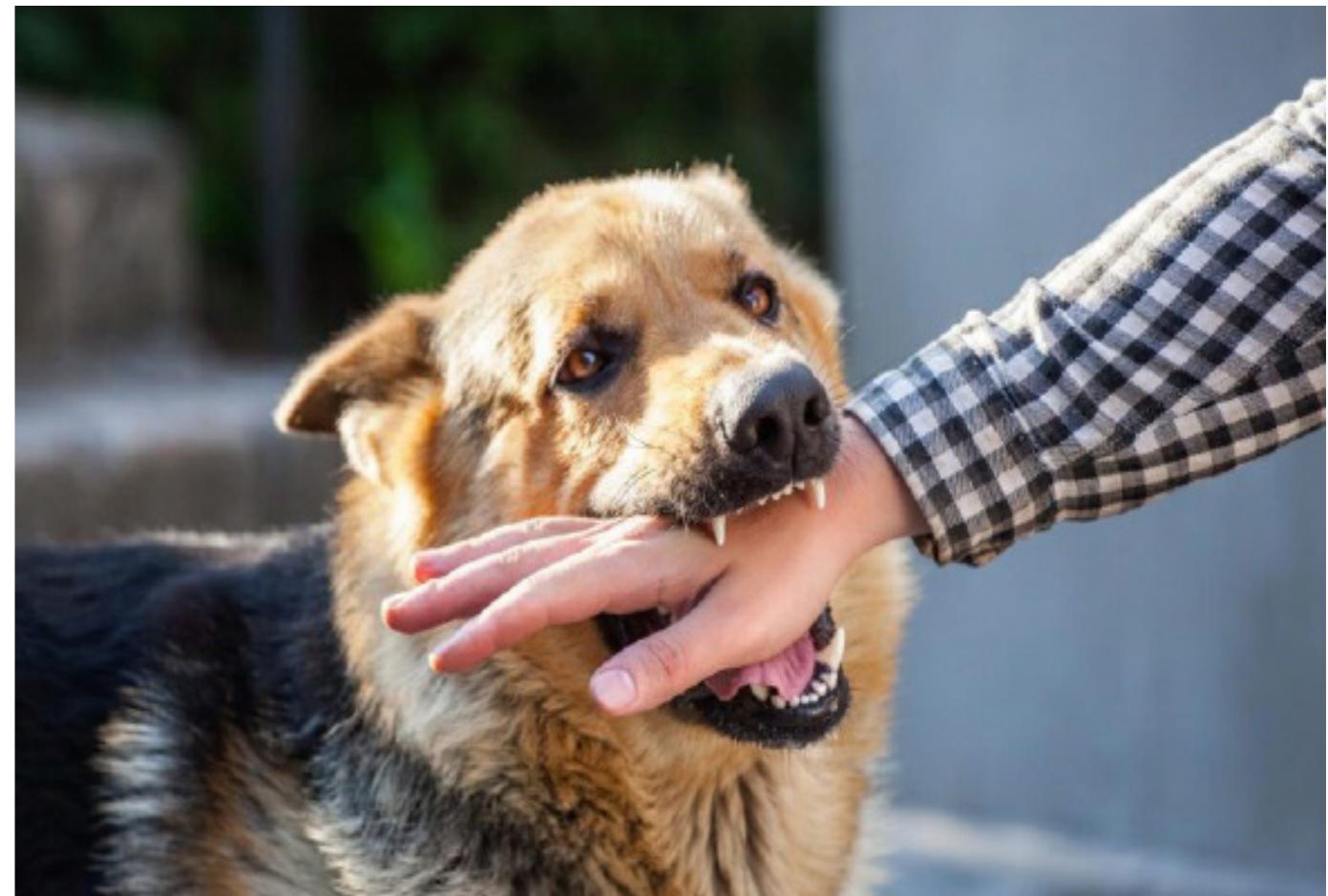
وقبل حصول هذه الحادثة المدمرة بعده أشهر، بادر عدد من النشطاء بجمعيات الرفق بالحيوان إلى إيواء عدد من الكلاب الشاردة وخصي الذكور منها وتلقيح الإناث بالاتفاق مع أطباء بيطريين، وذلك في بلدة بدمدون، لتأمين الدمامية لأهالي المنطقة وعدم تعرضهم لخطر هجوم هذه الحيوانات.

#### دور وزارة الزراعة

لوزارة الزراعة دور بارز في معالجة ظاهرة الكلاب الشاردة عبر وضع خطة لتلقيح عدد منها وخفض نسب تعرض المواطنين لهجماتها الشرسة، وتأمين مراكز تؤويها في مختلف المناطق اللبنانية.



من الشمال إلى الجنوب، في أي منطقة، هناك احتمال تواجد ٣٠ كلاب شاردة على الأقل، مجهولة الصاحب، وهذا العدد زاد مؤخراً ليتضاعف ويصبح ٦٠، وفي لبنان ككل، هناك أكثر من ٨٠ ألف كلب شارد على الطرقات، ما يعرض حياة المارة إلى الخطر.



تتركز هذه الأعداد في المناطق التالية: طرابلس، عكار، صيدا، صور، عاليه والمناطق الجبلية الأخرى، الحمرا، الرملة البيضاء، ضاحية بيروت وبعض مناطق البقاع خاصة بعلبك.

#### أشخاص ضحاياً التعرض لهجوم الكلاب الشاردة

تعرض مؤخراً الطفل ي.ح. في مدينة صور الجنوبية، قرب مخييم الرشيدية، لهجوم شرس ونهش من قبل كلب شارد كان يلهو معه ما أدى مع الأسف إلى وفاته. حالة وفاة مؤسفة أخرى في قب الياس حيث تعرضت الطفلة أ.ع. للموت بعد أن نهشتها عدة كلاب شاردة في البستان قرب منزلها.

# القلق الاجتماعي...

## ونصائح لتفادييه

**من أصول التربية السليمة هي أداء الواجبات في اللقاءات العائلية والاجتماعية والمناسبات السعيدة وأيضاً الحزينة.** وهي تعتبر فرصة ثمينة للقاء الأهل والأصدقاء، بالإضافة إلى الوجوه الجديدة. ولكن، هناك أشخاص يشعرون بالضيق والألم والإضطراب في المعدة بسبب الخوف والقلق الشديد، التوتر وعدم الراحة، عندما يفكرون بأنهم سيلتقون بأشخاص من العائلة أو الأقارب أو الأصدقاء وبأي مناسبة كانت.

فإذا كنت تعاني من هذه المشاعر مراراً، ربما تكون مصاباً بمرض "القلق الاجتماعي"، وهو اضطراب غير تربوي ولا موروث، يتسبب فيه الشخص التفاعل مع الآخرين، ومن أعراضه أيضاً زيادة معدل ضربات القلب، التعرق الزائد، صعوبة بالتنفس، الغثيان أو القيء، الإسهال واضطراب المعدة، والإحساس بالشد العضلي. وفي حالات حادة قد يفقد الشخص الوعي، خصوصاً بالمناسبات الاجتماعية الكبيرة. وقد تظهر هذه المشاعر بعدة طرق، ولكن منبعها الأساسي يكون "القلق الاجتماعي" من التخوف والقلق من احتمال الحكم عليك أو مراقبتك أو إهراجك من قبل الآخرين، وذلك وفقاً لـ "المعهد الوطني الأميركي للصحة العقلية".

وبناءً على المحادثات الصغيرة إلى المناقشات العميقية، قد تسبب التفاعلات الشخصية مع أفراد العائلة بالمناسبات ضغطاً كبيراً على أعصاب وفكري مريض "القلق الاجتماعي"، كما قد تكون بمثابة تذكرة بأنك ربما لست في المكان الذي تريد أن تكون فيه في هذه المرحلة من حياتك وتشعر بالإحراج من مواجهة أهلك بذلك.

ويمكن أن يدخل كل عائلة تاريخ عميق من الأحداث والдинاميكيات، فقد يجعلك عائلتك تشعر بالقلق عند الاجتماع بهم مرة أخرى، لأسباب لا يمكن حصرها، وتختلف وفقاً لكل حالة على حدة، فحتى وجود تاريخ سلبي مع فرد واحد من أفراد العائلة قد يعرضك للإحساس بالقلق قبل أي تجمع عائلي. لذلك ينصح خبراء علم النفس والعلاقات بتجنب الانزعاج من نفسك لأنك لست سعيداً بالذهاب إلى المناسبة العائلية. ومن المهم تذكر أنك قد تهتم لأمرهم وتحبهم، بموازاة مشاعرك المعقدة.

إذ ربما أنت شخص انطوائي، ولا تحب الأحاديث القصيرة. أو أنك تشعر بعدم الارتياح عند التحدث عن أشياء ليست من اهتماماتك الشخصية، مثل السياسة أو الرياضة. وأما بالنسبة للعديد من الأشخاص، فإن حضور التجمع العائلي يعني لعب دور معين ربما هو لا يعبر عنك في قرارة نفسك، مما يمنعك من أن تكون على طبيعتك أو أن تشعر بالراحة، لهذا وكخطوة أولى في التعامل مع المشكلة، من الضروري فهم أن هذه المشاعر طبيعية، إذ لا يشعر الجميع بالتقرب والألفة التامة مع أقربائهم بالضرورة، وهذا لا يعني أنك تعاني من خطب ما، أو أن عائلتك تعاني بدورها من مشكلة معينة.





بعد ذلك يجب تناول المشكلة بوعيٌّ لكي لا تتحكم بحياتك، وذلك كالآتي:

-حدّد خطة قبل الذهاب كواحدة من أفضل إستراتيجيات التعامل مع اضطرابات القلق الاجتماعي في التجمعات، وذلك عبر إعداد قائمة بالأشياء والأشخاص الذين يجب عليك تجنبهم لحماية نفسك من الواقع في موقف غير مريح وكتابة قائمة بالموضوعات التي تشعرك بالراحة خلال التحدث. وإذا شعرت بالإجهاد خلال الجلسات العائلية اختر مكاناً بديلاً بعيداً عن الاجتماعيات والشعور بالتحفظ، وهناك يمكنك تخصيص بعض الوقت لتجميل نفسك والإحساس بالراحة والهدوء وشحن الطاقة دون تدخل من أحد.

-تجاهل التعليقات السلبية حيث أن الكثير منا لديه على الأقل فرد واحد من أفراد العائلة الذي يحب أن ينتقد من حوله. لذا، عليك تجاهل التعليقات السلبية وعدمأخذها على محمل الجد، خصوصاً أن الأشخاص الذين يعانون من القلق الاجتماعي حساسون ويفكرُون كثيراً في الموقف بشكل قد يضعف من مخاوفهم. لذلك لا تفكِّر بطرق سلبية وكلما كنت أكثر إيجابية، كانت حياتك أفضل.

-كما أن المحادثات الصغيرة تعدّ طريقة رائعة لإعادة التعرّف على أحد أفراد العائلة الذي لم تره منذ فترة أو شخص تريده التعرّف عليه بشكل أفضل. لذا، قم بالتحدث عن شيء تستمتع به، سواء كان حيوانك الأليف أو شريكك أو فيلماً شاهدته مؤخراً، أو مشاهد طبيعية، وضع حدوداً صارمة إذا وجدت نفسك في موقف مع شخص عزيز متطفّل، وقم بتوجيه المحادثة بأدب باتجاه مختلف أو أخبره بلطف أنه تفضل عدم الرد.



# أولمبياد باريس 2024.. من جدلية الافتتاح إلى بهجة الختام

"ليوناردو دافنشي"، بازدراء المسيحيّة بسبب ظهور منسقة الأغانى والمنتجة باربرا بوتش، أيقونة مجتمع الميم، مطاطة يفانين وراقصين مت حولين، في محاكاة للوحة دافنشي التي تصور لحظة إعلان المسيح أن أحد الرسل سيخونه.

هذه الحادثة لم تمر مرور الكرام؛ فنار الانتقادات بدأت تظهر عقب حفل الافتتاح؛ حيث انتقد مثقفون ورجال دين وسياسيون منظمي حفل افتتاح دورة الألعاب الأولمبية التي تستضيفها العاصمة الفرنسية باريس، على خلفية إقامة عرض "دراغ كويين" (رجل يرتدي ملابس نسائية ويضع مكياجاً) يتضمن تجسيداً ومحاكاة ساخرة للوحة "العشاء الأخير" التي يشير البعض إلى أنها تصور النبي عيسى (عليه السلام) وتلامذته. حيث اعتبر البعض أنها كانت تتضمن ترويجاً للشذوذ، وخاصة العرض التمثيلي للوحة "العشاء الأخير" لليوناردو دافنشي، عبر شخصيات مت حولة جنسياً (دراغ كويين)، مما اعتبره النقاد إساءة متعمدة للمسيحية والآدبيان.

وكان من يُوصف بـ"السيد المسيح" في لوحة العشاء الأخير، ظهر رجل عار - في افتتاح الأولمبياد - قال نقاد إنه يمثل ديونيسوس، وهو إله الذمر والاحتفالات الماجنة في الأساطير الإغريقية القديمة، الذي عرف أيضاً بمواكبه واحفالاته وطقوسه الوثنية المتحركة من القيم الأخلاقية.

وفي هذا الصدد، أصدر "مجلس الأساقفة الفرنسيين" بياناً بشأن حفل الافتتاح على حساب الكنيسة الكاثوليكية الفرنسية في منصة "إكس"، وجاء في البيان: "للأسف، احتوى هذا الحفل على مشاهد تسخر من المسيحية، ونحن نقابل هذا الوضع بحزن عميق".

## تباین في تعزيز التنوع وإقصاء للأصوات الإسلامية

حفل افتتاح أولمبياد باريس لم يخلُ من انتقادات على هذا النحو فقط؛ بل كان هناك ظلامٌ بين أنوار افتتاحه. حيث خصص الحفل لموضوع آخر كانت طموحاته أقل نبلًا وأكثر غموضاً، وتستحق أن يتم فك رموزها. وللقيام بذلك، يجب أن نفهم المناخ السياسي الذي يسود فرنسا حالياً، والاستراتيجية الانتخابية الخاصة جداً التي يتبعها رئيسها للبقاء في السلطة. لقد طلب الرئيس إيمانويل ماكرون من مصمم الرقصات توماس جولي تصميم عرض يروج لتنوع النسيج الوطني الفرنسي، ورغم أن هذا توجه يفترض أن يكون جديراً بالثناء، فإن طريقة تنفيذه كانت محلًّا لكثير من النقد، حيث لاحظ عديد من المعلقين أنه تم ترجمة هذا التنوع بطريقة انتقائية للغاية.

لم يتغير شيء فيما يتعلق بتمثيل "الآخر الإسلامي" في الحفل، رغم أن هؤلاء هم الهدف الأول لحملات التعبئة التي يقودها تيار أقصى اليمين المعادي للأجانب. جاء التمثيل انتقائياً كعادته؛ فقد كان وجود نجم كرة القدم زين الدين زيدان، والممثل الكوميدي جمال دبوز - وكلهما من أصل شمال أفريقي - بمثابة تذكرة أن "العرب الذين يسجلون الأهداف" - بالمعنى الحرفي والمجازي للكلمة - هم من يتم الاحتفاء بهم، تماماً مثل المغنيات اللاتي يرتدين التنانير القصيرة من أفريقيا، وأبطال غوادلوب. هؤلاء كلهم جزء لا يتجزأ من الأمة. وفي المقابل غاب عن الفعالية نجوم آخرون من المسلمين - مثل كريم بنزيمة، أو مغنية الراب السابقة (التي اعتنقت الإسلام) ديامز - وهم أولئك الذين رفضوا السكوت عن انتمائهم الديني أو حقوقهم المشروعة كالدفاع عن الضحايا الفلسطينيين على وجه الخصوص. ظل هؤلاء مدرومين تماماً، ومثلهم بقيت الرياضيات المسلمات اللاتي يرتدين الحجاب - مثل نظيراتهن من الدول الأخرى - غائبات تماماً عن هذا التمثيل "الشامل" المزعوم للأمة. ولم يسمح أيضاً لأعلام الدين الإسلامي بالجلوس على طاولة "الشمولية الفرنسية" في ذلك الحفل الذي عُهد بالإشراف عليه إلى نائبة حاكم فرنسية - إسرائيلية - إسرائيلية - لمنظمة مثيرة للجدل أسسها الحزب الاشتراكي تدعى "نداء من أجل العنصرية"، ويسخر البعض منها بانها قامت لتحمي العنصرية لا لتواجهها.



ذلك التساقط الكثيف للأمطار يوم حفل الافتتاح، ما عكر مزاج مئات الآلاف من الجماهير الذين دفعوا مبالغ طائلة لمتابعة حفل الافتتاح على ضفاف نهر السين.



محاكاة ساخرة للوحة "العشاء الأخير" تثير انتقادات واسعة

لكن النقطة التي أثارت الجدل كثيراً ولاقت انتقادات حادة، هي التي تلت حفل الافتتاح بسبب اتهام مخرج العرض الفني توماس جولي الذي حاكي لوحة "العشاء الأخير" لـ

عنوان قد يلخص مسار الألعاب الأولمبية التي احتضنتها العاصمة الفرنسية باريس، من 26 يوليو/تموز وحتى 11 أغسطس/آب؛ فبعد قرن من الزمن، عادت الألعاب الأولمبية 2024 إلى عاصمة الأنوار. بعد حفل افتتاح غير مسبوق أقيم على نهر السين وسط أجواء احتفالية استثنائية، عاشت العاصمة الفرنسية باريس على وقع المنافسات الرياضية المختلفة؛ حيث تحولت المدينة بمعالمها التاريخية إلى ملعب مفتوح. كل رياضي فيها سعى لأن يكون بطلاً من الأبطال الرياضيين لكتابة صفحة جديدة في تاريخ الألعاب الأولمبية.

## ما قبل الافتتاح

أشهر عديدة قبل انطلاق الأولمبياد، بدأ الحديث عن حفل افتتاح أسطوري وغير مسبوق يختلف تماماً عما شهدناه من حفلات افتتاح من قبل، مما زاد من مستوى الترقب والانتظار لمتابعة هذا الحفل. بيد أن أحداثاً تزامنت مع يوم حفل الافتتاح أو سبنته بأيام قليلة، أقتلت بطلاتها على الأولمبياد وطرحت مجموعة من علامات الاستفهام على نجاحه، منها حملة جمع اللاجئين الأفارقة، وخاصةً من هم بدون مأوى، من الشوارع، ونقلهم إلى خارج العاصمة، وهو ما وصفته جمعيات حقوقية "بالتطهير الاجتماعي"، الأمر الذي نفته السلطات الفرنسية التي اعتبرت ذلك إجراءات روتينية لا علاقة لها بشكل مباشر بتنظيم الأولمبياد.

هناك أيضاً أعمال التخريب التي طالت شبكة السكك الحديدية الفرنسية يوم حفل الافتتاح وتسربت بتعطيل الكثير من رحلات القطار، فأيقق السرعة، المتوجهة إلى باريس، زادت من المخاوف الأمنية واحتمال حدوث اعتداءات خلال الأولمبياد. زد على



الثلاثة، إذ كان لاعب منتخب الخماسي الهندي أحمد الجندي قد حقق الذهبية بعد أن تصدر المنافسة، وحقق رقماً قياسياً في عدد النقاط (1555 نقطة).  
وحفظ العداء سفيان البقالي وجه الرياضة المغربية بعد أن تمكن من حصد ذهبية سباق 3000 متر موانع للرجال، وهو الإنجاز نفس الذي حققه في أولمبياد طوكيو، أما منتخب كرة القدم، فقد نال الميدالية البرونزية، إثر فوزه أمام المنتخب المصري بسداسية نظيفة في المباراة الترتيسة.

لقد كانت دورة الألعاب الأولمبية في باريس 2024 محطة بارزة في تاريخ الألعاب الرياضية، فهي لم تقصر على كونها تجتمع رياضياً فحسب، بل كانت أيضاً مسرحاً للجدال السياسي والاجتماعي والثقافي. من حيث افتتاح استثنائي إلى القضايا المثيرة للجدال التي أثيرت حوله، أظهرت هذه الدورة كيف يمكن للأحداث العالمية أن تكون نقطة انطلاق لمناقشات أعمق حول قضايا متعددة؛ وفي الوقت الذي احتفل فيه الرياضيون العرب بإنجازاتهم المذهلة، فإن تسليط الضوء على التحديات والانتقادات التي صاحبت الفعاليات يعكس تنوع وتعدد الأبعاد التي تؤثر على مثل هذه الأحداث الكبرى؛ وفي النهاية، تظل الألعاب الأولمبية رمزاً للوحدة والتنوع وتجسيداً للأمل والتفوق البشري على جميع الأصعدة.



قهرمان مصطفیٰ

حصيلة ذهبية تاريخية للرياضيين العرب

أكثر من 420 رياضياً عربياً شاركوا في دورة الألعاب الأولمبية في باريس بمختلف الرياضات فيحدث الرياضي الأكبر في العالم. ومن بين المشاركين العرب هناك من تذوق طعم الذهب الأولمبي من قبل، وهناك من نال ميداليات فضية أو برونزية، وهناك من شارك للمرة الأولى. وقبيل انطلاق أي أولمبياد تضع الشعوب العربية آمالاً عريضة على عدد من رياضيها، الذين يتوقع منهم أن يظهروا بشكل مشرف؛ وذلك ما بين لاعبين فرديين، أو في منافسات الزوجي، أو حتى فرق جماعية.

انتهت الألعاب الأولمبية، لكن العرب اختاروا النهاية السعيدة، في أكبر حصيلة من المعدن الأصفر للعرب في نسخة واحدة. أولمبياد باريس نجحت البعثات العربية في تحطيم العدد الكبير من الميداليات الذهبية المحرزة في دورة أولمبية واحدة، بتحقيق سبع ذهبيات، إضافة إلى أربع من اللون البرونزي، وهي حصيلة تعتبر أقل من تلك المدققة في نسخة طوكيو 2020، التي تعتبر الأفضل في تاريخ الدول العربية، بعد أن حصد العرب هناك 18 ميدالية بمختلف الألوان، وهي خمس ميداليات ذهبية، وهو العدد نفسه من الفضيات، إضافة إلى ثمان ميداليات برونزية. وشهد اليوم الأخير من الألعاب الأولمبية انفراط البحرين بقيادة الدول العربية الأكثر تحقيقاً للميداليات، بعد أن استطاع المصارع أحمد تاج الدين تحقيق الميدالية الذهبية في وزن 97 كيلوغراماً.

أما الجزائر، صاحبة المركز الثاني في جدول ترتيب الدول العربية، فقد حققت ميداليتين ذهبيتين وأخرى برونزية، وكانت قد افتتحت رصيدها عن طريق لاعبة الجمباز كيليا نمور، التي حققت الذهبية الأولى في تاريخ العرب والدول الأفريقية في هذه الرياضة، وهو حال مواطنتها إيمان خليف في رياضة الملاكمة ضمن فئة أقل من 66 كيلوغراماً، وحصلت تونس على ثلاثة ميداليات ملونة، إذ جاءت الميدالية الذهبية عن طريق لاعب التايكوندو فراس القطوني، بوزن أقل من 80 كيلوغراماً. ومثلما كان الحال مع الوفد التونسي، حقق ممثلو مصر ثلاثة ميداليات من الألوان

مع اسرائيل في هذا الملف، وأن مصير النفط اللبناني رهن القرار الأميركي السياسي - الجغرافي، لأن نسبة المستثمرين الأميركيين في "توتال" بلغت مؤخراً حوالي ٥٥%.

### عقد "توتال"

بداية، تم توقيع عقد التنقيب بين "توتال" ووزارة الطاقة منذ ٦ اعوام، على ان يتم البدء بالحفر في العام التالي، ولكن تم التأخير ليبدأ في صيف عام ٢٠٢٣، اما الأسباب، حسب مصادر متابعة، فتعود الى ان رئيس وزراء اسرائيل كان اجتمع مع رئيس مجلس ادارة "توتال" ضاغطاً عليه لعدم الاقتراب من بلوك رقم ٩.

### لا نفط؟

وبعد حوالي شهرين ونصف الشهر من الحفر، قالت "توتال" ان الخزان في بلوك ٩ فارغ، وليس هناك اي مواد نفطية لاستخراجها منه، وكذلك عام ٢٠٢٠ عندما أعلنت خلو البلوک ٤ من النفط، في وقت كان العدو يطور من حقل "كاريش" النفطي الى جانب البلوکات ٨ و ٩ . ا التي تم حجزها لصالحها من قبل "توتال"، بحسب المصادر.

### بيان التنقيب

إذاً "توتال" تحتفظ بالمعلومات لنفسها وقد تقدمها للعدو قبل الدولة اللبنانية.. وحين تأتي الموافقة الاميركية للاستثمار في المنطقة ستنعم بالذهب الاسود الذي لطالما حرمنا منه لأسباب سياسية وجغرافية واستراتيجية.

### "توتال" تدعم الاحتلال؟

ولأن "توتال" شركة فرنسية، يربط بعض المصادر هذا الامر بالدعم الفرنسي لاسرائيل في الحرب الدائرة، وايضاً بمسألة الحفر والنفط في لبنان.

### وزارة الطاقة اللبنانية

وكان وزير الطاقة وليد فرياض استغرب من فترة غياب "توتال" بعد حرب تشرين، من دون تسليم تقرير الحفر، وكان طالب الشركة بتسلیمه في مدة اقصاها اسبوع، ولم تلتزم الشركة بالمددة وتذرعت بأن عقدها مع وزارة الطاقة لا يتضمن مدة محددة لتسليم التقرير الا اذا تم استكشاف واستخراج الكمية المتوقعة من النفط وذلك خلال ٦ اشهر.

### المدة تخطت الـ ٦ اشهر

واللافت انه في تموز الماضي قد مضى ٣ اشهر اضافية من التأخير على الـ ٦ اشهر، ما يعني مبالغ اضافية متربعة على "توتال" كضرائب لعدم الالتزام بالمهلة المحددة وتقدر بعشرين ألف الدولارات..

### ماذا سيحصل في أيار ٢٠٢٥؟

ينتظر اللبنانيون اليوم شهر أيار من العام المقبل أي موعد المرحلة التالية التي ستتضمن اما تسليم تقرير التنقيب واما الحفر مجدداً ليتم اما اعلان لبنان رسمياً بلداً نفطياً، واما استمرار مماطلة "توتال" في هذا الملف.

فادي أصلان

# لماذا أوقفت شركة "توتال" الحفر والتنقيب عن النفط في لبنان بعد حرب غزة؟!



كبيراً من بلوك ٩ (حقل قانا - مساحته حوالي ٩..٩ كم٢) يقع ضمن حدودها. فهل جاءت حرب غزة وجنوب لبنان لصرف النظر عن نفط لبنان واستيلاء العدو على الثروات النفطية في المنطقة المتنازع عليها؟

منذ عدة سنوات زُفَ للبنانيين وللدولة اللبنانية خبر سارٌ مفاده ان لبنان بلد نفطي ولديه ثروة طائلة من النفط والغاز في مياهه.

### بعد الحفر

وبدأت شركة "توتال انرجيز" الحفر في البلاوكين ٩ و ٤ الممتدتين من الجنوب الى الشمال منتصف العام الماضي، وتوقفت او اخر شهر تشرين الاول من العام نفسه، اي بعد حرب غزة بعده ايام، ما يطرح الكثير من علامات الاستفهام.

### تقرير الحفر

ورغم انه كان من المفترض ان تسلم "توتال" تقريرها عن النفط في مياه لبنان في شهر نيسان الماضي، إلا أنها لم تسلم قط هذا التقرير، فلماذا هذه المماطلة؟ وهل لاسرائيل علاقة بالموضوع نظراً لكونها تزعم ان جزءاً

### خبراء نفطيون

يفيد بخبراء نفطيون بأن "توتال" تتواطأ

## عالم البحار... وغور في تسمياتها

الكثير يتساءل من أين جاءت تسمية البحار المنتشرة في العالم، وما الذي ميز هذه البحار؟  
فلنقم بجولة:



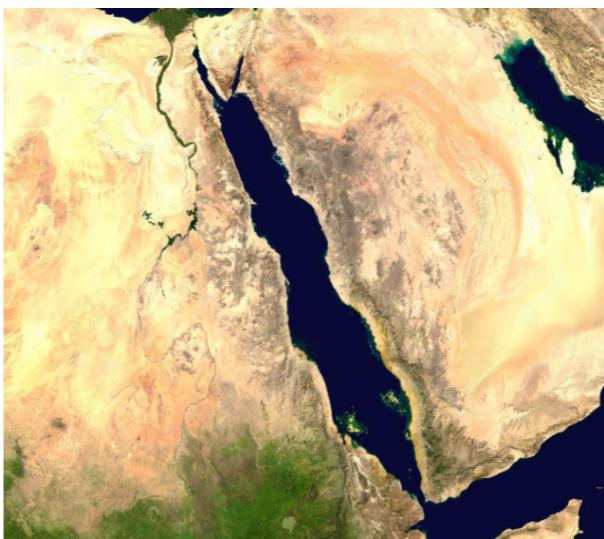
### البحر الميت

البحر الميت هو بحيرة ملحية مغلقة، تقع في أخدود وادي الأردن ضمن الشق السوري - الأفريقي، على خط الحدود الفاصل بين الأردن وفلسطين التاريخية. يشتهر البحر الميت بأنه أخفض نقطة على سطح الكره الأرضية.  
سمى كذلك لأنه شديد الملوحة، ولا توجد كائنات حية تعيش فيه، والفرق فيه شبه مستحيل تقريباً.



### بحر المانش

يشير اسم "بحر المانش" إلى الممر المائي الذي يفصل بين جزيرة بريطانيا العظمى وشمال غرب فرنسا. يعود اسم "المانش" إلى الكلمة النورماندية "la Manche" والتي تعني الكمر أو الذرازم. تعتبر هذه المنطقة من بحر الأطلسي بين بريطانيا وفرنسا هي الجزء الأضيق من المحيط الأطلسي بنسبة 21 ميلًا بحريًا فقط (حوالي 34 كيلومترًا) في أقصى الجزء الأضيق. ونظرًا للتضاريس الجغرافية وشدة التيارات المائية في هذا الممر المائي، فقد اعتبره البحارة القدماء ممراً صعباً وخطيراً للمرور، وبالتالي أطلقوا عليه اسم "بحر المانش".



### البحر الأحمر

البحر الأحمر أو بحر القلزم أو بحر الحبشة، أحد المحميات البيئية التي حددها "الصندوق العالمي للحياة البرية" وعدها 200، يعد هو والخليج العربي مدخل مياه بحر المحيط الهندي، الواقع بين أفريقيا وأسيا. والاتصال مع المحيط في الجنوب من خلال مضيق "باب المندب" و"خليج عدن". وفي الشمال يحده شبه جزيرة سيناء وخليج العقبة وخليج السويس. سُمي كذلك بسبب وجود الشعاب المرجانية الحمراء فيه بكثرة، فعندما تنعكس أشعة الشمس على هذه الشعاب ينعكس اللون الأحمر في الماء.



### بحر قزوين

بحر قزوين أو بحر الخزر، هو بحر مغلق يقع في غرب آسيا، تطل على بحر قزوين خمس دول هي روسيا وإيران وأذربيجان وتركمانستان وكازاخستان. سُمي ببحر قزوين نسبة إلى القزوينيين الذين سكنا هناك ومنهم عروة القزويني الذي ذاع صيته هناك.



### البحر الأبيض المتوسط

سمّاه العرب قديماً بَحْرَ الرُّوم أو الْبَحْرُ الشَّامِيَّ، هو بحر متصل بالمحيط الأطلسي، وتحيط به منطقة البحر الأبيض المتوسط وهو شبه محاط تماماً بالبر: من الشمال الأناضول وأوروبا، ومن الجنوب شمال أفريقيا، ومن الشرق بلاد الشام. سمي كذلك لكونه يتوسط قارات العالم القديم، ومعظم الشعوب التي تسكن حوله هم أصحاب البشرة البيضاء، أو لكثره زيد أمواجه البيضاء "أكدينز" بالتركية، وذكر في اللغة اللاتينية باسم "Mediterraneus" والتي تعني "في وسط الأرض".



### البحر الأسود

البحر الأسود (عُرف قديماً ببحر البنطس) هو بحر داخلي يقع ضمن البحر الأبيض المتوسط، بين أوروبا وأسيا، شرقي البلقان، جنوب السهل الأوروبي الشرقي وغرب القوقاز وشمال الأناضول.

سمى كذلك بسبب الخوف والرعب الذي كان يحدث للبحارة عند الإبحار فيه، لأن أغلب السُّبُّب التي تكون فوقه تكون سوداء اللون، إضافة إلى كثرة الرياح والأمواج العاتية.



## UNWRAPPED CHOCOLATE INDULGENCE

Explore Patchi's counters for the sweetest of moments and richest of fillings

Patchi



## البحر الأصفر

البحر الأصفر ويعرف أيضاً ببحر الغرب في الكوريتين الجنوبية والشمالية، هو الجزء الشمالي من بحر الصين الشرقي والذي بدوره يكون جزءاً من المحيط الهادئ. يقع هذا البحر بين الأراضي الصينية وشبه الجزيرة الكورية. يأتي اسم البحر الأصفر من حبيبات الرمال ولون الطمي والرواسب الصفراء التي يجلبها نهر هوانج والتي تلون مياهه والتي تحملها مياه النهر الأصفر (هوانغ هي).

## بحر العرب

بحر العرب هو جزء من المحيط الهندي، يقع بين سواحل شبه الجزيرة العربية وشبه القارة الهندية. تحده من الشمال إيران وباكستان وعمان، ومن الشرق شبه القارة الهندية، ومن الغرب شبه الجزيرة العربية والقرن الأفريقي. أطلق عليه العديد من الأسماء، مثل البحر الأخضر وبحر الهند وبحر إيران، ولكن سُمي في النهاية بهذا الاسم، بسبب سيطرة العرب عليه لقرون طويلة ومرور تجارتهم عليه.

## بحر البلطيق

بحر البلطيق، يقع في شمال أوروبا مُحاطاً بشبه الجزيرة الإسكندنافية وأوروبا الوسطى وأوروبا الشمالية وأوروبا الشرقية والجزر الدنماركية، ويتصل بخليج كاتيغات عن طريق مضيق أورييسند والحزام الكبير والحزام الصغير، وهو بحر ذو ماء مسوس (أملح من المياه العذبة وأعذب من الماء المالح). سُمي دول البحر البلطيق الثلاث: لاتفيا، استونيا، وليتوانيا بهذا الاسم، نسبة لبحر البلطيق، ووجود جزيرة فيه تسمى بالتيتا.

## بحر مرمرة

بحر مرمرة والمعرف باسم "بروبونتيس" وفقاً لسيار كلاسيكيات العصور القديمة، يقع بالكامل داخل الحدود التركية والذي يربط البحر الأسود ببحر إيجه وبالتالي يفصل بين أراضي تركيا الآسيوية والأوروبية. سمي بذلك بسبب وجود جزيرة مرمرة التي تحتوي على رخام نقى جداً من نوع المرمر.



## تامر حسني يكشف سبب تصميمه على كتابة أغانيه

نشر الفنان تامر حسني عبر حسابه الرسمي على "انستغرام" مقطعاً مصوّراً جمع فيه بعض الأغاني الناجحة التي كتب كلماتها ولحنها لنفسه ولغيره من الفنانين، وعلق على الفيديو برسالة قال فيها: "زمان وأنا ببدأ حياتي مكنتش ناوي إني أصمم وأكتب أغانيّاً وألحنها، عملت أول لحن في حياتي لأنّي اسمها "راحٍت حبيبي" في البوم تامر وشيرين، وإنتموا عارفين الألبوم ده، إزاي نجح، وكل أغانيه نجحت، وكانت الأغنية كلمات الشاعر الكبير بهاء الدين محمد، طلع صحفي ينتقدني وكتب: "هو أنت لحقت تنجح عشان تلحن".

وأضاف: "سألت نفسي: هو كتب كده ليه؟ مع إن الأغنية من أنجح أغاني الألبوم وأكثر أغنية ساعتها، أثرت في الشباب، فسألت هو مين الصحفي ده؟ طلع صاحب مطرب معين، فعرفت إنه يمكن يكون غيران شوية وخلاص، بعد شوية نزلت أغنية "عيونه دار" وكسبت مسابقة كبيرة جداً في مصر ساعتها، على "نجوم اف. ام"، وأخذت لقب "أغنية القرن"، فطلع نفس الصحفي كتب: إنت مصمّم تلحن ليه؟ تخيلوا أغنية حاصلة على لقب "أغنية القرن" وبتحارب!!! من هنا خذني الحماس أدور جوه نفسي وأركز جامد إني أغrieve ومش بس أحن، لأ، أنا هلحن وهكتب أغانياً".



## بلاغ ضدّ محمد رمضان ونجله بالتعدي على طفل

تقدّمت إحدى السيدات ببلاغ إلى جهات الأمن بمحافظة الجيزة ضدّ الفنان محمد رمضان ونجله بالإدعاء أن الآخرين قاماً بالاعتداء على نجلها عمر داخل نادي "نيو جيزة"، حيث حدثت مشادة بين عمر ونجل محمد رمضان، موضحة أنها تطّورت للضرب وإحداث إصابات، وعلى الفور قام رجال مباحث الجيزة بفحص البلاغ لكشف ملابسات الواقع، وتم اتخاذ الإجراءات الازمة والقانونية وتحرير محضر الواقع.



## طليق جينيفير لوبيز يكشف أسراراً عنها وسبب فشل زيجاتها

لا تزال النجمة العالمية جينيفير لوبيز محط اهتمام الصحافة بسبب مشاكلها العائلية وتبعات انفصالها المفاجئ عن النجم بن أفليك، حيث خرج زوجها الأول أوجاني نوا عن صمته، وتحدث عن بعض صفاتها وقدّم لها نصيحة حول علاقاتها. ونصح الشاب زوجته السابقة بأن "تظل عزباء لفترة من الوقت، بدلاً من القفز إلى زواج آخر بشكل مباشر"، على حد قوله.

كما كشف عن سبب فشل زيجات جي لو، قائلاً: "أستطيع إخبارك بناءً على تجربتي الخاصة، كنت أختلف أنا وجينيفير في السيارة، ثم بعد 20 دقيقة

جلس ونتظاهر بأن كل شيء على ما يرام". وأضاف: "عندما كنا نقع في مشكلة ونخوض شجاراً، كان مزاجي يصبح سيئاً، لأنني كنت أعلم في قراره النفسي أننا على ما يرام. كنت أكره الذهاب إلى السجادة الحمراء والمناسبات الصاخبة، وكانت تحاول إقناعي بالحضور وكتبت أقول: هذا مستحيل... لن أتظاهر".

وأوضح أن بن أفليك كان يبدو متوتراً أيضاً أثناء سيره على السجادة الحمراء برفقة جينيفير لوبيز، مشيراً إلى أنه يتفهم مشاعره بناءً على تجربته الشخصية.



**ابنة ويل سميث تتخلّى عن ملابسها.. والسبب؟!**  
أثارت النجمة العالمية ويلو سميث، ابنة النجم العالمي ويل سميث، ضجة كبيرة بعد إطلاقها ألبومها الأخير الذي يحمل إسم "Empathogen"، إذ تخلت عن ملابسها في صورة الغلاف الخاص بالألبوم؛ الأمر الذي أثار جدلاً واسعاً بين الجمهور، وانهالت التعليقات السلبية على منشورها الدعائي.



**سيدة تقدم بيترزا لشخصية عالمية من دون درايتها!!**  
دخلت سيدة فرنسيّة إلى مطعم في نيويورك، وطلبت بيترزا، لكنها لم تتمكن من تناولها كاملة، وطلبت من النادل توضيب ما تبقى من البيترزا لتأخذه معها، وحين خرجت من المطعم أعطت الطعام إلى رجل يبحث عن أكل في القمامات، ليتبين لاحقاً أنه لم يكن إلا الممثل ريتشارد غير في دور تمثيلي.

## مشادة كلامية على العلن بين داليا مبارك وعايض يوسف

مشادة كلامية اندلعت في العلن بين الفنانين السعوديين عايض يوسف وداليا مبارك، على موقع "إكس"، حيث تهجم كل منهما على الآخر بأسلوب ساخر. وفتحت مبارك باب الأسئلة لمتابعيها، حيث أجبت على إحداهم حول عمل فني يجمعها بيوسف قائلةً: "مع عايض لا ولن يحصل أبداً إن شاء الله، وفي تعاون قريب، إن شاء الله، مع الفنان سلطان المرشد".

وسرعان ما ردّ عليها يوسف معلقاً باستهزاء: "كل يوم تثبتين أنك مبدعة، وما شاء الله وصل إبداعك حتى بالردود، بالتوفيق يا نجمة، وأتمنى ألبومك المقرب يكون بنفس مستوى ألبومك الأخير".

وأجابته داليا بالمثل، إذ قالت: "فعلاً ما يجي شيء جنب إبداعك، كل مرة تثبت حسن نيتك تجاه ربّك، وإن شاء الله، أمنياتي لك بالتوفيق، وإن شاء الله يعطيك قدر نيتك".

وقالت مبارك في تغريدة لاحقة: "أسمع كلامك أصدقك، أشوف أفعالك أستعجب، يلا كملوا نفاق أنا مسوطة، فقرة حلوة".

واختتمت المطربة الخليجية فقرة الأسئلة بالقول: "كان ممكن اختيار أسلوب "التنعيز" من تحت لثت، و"الهمز واللمز" اللي غيري كثير يستخدمه، أنا يناسبني جداً أكون صادقة، وإذا عندي شيء أقوله على المكشوف مناسبني جداً، وتصبون على ألف خير".



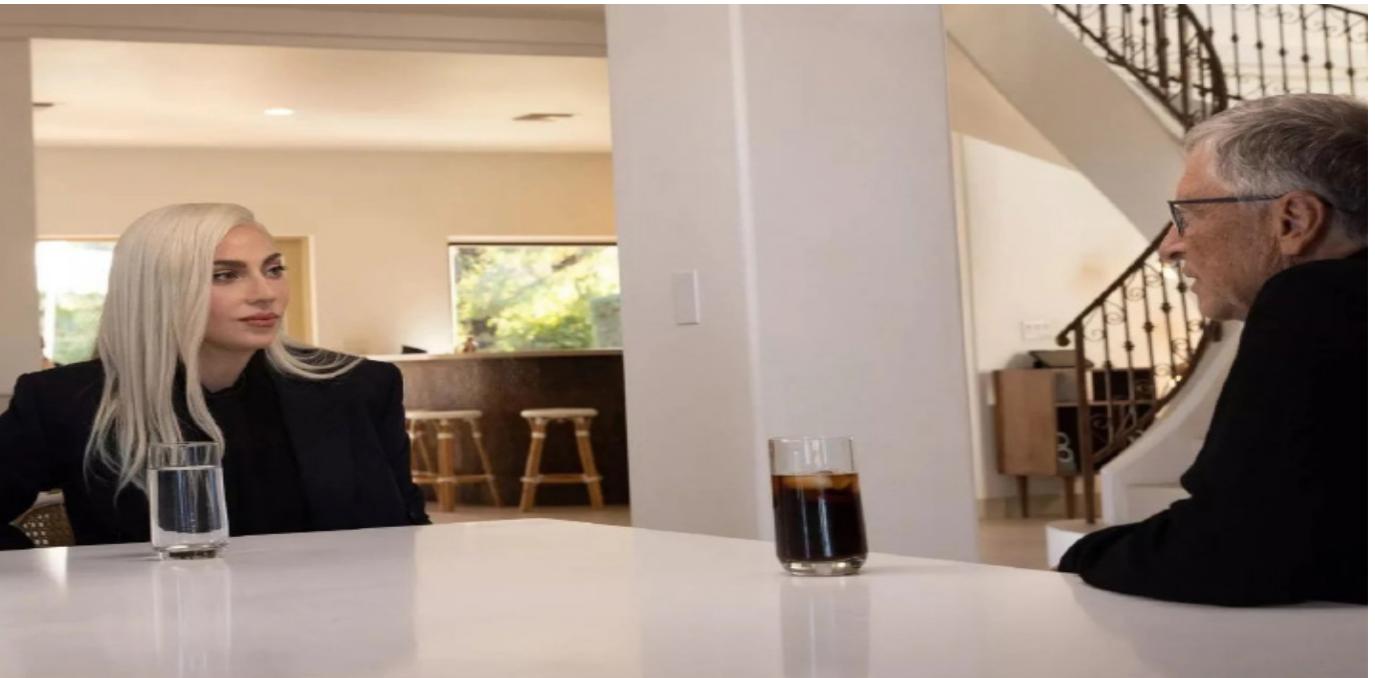
**هل يكرر أحمد العوضي شخصية الصعيدي الشعبي في "فهد البطل"؟**

رد الفنان أحمد العوضي، على جدل تكراره شخصية الصعيدي الشعبي، في مسلسل "فهد البطل" في رمضان 2025، بالقول: الحمد لله "فهد البطل" مسلسلي في رمضان 2025، تأليف محمود حمдан وإخراج محمد عبد السلام، وأنا بوعد أخواتي أنه سيكون أقوى من "حق عرب" وأنا بوفني بوعدي، وأنا ببقى حريص أني أعمل نجاح أكبر مختلف عن "حق عرب"، و"فهد البطل" ميكس شعبي وصعيدي، هتلacci واحد دلوقتي بيقول العوضي مبيعملش غير شعبي وصعيدي ومكسر الدنيا، والمسلسل ده كمان هيكسر الدنيا علشان ربنا سبطانه وتعالى، ودعم أخواتي ليّا، الواحد ربنا بيصرف له، "فهد البطل" قصة مختلفة، إن شاء الله يعجب أخواتي ويبقى أقوى من "حق عرب".

### ليدي غاغا تتجاهل ثم تكشف...

كشفت ليدي غاغا أخيراً أسباب عدم اهتمامها بالاشاعات التي طاولتها في بداية مسيرتها الفنية حول كونها رجلاً في برنامج The Future With Bill Gates ؟What's Next الذي عرض على "نتفليكس"، قائلة: "السبب لعدم إجابتي على السؤال هو أنني لمأشعر بأنني ضحية هذه الكذبة". وأوضحت غاغا أن الاشاعة بدأت في العقد الأول من القرن الحادى والعشرين بعد انتشار صورة معدلة لها على الإنترنت تم التلاعب بها.

وأضافت: "كنت في موقف لم أتمكن فيها من تصحيح الاشاعة لدى الآخرين. لهذا في هذه الحالة، حاولت أن أكون محفزة للتفكير ومزعجة بطريقة أخرى. حاولت استخدام المعلومات المضللة لإنشاء نقطة أخرى مزعجة".



**BANDI**  
COLOR FROM NATURE

**PROFESSIONALISM**

BANDI showcases a comprehensive range of products catering to professional nail artists' needs, from colors to care items, supplements, skincare, devices, and tools.

**TREND**

Every moment you apply BANDI gel, it becomes a work of art. BANDI is a brand that proposes sophisticated colors and nail looks in line with latest trends, inspiring nail artists with fresh ideas.

**INNOVATION**

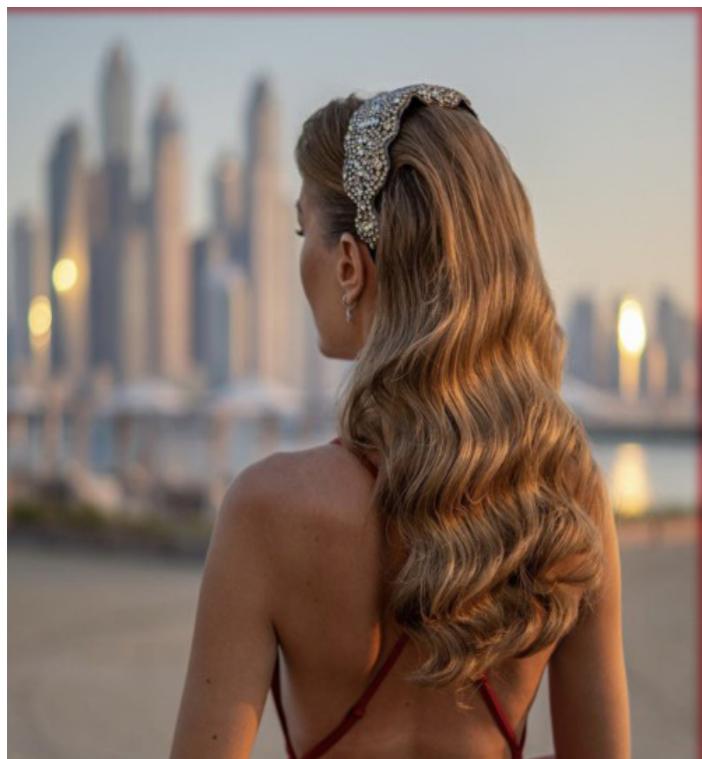
BANDI continually conducts research and integrates new technologies to develop innovative formulas, presenting groundbreaking products with new technologies.

Beautiful and vivid colors inspired by nature, an eco-friendly professional nail brand BANDI No.1 Leading Professional Nail Brand Since 2008, BANDI

 NAZIH  
WHERE BEAUTY BEGINS  
Distributed By Nazih Group  
in MENA Region  
[www.nazih.com](http://www.nazih.com)

# فن البساطة وأهميته في الحياة

في أوائل القرن العشرين، بدأت الأنشطة التجارية الحديثة والعلامات التجارية، ولم تكن تصاميم شعارات الشركات خيالية، بل مجرد طريقة سريعة لإيصال اسم العلامة التجارية للعملاء، وكانت الشعارات القديمة بوضع اسم الشركة بخط شائع وبazar، وأحياناً مهاطاً بشكل هندسي بسيط. ولكن مع تصاعد النزعة الاستهلاكية، وتزايد التنافس بين الشركات لجذب المستهلك، بدأت الشركات بالتركيز أكثر على الشعارات، بهدف التميّز وترسيخ اسم الشعار في أذهان العملاء، مما دفع بعض الشركات إلى تبني شعارات عديمة الجدوى محاولةً بذلك تميّز نفسها عن غيرها.



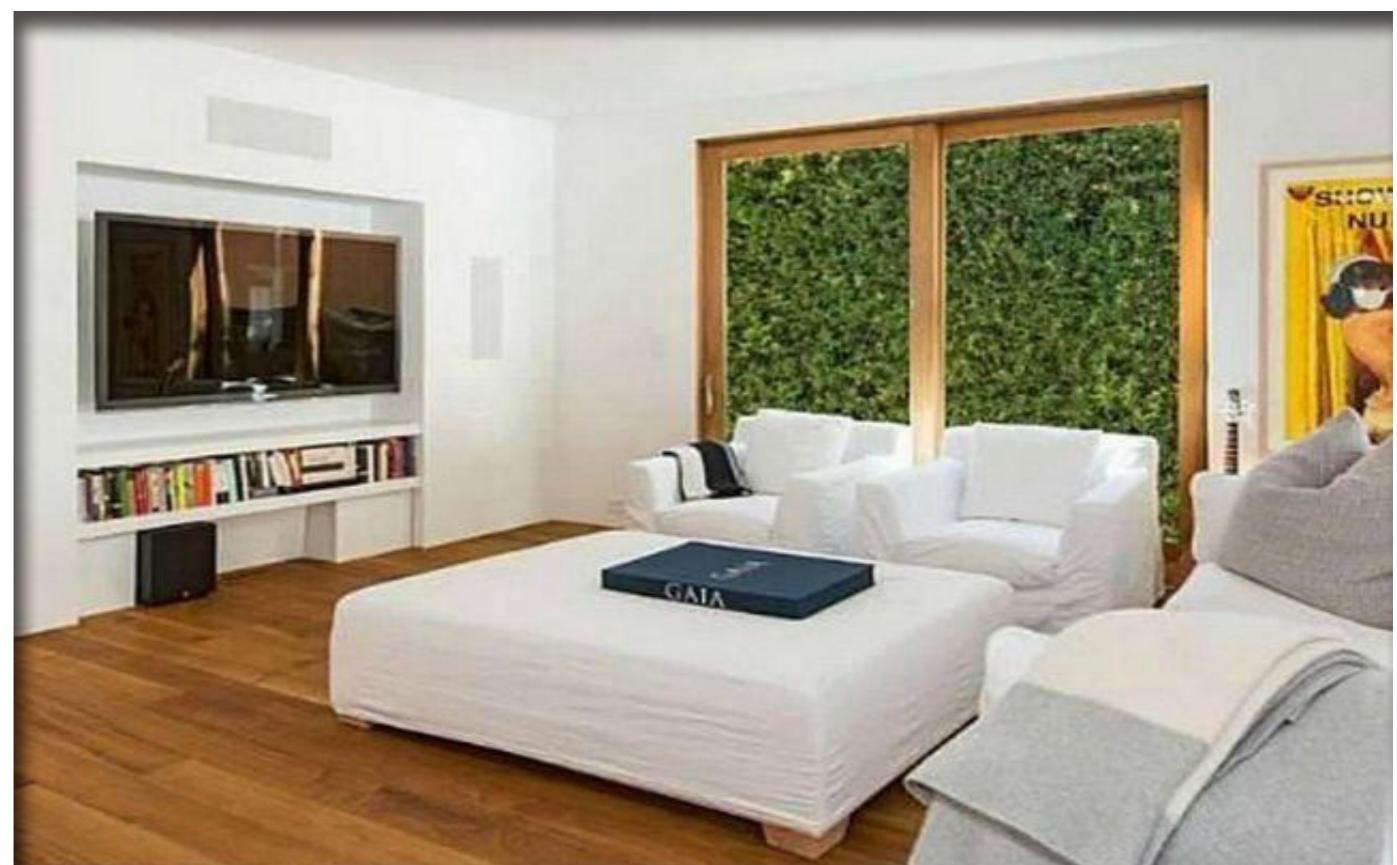
ولمواكبة التطور والتغيير، قامت عدة شركات بتحديث شعاراتها، بشكل بسيط أو جذري. وكان يهدف هذا التغيير دائماً إلى البساطة والاختصار وتقليل الفوضى. وتلك بعض الأمثلة لشركات قامت باستخدام أساسيات "فن التبسيط" في شعاراتها القديمة لتصبح بشكلها الحالي وذلك بإختصار اسم العلامة التجارية، من خلال إختصار بعض الكلمات أو الأحرف في الشعار لسهولة ترسيخ الإسم في ذهن العميل. كاسم شركة "Federal Express" الذي أصبح "FedEx" البسيط والسهل في اللفظ والحفظ. وكما ببساطة يمكن استخدام الأحرف الأولى من إسم الشركة أو اختيار الحرف الأول فقط في الشعار، وهذا سيكون كفيلاً يجعل الشعار قصيراً وأقل فوضوية.



يمكن اختيار خط جديد أكثر بساطة ليمنح الشعار مظهراً أكثروضوحاً وأقل تعقيداً، على سبيل المثال شركة "Google" ما زالت تحافظ على ألوان علامتها التجارية المميزة، لكن كل ما قامت بتغييره في الشعار هو نوع الخط فقط، والذيأحدث فارقاً كبيراً، فالخط الجديد يتمتع ببساطة ومرنة أكثر. لذلك تقليل التفاصيل عامل أساسي ومهم لتميّز الشعار ولفت الإنبهاء إليه. وليس من الضروري وجود اسم العلامة التجارية أو الخدمات التي تقدمها الشركة في تصميم الشعار على سبيل المثال، وهذا ما قامت بفعله أغلب الشركات المشهورة، مثل Apple ، Ford ، وغيرها.

Minimalism أو "فن البساطة" هو شكل من أشكال التصميم عمره أكثر من 60 عاماً، حيث انتشرت شعبيته في الهندسة المعمارية والفن والتصميم الداخلي، وتصميم الأزياء، وقد يستخدمه البعض كأسلوب حياة صحيّة وتغذوية أيضاً. وهو أسلوب يركّز على البساطة والتجريد أثناء إنشاء التصميم وتنسيقه، وعلى الخطوط النظيفة والألوان الخافتة، والأشكال الهندسية الأساسية. ولا يحتوي على معنى أساسى أو معانى عميقه تحتاج للتفكير العميق والفهم، كما يركّز على الجمالية والبنية وملمس التصميم، بدلاً من التركيز الفردي على الفنان أو التعبير عن ذاته.

وقد استخدمه بعض المشاهير منهم Pamela Anderson Frank Stella, Eva Hesse, Agnes Martin, Dan Flavin, Anne and Donald Judd



ولهذا الفن أهميات قد يحتاجها أي مصمم ليعطي انطباعات معينة للعملاء، ومن هذه الأهميات تبسيط المعلومات وتقليل كميّتها، التخلص من العناصر غير الضرورية، اختيار ألوان قليلة، هادئة ومتناهية والتركيز على الأساسيات. مما يتيح الوصول إلى تصميمات أنيقة ومرتبة ونظيفة، تسهل فهم واستيعاب الفكرة المراد توصيلها، والتي تصبح حتمية حيث لا يوجد بالتصميم سوى العناصر المهمة فقط. و"فن البساطة" يستخدم في كل المجالات وأيضاً كأسلوب حياة يوميّ حديث أو تقليدي، فهو يخلق إحساساً بالإنتظام والراحة، ويعطي إنطباعاً جيداً مع تجربة فريدة ومميزة.

## M-SQUARE GALLERY



Rome Street, Sanayeh Beirut - Lebanon T: +961 1 342 000 , +961 1 800 060 www.msquaregallery.com

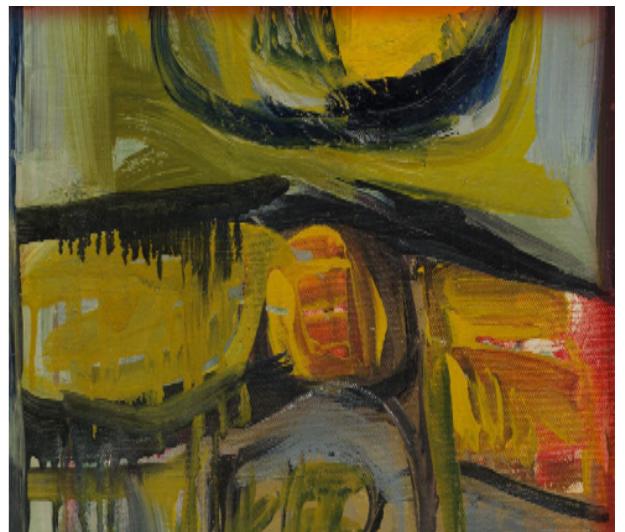


أسسیات وعناصر مهمة "في فن البساطة" وهي : Use of Simple Shapes and Forms أقل عدد من الأشكال الهندسية البسيطة والمتناهية في الحجم، كالمربيع والمثلث والدائرة. وابتعد عن الزوايا الحادة ومحاولة تدوير هذه الزوايا ستساهم بإضافة لمسة أخرى من البساطة والإنسانية في التصميم. Limited Color Palette: إختيار أقل عدد ممكن من الألوان في تصميك، كتعدد لونين أو ثلاثة فقط والتأكد من أنها متناهية وتكمل بعضها البعض لتدخل على مظهر موحد ومتماش بصرياً للتصميم أو للعلامة التجارية. أو استخدام لون واحد في جميع أنحاء التصميم ولكن بألوان وظلال مختلفة، وهذا يخلق مظهراً هادئاً، لافتاً وفريداً.

Emphasis on Negative Space التركيز على المساحة السلبية يعد عنصراً مرجيناً مهمـاً بالتصميم الجرافيكـي البسيـط، وإستخدـامـه يخلـقـ شـعـورـاـ بالـتواـزنـ وـالـاستـقرارـ البصـريـ، وـيلـفتـ الـانتـباـهـ إـلـىـ عـنـاصـرـ التـصـمـيمـ وـيـجـعـلـهـ أـكـثـرـ إـنـفـاتـاحـاـ،ـ نـظـيفـاـ،ـ وـمـرـتـبـاـ.

Simple Typography: تتحقق البساطة عند استخدام أقل عدد من الكلمات المفردة، أو العبارات القصيرة البسيطة، والتأكد من أنها بسيطة، واضحة وحروفها متباudeة بشكل مناسب وغير مكتظة أو مزخرفة. والإلتزام بنوع أو نوعين من الخطوط في جميع أنحاء التصميم، مما يسهل قراءتها وفهمها بسهولة، ولضمان عدم تشتيت الناظر.

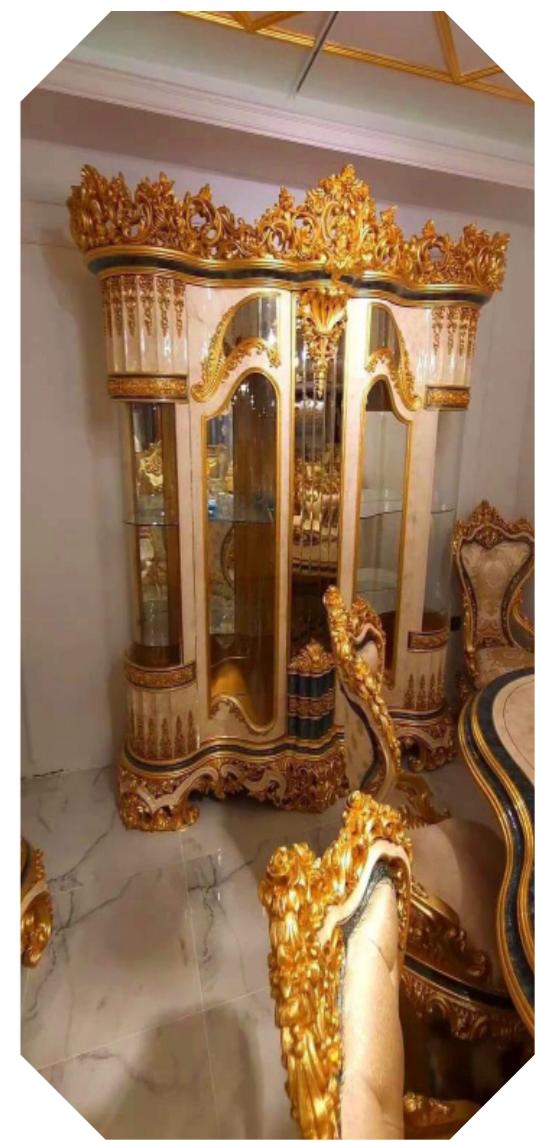
Use of Repetition and Pattern: استخدام التكرار بالشكل المناسب سواء في الخطوط أو الألوان أو الأشكال داخل التصميم الواحد، يكسبه عوامل مهمة ومنها تقليل الألوان، الأشكال والخطوط الأخرى. ويساعد هذا على تحقيق "فن البساطة"، و يجعل التصميم متماشـاـ وجذـابـاـ،ـ وكـماـ يـجـبـهـ العـشـوـائـيـةـ وـالـتعـقـيدـ.ـ والأـهمـ أـنـ يـسـهـلـ بـأنـ يـذـكـرـ العـمـيـلـ شـعـارـ الشـرـكـةـ Masterclass: minimalist art guide



# فخامة الذهب ...

## أرستقراطية وأناقة

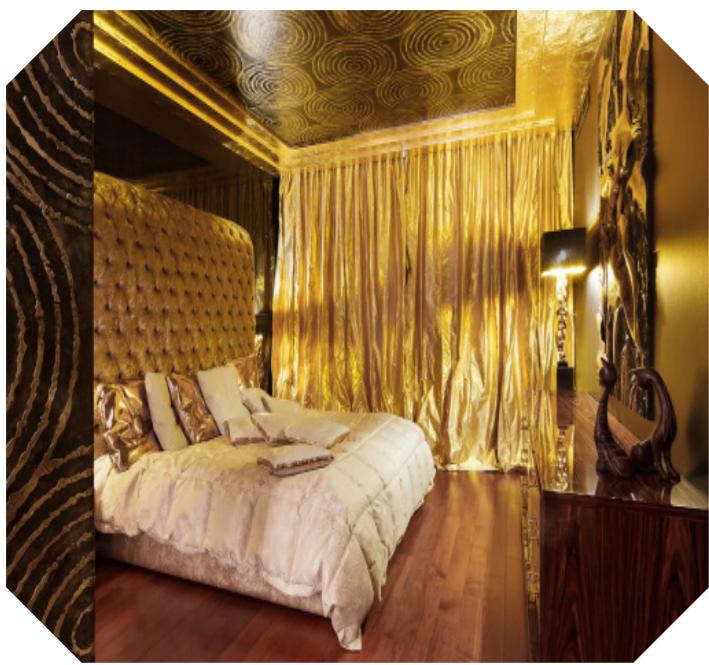
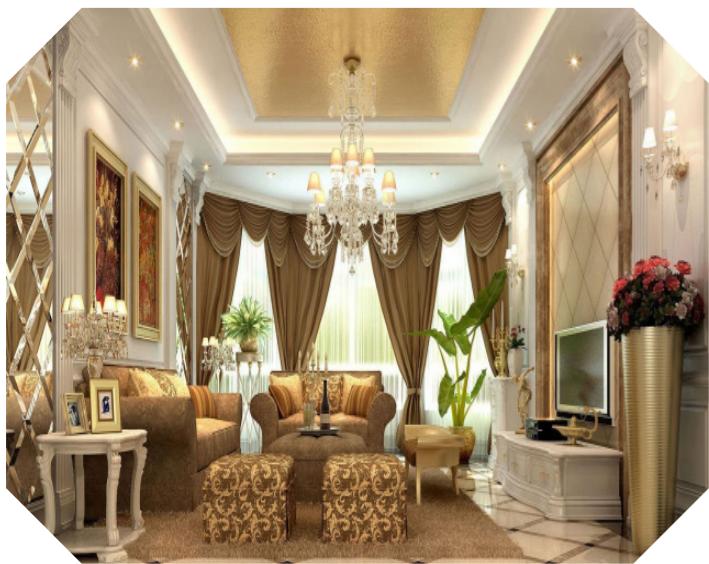
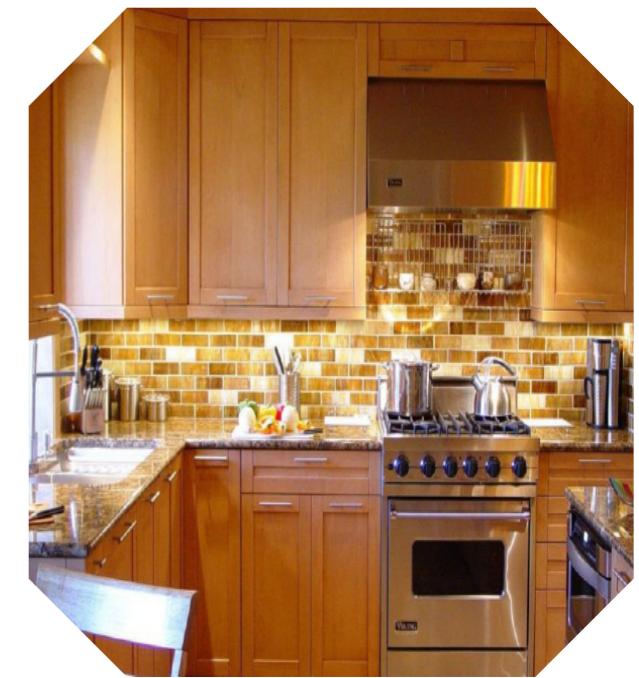
يتميز الذهب بقدرته على أسرنا بجماله المتلألئ وجاذبيته الاستثنائية، فكيف اذا كان مزيجاً ماهراً للظلال المليئة بالمعادن والألوان العميقـة، ليحول الغرفة الأكثر عادية إلى شقة ملكية.





وهج الشمس،  
محاطاً باللون  
الذهبي الأنique،  
كفيل بإنعاش أي  
زخرفة، ليضفي  
الكثير من الفخامة  
والثراء،  
على ديكورات  
مفعمه بالأناقة  
والثروة...

يرتبط اللون الذهبي في أذهان الكثيرين بلونه الأصفر الكلاسيكي، إلا أن علم النفس يربط اللون المشمس بأشخاص يتمتعون بثقة بالنفس وجسم وقوه...



# الشاكريّة السورّية



## المقادير

نصف كيلوغرام من اللحم البقري المقطّع إلى مكعبات.  
بصلة مقطّعة إلى أرباع.  
قطعة من أوراق الغار.  
ثلاث قطع من المستكة.  
ثلاث حبات من الهيل.  
نصف ملعقة صغيرة من الملح.  
ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود.  
كيلوغرام من لبن الزبادي.  
ثلاث ملاعق كبيرة من نشاء الذرة.  
ثلث كوب من الماء.  
بيضة.  
فصان من الثوم المهروس.  
ملعقة صغيرة من النعناع المفروم.

## طريقة التحضير

إضافة البيض إلى الخليط مع التحريك جيداً حتى تتجانس المكونات.  
تصفية خليط اللبن باستخدام مصفاة ناعمة حتى يصبح الخليط أملس، ثمّ وضع الخليط على درجة حرارة متوسطة، مع الاستمرار في التقليل بدون توقف حتى يثخن الخليط.  
إضافة القليل من مرق اللحم إلى خليط اللبن، مع مراعاة عدم تخفيفه.  
إضافة اللحم إلى اللبن.  
سكب الشاكريّة في طبق تقديم مناسب.  
تحمير الثوم في مقلة صغيرة مع السمن أو الزيادة، ثمّ إضافة النعناع، وصب الخليط فوق الطبق وتقديمه مباشرة إلى جانب الأرز الأبيض.

وضع ثلاثة أكواب من الماء في قدر، ووضعه على درجة حرارة متوسطة، ثمّ يتم إضافة اللحم وتركه على النار إلى أن يغلي.  
إزالة الزيد المتكون على السطح، ثمّ إضافة البصل، ورق الغار، المستكة والهيل.  
تبيل الخليط بالملح والفلفل الأسود، وترك القدر على النار حتى ينضج اللحم تماماً.  
وضع لبن الزبادي في وعاء عميق.  
إذابة النشاء في ثلث كوب من الماء، ثمّ يتم إضافة المزيج إلى لبن الزبادي.



We Open **24** hours

Zeitouna Bay, Beirut, Lebanon

Fattouh Restaurant

+961 1 368 333



## حلويات ورد الشام

### طريقة التحضير

- تفرد عجينة البقلة في صينية، تدهن بالسمن، ثم تدخل إلى الفرن على حرارة ٢٥ . ٣٥ درجة مئوية، وذلك لمدة ٣٥ دقيقة.
- بعد إخراجها من الفرن، يصب القطر مباشرة عليها وهي ساخنة، ثم يتم حشوها بالقشدة، وتزيينها بالفستق وزهر الليمون.

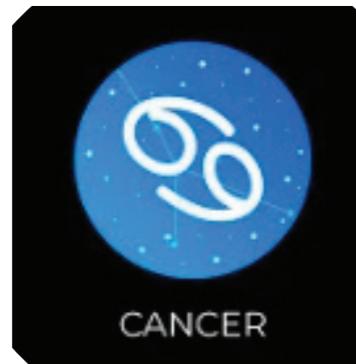
### المقادير

- عجينة البقلة: ... أغ
- القشدة: ٥٠٠ غ (بلدية)
- فستق حلبي: رشة (مطحون للتزين)
- زهر الليمون: ٦ قطع للتزين
- سمن: نصف كوب
- شيرة: كوبان



### برج الجوزاء:

يحصل صلح بينك وبين شخص أبعدته عنك مشاكل عاطفية لم تكن تتفهمها منه. يأتيك مبلغ من المال وتفكر أن تستثمره في مشروع عقاري، ولكن أحد القريبين منك يمنعك ليجرك إلى مندى آخر قد يجلب لك الخسارة فكُن على حذر. عائلتك بحاجة إلى التفاف معنوية منك، وعكة صحيّة قد تتعرض لها فجأة وتكون بمفردك، فانتبه على صحة قلبك.



### برج السرطان:

أنت في التفكير ومن حولك بالتدبر لأمر يشغل تفكيركم وأصبح الآن ملحاً وجدياً. تابع جهودك المهنية المعتادة وثابر في أعمالك، فإن النجاح سيكون حليفك. انتبه... في حياتك شخص مقرب منك يراقب كل خطواتك، لا تثق به، واحذر من تحركاته وأقواله مع المحظيين كي لا تقع بسببه في إحراج أو ورطة أنت بغنى عنها. انتبه أكثر إلى صحتك.

### برج الثور:

تفرج أحوالك المادية قليلاً بعد فترة من العناء، تر�� تحت مسؤوليات جمة، مهنية وعائلية، يجعلك أحياناً مكتئباً أكثر من اللزوم. تفكّر مبدئياً بعمل مشروع صغير يخالف ما كنت تطمح إليه وتتجه لأجله. الشريك يوافقك الرأي ويبدىء استعداده بكل ما يملك من قدرات لنجاح. لا تعطِ أذناً صاغية للمتكبرين، وتذكر أن صعود الدرج خطوة خطوة.



برج الأسد:

لا شك أنك تتمتع بقوة التركيز والعقلانية في إدارة الأمور التي تتطلب منك حالياً التأني لأخذ القرار المناسب في مشروع دخلته مع أشخاص كانت غایا لهم واضحة، ومع ذلك غامرت وظننت أنه الورقة الرابحة، ولكنه كان أشبه برش الضفدع الماء على الحريق. هناك شخص يتربص بك بدهاء كما يحسب لك ألف حساب من الخطا معك، فتيقظ.



برج العذراء:

حاول أن تكون أكثر واقعية مع الشريك وعالج الأمور الأساسية بينما لا ترمي كل اللوم عليه فهو على حق ويريد مصلحتك. وضعك المهني تحت المجهر فكن أكثر حرضاً ويقظة. أبواب السفر مفتوحة أمامك ومشروع مثمر ينتظرك لتدبره بصدق ووفاء، وسيكون لبنة الأساس لحياتك ومستقبلك واتكل على حدسك وابتعد عن يستغلك.



## GREAT SELECTION, GREAT PRICES



**SHOP NOW**

**In Store & Online**



<http://www.anfonlinestore.com>



**برج الميزان:**

أنت من الأشخاص المحظوظين في الحياة، أمورك المهنية تتدبر وتتيسّر أينما حللت. كريم النفس، مُعطاء، تفكّر بمصالح من حولك أكثر مما تفكّر بنفسك. وهذا سرّ سعادتك وتفانيك بالعمل والجهود المستمرة على الرغم من أن صحتك تذللك أحياناً فانتبه لها أكثر وخذ قسطاً من الراحة والإسترخاء. الشريك بجانبك يدعمك ويقوى عزيمتك.



**برج العقرب:**

حياتك المستقبلية مع الشريك بدأت تدرج نحو منعطف مهم جداً، إما الربح والاستمرارية مع بعض التنازلات، أو الخسارة والخذلان المعنوي وأيضاً الإنفراج النفسي. الطموح المهني والعقلانية أمور مهمة إنما تدبرها بفطنة وترو وحكمة يجعلها أكثر ايجاباً وانتاجية. فكر جيداً وقرر من دون تسرّع. تمر بفترة مرهقة ضاغطة.



**Le PÊCHEUR**  
SEAFOOD PLACE

FOLLOW US ON  
@ @ALSSAYAD\_LEPECHEUR  
[WWW.ALSSAYAD.COM](http://WWW.ALSSAYAD.COM)







**FOR BOOKING & RESERVATIONS**  
+961 1 374 752 / +961 3 248 266

2019  
CERTIFICATE OF  
EXCELLENCE  
tripadvisor®



**برج القوس:**

الحياة تكافئك بدل جهودك ويحظتك لتأمين مستقبل زاهر لعائلتك. هنئاً لك، فال أيام الآتية تحمل لك كل ما يسرّك ويهرك من نجاحات متتالية وحصاد الغلة المنتظرة. تجد الدعم اللازم من الشريك وبعض المحيطين، ولكن هناك من يراقبك بنعية وكلام غير موزون. فلا تبال وأحرص علىأخذ قسطٍ من الراحة والإستجمام ووفر الإطمئنان لشريكك.



**برج الجدي:**

أنت إنسان عملٍي تدهش من حولك بأسلوبك المقنع وسعة معلوماتك بشتى المسائل، وعلى الرغم من أن الحظ يحالفك في حياتك المهنية والعاطفية أيضاً، فإن بوادر مقلقة في مشروع أساسي في حياتك باتت على وشك الانفجار. انتبه وكن أكثر وعيًا قبل فوات الأوان.

**Riviera®**  
Est. 1956

Timeless Luxury,  
Modern Comfort

Book your Stay  
01 373 210 03 617 591



برج الدلو:

ابعد عن كل ما يعكر صفو حياتك التي أصبحت بعد عناء طويلاً أكثر هدوءاً وانسجاماً مع نفسك. يحالفك الحظ برفقة شريك مخلص فحاول أن لا تخسره بظنون فارغة به، وتحدد معه بكلام مفيد وموزون بمحبة وود. إنتبه أكثر لنوعية غذائك وابعد عن المغريات من الحلويات والماكوكولات الدسمة. يصلك مبلغ من المال فاقتصر بمصاريفك.



برج الدوّت:

تضحك لك الحياة من جديد بفضل الجهد والتضحيات التي بذلتها من أجل الشريك الذي تسكن قلبه وعقله ويعمل جاهداً لإرضائك، تفاهم وانسجام عائلي وحياة اجتماعية أكثر رقياً. أمورك المهنية تتحسن بشكل بطيء، حاول أن تأخذ قسطاً من الراحة والإسترخاء الجسدي والفكري لكي تحافظ على صحتك بهذه الفترة العلاجية الدرجة.

# Nsouli

## مجوهرات نصولي



UAE - Dubai- Galleria Mall - Al Barsha +971 4 548 1212

Lebanon - Beirut- Hamra +961 1 738977 - [www.nsoulijewelry.com](http://www.nsoulijewelry.com)

[www.nsouli-antwerp.com](http://www.nsouli-antwerp.com) NsouliJewelry NsouliJewelry