

المرصد الوطني

للمجتمع المدني

إحصاء أكثر  
من 136 ألف  
جمعية معتمدة  
عبر الوطن

حجز 1640 كيس من الشمة المقلدة بهروانة

كواليس  
يومية وطنية  
شاملة  
الثلث : 20 دج

المديرية العامة

للحماية المدنية

تجنيد 19 ألف  
عون لمكافحة  
حرائق الغابات  
خلال الصيف

journalkawaliss@gmail.com الاثنين 15 ماي 2023 الموافق لـ: 25 شوال 1444 هـ / العدد: 394

التوقيع على القرار الوزاري المشترك

تحفيزات واعفاءات ضريبية للمؤسسات التي تقوم بالبحث العلمي

خلال ترأسه اجتماعا لمجلس الوزراء

الرئيس تبون يأمر بتشكيل لجنة لتصفية ملفات النزاعات والفساد في أونساج



■ مراجعة أجور أساتذة التعليم  
العالي والباحثين الجامعيين

■ تسريع دخول منجم الزنك  
والرصاص بواد أميزور قيد الاستغلال

■ إعداد رؤية جديدة عميقة  
حول المزارع النموذجية

■ إقرار المزيد من التسهيلات للعائلات  
الناشطة في القطاع الفلاحي

الموافقة على توظيف وادماج حاملي الماجستير والدكتوراه في المناصب الجامعية

|          |      |      |      |       |          |           |       |         |
|----------|------|------|------|-------|----------|-----------|-------|---------|
| بانوراما | وطني | محلي | محلي | ثقافي | اسلاميات | مرأة- طبخ | رياضة | الأخيرة |
| 02       | 03   | 04   | 05   | 09-06 | 11-10    | 19-18     | 17-12 | 24      |

أكد تقرير حديث صادر عن منظمة الصحة العالمية، أن نقص الرعاية الصحية وانخفاض الاستثمارات في صحة الأم والوليد، يتسبب في وفاة امرأة حامل أو حديث ولادة كل 7 ثوانٍ. أفيد أن التقدم في تحسين البقاء على قيد الحياة، تعثر منذ عام 2015، إذ تحدث نحو 290 ألف حالة وفاة بين الأمهات كل عام و9.1 مليون حالة لوفاة الجنين - الذين يموتون بعد 28 أسبوعاً من الحمل - و3.2 مليون حالة وفاة بين الأطفال حديثي الولادة خلال الشهر الأول من العمر. وذكر التقرير - الذي يحمل عنواناً «تحسين صحة الأم والوليد والبقاء على قيد الحياة وتقليل حالات الأملاص (أي موت الجنين)» - أن جائحة كوفيد 19، وتزايد الفقر وتفاقم الأزمات الإنسانية، قد أدت إلى تكثيف الضغوط على النظم الصحية المرهقة. ووفقاً لأحدث مسح أجرته منظمة الصحة العالمية حول آثار الجائحة على الخدمات الصحية الأساسية، لا يزال حوالي 25% من البلدان يبيع عن حدوث تعطل في توفير الرعاية والخدمات الحيوية للحمل وما بعد الولادة للأطفال المعرضين.

## بسبب نقص الرعاية



## صورة و خبر



توجت لاعبة الشطرنج الجزائرية نصر لينا بلقب البطولة الإفريقية فردي التي أسدل الستار على فعاليات يوم السبت بمصر بعد سبعة أيام من المنافسة.



استهلّت لاعبات مودية الجزائر للسيدات، يوم السبت بنابل، منافسة البطولة الإفريقية للأندية لكرة الطائرة، بمتوسط سهل على نظيرتهن الإفريقيات لنادي ديكارت بنتيجة (3-0) في اللقاء الافتتاحي للمجموعة الثالثة للمنافسة التي تحتضنها تونس

أبرز باحثون مختصون في التراث والتاريخ الحضاري جهود وإسهامات علماء الجزائر التتويحية وإشباع حواضرها العلمية في الفضاء الأفريقي وغيرها من المناطق. وذلك في مختلف مجالات العلوم والفكر الديني والسياسي والثقافي. واستعرض جامعيون من الجزائر وبلدان إفريقية وعربية خلال ندوة علمية دولية تحت عنوان «إعلام الجزائر وحواضرها» بالمكتبة الوطنية «الحامة» نماذج مختلفة لعلماء من الجزائر وحواضرها العلمية كمنطقة توات ومدينة الجزائر وتلمسان ومستغانم والذين ساهموا بإنتاجهم المعرفي والعلمي في تعزيز العلاقات مع حواضر إفريقية وعربية منذ حقب تاريخية طويلة ما تزال آثارها ماثلة إلى اليوم على غرار الإمام المقبلي. وتطرق في هذا الإطار الباحث الجامعي أحمد الجعفري من جامعة إدراي إلى الدور الرائد للإمام المقبلي في نشر الإسلام الصحيح في غرب إفريقيا ومنطقة الساحل. اعتماداً على رؤية إصلاحية شاملة هدفت لاستقرار المجتمعات الإفريقية ووحدها بناء على الوسطية الدينية والالتزام عن الغلو

## أعلام الجزائر وحواضرها



## في الصميم ...



أكد رئيس المجلس الوطني لحقوق الإنسان، عبد المجيد زعلاقي، أن مسألة التكفل بالانشغالات المجتمعية المدني هي في صميم اهتمامات هذه الهيئة. وأوضح السيد زعلاقي أن المجلس الوطني لحقوق الإنسان يساهم وبالتعاون مع كافة الأطراف المعنية في إيجاد الحلول للانشغالات والشكاوي المطروحة من قبل المجتمع المدني ...

رقم اليوم:  
92

شارك  
92 عارضاً في الطبعة  
الأولى للصالون الدولي للتناغم  
الصناعي «SISO 2023» التي  
افتتحت أشغاله بمركز الاتفاقيات  
«محمد بن أحمد» بوهران و  
المخصصة للصناعة و  
الصناعة التماكدية.

## تحفيزات للمؤسسات



صدر قرار وزاري مشترك بمنح تحفيزات للمؤسسات المهتمة بالبحث العلمي، حسب المدير العام لمسرعة المؤسسات الناشئة «الجيريا» فتشتر سيد علي زروقي أن القرار الوزاري المشترك تم التوقيع عليه مبرزا أنه يمنح تحفيزات وإعفاءات ضريبية للمؤسسات التي تقوم بالبحث العلمي. القرار جاء بخصوص تطبيقية لتقانون 2016 الخاص بمؤسسات البحث العلمي، حيث أنه يبين كل الميكانيزمات ويوضح طريقة العمل بالنسبة لهذه المؤسسات. وأكد بيان وزارة المالية كان لها دور كبير في تسهيل هذه النصوص بشكل يخدم الاقتصاد الوطني والمؤسسات بصفة متكافئة. وقال ممثل وزير الصناعة والإنتاج الصيدلاني، بوجمعة كريم، خلال حفل افتتاح الصالون الدولي للتناغم الصناعي الذي يحتضنه مركز الاتفاقيات محمد بن أحمد بوهران من 13 إلى 16 مايو الجاري بأن هذا الصالون يجسد توجهات السلطات العمومية لتطوير مساهمة القطاع الصناعي في الناتج الداخلي الخام.

## قرار مهم ...

اعتبر مصنعون ينشطون في مجال إنتاج وتحويل الرخام أن تعليمية رئيس الجمهورية، السيد عبد المجيد تبون، المتعلقة بمنح استيراد الرخام الجاهز والسماح فقط باستيراد الرخام الخام إلى غاية آخر يوليو، من شأنها المساهمة بشكل كبير في تطوير هذه الصناعة، وصف الأمين العام للشدرالية الجزائرية لصناعة الحجارة، والمواد المعدنية من نظام المناجم، السيد جلال قيتون، هذا القرار بالمهم جداً، ذلك أنه سيسمح للمتعاملين في القطاع بزيادة الاستثمار في التحويل والإنتاج. واعتبر أن استيراد الواح الرخام الخام والنصف جاهزة «يقضي تماماً على صناعة الرخام ويضر بأصحاب الاستثمارات الكبرى في تحويل وصناعة التوايح



أحرز الجزائري إبراهيم غندوز الميدالية البرونزية في كأس العالم 2023 بالمياه المسطحة لذوي الاحتياجات الخاصة، بعد احتلاله للمركز الثالث في نهائي 200 متر -



فاز فريق الناحية العسكرية الخامسة بالمرتبة الأولى للطبعة الثالثة للجانزة الكبرى لتتويج الماراطون الوطني العسكري للناحية الرياضية التي نظمت اليوم الجمعة بوهران (الناحية العسكرية الثانية).

رئيس المرصد الوطني للمجتمع المدني بن براهيم

إحصاء أكثر من 136 ألف جمعية معتمدة عبر الوطن



تأسس المرصد الوطني للمجتمع المدني بن براهيم بن براهيم في 2013م...

كشف رئيس المرصد الوطني للمجتمع المدني السيد نور الدين بن براهيم خلال نزوله ضيفا أمس على الأمانة الجزائرية...

خلال ترأسه اجتماعا لمجلس الوزراء

الرئيس تبون يأمر بتشكيل لجنة لتصفية ملفات النزاعات والفساد في أونساج



استغلال المساحات الغابية لصالح جهاز الوكالة الوطنية لدعم وتنمية القروالية...

نتائج هذا التصور لم ترق إلى طموحات الدولة التي كانت مسطرة...

مضامنة الجهود لاستقطاب أكبر للطبقة المتخصصة والشعب العلمية...

اعتماد نظرة علمية استشرافية مبنية على رؤية الجزائر الجديدة...

وافق رئيس الجمهورية على منح ترقيات وزير التعليم العالي والبحث العلمي...

التوقع على القرار الوزاري المشترك

تحفيزات وإعفاءات ضريبية للمؤسسات التي تقوم بالبحث العلمي

السيد بوجمعة كريم بان هذا الصالون ييسد توجيهات السلطات العمومية لتطوير مساهمة القطاع الصناعي في الناتج الداخلي الخام...

كشف المدير العام لمسرعة المؤسسات الناشئة «الجيريا» السيد زروقي...

حول مشروع قانون يتعلق بغابات والثروة الغابية...

قبل المصادقة على مشروع هذا القانون أكد السيد الرئيس أنه ينبغي...

حول الزرع النموذجية (التخصيص والفاق)...

أكد السيد الرئيس أن اعتماد نظام الضريبة في العمل وذلك على مدار 24 ساعة...

شاملة للقانون الأساسي لاستعادة التعليم العالي بما يتناسب مع الدبلوماسية والاقتصادية الجديدة...

الملتقى الوطني الأول حول تنمية الثروة الحيوانية بتبسة

التأكيد على ضرورة مكافحة الذبح العشوائي لإناث الماشية

عقدت شراكة بين الفلاح والديوان الوطني لتغذية الأحياء بتبسة من شراء الأضالاف الخضراء...

أكد أسس المشاركون في الملتقى الوطني حول «استرجاع الثروة الحيوانية وتنميتها»...

ثروة تاريخية حول مجازر 08 ماي 1945 ببنزوي وزو

الإلحاح على ضرورة استعادة الأرشيف الجزائري من فرنسا



الوعي الوطني ورس الصفوف لصفون الوطن من كيد الكائدين...

على ضرورة التكتاف لواصله بناه الوطن وصونه ممن يستهفون استقرار الجزائر...

أرجع المشاركون في ندوة تاريخية حول مجازر 08 ماي 1945 تحت عنوان «حتى لا ننسى»...

في كلمة القاها بمناسبة المنعقدة التي تخلت بالمتحف الجهوي للمجاهد إلى أن استعادة أرشيفنا من فرنسا مسألة مستعجلة ولا تغفل عنها...

على التحريف والتبعية ويهدف الحفاظ على التاريخ وخاصة تاريخ الثورة التحريرية...

مصالح أمن ولاية الجزائر

**حجز أكثر من 31 كلف من المخدرات خلال الأشهر الأربعة الأولى من سنة 2023**



قال بيان لمصالح أمن ولاية الجزائر أنه سُمِعَ منها لمحاربة الشبكات الإجرامية التي تمتهن الاتجار غير المشروع بالمخدرات والمؤثرات العقلية. تسهر مصالح أمن ولاية الجزائر على وضع خطط أمنية عملها في ضمان سلامة المواطنين وحماية ممتلكاتهم حفاظا على الأمن والسكينة. وكذا دحر ومعالجة الجريمة بكل أنواعها بمداومة بؤرها والنقاط السوداء في الأحياء السكنية. وفي هذا السياق عاجلت مصالح الأمن ممثلة في الفرق العملياتية للشرطة القضائية خلال الـ 04 أشهر الأولى من السنة الجارية 1892 قضية استهلاك ومساخر جريبيل للمخدرات بمختلف الأنواع بما فيها القنب الهندي، للمخدرات الصلبة والمؤثرات العقلية تورط فيها 19491 شخصا، وأشار البيان إلى أن المشتبه فيهم في هذه القضايا حاولوا خلق حالة الرعب والتألم في أوساط الأحياء السكنية من خلال المشاجرة في الطريق العام باستعمال أسلحة بيضاء محظورة من الصف الخامس والسادس لغرض الاعتداء الجسدي والتعدي على القوة العمومية. التحريض على التجاهر والإفلال بالنظام والسكينة العامة. وفي هذا الصدد أفضت التحريات العميقة في جل القضايا إلى أن أسباب المشاجرات في الطريق العام هي الاختلاف بين عصابات الأحياء الشعبية بسبب إبرام صفقات مشبوهة خاصة بالتجارة في المخدرات والمؤثرات العقلية، مشيرا إلى أنه تم خلال هذه الفترة ضبط وحجز 31 كلف و 164 غ من المخدرات من نوع القنب الهندي. 173 غ من المخدرات الصلبة ما يعرف بـ "التشوشنة". 02 و 841.42 غرام من الكوكايين، 743.60 غرام من الهيروين، 07 كلف و 260 غ من المارخونا و 183.454 قرصا من المؤثرات العقلية. وتتم المديرية العامة للأمن الوطني الأرقام الخضراء 104-1548 ورقم التجديدة 17 وتطبيق "ألو شرطة" تحت تصرف المواطنين للتبليغ.

مدير الإحصائيات والإعلام بالحماية المدنية العقيد عاشور

تجنيد 19 ألف عون لمكافحة حرائق الغابات خلال الصيف

1 والجناح الغربي، موازاة مع رفع وتيرة الأشغال لإنجاز محلات المنطقة الحرة (Duty free) على مستوى الجناح الغربي، مضيفا أنه لم يبق إلا التصريح بصرف العملات الأجنبية من طرف بنك الجزائر. من جهة أخرى تقوم شركة تسيير الخدمات والنشآت المطارية بالجزائر بتحصين موسم الاصطياف بالتحضيرات اللازمة من أجل اتاحة وسائل جديدة لراحة المسافرين، وصيانة التجهيزات على مستوى المطار الذي يستقبل حوالي عشرون شركة نقل جوي. ومن المرتقب استقبال عدد كبير من المسافرين خلال هذه الفترة الصيفية بالنظر إلى بيانات الأشهر الأولى لسنة 2023، وكذا التزام من موسم الحج والألعاب الرياضية العربية التي ستستضيفها الجزائر من 05 إلى 15 جويلية القادم. كما عكفت شركة تسيير الخدمات والنشآت المطارية بالجزائر في الأسابيع الأخيرة على تحضير مداخل المدرجات لضمان الراحة في معا لجلة المسافرين أحدثها موقف التوقف القصير. وتحويل شركات النقل الجوي الدولية إلى المدرج المخصص لها. ولهذا الغرض أشار السيد كوش إلى أن التنسيق بين مختلف المصالح والمتعاملين الذين يعملون على مستوى المطار أمر أساسي، مضيفا أن الشركة المسيرة ستعقد اجتماعات دورية مع مصالح الأمن، خاصة الجماعات كيقرب تذاثيل العقبات، وضمان التكفل بكل انشغالاتهم.

الرئيس المدير العام لمؤسسة تسيير الخدمات ومنشآت مطار الجزائر كوش تسجيل 6.3 مسافر عبر مطار الجزائر الدولي في سنة 2022



في مرحلة تصعيد الوعاء العقاري، ويرى السيد كوش الذي تولى منصبه في نوفمبر الضارط أن الأولوية تتمثل في وضع ثمن جديد لتسيير المطار حسب المعايير الدولية، مع إعطاء دفع جديد للبنية التحتية حتى تستجيب لمطالبات تطوير الحركة الجوية المرجوة، وبخصوص النشآت التي سجلتها مؤسسته في أعقاب الانتعاش القوي للنشاط في عام 2022، أعلن الرئيس المدير العام عن ارتفاع رقم الأعمال بنسبة 109 بالمائة مقارنة بالرقم المسجل سنة 2021 حيث بلغ 7.8 مليار دج. ويصل حوالي 82 بالمائة مقارنة برقم الأعمال المسجل في سنة 2019، وفيما يتعلق بالاستثمارات في البنية التحتية فقد سجلت مستويات معتبرة حسب المسؤول الذي أشار إلى رصد خلاف مالي بقيمة 01 مليار دج في سنة 2022. وقد شملت هذه الأشغال تجديد تجهيزات

الرئيس المدير العام لمؤسسة تسيير الخدمات ومنشآت مطار الجزائر السيد محمد الصالح كوش في حديث خص به وكالة الأنباء الجزائرية أن حركة المسافرين بمطار الجزائر الدولي هوائي بومدين بلغت السنة الماضية (2022) 6.3 مليون مسافر مقابل 2.1 مليون مسافر في سنة 2021، مؤكدا أنه عقب رفع القيود الصحية التي فرضها وباء كوفيد-19 الذي شل الحركة الجوية شهدت هذه الأخيرة انتعاشا قويا في سنة 2022 قارب 200 بالمائة مقارنة بسنة 2021. وعليه فإن عدد المسافرين خلال السنة الماضية مثل 81 بالمائة مقارنة بالعدد المسجل قبل الجائحة، وتوقع المسؤول الأول عن مطار الجزائر أن مستوى النشاط قبل كوفيد-19 سيتم بلوغه خلال السنة الجارية 2023.

حول المشاريع المقررة في الشحن الجوي على مستوى المطار. تحدث السيد كوش عن مشروع منطقة شحن (أو قبة شحن) موازاة مع عملة أخرى لإعادة هيكلة المنطقة الموجودة بسعة 25.000 طن/سبوع قيد الدراسة، مضيفا أن مشروع "قبة الشحن" الذي سيستند على مساحة 61 هكتارا وللوجه للمساهمة في تعزيز الصادرات الوطنية يوجد

في مرحلة تصعيد الوعاء العقاري، ويرى السيد كوش الذي تولى منصبه في نوفمبر الضارط أن الأولوية تتمثل في وضع ثمن جديد لتسيير المطار حسب المعايير الدولية، مع إعطاء دفع جديد للبنية التحتية حتى تستجيب لمطالبات تطوير الحركة الجوية المرجوة، وبخصوص النشآت التي سجلتها مؤسسته في أعقاب الانتعاش القوي للنشاط في عام 2022، أعلن الرئيس المدير العام عن ارتفاع رقم الأعمال بنسبة 109 بالمائة مقارنة بالرقم المسجل سنة 2021 حيث بلغ 7.8 مليار دج. ويصل حوالي 82 بالمائة مقارنة برقم الأعمال المسجل في سنة 2019، وفيما يتعلق بالاستثمارات في البنية التحتية فقد سجلت مستويات معتبرة حسب المسؤول الذي أشار إلى رصد خلاف مالي بقيمة 01 مليار دج في سنة 2022. وقد شملت هذه الأشغال تجديد تجهيزات

النشآت المطارية بالجزائر في الأسابيع الأخيرة على تحضير مداخل المدرجات لضمان الراحة في معا لجلة المسافرين أحدثها موقف التوقف القصير. وتحويل شركات النقل الجوي الدولية إلى المدرج المخصص لها. ولهذا الغرض أشار السيد كوش إلى أن التنسيق بين مختلف المصالح والمتعاملين الذين يعملون على مستوى المطار أمر أساسي، مضيفا أن الشركة المسيرة ستعقد اجتماعات دورية مع مصالح الأمن، خاصة الجماعات كيقرب تذاثيل العقبات، وضمان التكفل بكل انشغالاتهم.

تجهيزات جديدة مزودة بأحدث التكنولوجيات

في مرحلة تصعيد الوعاء العقاري، ويرى السيد كوش الذي تولى منصبه في نوفمبر الضارط أن الأولوية تتمثل في وضع ثمن جديد لتسيير المطار حسب المعايير الدولية، مع إعطاء دفع جديد للبنية التحتية حتى تستجيب لمطالبات تطوير الحركة الجوية المرجوة، وبخصوص النشآت التي سجلتها مؤسسته في أعقاب الانتعاش القوي للنشاط في عام 2022، أعلن الرئيس المدير العام عن ارتفاع رقم الأعمال بنسبة 109 بالمائة مقارنة بالرقم المسجل سنة 2021 حيث بلغ 7.8 مليار دج. ويصل حوالي 82 بالمائة مقارنة برقم الأعمال المسجل في سنة 2019، وفيما يتعلق بالاستثمارات في البنية التحتية فقد سجلت مستويات معتبرة حسب المسؤول الذي أشار إلى رصد خلاف مالي بقيمة 01 مليار دج في سنة 2022. وقد شملت هذه الأشغال تجديد تجهيزات

تجهيزات مكثفة تحسبا لاستقبال موسم الصيف

افاد السيد كوش أن الشركة تعمل حاليا على إطلاق طلب عروض من أجل توزيع وكراء محلات تجارية غير مستقلة، على مستوى الثنائي

مدير الإحصائيات والإعلام بالحماية المدنية العقيد عاشور

تجنيد 19 ألف عون لمكافحة حرائق الغابات خلال الصيف



السياسة، بالتنسيق مع مدارس السياسة، وبحضرة اقتناء السيارات التي تتوفر على كل المقاميس الأمنية المعمول بها حاليا في مجال السلامة. وفي الختام كشف العقيد عاشور أن مصالح الحماية المدنية قامت بـ 100 تدخل نتيجة التقلبات الجوية التي عرفتها بعض المناطق، خاصة الولايات الشرقية لمتابعة المواطنين الذين كانوا عالقين وسط المياه.

إجراءات جديدة للحد من حوادث المرور

أوضح العقيد عاشور أن حوادث المرور لا تزال تزداد بال مصالح الحماية المدنية رغم كل الجهود التي بذلت من أجل الحد منها. وفي هذا السياق أشار مدير الإحصائيات والإعلام بالحماية المدنية أنه من أجل التقليل من حوادث المرور يجب تكوين العنصر البشري لكي تصبح له مهارات في

الإطاحة بشخصين يجترفان سرقة الهواتف بقسنطينة

الضحية المسروق، في حين تعود وقائع القضية الثانية التي عالجها عناصر الأمن الحضري الـ 16 إلى شكوى مقدمة من قبل طالب جامعي بخصوص تعرضه لسرقة هاتفه المحمول من طرف شخص مجهول تواصل معه عبر الفايبروك. أين حدد معه موعد لغرض بيع هاتفه، يقوم الضحية بتسليمه الهاتف من أجل معاينته ليقيم بالمقابلة نحو وجهة مجهولة، ويعد تكثيف الأبحاث تم تحدي هوية المشتبه فيه أين تم توقيفه، وبعد الانتهاء من مجريات التحقيق تم إنجاز ملف إجراءات جزائية في حق العتبان قداما بوجهه أمام النيابة الحلية.

كشف مدير الإحصائيات والإعلام بالحماية المدنية العقيد عاشور في تصريحاته عن تجنيد 19 ألف عون من الحماية المدنية على مستوى 505 وحدة تدرجية، في إطار حملة مكافحة حرائق الغابات خلال هذه الصائفة، مضيفا أنه تم تدعيم الوحدات الإقليمية لتدخل بالوسائل المردودية لجابهة حرائق الغابات إضافة إلى 04 مراكز جهوية للدعم على مستوى ولايات الشلف، الطارف، تيزي وزو والبويرة. وأضاف العقيد عاشور أن الحماية المدنية قررت تعزيز قدراتها لمكافحة الحرائق بـ 07 مروحيات منها مروحية واحدة تابعة لقوات الجيش الشعبي الوطني وطائرة تم اقتنائها، إضافة إلى استئجار 10 طائرات قاذفة للمياه لمكافحة حرائق الغابات هذه السنة والتي سوف توضع في كل من الشلف، بجاية، عنابة، في المقابل كشف العقيد عاشور عن استعدادات فرقة من الدرجات الثابتة تستعمل للتعامل السريع من أجل إسعاف المصابين بهدف تقليل الوقت ما بين طلب المساعدة ووصول الإسعافات، مؤكدا أنها هذه الفرق ستدخل حيز الخدمة على مستوى الولايات الكبرى.

تفتكت الضبطية القضائية للأمن الحضري الـ 13

والأمن الحضري الـ 16 بقسنطينة في قبضتين منفصلتين من توقيف شخصين يبلغان من العمر 22 و 25 سنة تورطا في سرقة هاتفين، بحيات الضبطية التي عالجتها الضبطية القضائية للأمن الحضري الـ 13. تعود لقيام عناصر الشرطة بدوريات أين لفت انتباههم على مستوى أحد الأحياء هتفا تصرخ لتطلب التجدة، مباشرة تم التقرب منها ليتضح أنه تم سرقة هاتفها المحمول من طرف مجهول لاذ بالفرار على الفور تم ملاحقة المشتبه فيه وتوقيفه حيث عثر بحوزته على هاتف



الجزائر تحتضن ملتقى إفريقيا التاسع للاستثمار والتجارة

تحتضن الجزائر غدا الثلاثاء والأربعاء ملتقى إفريقيا التاسع للاستثمار والتجارة تحت شعار "بوابة إفريقيا للصناعة والزراعة والتجارة" الذي ينظمه المركز العربي الإفريقي للاستثمار والتطوير (CAAD)، وستعرف الدورة التاسعة مشاركة ما لا يقل عن 650 متعاملا اقتصاديا من مختلف دول العالم وينتظر أن تنوع بتوقيع 30 اتفاقية، كما يشهد الملتقى تنظيم أكثر من 400 لقاء ثنائي بين مؤسسات جزائرية وأجنبية بهدف إبرام شركات في مختلف المجالات واستقطاب الاستثمار الأجنبي إلى الجزائر. لاسيما في ظل التسهيلات الكبيرة التي يمنحها قانون الاستثمار الجديد، ويهدف المؤتمر للإشراك الجالية الجزائرية المقيمة بالخارج في مسمى الاستثمار وتنويع الاقتصاد الوطني وترقية الصادرات لاسيما نحو الدول الإفريقية تقاسم مع السياسة الاقتصادية للبلاد التي أصبحت اليوم واضحة وتصعب في مسمى ترقية الاقتصاد والاستثمار والتصدير من خلال توفير كل الوسائل اللازمة.

«سیرتا سیاحة 2023»

والي قسنطينة يشرف على افتتاح المعرض الدولي للسياحة



أشرف والي قسنطينة السيد عبد الخالق صبودة رفقة الأمين العام لوزارة السياحة بحضور عدد من سفراء الدول العربية والأفريقية على غرار لبنان، مصر، زيمبابوي، فنزلة تونس، على افتتاح فعاليات المعرض الدولي للسياحة «سیرتا سیاحة 2023» في طبعته الخاصة للنظم من قبل الديوان المحلي للسياحة ونادى المتعاملين في قطاع السياحة والصناعة التقليدية أيام 14، 15، 16 ماي 2023 بدوا الثقافة مالك حداد قسنطينة. الصالون يعرف مشاركة واسعة لمتخلف الناشطين والمتعاملين في المجال السياحي من داخل وخارج الوطن ويعد

أمن عنابة ينفذ 1766 عملية شرطية خلال الشهر الفارط



هذا وقد تمكنت مصالح أمن الولاية خلال شهر أفريل المنصرم، من إسترجاع 16 هاتف محل سرقة، مع حجز أسلحة بيشاء محظورة من مختلف الأنواع والأحجام، 1569 قرص مهلوس قرابة نصف كيلوغرام من المخدرات وكمية من المخدرات الصلبة الكوكايين، إضافة إلى مبالغ مالية من عائدات الترويج

أمن جيجل يعالج 76 قضية خاصة بترويج المخدرات خلال الشهر الفارط

تم حجز كمية من المخدرات قدر وزنها بـ 6.030 كلغ من (الراتنج)، 1127 قرص مهلوس من مختلف الأنواع بالإضافة إلى 09 قارورات من المشروبات الكحولية من مختلف الأنواع والأحجام، تورط فيها 86 شخصا تتراوح أعمارهم بين 18 و 55 سنة المشتبه فيهم، الموقوفون اتخذت بشأنهم الإجراءات القانونية اللازمة.

انطلاق قافلة تجسسية للوقاية من أخطار الحرائق

والي تبسة يؤكد على ضرورة العمل التجسيسي لرفع درجة الوعي



مع تسخير كل الإمكانيات المادية والتقنية، كما شدد على ضرورة العمل على المحافظة على الغابات وذلك لدورها في التوازن البيئي، كما أشار أن القطاع وضع كل الأرقام تحت تصرف المواطنين للإبلاغ عن بداية نشوباي حريق. وفي السياق ذاته شدد مدير المصالح الفلاحية السيد مرزوق مختار على استعمال الآلات الحاصدة ضد النيران مدعمة بصهاريج للمياه وحالات انقطاع لحماية الفلاحين ومعاصلهم منوها بضرورة التأمين على المحصول في حالة نشوب حريق ليستفيد من التعويض. مساعدي مثال تسرين الجنوبية التي انطلقت بها عملية الحصاد والدرس، من جهةها أكدت محافظة الغابات السيد بشاينة أسماء على ضرورة الحد من السلوكيات الغير مقصودة من طرف الفلاحين او الساكنة بمحاذاة الغابات، بالإضافة للتأكد من سلامة الآلات الميكانيكية

أشرف والي ولاية تبسة السيد خليل سعيد مرفوقا برئيس المجلس الشعبي الولائي والسلطات الأمنية والعسكرية وإطارات قطاع الغابات على إعطاء إشارة انطلاق قافلة تجسسية للوقاية من أخطار حرائق الغابات والحاصل الزراعي خلال فصل الصيف من تنظيم مصالح محافظة الغابات بالتنسيق مع مختلف الفاعلين. حيث شدد السيد الوالي على ضرورة تعزيز وتكاتف جهود الجميع للمحافظة على الخطأه النباتي والغابي منها بأهمية العمل التجسيسي لرفع درجة الوعي خاصة لدى الفلاحين بالمناطق

التأكيد على ضرورة مكافحة الذبح العشوائي لإناث الماشية لتثمين الإنتاج الحيواني بتبسة



الساحات الرعوية. للإشارة، فقد ناقش المتدخلون في هذا المنتدى الذي نظمه الجمعية الوطنية للأطباء البيطريين الجزائريين « واقع الانتاج الحيواني بالجزائر وأسباب تراجع الثروة الحيوانية خلال ثلاث ورشات عمل، اختلفت برغم التوصيات المذكورة والتوقيع على اتفاقيتي تعاون بين الجمعية الوطنية للأطباء البيطريين الجزائريين والقطاع الوطني للمهندسين الزراعيين من جهة وجمعية «الأمال» لحماية المستهلك من جهة أخرى.

الضرر بهذه الشبة ويعد من نموها ويؤدي إلى تقلص مستمر قطاعان الماشية». ودعا المشاركون في ذات المنتدى إلى تشجيع المربين على تربية إناث الماشية وتقديم الدعم والامتيازات للمناطق الرعوية مع معاينة مشتل للتحصين الوراثي

أوصى مشاركون في المنتدى الوطني بتبسة حول «استرجاع الثروة الحيوانية وتنميتها، ضرورة اقتصادي لتحقيق الأمن الغذائي» بضرورة مكافحة كل أشكال الذبح العشوائي لإناث الماشية حفاظا على شعبة تربية الماشية وتنميتها. وأوضح المتدخلون في ختام هذا المنتدى الذي نظمته بجماعة العربي التجسيسي بمدينة تبسة عرف مشاركة يزيد من 120 طبيب بيطري ومرربي مواشي وباحثين ومهتمين بالمجال من ولايات شرق البلاد أن «الذبح العشوائي لإناث الماشية من شأنه إلحاق

والي جيجل يشدد على إنجاح موسم الاصطياف لسنة 2023



القيام بأحصاء شامل لجميع الأماكن القابلة للإستغلال كمراكز للتخييم أو كاماكن للإيواء للنظر في إمكانية إستغلالها، اختييار شاطئ نموذجي من طرف اللجنة الولائية المكلفة بمتابعة موسم الاصطياف، بالإضافة إلى الزامية التبليغ عن أي انقطاع يحصل (المياه الصالحة للشرب، الكهرباء) خلال موسم الاصطياف بصفة فورية لإصلاحه أنيا من طرف فرق التدخل، تكليف رؤساء المجالس الشعبية البلدية بالحصر على تنظيف الشواطئ بصفة مستمرة ودائمة.

تكاليف المفتش العام للولاية بعدد لقاء على مستوى الدوائر بعد الإنتهاء من المعاينة والتفتيش لكافة الشواطئ، ضبط التدلات اللازمة للتكفل بالنقصان المسجلة، وكذا تكليف مدير التجارة بالإسراع في ضبط احتياجات موسم الاصطياف فيما يخص التموين، وتكليف ممثل مديرية النقل بالنظر في إمكانية فتح خط للنقل الحضري يربط بين مطار فرحات عباس والمحطة البرية جيجل خلال موسم الاصطياف، وتكليف ممثل مدير المصالح بتخصيص أماكن لركن الحافلات القادمة

ترأس والي ولاية جيجل السيد أحمد مقلاتي اجتماع المجلس التنفيذي للولاية، والذي تطور حول التحضير لموسم الاصطياف، وعدد النقاط الفرعية. فيما نسبته للتحضير لموسم الاصطياف لسنة 2023، تم التأكيد على تنفيذ تعليمات وزارة الداخلية والجماعات المحلية والتهيئة العمرانية بخصوص تحضيرات موسم الاصطياف، مع تجنيد الجميع من منتخبيين واداريين للتحضير الجيد من جميع الجوانب لإنجاح الموسم، وكذا تكليف رؤساء المجالس الشعبية البلدية بعقد اجتماع للجنة المحلية المكلفة بمخطط النقل لتقديم اقتراحاتهم المتعلقة بتنظيم حركة المرور خلال موسم الاصطياف لبتوءد واستتها من طرف اللجنة الولائية، ومنع متخ التراثيخ لاستغلال المساحات بالشواطئ، والزامية إستغلالها عن طريق دفتر شروط، بالإضافة إلى



# الثقافة هي مانتذكره... بعد نسيان كل شيء

إشراف: مصطفى بوغازي إعداد: بوسعيدة نجود



حد الهديان  
#زينة\_جرادي

أوأة من غمرت بتراب كدمع  
هتت  
من مقل تصارع الوجد في  
ليل التنين  
تدأ صب عيونني في ساعة  
الوسن  
تراوذي في كفتني  
تغبرني على كتف الغمر وضاً  
لجة لظني  
حين أمطرتنا السماء  
لجوما  
فتحت نافذة الفؤج  
وهربت اليك  
من روح علم ظهر الفجر  
يتدى  
يامر قهوتي... أف  
هل تعرفني من الإحساس  
هجرت كقل وترأيت  
كسراب  
فضا عت درويبتنا خلف ظل  
الشمس  
وغضا العنق سها من رموش  
الكري  
وتعشرت الخطى فوق  
مرسى الشمس  
هأنذا... حتى جمروحي  
تراجلت من فيدا الأمل  
كم تمسكت أن تضمدنا  
حانتي الحنين واشتعل ناراً  
الاجواء  
لم تعد أحلامي ملكي  
سكنتني فراغ في زواياها  
مارست الهروب بعكس  
الاتجاه  
كيف سأبدأ من جديد  
وأغير النهاية؟ سأعيد  
الزمن  
سأبدل كل الأشياء بدياً  
بلك  
فتحت أبوابي الموصدة على  
الماضي المكبل بتظلماتك  
للحسوة من وجود  
ما وجدتك  
ما أنت من أنا وماذا تبقى  
مننا؟  
في أروحة القدر كنت  
أناك  
ارتدتك رحي الضارعة  
إليك يشوق حد الهديان  
حين كان الحب أجمل  
الفضول  
كنت حيل النجاة بين  
غربة الزوج وحروف المجاز  
زدرنا الضمت اللجني في  
غفلة الغمر  
واتهمنا الإحساس بجوصه  
للزمن  
وبات النقص بالشعور وهماً  
ووهن  
سل القاب حين كنت  
جيشك كيف حولتني إلى  
معركتك الأخيرة  
فسقطت بلا غنوان ولا  
وطن  
جمعت نبيضك في  
قصائدي  
وأنت تطأ كسر بدي خان  
هلاجات أنت ولا أنا  
أما كنت في الذكرى... هي  
السوى  
وخدها شاهدة على شق  
في زمن الأحب سقط  
شهادا  
كعبرة تكسرت بفنغوان  
سامطى كرامتي على  
صهوة الغمر  
وأعاق خدود النسيان



الشكلية التي تريد الغنائم لها  
هقط / المحور الرابع: الحسن  
الرومانسي الحالم في مواجهة  
الواقع الخادع والمصالح  
الثقافة المحور الخامس:  
الهم الذاتي والبيئة المحيطة  
لتكويني الاجتماعي ومسح  
دموع البسطاء.

أقول للقراء في الوطن  
العربي أحبكم كثيرا، اجمعوا  
الشعر العربي بين عيونكم  
واحتضنوا مواهبه، فالشعر  
العربي الاصيل بكل تاريخه  
ركيزة أساسية من ركائز الهوية  
وهو بين شقى الرحي الشعر  
العامي من ناحية والتص الثر  
من ناحية أخرى، واحذروا  
الشعراء المصنوعين إعلاميا  
والأدعسياء، كما القستي من  
الأجيال القادمة أن تحافظ  
عليه من العيت به وكما أحب  
أن تزين به مكتبات منازلكم  
كما لأجاس الأديبة الأخرى  
كتمسكت أن تضمدنا

التي تشغلنا  
أقوال للقراء في الوطن  
العربي أحبكم كثيرا، اجمعوا  
الشعر العربي بين عيونكم  
واحتضنوا مواهبه، فالشعر  
العربي الاصيل بكل تاريخه  
ركيزة أساسية من ركائز الهوية  
وهو بين شقى الرحي الشعر  
العامي من ناحية والتص الثر  
من ناحية أخرى، واحذروا  
الشعراء المصنوعين إعلاميا  
والأدعسياء، كما القستي من  
الأجيال القادمة أن تحافظ  
عليه من العيت به وكما أحب  
أن تزين به مكتبات منازلكم  
كما لأجاس الأديبة الأخرى  
كتمسكت أن تضمدنا



في الغياب وراء فصول ما  
عادت كالفصول 1999  
أتراها فقلت مالمحها  
أه هي في ارتحال في ثانيا  
تلك الأديبة السرمدي 1999

## الشاعر المصري عبد الناصر الجوهري: أنا من جذور شامية، وقد نزح أسلافي لدلتا النيل ولست مع القطيعة المعرفية مع الموروث بل مع التجديد من داخل القصيدة نفسها.

أجرى الحوار: الدكتور رائد ناجي - الجزائر

التراث كثيرا ما بالنسبة للإصدار  
الأول لأن الإصدار الأول هو  
شهادة ميلاد بالنسبة للشاعر أو  
الكاتب.  
ثانيا الطباعة عنصر مهم  
في توثيق القصيدة سواء  
في الصحف والمجلات أو في  
الدواوين التي لها أرقام إبداع  
بدر الكتب مثل إجراءات  
الملكية الفكرية أيضا.

هل ترى أن المثقف  
العربي استطاع أن يشكل  
تيارا واعيا يعي متطلبات  
التي تشغلنا  
أقوال للقراء في الوطن  
العربي أحبكم كثيرا، اجمعوا  
الشعر العربي بين عيونكم  
واحتضنوا مواهبه، فالشعر  
العربي الاصيل بكل تاريخه  
ركيزة أساسية من ركائز الهوية  
وهو بين شقى الرحي الشعر  
العامي من ناحية والتص الثر  
من ناحية أخرى، واحذروا  
الشعراء المصنوعين إعلاميا  
والأدعسياء، كما القستي من  
الأجيال القادمة أن تحافظ  
عليه من العيت به وكما أحب  
أن تزين به مكتبات منازلكم  
كما لأجاس الأديبة الأخرى  
كتمسكت أن تضمدنا

التي تشغلنا  
أقوال للقراء في الوطن  
العربي أحبكم كثيرا، اجمعوا  
الشعر العربي بين عيونكم  
واحتضنوا مواهبه، فالشعر  
العربي الاصيل بكل تاريخه  
ركيزة أساسية من ركائز الهوية  
وهو بين شقى الرحي الشعر  
العامي من ناحية والتص الثر  
من ناحية أخرى، واحذروا  
الشعراء المصنوعين إعلاميا  
والأدعسياء، كما القستي من  
الأجيال القادمة أن تحافظ  
عليه من العيت به وكما أحب  
أن تزين به مكتبات منازلكم  
كما لأجاس الأديبة الأخرى  
كتمسكت أن تضمدنا

التي تشغلنا  
أقوال للقراء في الوطن  
العربي أحبكم كثيرا، اجمعوا  
الشعر العربي بين عيونكم  
واحتضنوا مواهبه، فالشعر  
العربي الاصيل بكل تاريخه  
ركيزة أساسية من ركائز الهوية  
وهو بين شقى الرحي الشعر  
العامي من ناحية والتص الثر  
من ناحية أخرى، واحذروا  
الشعراء المصنوعين إعلاميا  
والأدعسياء، كما القستي من  
الأجيال القادمة أن تحافظ  
عليه من العيت به وكما أحب  
أن تزين به مكتبات منازلكم  
كما لأجاس الأديبة الأخرى  
كتمسكت أن تضمدنا

التي تشغلنا  
أقوال للقراء في الوطن  
العربي أحبكم كثيرا، اجمعوا  
الشعر العربي بين عيونكم  
واحتضنوا مواهبه، فالشعر  
العربي الاصيل بكل تاريخه  
ركيزة أساسية من ركائز الهوية  
وهو بين شقى الرحي الشعر  
العامي من ناحية والتص الثر  
من ناحية أخرى، واحذروا  
الشعراء المصنوعين إعلاميا  
والأدعسياء، كما القستي من  
الأجيال القادمة أن تحافظ  
عليه من العيت به وكما أحب  
أن تزين به مكتبات منازلكم  
كما لأجاس الأديبة الأخرى  
كتمسكت أن تضمدنا

التي تشغلنا  
أقوال للقراء في الوطن  
العربي أحبكم كثيرا، اجمعوا  
الشعر العربي بين عيونكم  
واحتضنوا مواهبه، فالشعر  
العربي الاصيل بكل تاريخه  
ركيزة أساسية من ركائز الهوية  
وهو بين شقى الرحي الشعر  
العامي من ناحية والتص الثر  
من ناحية أخرى، واحذروا  
الشعراء المصنوعين إعلاميا  
والأدعسياء، كما القستي من  
الأجيال القادمة أن تحافظ  
عليه من العيت به وكما أحب  
أن تزين به مكتبات منازلكم  
كما لأجاس الأديبة الأخرى  
كتمسكت أن تضمدنا

التي تشغلنا  
أقوال للقراء في الوطن  
العربي أحبكم كثيرا، اجمعوا  
الشعر العربي بين عيونكم  
واحتضنوا مواهبه، فالشعر  
العربي الاصيل بكل تاريخه  
ركيزة أساسية من ركائز الهوية  
وهو بين شقى الرحي الشعر  
العامي من ناحية والتص الثر  
من ناحية أخرى، واحذروا  
الشعراء المصنوعين إعلاميا  
والأدعسياء، كما القستي من  
الأجيال القادمة أن تحافظ  
عليه من العيت به وكما أحب  
أن تزين به مكتبات منازلكم  
كما لأجاس الأديبة الأخرى  
كتمسكت أن تضمدنا

### كيف ترى البيئة العربية وأهلها للابداع؟

لولا الإسلام العربي الذي  
يساندنا بعاملته الأدبية عبر  
إصدار تهود وريائته لأصبحت  
الطامة الكبرى وظهور جبل  
جديد بلا معرفة أو موهبة ولا  
يتحلى سوى بالخور، فالشيد  
الأي في مصر كاشي تسرب إليه  
عد يوم الموهبة وعشق الأضواء  
والنصائر، فالتشاعرون أكثر من  
الشعراء الحقيقيين والأدعياء  
والمحتالون أكثر من المبدعين  
الثقاق، ولا تحة نوادي الأدب  
عقيمة لا تنتصر سوى للشكلية  
المتخولة على حقوق المبدع.  
ويجوز لي تسميتها بأديبة "أدب  
العامية المصرية".

### هل ألقى الشعر الحدود العربية؟

أوافق على هذا الرأي، فالشعر  
الصحيح - لو دقت جيدا - هو  
بمناخية جامعة دول موازية،  
فتجد ذلك في المؤنرات الجادة  
والدوريات الشعرية الفصيحة  
الطبوعية في كل دولة، من  
خلال مشاركتي بمسابقة "أمير  
الشعراء" بـ أبو ظبي بدولة  
الإمارات عام 2008 شعرت لأول  
مرة بالحملة العربية وأنه  
ليست هناك حدود جغرافية،  
كانها حدود وهمية لا مكان لها  
في مخيلتي الشعرية.

### ما دور الأديب الراحل فؤاد حجازي في مشاركتك الأدبي؟

شاعر البسطاء الروائي فؤاد  
حجازي رحمه الله بالنسبة  
لي كان هو الوجه المشرق في

### الأمة؟

ج. أولا:  
المثقف العربي في مجته، لا  
هو قادر أن يرصد كل هذا  
الكلم من الجروح لدى الجسد  
العربي، ولا هو قادر أن يخض  
الطرف من هذه الدماء التي  
تراق يوميا سواء كانت تحت  
شعارات عرقية أو مذهبية أو  
طائفية، لا يجب على الشاعر  
أن يكون متحزبا، فالمثقف  
الواصي يجب أن ينادي بتبذ  
الشقاق والصراعات للحروب  
والاحتكام إلى التنوع والعيش  
المشترك والسلام الأهلي، هذا  
بالنسبة للصراع العربي  
العربي. أما بالنسبة للصراع مع  
الكيان الصهيوني فيجب غرس  
أن هذا الصراع يحتاج للنفس  
الطويل ومواجهته بالوحدة  
، واستنهاض قدرات وشروات  
الأمة العربية، وعدم ترك  
الشعب الفلسطيني فريسة

### ظهرت أقلام شباب كثيرة وانتشرت ظاهرة الطباعة كيف ترى ذلك؟

ليس المهم أن تكتب، المهم  
التخصص في جنس أدبي واحد  
أولا ثم الاستمرارية ثانية، ثم  
عددا المتسرع في الظهور قبل  
اكتمال أدوات الكتابة لديهم،  
هذه هي النصيحة التي أقدمها  
لهم،  
أما بالنسبة للطباعة أولا: يجب

### ترانيم على قيامة الروح

"الدكتورة الشاعرة والمفيدة الجلصي" من ديواني "ذكريات الزمن الآتي"  
وهي وقت السحر... غادرت  
جسعا قل الضرائقات إلى غير  
مستقر  
تهزها نسيومات الشجر  
تترنح على أنفام قيامة  
الروح  
تعزف ترانيم أنشودة السلام  
تشق بها الأجواء...  
اتراها من شذى عبق الزمن  
الماضي والآتي انبثقت  
والبعثت 1999  
وذا الصبح ورقا عطر وجد  
في السماء قد جدا وهمي  
تأخذ أشواق اليوم في

بدت كالسراب... حيث  
الحلم  
اختنق وأزف الرحيل  
فلامد مع في الحاجر ولا وداع  
فالقائه بات مستحيلا  
على ضفة وادي الحياة  
وأما هات... فقد حبستها  
الأنفاس  
والروح باتت تنن من هراق  
وتتوجع  
وها هو الربيع، بات متمردا  
على ذاته... وما عادت  
الطيور فيه تهزج أو تغرد  
وتلك الزنايق تعلق  
البقاء في شرى أرضها

أذكريني من وراء الحجب  
مغلضة بعيون الوهم في ثنانيا  
زمن الحلم مظللا بكأليل  
الذكرى  
ويكأنه خيال أحرص أبكم  
يتسرب كعطر الأيام من  
تفاصيل  
الزمن لا يابه بأحد يمر بين  
الحنسود.  
ولا يلقى السلام...  
أتراها طيف الدهر سكن في  
الأديبة  
يومئ ألينا... من وراء ذلك  
الزمن  
في غيوم قد ولى وتلاشى





كايسيدو محل  
اهتمام عديد

## الأندية الإنجليزية



ذكَرَتْ تقارير صحفية بريطانية، أن هناك صراعاً مرتقياً بين أربعة أندية في الدوري الإنجليزي من أجل التعاقد مع لاعب الوسط الأكوادوري موييسيس كايسيدو لاعب برايتون.

ويحسب صحيفة "ميرور" البريطانية، فإن أندية أرسنال وتشيلسي ومانشستر يونايتد وليستر سيتي يرغب في الرحيل رغم تديد عقده مؤخرا.

وشهدت فترة الانتقالات الشتوية الماضية مفاوضات من جانب أرسنال لضم صاحب الـ 21 سنة، حيث قَدِمَ "لجانز" عرضاً بـ 70 مليون جنيه إسترليني، إلا أن إدارة برايتون تمسكت ببقاء اللاعب.

ووقع كايسيدو عقداً جديداً مع برايتون في مارس الماضي، حيث يمتد العقد الجديد حتى صيف 2027 في إشارة لرغبة برايتون بالاحتفاظ باللاعب.

## أوزيل يكشف عن تشكيلة أحلامه



استمدت تشكيلة أوزيل المثالية على كريستيانو رونالدو والمتوج بـ 11 لاعباً أفضل على فرصة مسيرته الاحترافية الممتدة على مدار 15 سنة.

واختار أوزيل المعتزل أواخر مارس الماضي، أفضل تشكيلة عاصرها في مسيرته الاحترافية، والتي تصدرها البرتغالي المخضرم كريستيانو رونالدو، مهاجم النصر السعودي، والذي سبق له مجاورة أوزيل في صفوف ريال مدريد الإسباني.

وحسب موقع (CR7Tabs) فإن أوزيل البالغ من العمر 34 سنة، اعتمد على طريقة (3-3-4) وهي مناطق الهجوم.

## تحرك جاد من مورينيو بعد ربطه بسان جيرمان وريال مدريد

الإيطالي كارلو أنشيلوتي مدرباً لريال مدريد الموسم القادم، رغم قيادته الفريق للتتويج بكل الألقاب الممكنة.

وتنبأت "لاغازيتا" أن يبقى مورينيو مدرباً لروما الموسم المقبل، في حال لم يتلق عروضاً مثيرة للاهتمام، مع توقع المدير الفني المخضرم استثمارات قوية على صعيد سوق الانتقالات الصيفية القادمة لفريق العاصمة الإيطالية، أملا في المنافسة الجادة على لقب الدوري الإيطالي.

يُذكر أن مورينيو يقضي موسمه الثاني توالياً مع روما، وقد تمكن من قيادة الفريق للتتويج بدوري المؤتمر الأوروبي الموسم الماضي 2021-2022، وتأهله إلى الدور نصف النهائي لبطولة الدوري الأوروبي هذا الموسم 2022-23.

وحقق روما فوزاً مهماً (1-0) على ضيفه باير ليفركوزن الألماني، في ذهاب نصف نهائي الدوري الأوروبي هذا الموسم، بانتظار خوض لقاء العودة يوم الخميس المقبل.



غالبية داخل "حديقة الأمراء" في المقابل، ذكرت "لاغازيتا" امتلاك مورينيو وكيل أعماله مينديز علاقة طيبة مع رئيس ريال مدريد، فلورنتينو بيريز، في إشارة إلى إمكانية عودة المدرب الملقب بـ "الرجل الخاص" للعمل في قلعة "سانتياغو برنابيو".

وتجيد شكوك كبيرة حول استمرار

للموسم المقبل حتى الآن. وسبق لمورينيو أن نفي تواصله مع إدارة باريس سان جيرمان، لتدريب فريق العاصمة الفرنسية الموسم القادم 2023-24، لكن ذلك لم يمنع وسائل إعلام مختلفة من الاستمرار في وضع المدرب الأسبق لتشيلسي وتوتنهام الإنجليزيين كمرشح بارز لخلافة المدرب الفرنسي كريستوف

المخ تقرير صحفي إلى تحرك جاد من مدرب فريق روما الإيطالي، البرتغالي رويزه مورينيو، بالتزامن مع ارتباط اسمه بإمكانية الانتقال لتدريب باريس سان جيرمان الفرنسي، أو العودة للإشراف على العارضة الفنية لريال مدريد الإسباني.

ووفقاً لما أورد موقع "فوتبول إيطاليا" الناطق بالإنجليزية، نقلاً عن صحيفة "لاغازيتا ديلو سبورت" و"كورييري ديلو سبورت" الإيطاليتين، فإن مورينيو (60 سنة) اجتمع الجمعة باثنين من مساعدي وكيل أعماله (البرتغالي خورخي مينديز)، وأشارت الصحيفتان إلى أن ذلك الاجتماع أتى بالتزامن مع انتشار تقارير تفيد بإمكانية عودة مورينيو إلى ريال مدريد، أو انتقاله لتدريب سان جيرمان.

ويتمتع تعاقد مورينيو مع روما حتى 30 جوان 2024، وحسب ما ذكرته صحيفة "لاغازيتا ديلو سبورت"، فإن الفني البرتغالي لم يتلق عروضاً جديدة من أندية أخرى

## ديغو سيميوني يتمنى تعافي أوبلاك بأسرع وقت

قدم. في هذه اللحظة، ما يهم النادي وأوبلاك هو أن يتعافى سريعاً". ويغيب أوبلاك عن مران الفريق الجماعي، وابتعد عن مباريات فريقه منذ مواجهة برشلونة في 24 أبريل الماضي بسبب إلام الرقبة التي ستجرمه أيضاً من مواجهة تشي. ووفقاً لما أعلنه النادي، الجمعة، فإن حارس المرمر السلوفيني يواصل تعايقه بالخضوع لجلسات علاج طبيعى، وأبرز التقرير الطبي لاتليكو أن أوبلاك سيستمر في الخضوع لجلسات العلاج الطبيعي، وتطور حالته سيحدد موعد عودته إلى الملاعب.

أعرب الأرجنتيني ديغو سيميوني، مدرباً لاتليكو مدريد، عن أمه في سرعة تعافى السلوفيني بان أوبلاك، حارس الفريق، من إلام الرقبة التي أبعده عن آخر ثلاث مباريات للفريق، مشيراً إلى أن الأولوية في الوقت الحالي هي لأن يكون اللاعب بصحة جيدة قبل التفكير فيه على الصعيد الرياضي.

وقال مدرب "الروخي بالانكوس" في مؤتمر صحفي عقب مران لاتليكو مدريد استعداداً لمواجهة تشي أمس الأحد في الدوري الإسباني: "نتحدث باستمرار مع بان، الأهم هو أن يتعافى، ثم سنفكر فيه كلاعب كرة



## توتنهام يفاوض برشلونة لشراء عقد الفرنسي لونغلي



عقد مع لاتليكو بلباو نهاية الموسم الجاري. يذكر أن لونغلي انتقل من إشبيلية إلى برشلونة في 2018 بمقد يمتد حتى عام 2026، مقابل 35.9 مليون يورو، وكان لاعباً أساسياً في تشكيلة البولوغرانا لمدة 04 مواسم وفي صيف عام 2022 تم إعارته إلى توتنهام، وهو أحد اللاعبين الذين يبحث برشلونة لعمل تسوية مهمه هذا الصيف. ولعب لونغلي 32 مباراة

موافقة النادي الكتلوني لاستغناء عن خدمات لونغلي من خلال تقديم عرض محترم، إلى إدارة النادي الكتلوني، مشددة أن القيمة السوقية للونجلي الفرنسي تتراوح حالياً ما بين 15 - 20 مليون يورو. وختمت الصحيفة أن تشافي لا يمانع رحيل لونغلي، خصوصاً أن برشلونة سيقوم مع مدافع آخر لاعب بالقدم اليسرى هو إيتيغو مارتينيز الذي سيصل حرابعد إنهاء

قالت تقارير إعلامية إسبانية إن نادي توتنهام المنافس في الدوري الإنجليزي الممتاز طلب من نظيره برشلونة متصدر الدوري الإسباني، الاحتفاظ بخدمات مدافعه الفرنسي كليمنت لونغلي المعار من النادي الكتلوني حتى 30 جوان المقبل.

وحسب صحيفة "موندو ديبورتيفو"، فإن اتفاق إعارته لونغلي لا يتضمن أي بند خاص بالشراء، سواء كان إلزامياً أو اختيارياً، ومع ذلك تم إخبار البولوغرانا برغبة توتنهام في شراء عقد اللاعب الفرنسي، وواصلت أن توتنهام يشعر بالرضا تجاه المدافع الفرنسي، بعد تأقده مع الفريق اللندني خلال الموسم الجارى خلال المستوى الذي قدمه مع الفريق ومن خلال تأقده مع اللاعبين. وأكملت أن توتنهام يسعى للحصول على



## طرق التخلص من انتفاخ البطن

**1.7 الاستغناء عن المعجنات:**  
من أهم أسباب انتفاخ البطن الأكل من المعجنات ومنتجات الحليب، والكحول والذواكه الحمضية.

**1.8 احتباس الغازات:**  
احتباس الغازات في المعدة مشكلة تؤدي إلى انتفاخ البطن، ويعانيها معظم سكان العالم وهي حقا مؤلمة جدا. ومن مسببات الغازات في الجسم الأطعمة التي تحتوي على البهارات والدهون والأجبان واللحوم الحمراء والكحول والحليب والقهوة. خاصة التي تحتوي على الكافيين. وهناك بعض أنواع من الأدوية يمكن استخدامها للتخلص من تلك الغازات المزجة. وكذلك شاي التناغ وأيضا يجب مضغ الطعام جيدا.

**1.9 الأعشاب:**  
هناك بعض الأعشاب التي تعمل على منع احتباس السوائل وادرار البول، مثل الهندباء البرية وذناب الخيل (نبات زهري) كما تمنع انتفاخ البطن بطريقة آمنة.

**1.10 معرفة أجسامنا:**  
أغلب النساء ترجح أن يكون انتفاخ البطن راجعا إلى زيادة الهرمون الجنسي قبل موعد الطمث، ولكن الحقيقة أن زيادة كمية الملح واحتباس السوائل في الجسم وامتصاص الخلايا للماء هو السبب الرئيسي لانتفاخ البطن قبل موعد الدورة الشهرية. لذا يجب أكل الكثير من الفواكه والخضراوات التي تحتوي على الكثير من الماء، والتقليل من البوتاسيوم.

**1.11 الخميرة:**  
يجتوي الجسم على الخميرة بحدود طبيعية، ولكن عند البعض تخرج خارج الحدود الطبيعية وتتمو بصورة يصعب السيطرة عليها، وتسبب بعض الأعراض مثل التعب الشديد والصداع وخلا في التغذية والانتفاخات، كذلك تنمو الخميرة فوق معدتها الطبيعي نتيجة لعوامل أخرى مثل الضغوط النفسية، واستخدام المضادات الحيوية بكثرة.

**1.2 لا تأكلي وأنت تحت تأثير ضغوط:**  
الأكل بسرعة وعدم مضغ الطعام جيدا أو الأكل و أنت بحالة نفسية سيئة أو غاضبة قد يؤدي إلى انتفاخ البطن، وإذا كنت في حالة غضب يجب إرجاء الأكل إلى أن تهدأ الأمور حتى تكون معدتك قد هدأت وهي حالة استرخاء حتى يمر الطعام ويهضم بصورة جيدة.

السوائل بكثرة طوال النهار، أي ما يعادل من 10.8 كوب من الماء (ما يعادل ربع كوب كل نصف ساعة) حتى يكون هناك توازن بسوائل الجسم.

**2. تقليل الملح:**  
لا يستطيع الجسم التكيف مع الكميات الكبيرة من الملح، وكلما زادت كمية الملح في الجسم زاد احتباس السوائل للتخفيف من تركيزه منعا لأي خلل. وللحفاظ على كمية الملح في الجسم في المعدل الطبيعي، وهذا بالطبع يؤدي إلى انتفاخ البطن، ومع تقليل الملح وشرب الكثير من الماء، ستجدين الفرق إن منطقة البطن لم تعد منتفخة لأن الجسم لا يحتاج إلى سوائل لتخزينها في الجسم لتذويب الملح.

**3. تقطصني منها بالعرق:**  
التمارين يساعد على التخلص من السوائل الزائدة في الجسم مما يجعلك أقل انتفاخا. حاولي أن تمارسي رياضة الأيروبيك ثلاث مرات في الأسبوع. كما لا تقل عنها تأثيرا الرياضات التي تقلصك من الضغوط مثل اليوغا ورياضة التمدد.

**4. الأكل من أكل الألياف:**  
إن الجسم يحتاج إلى الكثير من الألياف، ولكن أكل الكثير من الألياف يجعل أيضا على انتفاخ البطن. مما يستدعي تقزير الماء في الجسم، وإذا كنت تودين عمل الرجيم للقتصر على الألياف، فيجب شرب الكثير من الماء. وعند وجود الألياف في المعدة من دون السوائل الإضافية فإن هذا يؤدي إلى انتفاخ المعدة.

**5. انتهيه لشربك:**  
إن مدرات البول والمشروبات مثل القهوة والكحوليات والمشروبات الغازية والشرب الضوار. تعمل على امتصاص الخلايا للسوائل مما يساع على الانتفاخ.

**6. اخذ للعائد:**  
إذا كان الانتفاخ ناتجا عن الدورة أو الطمث فيمكن التخلص منه بأخذ 200 ملغ من الماغنسيوم حتى يمر الطعام ويهضم بصورة الباحثون.

أكثر ما يزعج المرأة عندما ترتدي ثيابها هو انتفاخ منطقة المعدة، حيث تضطر في بعض الأحيان إلى شراء ملابس ذات مقاس أكبر لاستيعاب منطقة البطن المنتفخة. وأسباب انتفاخ البطن ليست كما كنا نعتقد في السابق.. بسبب الدورة الشهرية أو شرب الكثير من الماء، ولكن الحقيقة هي الأكل من ملح الطعام الذي يعمل على احتباس

## نصائح صحية لتنظيف أنف الرضيع المسدود

ضعي قطرتين أو ثلاثة من محلول ملحي في أنف الطفل بشرط أن يكون الطفل مستلقيا على ظهره. استخدمي لمبة الشفط الأنفي، والتي تسمى أحيانا الشافطة، لامتصاص المخاط من أنف الطفل. اتبعي توجيهات المنتج بعناية. - ارفعي موضع الرأس من سرير الطفل. - احرصي على أن يشرب الطفل الكثير من السوائل. - استخدمي المرذاذ لتبريد الغرفة ولكن احرصي على عدم جعل الغرفة رطبة جدا ولا تنسي تطهير المرذاذ يوميا. - قبل وقت النوم، قومي بفتح دوش ساخن، وخذني الطفل إلى الحمام البخاري للمساعدة على إزالة انسداد أنفه ولكن لا تضعيه في الحمام الساخن. - لا تستخدمي أدوية السعال والبرد أو بخاخ الأنف للأطفال الذين تقل أعمارهم عن سنتين.

الماء، وبعض أنواع الطعام مثل المعجنات والدهون ومنتجات الحليب، ويجب ألا تزيد كمية ملح الطعام عن 5 غرامات في اليوم الواحد، وفيما يلي اثنا عشرة خطوة للتخلص من انتفاخ البطن:

**1. شرب الماء:**  
إذا لم يحصل جسمك على السوائل الكافية فإن الجسم يستهلك من السوائل المخزونة فيه، مما يسبب انتفاخا في منطقة البطن.. لذا يجب شرب

## تعطير الشعر بخطوات بسيطة وفعالة

من المعروف أن أغلب السيدات يلجأن إلى استخدام العطور الفرنسية لتعطير شعرهن، ولكن أغلب هذه العطور هي كيميائية التركيب، وهي مضره بصحة الشعر، وبالتالي وتساهم بشكل كبير في بهتان لونه ليتحول بشكل تدريجي إلى اللون الأبيض، والحل في هذا الوضع هو استخدام العطور الطبيعية العربية مثل: المسك الأبيض، العود، والسلسبيل، وبعد الانتهاء من غسل شعرك وتسريحه، ضعي في راحة يدك بعضا من هذه العطور، وضعيها على شعرك، مع مراعاة الابتعاد عن الجذور. ستجدين أن هذه العطور رائحتها قوية والتأثير يبقى لفترة طويلة، كما ستعبرين بأن الرائحة تنوح من شعرك كأنه مبخر.

## قشور الفواكه والخضروات تساعد في علاج الكثير من الأمراض



بشكل كبير في علاج الكثير من الأمراض لاحتوائها على مواد مضادة للأكسدة، بالإضافة إلى احتوائها على كثير من البروتينات والفيتامينات التي يستفيد منها جسم الإنسان. كما أكدت إحدى الدراسات، لحد ية أهمية قشور الفواكه والخضروات بالنسبة للإنسان، وأشارت إلى أن بعض قشور الفواكه والخضروات تحتوي على مواد مضادة للأكسدة و فيتامينات تساعد في تحسين الحالة المزاجية للإنسان، وبالتالي يساعد في علاج أمراض الاكتئاب، كما اكتشف باحثون يابانيون أيضا أن الثوم يساعد في علاج أمراض الشيخوخة لاحتوائه على مضادات أكسدة مهمة في تنشيط الذاكرة، أما عن البرتقال واليوسفي، اللذان يحتويان على فيتامين (ج) الذي يساهم في علاج نزلات البرد، فهو يساهم أيضا في ضبط معدلات الكوليسترول بالدم، أما اليقطين واللوز فهما يساعدان في الحفاظ على الجلد والأظافر وكذلك البطاطا والبطاطس فيحتويان على مواد مضادة للأكسدة. كما أكد العلماء أن البطاطس تحتوي على نسبة من فيتامين (ج) تفوق النسبة الموجودة بالبرتقال.

## كيفية تثبيت أحمر الشفاه لمدة أطول



أحمر الشفاه هو أحد أهم أساسيات الماكياج التي تهتم بها جميع النساء، فاختار كل منهن اللون المناسب لها بعناية لتكتمل طلتها النهائية، كما يعمل أحمر الشفاه أيضا على إبراز جمال العينين في نفس الوقت والحصول على أحمر شفاه ثابت لمدة أطول إليك النصائح التالية:

- احتفظي أحمر الشفاه في الثلاجة قبل استعماله، حيث يقول خبراء التجميل أن تبريد أحمر الشفاه يساع على ثبات اللون لفترة أطول على الشفتين.
- للحصول على قاعدة مثالية قومي بوضع التقليل من البودرة على الشفتين بعد ذلك قومي باستعمال البروج فوق طريقة البودرة التي تم وضعها، فعند قيامك بتلك الخطوة سيختل أحمر الشفاه ثابتا حتى عند تناولك لقهوتك الساخنة.
- للحصول على شفاه متمثلة استخدمي درجات الألوان الداكنة ويمكنك عمل خط دقيق من محدد الشفاه حول شفتيك قبل ملئها بالبروج ولكن تأكدي جيدا أن تقومي بدمج محدد الشفاه مع أحمر الشفاه.
- من أفضل النصائح لوضع أحمر الشفاه للنساء بعد سن الثلاثين في عدم استخدام الألوان الجريئة والقوية، لأن ذلك يوحى بمرآكبر مع الابتعاد على استخدام الألوان اللامعة أيضا، فالخيار الأمثل لمثل تلك الفترة هي الألوان الممتدلة والهادئة.
- لا تقومي أبدا بخلط لونين من أحمر الشفاه معا فقد ينتهي الأمر بكارثة في بعض الأحيان، بدلا من ذلك اختاري درجة اللون المفضلة لديك، فقد يتسبب خلط لونين من أحمر الشفاه معا في الحساسية وتهيج البشرة لذلك كوني حذرة.



## إختبار لـ"سكودا سويرب" و"كودياك" القادمتين وسط الثلوج



سكودا على تاحة السيارات باختبارات بترين ود بسزل وهجينه وهجينه خفيفة. فيما سيتم إنتاج «كودياك» في التشيك، و«سويرب» في سلوفاكيا.

على نسخة محسنة من المنصة MQB كما في غالبية السيارات المتبقية بمحركات احتراق داخلي في تشكيلة مجموعة فولكس فاغن. وقد أكدت

نظام التعليق ونظام الدفع الكلي للعجلات، كما تم اختبار من المساعدات الإلكترونية على الطرق الجليدية الزلقة، فضلاً عن حالة البطارية في النسخة الهجينة ومرونتها في مواجهة درجات الحرارة المنخفضة.

وقد ظهرت كل من السيارتين مغطاة بالكامل بأغطية مموهة، ومع ذلك يمكن تمييز النسخة «Combi» من سويرب، حيث كانت سكودا قد أكدت على إتاحتها في إصدارات سيدان وواجون، بعكس الجيل القادم من قرينتها «فولكس فاغن باسات» التي تتوفر في نسخة واجون فقط. ويتضح أيضاً من خلال الفيديو المخطوط الانسيابية لسويرب القادمة مقارنة بالجيل الحالي، فيما تبدو «كودياك» بزوايا أقل حدة، ولكن مع الاحتفاظ ببعض السمات الأساسية التي تميز تصميمها.

وبالتناء اختبارات الجليد تدخل السيارتان المرحلة التالية في رحلة إنتاجهما، حيث يتوقع أن يتم الاعتماد

بعد مضي حوالي أسبوع على تقديم فيديو تشويقي للجيل القادم من «سويرب Super»، عادت الصناعة التشيكية «سكودا Skoda» لتشعل الحساس من جديد، حيث كشفت منذ ساعات عن فيديو تشويقي آخر، ولكن هذه المرة للسيارة «كودياك Kodiac» القادمة مع سويرب في الخريف القادم، وذلك أثناء إجراء اختبارات الطقس البارد على كل منهما.

تضمن الفيديو لقطات لانطلاق السيارتين وسط الثلوج في الدائرة القطبية الشمالية، وقد تم اختبار الهيكل والجسم والمحرك والحرارة والنظام الكهربائي لكل منهما في درجة حرارة 38 تحت الصفر، ليتأكد مهندسو سكودا من قدرة الأبواب وغطاء المحرك وغطاء خزان الوقود على الفتح والغلق في هذه الظروف المناخية، وكذلك التأكد من عدم حدوث مشكلة مع دخول كل هذه الثلوج إلى حجيرة المحرك وفتحات التهوية في المسد، وإلى جانب ذلك تم اختبار إصدارات

## تحديثات قادمة لـ"هيونداي i20" تستهدف اكتساح الأسواق

الإنترنت ومساعد تجنب الاصطدام الأمامي ومساعد متابعة المسار، بالإضافة إلى حزمة الأدوات الرقمية الاختيارية مقاس 10، 25 بوصة ونظام المعلومات والترفيه بنفس الحجم.

ومن حيث منظومة القوة، فستتوفر سيارة هيونداي i20 القادمة بمحرك بترين T-GDi سعة 1.0 لترًا وبقدرة 100 حصان أو 120 حصان ويدعمها ناقل حركة أوتوماتيكي مزدوج القابض من 7 سرعات أو بدوي ذكي من 6 سرعات.

وسيدأ إنتاج السيارة في الربع الثالث من عام 2023 في إزميت بتركيا، ومن الجدير بالذكر أن هيونداي مشغولة حالياً بتطوير المركبات في الوقت الحالي، وعلى سبيل المثال مقوم N فيجن 74 التي سيتوفر كنموذج إنتاجي رياضي، كما تخطط هيونداي للكشف عن أونيوك 5 إن في جويلية القادم.



وتشمل التحديثات أيضاً وجود شاشة LCD جديدة مقاس 4.2 بوصة ومنافذ شحن USB-C والقدرة على تلقي تحديثات عبر

الأساس، وظهور ومضات وتجنيد جديد في المقصورة الداخلية والأبواب من الداخل وأجهزة التحكم في لوحة القيادة.

أعلنت شركة فورد عن توقف إنتاج طراز Fiesta بعد 47 عاماً في شهر جوان الماضي، وهو ما قد يسعد مدراء هيونداي التخليديين الذين يأملون في أن تتمكن هيونداي i20 المحسنة حديثاً من تصين المبيعات الخاصة بها، وهو ما تسعى هيونداي للقيام به.

تقوم شركة هيونداي بتحديث السيارة تحديثاً دقيقاً ويبدأ ذلك من المصدر السطحي المعد تصميمه والأضواء النهارية الجديدة في لوحات المصابيح الأمامية ونقل شعار هيونداي من الشبكة إلى جسم السيارة وبلون الهيكل أمام غطاء المحرك. وهناك تحديث آخر في تصميم الشبكة الأمامية وكذلك المصابيح الخلفية بتقنية LED وتصميم العجلات المعدنية مقاس 16 و17 بوصة، بالإضافة إلى ثلاث خيارات من الألوان بجانب الثمانية المتاحين في

## يشبه سيارات باتموبيل... روفر المريخ مفهوم طرحته ناسا للوكوب الأحمر

للخروج والاستكشاف». تم الكشف عن ذلك المفهوم منذ سنوات عديدة تحديداً في عام 2017 كأحد أهم المفاهيم الخاصة بمركبات الفضاء، فبعد الكشف عن المسبار في فلوريدا، أشارت المركبة الجوالة بالفعل لحماية الناس بشأن استكشاف المريخ.

كما سافرت المركبة إلى مدن أمريكية مختلفة كجزء من برنامج وكالة ناسا في عرف باسم «صيف المريخ» التابع لمركز كينيدي للفضاء، وبعد ذلك، تم تصميمها في «تجربة تدريب رواد الفضاء» الجديدة التي تم افتتاحها في المركز في خريف عام 2017.

لن تقتصر تأثير العربة الجوالة على أولئك الذين يرونها شخصياً أيضاً، قال باركر، الذي يدعي أن العرض سيطلق على «واحدة من أكبر شبكات الكابل»: «نحن نصور أيضاً مسلسل تلفزيوني واقعي سيصدر عن هذا البناء».

مثل معظم السيارات النموذجية، تم تتم رؤية مركبة Parker Brothers المتجولة في الواقع أي إجراء عملي، ولكنها يمكن أن تكون بمثابة نموذج أولي للمركبات المستقبلية. والأهم من ذلك، لكنها كان بمثابة الإلهام من أجل الاهتمام باستكشاف الفضاء، وهي هذه الحالة سيكون إنشاؤه يستحق الجهد المبذول.



بهم، والذي يسميه باركر «مركبة شائبة الغرض». وأوضح «أنه يتم فصله بالفعل في المنتصف، القسم الخلفي عبارة عن معمل كامل، والمنطقة الأمامية عبارة عن قمرة قيادة

أخبر مارك باركر، أحد مبتكري العربة الجوالة، موقع بينزس إنسايدر أن وكالة ناسا زودت شركته بعمال للمركبة. ثم استخدموا هذه الدخلات لتصميم وبناء تصميم Barmobile-esque الخاص

في كل عام، يطلق صانعو السيارات حول العالم سيارات ذات مفهوم مستقبلي جريء ومختلف وخارج عن المألوف تجبرنا على إعادة النظر في مفهومنا عن ماهية السيارة، من حيث المظهر والوظيفة.

لذا قامت إحدى الشركات بالشيء نفسه، ولكن بدلاً من إعادة اختراع سيارة سيدان أو الشاحنة الصغيرة، فقد عرضوا تجربتهم من خلال صناعة مركبة روفر من أجل استكشاف المريخ.

من خلال شراكة مع مجمع زوار مركز كينيدي للفضاء التابع لناسا، قامت شركة Parker Brothers Concepts ببناء عربة جوالة كهربائية بالكامل بست عجلات مصممة خصيصاً لمواجهة تحديات استكشاف سطح المريخ.

يبلغ الوزن التقديري للسيارة 5000 رطل (2,27 طن)، وطولها مذهل 28 قدماً (8.5 متراً)، لذلك بالتأكيد لن تراها تتدحرج على طريق سريع هنا على الأرض.

على الرغم من أنه يقال إن السرعة القصوى لها من 96 إلى 112 كم/ساعة (60 إلى 70 ميلاً في الساعة).

تتميز تلك المركبة أن العجلات يمكن إزالتها أو تقصيرها، وبذلك تصبح مناسبة لأي سطح أو تضاريس تسير عليها مما يجعل مهمتها أسهل بكثير.

## أسرع طريقة للنوم في دقيقة



النوم خلال دقيقة هنا لك طريقتان ففانتان تساعدان في النوم خلال دقيقة واحدة، ويمكن تطبيقهما من خلال اتباع الخطوات التالية:

تمارين التنفس تجمع هذه الطريقة بين الاسترخاء والتأمل، وتطبق من خلال ما يلي:

طبق الشداه على بطنك ورتك متفرد صغير لإخراج الهواء من الجسم بطريقة خفيفة ومريحة، وجعل صوت خروج الهواء ناعماً. طبق الشداه تماماً والاستشاق من طبل الألف وكبت النفس والعد باطنياً لمدة أربع ثوان.

إخراج الهواء بطريقة هادئة ومريحة عن طريق الصدر مع استمرار صوت ناعم للهواء، ثم كبت النفس لمدة سبع ثوان.

إعادة نفس العملية السابقة أربع مرات حتى يبدأ الجسم بالاسترخاء ويشعر بالنعاس، مع الإشارة إلى أنه بالإمكان أن ينهض الشخص قبل أن يمتدح الأربعة دورات.

الاسترخاء بعد إرخاء العضلات العميق من أنواع تمارين المتبعة للمساعدة على الاسترخاء والنوم بسرعة، وهي من الطرق التي تساعد الأشخاص الذين يعانون من الأرق، وتطبق هذه الطريقة كما يلي:

رفع العاجيين إلى أعلى مستوى ممكن والثبات على الحركة لمدة خمس ثوان.

الانطلاق رameda عشر ثوان، ثم التيسم بشكل كبير حتى تشتد عضلات الخدين، والبقاء على الحركة لمدة خمس ثوان حتى يندرك بأن التوقف لمدة عشر ثوان ثم نك

الأعين حتى تحول مع ابتعادها مقفصة لمدة خمس ثوان.

أخذ استراحة لمدة عشر ثوان وإضافة ولف الرأس إلى أعلى بحيث ينطد الشخص إلى المسف بكل راحة، والبقاء على هذه الوضعية لمدة خمس ثوان، ثم وضع الرأس على الوسادة، والاستمرار بأداء حركات الشد والاسترخاء لها في أجزاء الجسم مثل الصدر، والأفخاذ، والأقدام، والسماح للنفس بالنوم حتى لو تتم ممارسة هذه التمارين على باقي الأجزاء إذا أحسن الشخص للنعاس.

طرق النوم للأطفال يواجه الأطفال صعوبة في التحريك بين الليل والنهار الأمر الذي يعيق نومهم المتقطع خلال اليوم، ولكن بمجرد أن يطبق عدة أسابيع يمكن البدء بتعويد على عادات النوم الصحيحة من خلال اتباع النصائح التالية:

تعويد الطفل على التحريك بين النهار والنوم من خلال السماح لضوء الشمس بالدخول إلى المنزل أو إخراج الطفل في نزهة. استخدام أضواء ممتدة قبل وقت النوم بساعتين حتى يدرك بأن موعد النوم قد اقترب. عدم إشعال

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
ولاية: سطيف دائرة: عين ولمان بلدية: عين ولمان  
مكتب الجمعيات الرقم 03/2023

## وصل تسجيل التصريح بتجديد الهيئة التنفيذية لجمعية محلية

طبقاً لأحكام المادة 188 من القانون 06/12 المؤرخ في: 18 صفر عام 1433 الموافق لـ: 20/01/2023 المتعلق بالجمعيات تم هذا اليوم: 07 ماي 2023 تسليم وصل تسجيل التصريح بتجديد الهيئة التنفيذية للجمعية المحلية المسماة: « الجمعية الدينية لجمعية حمزة بن عبد المطلب لعمارة ».

المسجلة تحت رقم: 3545 بتاريخ: 1990/12/23  
الكاتب مقرها: مسجد حمزة بن عبد المطلب  
بترأسها السيد (ب): حجازي لحسن  
تاريخ ومكان الإيداد: 1970/01/30 عين ولمان  
المقيم (ب): دواد لعمامرة عين ولمان

تشكيله المكتب: حجازي لحسن: رئيس، فليليسة عبد الحق: النائب الأول، مطرح عز الدين: النائب الثاني، حجازي السعد: الكاتب العام، حجازي خالد: مساعد الكاتب، فليليسة سليمان: أمين المال، بليليسة أنور: نائب أمين المال، قارة نجيب: مساعد أول، فليليسة مصطفى: مساعد ثاني

رئيس المجلس الشعبي البلدي

يومية كواليس الجديدة بتاريخ: 2023/05/15

## الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

ولاية: سطيف دائرة: قنرات بلدية: حرييل  
رقم: 02/2023

## وصل تسجيل التصريح بتجديد الهيئة التنفيذية لجمعية محلية

طبقاً لأحكام القانون 06/12 المؤرخ في: 18 صفر عام 1433 الموافق لـ: 20/01/2023 المتعلق بالجمعيات تم هذا اليوم: 09 ماي 2023 تسليم وصل تسجيل التصريح بتجديد الهيئة التنفيذية للجمعية المحلية المسماة: « الجمعية الدينية لجمعية حمزة بن عبد المطلب ».

المسجلة تحت رقم: 02/2023 بتاريخ: 2023/03/16  
الكاتب مقرها: قرية كرجانة بلدية حرييل  
بترأسها السيد (ب): عبد الفتي موقف  
تاريخ ومكان الإيداد: 17 فيفري 1966 قنات إيفانسان  
المقيم (ب): قرية كرجانة

تشكيله المكتب: عبد الفتي موقف (رئيس)، خليفة موقف (نائب أول)، مختار كرجاني (نائب ثاني)، عز الدين زهواني (كاتب)، بشير بليقاني (مساعد الكاتب)، الحسين بليقاني (أمين المال)، العياشي صاب في (مساعد أمين المال)، مولود بوتقطلة (مساعد)، عبد الحكيم بوتقطلة (مساعد)

رئيس المجلس الشعبي البلدي

يومية كواليس الجديدة بتاريخ: 2023/05/15

## ما سبب العصبية الزائدة

يعاني الكثير من الأشخاص وخاصة الرجال من زيادة في إنتاج هرمون التستوستيرون، وهو الهرمون المسؤول عن صليبات بناء العضلات والطاقة في الجسم، لكن تؤثر زيادة إنتاجه على الأنظمة الهرمونية وتسبب العصبية الزائدة، والشعور بالانزعاج والحزن، والعذوبة، مما يؤدي في النهاية إلى صعوبة السيطرة على ردات الفعل والغضب الشديد.

تناول الطعام غير الصحي يؤدي إلى إنتاج نظام غذائي غير صحي، وتناول الأطعمة الضارة كالمواد المعالجة المحتوية على مواد كيميائية تزيد فترة الصلاحية، والأطعمة المحتوية على الملونات تزيد العصبية خاصة عند الأطفال. لذا يجب تجنب تناول هذه الأطعمة وتباعد نظام غذائي صحي لتجنب نوبات الغضب الشديد.

الأسباب النفسية يشعر بعض الأشخاص تجاه مواقف معينة بحالات من الغضب تختلف عن الأشخاص الآخرين، وهو لاء الأشخاص يعانون من اضطراب نفسي، الأنهم لو تعرضوا لضيق الموقف الذي سبب لهم الغضب في المرة الأولى لا تكون درجة غضبهم ثابتة بل تختلف باختلاف العوامل النفسية لهم، فالذي يحدد قوة الغضب لديهم هو الحالة النفسية وشعورهم قبل وقوع الحدث، فكلما كانوا يعانون من القلق والتعب كانت استجاباتهم للموقف غاضبة أكثر.

طبيعة الشخصية أصحابا لشخصية انرجسية، والذين يرغبون بالمنافسة، والذين لا يتقبلون الفشل والخسارة، هؤلاء الأشخاص تكون لديهم استجابة عصبية للمواقف أكثر من غيرهم، فمثلاً عند مرور شخص

## فوائد شرب الخميرة

الدائم بالتوتر والقلق، تحتوي على نسبة كبيرة من عنصر القوسفور، الذي يقوم بدوره بإمتصاص الكالسيوم من الجسم، مما يساعد على الوقاية من الإصابة بأمراض هشاشة العظام، كما يعزز صحة الأسنان ويحافظ عليها.

تعتبر الخميرة من الفطريات الغنية بعدد كبير من الفيتامينات المهمة لصحة جسم الإنسان، ومن أهمها مجموعة فيتامينات ب، فوائدها للخميرة للبردة بالإضافة إلى فوائدها الخميرة العديدة للجسم، فهي أيضاً مفيدة للبشرة بشكل خاص، ويمكن تحضيرها للعديد من الماسكات منها، وأبرز فوائدها:

تنظيف البشرة، وتخلصها من الحبوب والرؤوس السوداء، عن طريق التقطيل في مسامات البشرة. شد الوجه وتسميته، وإخفاء التجاعيد وعلامات الشيخوخة التي تظهر على كبار السن.

توحيد لون البشرة، وإخفاء البقع التي تظهر عليها بسبب التعرض لأشعة الشمس، التخلص من خالها الجلد الميتة عن طريق تقشيرها وإصلاح التالف منها.

أيضاً تحتوي على العديد من العناصر المهمة للحفاظ على الجسم من تقلبات التأكسد، كمغنيسيوم، وتساعد في تقليل من احتمالية التعرض للإصابة ببعض أمراض الدم كمرض فقر الدم، وذلك لاحتوائها على نسبة مرتفعة من عنصر الحديد.

تحتوي على نسبة عالية من الأحماض الأمينية والبروتينات، الأمر الذي يجعلها مناسبة للذين يعانون من النعافة بهدف زيادة الوزن، تقلل من احتمالية الإصابة بأمراض القلب والسكتات القلبية، وتصلب الشرايين، عن طريق تقليل نسبة الكوليسترول الضار في الدم.

تساعد الجسم بكمية كبيرة من الطاقة، لذا عادة ما يُنصح بها عند الشعور بالتعب والإرهاق، فشراب كوب منها مع قليل من الماء، يعيد للإنسان نشاطه ويجدد قابليته للعمل.

تحتوي على نسبة عالية من عنصر الكروميوم، وهذا ما جعلها مناسبة لمرضى ارتفاع سكر الدم، تساعد على تهدئة الأعصاب، والتخلص من مشاكل الأرق والشعور

الخميرة تعد الخميرة من الكائنات الحية وحيدة الخلية، وتنتمي إلى الفطريات التي تتكاثر عن طريق عملية الانقسام، وتعتمد في استمداد الطاقة اللازمة لنموها من السكر المتواجد في البيئة التي تعيش فيها، وقد خل الخميرة في العديد من صليبات التصنيع الغذائي، عن طريق الهزها للأزيمات الخارجية التي تساهم في عملية تخمير الكروميدرات، من خلال تحليتها والقيام بامتصاصها، وأشهر أنواع الخميرة هي خميرة الخبز، وخميرة البيرة، وهي مفيدة جداً لصحة الجسم.

فوائد شرب الخميرة هناك العديد من فوائد الخميرة للجسم، ومنها:

تساعد مادة البينتا جلوكان الموجودة في الخميرة على تعزيز صحة جهاز المناعة في الجسم، طريق ضبط التوازن بين بكتيريا الفلورا وهي بكتيريا صحية ومهمة للجهاز الهضمي، وبين أنواع البكتيريا الأخرى التي تتركز في الأمعاء والجهاز الهضمي، تخفيف الجهد اليومي على الجسم، نتيجة احتوائها على مضادات الأكسدة،

تابعونا على الفيسبوك



أرقام المؤسسة  
الهاتف: 044.78.74.74  
الفاكس: 036.76.11.06  
E-mail: journalkawalisse@gmail.com  
web: kawalissealjadida.dz

مقرات الجريدة  
مكتب العاصمة: بني مسوس  
مكتب سطيف: مقابل ثانوية 1014  
مكتب قسنطينة: المنطقة الطابية بالمنا  
مكتب العمة: حي موارى بومدين  
عنوان الجريدة  
ص ب رقم 393 العمة-سطيف

المسير مسؤول النشر  
بوفندي خير الدين  
مدير مستشار عام للمؤسسة  
بوفندي البشير

الطبوع: SIE بقسنطينة  
السحب: 3000 نسخة يوميا

يومية وطنية شاملة  
كواليس الجديدة





الحماية المدنية

تسجيل 179 حادث مرور خلال 24 ساعة الأخيرة



كشف بيان لمصالح الحماية المدنية عن وفاة 06 أشخاص وإصابة 195 آخرون بجروح إثر تسجيل 179 حادث مرور خلال 24 ساعة الأخيرة بعدة ولايات من الوطن، وتدخلت عناصر الحماية المدنية لولاية الجزائر على إثر وفاة شخص يبلغ من العمر 53 سنة محتق بالغاز أحادي أكسيد الكربون، وكذا إصابة شخصين آخرين بعمومية في التنفس على إثر استنشاقهم لغاز أحادي أكسيد الكربون المتبعث من جهاز سخان المياه داخل منزلهم ببنرتوتة، وتابع البيان أن مصالح الحماية المدنية لولاية بومرداس والمسيلة تدخلتا من أجل انقشال شخصين متوفيين على مستوى برك مائية، مشيرا إلى أن الشخص المتوفي ببومرداس يبلغ من العمر 50 سنة (بوداوا)، في حين أن الشخص الذي توفي بالمسيلة مراهق يبلغ من العمر 17 سنة (شلال).

الديوان الوطني للأرصاد الجوية

رياح قوية وأمطار رعدية على أغلب الولايات الشرقية والجنوبية



كشفت نشرية خاصة أصدرها الديوان الوطني للأرصاد الجوية أنه يرتقب سقوط أمطار تكون رعدية في بعض الأحيان ومرفوقة بتساقط البرد على عدة ولايات شرقية وجنوبية من الوطن، وتخص هذه النثرية التي صنف في مستوى الأمطار المرتقبة بـ 40 و 20 ملم وستتراوح ما بين 20 و 40 ملم وقد تصل أو تتجاوز 50 ملم محليا

ميلة، سطيف، باتنة، أم البواقي، خنشلة، تسعة، وعن كميات الأمطار المرتقبة في اليوم الاثنين، كما تستتراوح ما بين 20 و 40 ملم وقد تصل أو تتجاوز 50 ملم محليا

الأغواط

استرجاع 1155 مصباح إنارة عمومية مسروقة

ملك لشركة خاصة بتصنيع مصابيح الإنارة العمومية، وبعد استكمال الإجراءات الجزائية للقضية تم تقديم المشتبه فيهم أمام النيابة المختصة.

تمكنت الفرقة الجنائية بالأغواط من توقيف 07 أشخاص تتراوح أعمارهم ما بين 30 و 41 سنة تورطوا في تكوين جمعية أشرار مع استرجاع 1155 مصباح إنارة عمومية (LED) المختصة.

ميلة

الدرك يوقف شخصين تورطوا في حرق أملاك الدولة



تمكن أفراد الفرقة الأهلية للدرك الوطني بعين التين - ميلة من توقيف شخصين في العقد الثاني والرابع من العمر تورطوا في قضية الحرق العمدي لأموال الدولة، تبعا للتحقيقات المستوحدة من طرف الفرقة بخصوص حرق 103 كشاك خشبية متواجدة بغاية الخطاري وآخر بوسط البلدية، وبعد التحري والاستعلام تم توقيف مشتبه فيهما متسللا داخل الغاية، مستغلا ظرف الليل حاملا بيده ورق مقوى وولاعة متجهين بهم نحو الكشاك المتبقية لإضرام النار فيها، وبمواصلة التحقيق وبعد سماع المشتبه فيهما الذي اعترف بالأفعال المنسوبة إليه مؤكدا ضلوعه في حرق جميع الكشاك تبين أن له شريك يقوم بأخذ القرميد الحديدي ليضعه ليتم توقيفه هو الآخر مع استرجاع كمية من القرميد الحديدي مقدرة بـ 02 قنطار و 40 كلغ وتسليمها إلى البلدية، وبعد استكمال التحقيق تم تقديمهما أمام وكيل الجمهورية لدى محكمة ميلة.

بجاية

القبض على كهل يجترع ترويج المخدرات بالشواطئ

مقومة شديدة لرجال الشرطة ومحاولته الاعتداء عليهم بواسطة أسلحة بيضاء، وقد ضبط بجوازته على كمية من الكيف المعالج يقدر وزنها بحوالي 08 غرام على شكل قطع صغيرة مهيأة للبيع، بالإضافة إلى شفرة حلقة تستعمل لتقطيع المخدرات ومبلغ مالي يقدر بـ 26745 دج من مختلف الأوراق والقطع النقدية بعد من عائدات الترويج، وقد تم إنجاز ملف جزائي ضد المشتبه فيه وتم تقديمه أمام الجهات القضائية المختصة وبعد جلسة المثول الفوري صدر ضده أمر إيداع.

المسيلة

حجز 05 صفايح من الكيف المعالج

تمكنت فرقة البحث والتدخل (BRI) بالمسيلة من حجز كمية من المخدرات، وقائع القضية بدأت على إثر معلومات وردت مفادها قيام أشخاص بترويج المخدرات بأحد الأحياء وعليه تم وضع خطة عمل مكنت فريق التحقيق من توقيف 03 أشخاص وحجز 05 صفايح من الكيف المعالج بوزن 507 غرام، ليتم إنجاز ملف قضائي ضد المشتبه فيهم قدموا بموجبه أمام الجهات القضائية المختصة ليتم إيداعهم المؤسسة العقابية بالمسيلة.

تيسة

قاصر يقود عصابة قامت بالسطو على منزل

تمكنت قوات الأمن الحضري الخامس بتيسة من توقيف شخصين أحدهما قاصر وذلك بعد بلاغ من مواطن مفادها تعرض منزل بحي الوتام 01 إلى السرقة حيث تم توقيف أحدهما في حالة تلبس من داخل المنزل، وبعد استيضاح الإجراءات القانونية تم تقديمهما أمام النيابة المحلية التي أحالتهما على إجراءات المثول الفوري التي أمرت بإيداع المشتبه فيهما الرائد الحبس، فيما أحيل القاصر على قاضي الأحداث الذي وضعه تحت إجراءات الرقابة القضائية.

مساعدة مثال نسرين

باتنة

حجز 1640 كيس من الشمة المقلدة بمروانة

على إثر دوريات مراقبة قام بها عناصر الأمن بمروانة رفقة أعوان مديرية التجارة بإتانة تم توقيف مركبة نظمية على متنها شباب يبلغ من العمر 30 سنة وبعد إخضاعها للتفتيش تم العثور بداخلها على كمية من مادة تبغ الترشق أو ما تعرف بالشمة، أين تم حجز 1640 كيسا من مختلف العلامات التجارية المقلدة ليتم اتخاذ الإجراءات اللازمة حيال القضية.

HALENCE ARAVAN AMP  
ZIBAN START-UP  
CONFERENCE-FORMATION-COMPETITION  
18-20 MAY 2023  
BISKRA

القصر الشعبي الجزائر  
ANEP GRATUIT 2502  
بمسكرة تقرا