Guardian
Wonderland Pharmacy
PHARM ASSIST
Gamal Awad, B. Sc. Phm
Omnia Masoud, B. Sc. Phm
Pharmacists / Owners
1061 Wonderland Road S.
London, ON N6K 3X4
Tel : 519 - 649 - 2520
Fax : 519 - 649 - 2530

السنة 22
الصحيفة التي يبحث عنها القارئ
AL BILAD www.albilad.net
البلاد
جريدة كندية سياسية عامة تصدر باللغتين العربية والإنجليزية في لندن - أنتاريو
العدد 254 Issue
مايو-أيار May 2023

هذا هو المبلغ ستدفعه لوكالة الإيرادات الكندية إذا لم تسدد ضرائبك في الوقت المحدد

متى يتوقع الخبراء أن يبدأ بنك كندا في خفض الفائدة

40 صفحة
شؤون كندية 04
كُتاب البلاد 12
فكر وفن 22
طب وعلوم 24
العرب والعالم 30

SUSAN KADRAY
Sales Representative
ROYAL LEPAGE
TRILAND REALTY
REAL ESTATE BROKERAGE
Cell: (519)615-1381
Fax :(519)672-5145
Bus :(519)672-9880
Email.:susankadray@royallepage.ca
agents.royallepage.ca/susan kadray

A&Rs
AUTO SALE
MADANI TIRES(LONDON)INC.
[519]668-7551
1-280 Adelaide st. S
London, ON
N5Z3L1

PHARMASAVE
(Adelaide North)
Mon – Fri 9-7, Sat. 10-3
Free Delivery
FLU SHOT AVAILABLE
نبيل المغازي
Bsc.Phm., CDE
متخصص في متابعة مرضى السكر
1464 Adelaide St. N.
London, ON N5X 1K4
Tel: 519-858-3101

WIDE HORIZON
IMMIGRATION SERVICES
نختص بجميع القضايا المتعلقة بالهجرة الى كندا
كفالة الازواج والاباء
تأشيرات الدراسة
تجديد بطاقة الاقامة الدائمة (PR)
معاملات الحصول على الجنسية الكندية
معاملات استخراج جواز السفر الكندي
برامج الهجرة الخاصة بالاستثمار وبرجال الاعمال
البرامج الخاصة بهجرة ذوي الشهادات والخبرة
Dr. Shaher Awawdeh
د. شاهر عواودة
Membership #: RS20433
whimmigration.com
519-808-1962
Shaher@whimmigration.com
151 York Street, London, Ontario, N6A 1A8

Certified Mechanic
FRED MOTORS
Auto Repair - Safety Inspection
Free Estimate
محمد أبو شماله +1 519-639-0002
118 Pine Valley Blvd., London, ON N6K 3W9
(Wonderland Rd. South)

The Merit Group
INSURANCE & FINANCIAL SERVICES
Moe Faragalla
T 519.657.5500
TF 877.463.5500
moe.faragalla@meritgroup.ca
https://www.meritgroup.ca/
759 Hyde Park Road ★ London, Ontario ★ N6H 3S2

المعالج بالقرآن الكريم
الشيخ:أبوالحيدرة
+12897003069
+13135064251
Marriage Contracts عقود زواج
Family استخارات أسرية
Counseling
ABUALHEDARA
ABUALHEDARA
quranroqya@gmail.com • www.quranroqya.weebly.com

BASEL ACCOUNTING
Personal & Corporate Accounting
كافة الخدمات المحاسبية للشركات والأفراد
226-268-5007 & 519-520-0666
basel.acct@gmail.com
696 Widmore Dr., London, ON N6J 3A9

Dana Alakhras دانا الأخرس
Sales Representative
لبيع وشراء العقارات السكنية والتجارية
نساعدكم بالحصول على القرض البنكي
(A Lender) (B Lender) (Private Lender)
Cell: (647)898-2488
Office: (519)438-5478
Dana Alakhras Realtor
RealEstate_WithDana
NuVista Premiere Realty Inc. Brokerage
NU-VISTA

ORACLE RMS
INSURANCE RISK MANAGEMENT SERVICES
Moe Zebian
Moe Nasser
www. oraclems.com
moe.zebian@oraclems.com
226.781.1126
moe@oraclems.com
226.781.1124
HOME * AUTO * COMMERCIAL * ALL INSURANCE SERVICES
PROTECTING YOUR FUTURE.
769 Southdale Road East Unit 11 London,Ontario N6E 3B9

YMH inc.
CONSTRUCTION-RENOVATION
كافة اعمال صيانة وتجديد المباني
ENG. YOUSSEF (226) 504-3107
HAS (226) 504-1772
MOE (519) 871-8222
YALMATROUD6@YAHOO.COM
257 Merlin Crescent London, ON N5W 5A6

madani tires
& Alignment
All cars Repair & Alignment, تتكلم اللغة العربية
New & Used
(519) 668-7551
AMIN BAKHIT أمين بخيت
www.madanitires.ca
280 Adeliade St. South, London, ON N5Z 3L1

شركة رويال لتصنيع المطابخ
تصنيع كافة أنواع المطابخ
كفالة لمدة سنة
احصل على تصميم وعرض سعر مجانا
اتصل بنا
+1 226 637 3777
ROYAL
WWW.ROYALRENOVATION.CA
10-100 BESSEMER RD, LONDON, ON N6E 1R2

Hands on
HEALTH WELLNESS
Centre

GETTING YOU BACK TO YOU AGAIN!

Diligent Care
Modern Services
Experienced Staff

Neck, Shoulder, Arm, Low Back Pain? Headache? Tingling? Stiffness? Fatigue?

CAR ACCIDENTS & WORK INJURIES

FREE HALF HOUR MASSAGE

CALL OR VISIT

519.645.4963

Dr. Ahmed Seksek
Dr. Tanya Gonzalez

WHY CHOOSING US?

- Extended Health Insurance Direct Billing
- Treatment for Motor Vehicle Accidents
- Treatment WSIB Work Related injuries
- Treatment for Sports Injuries
- Treatment for pre and post operative procedures
- Concussion Management and Baseline Testing
- Extended evening and weekend hours
- Free parking available
- Wheel chair accessible
- Minimal Wait Times
- Walk-ins Welcome

WE LIKE TO GIVE BACK

Health Wellness Centre donated to and sponsored various programs and activitites of different institutions, associations, schools and clubs.....

SIX LOCATIONS IN LONDON:

London North: 1080 Adelaide St N	Tel: 519-645-4963	Mon-Fri: 9 - 6
London South: 769 Southdale Rd E	Tel: 226-270-1071	Tues: 9-12, Wed: 12-6, Thu: 1-6, Fri: 11-5
London East: 1892 Dundas street	Tel: 519-204-8888	Mon: 9-6, Tue: 9-3, Wed: 9-6, Thu: 9-6, Fri: 9-3, Sat: 9-1
London Oxbury Mall: 1299 Oxford St. E	Tel: 519-204-8881	
Lucan: 268 Main Street	Tel: 226-304-4455	

TRAD'S FURNITURE

نقبل قسائم ومستندات أنتاريو للخدمات الاجتماعية (ولفير)

WE ACCEPT ONTARIO WORKS VOUCHERS

* تصاميم جديدة تصل قريبا
* نصنع لكم الأثاث حسب طلبكم

* *New designs arrive shortly*
* *We do custom made Furniture*

(519) 675-1535

TRAD'S FURNITURE

Hours Of Operations:
Mon – Sat : .....10 am – 6 pm
Sunday : .....12 am – 5 pm

www.tradfurniture.com
trad1@hotmail.com

785 Wonderland Rd. South, London, ON N6K 1M6 (Westmount Shopping Centre)

استطلاع لـ Nanos
الليبرال يتقدم باقل من نقطة
بويليفر مفضل لمنصب رئيس الوزراء

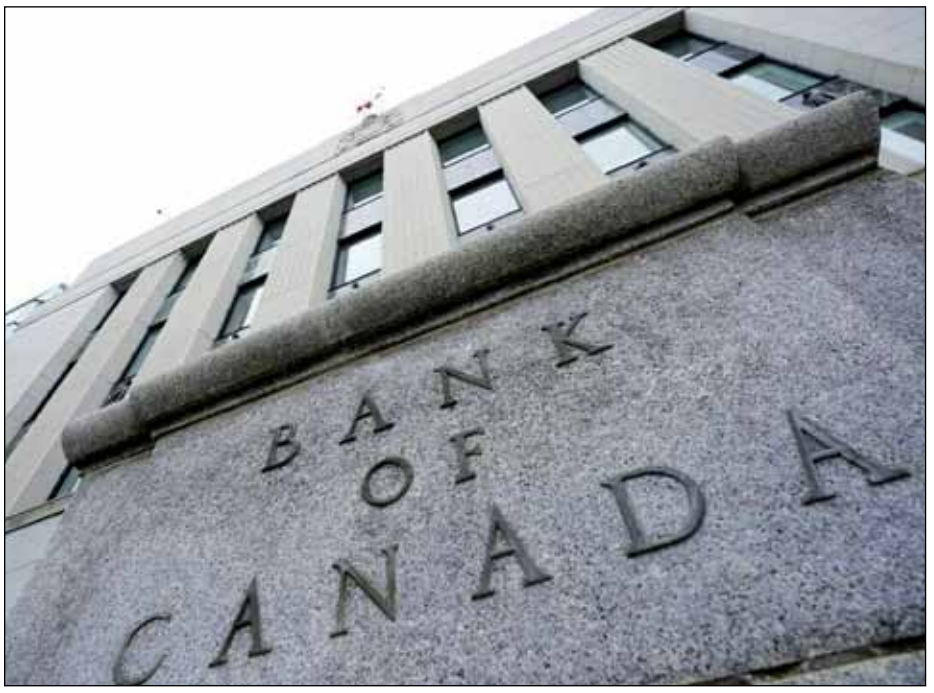
اشار استطلاع اجرته مؤسسة Nanos عن قوة الاحزاب، هذا الاستطلاع هو مركب من سلسلة من الإجراءات، بما في ذلك الانطباعات عن الاقتراع والقيادة، اوضح أن الليبراليين حصلوا على 50.0 نقطة، يليهم المحافظون على 49.2 نقطة، والحزب الديمقراطي الجديد على 48.1 نقطة، والخضر على 32.7 نقطة، وحزب الشعب على 26.5 نقطة و 35.7 نقطة لكويبكوا (مقاطعة كويبك فقط).

رئيس الوزراء المفضل – بين هذا الاستطلاع أن Poilievre كخيار مفضل لمنصب رئيس الوزراء قد حصل على نسبة 27.5 في المائة من الكنديين، يليه ترودو (25.3%) وسينغ (18.4%) وماي (3.4%) وبيرنييه (2.5%). لكن 19% من الكنديين غير متأكدين من يفضلون!!

متى يتوقع الخبراء أن يبدأ بنك كندا في خفض أسعار الفائدة

الخبراء يتوقعون أن يبلغ التضخم 2.7% في نهاية العام مقارنة بالتقدير السابق البالغ 2.9%

• اخبار كندا – متابعة البلاد



سيبقي بنك كندا أسعار الفائدة عند أعلى مستوى لها في 15 عاما عند 4.5% حتى نهاية عام 2023، قبل أن يبدأ في خفض أسعار الفائدة بداية العام المقبل، وفقا للخبراء المشتركين في استطلاع البنك المركزي.

وأظهر استطلاع البنك أن متوسط المشاركين يتوقعون انخفاض أسعار الفائدة إلى 3% بحلول نهاية عام 2024.

وكان المشاركون في الاستطلاع السابق الذي صدر في شهر فبراير قد قالوا إن سعر الفائدة سينخفض إلى 4% بنهاية العام.

كما توقع متوسط 26 مشاركا انكماشا بنسبة0.1% في الناتج المحلي الإجمالي في نهاية عام 2023 مقارنة بانكماش هدره 0.4% في الاستطلاع السابق.

وأشار المشاركون الذين شملهم الاستطلاع في الفترة من 9 إلى 23 مارس، إلى ضعف سوق الإسكان وتشديد الأوضاع المالية من بين المخاطر الكبرى التي قد تحد من النمو الكندي.

ورفع البنك أسعار الفائدة ثماني مرات متتالية بهدف تهدئة التضخم المرتفع الذي بلغ ذروته عند أعلى مستوى في أربعة عقود العام الماضي.

وتراجع معدل التضخم السنوي إلى 4.3% في مارس، لكنه لا يزال أكثر من ضعف هدف البنك البالغ 2%. ويتوقع البنك بلوغ هدف التضخم المستهدف بنهاية العام المقبل.

كما يتوقع الخبراء أن يبلغ التضخم 2.7% في نهاية العام مقارنة بالتقدير السابق البالغ 2.9%.

عيادة الدكتور علي نبوية لطب الأسنان

Southdale Dental Office

تدعوكم للاستفادة من خدماتها في كافة
المجالات على يد اطباء من ذوي الخبرة الواسعة

الدكتور خالد عبد الجواد

Now, even complicated dental treatment like impacted wisdom teeth, extractions, extensive implants & bridgework are done at our office (with sedation).

There are
Hundreds of
Languages around the world,
but a Smile
speaks them all.

عشرة أسباب تدفع
لاختيار خدماتنا المتميزة

* نتعامل مباشرة مع شركات التأمين
* نتكلم اللغة العربية لتسهيل علاجكم
* نؤمن مكاناً خاصاً للصلاة
* نؤمن مواعيد مسائية بالإضافة إلى مواعيد أيام السبت
* نشرح خطوات العلاج بشكل مفصل قبل أن نبدأ
* نتابع بأهتمام فترة مابعد العلاج للتأكد من راحتكم
* نستمع لكل ملاحظاتكم كجزء من سعينا لتقديم الأفضل
* نقبل كل حالات الطوارئ من غير موعد مسبق

GENERAL AND SPECIALTY FAMILY DENTISTRY

Evening & Saturday Appointments Available
New Patients & Emergencies Welcome

Zoom Whitening | Digital X - Rays

(519) 686-4867

E-mail: southdaledental@bellnet.ca
553 Southdale Road E., Suite 104, London, ON.
www.southdaledentaloffice.com
(Southdale & Jalna Intersection)

Maple Auto

نتكلم اللغة العربية

بيع وشراء واستبدال جميع أنواع السيارات المستعملة
أسعار تناسب كل الميزانيات
تمويل يناسب كل المواقف الائتمانية

للاستعلام اتصلوا بـ محمد أحمد ذبيان
FOR INFO CALL MOHAMED ZEBIAN

Buy, Sell, Trade all kinds of used cars
Prices that suit all budgets
Financing all credits
519-668-4000

1205 Wharncliffe Rd. London, ON N6L 1J9

TireWorks

519-668-4002

كافة أنواع الدوالـيب الجديدة والمستعملة
للاستعلام اتصلوا بـ أحمد أحمد ذبيان

ALL KINDS OF NEW AND USED TIRES FOR
INFO CALL AHMED AHMED ZEBIAN

WWW.MAPLEAUTO.CA

عدنان شحبر
شريك قانون الأعمال ،
Adnan Chahbar, Partner
Business Law
adnan.chahbar@siskinds.com
519.660.7804

أيا كانت احتياجات عملك، عدنان وفريقنا في قانون الأعمال يمكنهم المساعدة

No matter what your business needs, Adnan and our business law team can help.

Adnan's legal practice focuses on corporate structuring and restructuring, mergers and acquisitions (acting for both purchasers and vendors), succession and estate planning, financing transactions, and the preparation of a variety of different types of corporate and commercial contracts.

Adnan works on a team of over 30 business law lawyers who work together and provide clients with virtually all the business law services they need, all within one firm.

SISKINDS | The law firm siskinds.com/adnan

الخدمات الاستشارية الأسرية
مع الأخصائية التربوية ـ المستشارة الأسرية
الدكتورة كيتي وتد

التحديات في تربية الأبناء وفي تقويم سلوكهم ونموهم
التعامل مع الضغوطات الحياتية وصعوبات التأقلم
التواصل الاسري والزوجي السليم والايجابي
التمكين الذاتي والنمو الشخصي والمهني

* لا تتكتموا ولا تخشوا الاستشارة. ذلك يجعل المشاكل أكثر صعوبة *

خدماتنا: استشارات تربوية وأسرية
آمنة ومهنية وسرية تامة
إمكانية لقاءات فردية خاصة أو لقاءات أسرية
إمكانية اللقاءات الهاتفية أوعن طريق (زوم)ان وجد حظر

دكتورة كيتي وتد
كاتبة، اخصائية تربوية ومستشارة اسرية
مدربة للتطور الذاتي والمهن
Dr. Kathy Watad
Author - Ph.D. Education
Certified Life Coach (CCF)
Coaching & Educational Consulting
Services - CECS
London, ON

@ dr.kathywkh@gmail.com
www.drkathy.ca
(519) 694-3186

مستقبل الزراعة في كندا في ورطة ما لم يحل 30 ألف مهاجر مكان المزارعين المتقاعدين

• **كندا : RCI**

يحتاج القطاع الزراعي الكندي إلى 30 ألف عامل مهاجر لملء الفراغ الذي يتركه المزارعون المتقاعدون، وإلّا سيكون مستقبل القطاع غير مؤكد، كما جاء في تقرير حديث نشره "رويال بنك أوف كندا" (RBC)، أحد المصارف الكندية الخمس الكبرى.

ويقول التقرير إنّ 40% من المزارعين الكنديين سيتقاعدون بحلول عام 2033. ولتعويض هذا النقص، يحتاج القطاع الزراعي في كندا إلى "مهاجرين دائمين قادرين على إنشاء مزارعهم وصوباتهم الزراعية أو الاستحواذ على المزارع القائمة".

وهذا الكلام يوافق عليه ريحان خان، وهو مزارع باكستاني هاجر إلى كندا عام 2018 ويستثمر منذ عام 2021 مزرعة مساحتها 160 آكر (حوالي 65 هكتاراً) بالقرب من مدينة يوركتون في جنوب شرق مقاطعة ساسكاتشوان في غرب كندا.

يستوجب الأمر دعماً محلياً. بهذه الطريقة سيتمكن المهاجرون من النجاح في الزراعة. نقلا عن ريحان خان، مزارع في مقاطعة ساسكاتشوان

ودخول القطاع الزراعي الكندي كان خطوة طبيعية لخان الذي يتمتع بخبرة 20 سنة في هذا المجال في وطنه الأم.

ومع ذلك، يحرص خان على تنبيه المهاجرين إلى الصعوبات التي واجهها، ومن بينها أهمية معرفة السوق المحلية. ‘‘يجب أن يؤخذ هذا الأمر في الاعتبار ليس فقط من قبل المهاجرين، ولكن أيضاً من قبل الوكالات الحكومية’’، يقول خان.

ويودّ خان أيضاً أن يتمكن القادمون الجدد من الاستفادة من معلومات تتعلق باستئجار الآليات ومن نصائح لبيع منتجاتهم.

ووفقاً لتقرير "رويال بنك" هناك عقبات أُخرى، ذات طابع مالي بشكل خاص، تقف أيضاً في طريق المزارعين ذوي الخبرة الذين يرغبون في الانطلاق في كندا. فعلى سبيل المثال، ارتفع سعر الأراضي الزراعية بأكثر من 20% خلال السنوات الخمس الماضية.

وفي مناطق عديدة من كندا قد لا يكون مبلغ مليون دولار كافياً لاقتناء مزرعة، وفقاً للخبير في العقارات الزراعية، راجين جيل، الذي يعمل في مقاطعة بريتيش كولومبيا المطلة على المحيط الهادي.

لكن في ساسكاتشوان الأراضي الزراعية هي الأدنى سعراً في كندا. ويقول خان إنه كان محظوظاً لشرائه أرضاً زراعية فيها قبل ارتفاع الأسعار. وهو استثمر في أرضه 223 ألف دولار منذ أن اشتراها عام 2021.

كما يقترح تقرير "رويال بنك" أن يقوم المزارعون الحاليون بدورهم لتجنب أزمة العمالة، وذلك من خلال أتمتة العمليات بحيث تتطلب الأعمال في المزرعة عدداً أقل من الأشخاص.

برنامج تجريبي لتشجيع الهجرة الزراعية

في عام 2020 أطلقت كندا برنامجاً تجريبياً للأغذية الزراعية (نافذة جديدة) بهدف تشجيع الهجرة إلى قطاع الزراعة. ومن المقرر أن تنتهي مدة صلاحية هذا البرنامج، المصمَّم لتوفير مسار إلى الإقامة الدائمة للعمال الموسميين من ذوي الخبرة، في أيار (مايو) المقبل.

ووفقاً للبروفيسور إيفان فرايزر، مدير معهد أريل للأغذية (Arrell Food Institute) في جامعة غويلف في مقاطعة أونتاريو والمؤلف المشارك للتقرير، كل ما يفعله هذا البرنامج الفدرالي هو أنه "يخدش فقط سطح (مشكلة) نقص العمالة".

وتقول الحكومة الفدرالية إنه لغاية شباط (فبراير) 2023 تمّ قبول أكثر من 1500 شخص في إطار هذا البرنامج التجريبي القادر على استيعاب ما يصل إلى 2750 شخصاً.

ولم تستطع شبكة "سي بي سي" (القسم الإنكليزي في هيئة الإذاعة الكندية) إجراء مقابلة حول هذا البرنامج مع وزير الهجرة واللاجئين والمواطَنة شون فرايزر لتواجه خارج البلاد. لكنّ متحدثاً باسم الوزارة كتب لها أنّ البرنامج "وتمديده المحتمل إلى ما بعد الموعد النهائي المحدد" هما قيد التقييم.

"لن يبقى هؤلاء القادمون الجدد في القطاع (...) إلّا إذا كان يوفّر أجوراً تنافسية وظروف عمل جيدة وآفاقاً طويلة الأجل لهم ولأسرهم"، أضاف المتحدث.

• **(نقلاً عن موقعيْ "سي بي سي" وراديو كندا، ترجمة وإعداد فادي الهاروني)**

ريحان خان، مزارع باكستاني استقرّ في ساسكاتشِوان في غرب كندا.
الصورة: RADIO-CANADA / SAM SAMSON

حصّادات قمح في إحدى مزارع ساسكاتشِوان (أرشيف).
الصورة: RADIO-CANADA

حقل كانولا في ساسكاتشِوان (أرشيف).
الصورة: RADIO-CANADA / RICHARD SPAETH

كندا تعلّق مؤقتاً نشاطها الدبلوماسي في السودان

• **أوتاوا: «الشرق الأوسط»**

أعلنت كندا، (الأحد) 23-4، أنها علّقت بشكل مؤقت نشاطها الدبلوماسي في السودان، مشيرة إلى أن بعثتها تعمل من «مكان آمن خارج البلاد» في ظل احتدام المعارك بين الجيش وقوات الدعم السريع.

وجاء في بيان مشترك لوزيرتي الخارجية ميلاني جولي والدفاع أنيتا أناند: «تدهور الوضع في السودان بشكل سريع، ما يجعل ضمان أمن موظفينا في الخرطوم مستحيلاً». وأوضحت جولي في تغريدة على «تويتر»، أن «دبلوماسيينا هم في أمان ويعملون من خارج البلاد»، من دون تفاصيل إضافية.

إلى ذلك، بقي الموظفون المحليون في العاصمة السودانية، وفق ما أكدت السلطات الكندية، مشددة على أنها تدرس «كل الخيارات المحتملة لدعمهم في ظل تطوّر الوضع بشكل سريع». وأكدت الخارجية أنها ستواصل تقديم خدمات قنصلية لمواطنيها في السودان، إلا أنها ستكون «محدودة» نظراً للظروف.

وأفاد البيان المشترك بأن فريقاً كندياً للانتشار السريع انتقل إلى جيبوتي تحضيراً لعمليات إجلاء محتملة، مضيفاً أن وزارة الدفاع والقوات المسلحة «تعدّان خططاً لحالات الطوارئ المختلفة جنباً إلى جنب مع شركاء حكومة كندا». وتابع: «العسكريون الكنديون الذين تم نشرهم في المنطقة هم على تواصل وثيق وتخطيط مع حلفائنا».

أونتاريو: تحسين تعليم القراءة والكتابة وتعويض التأخير في الرياضيات

تقول حكومة أونتاريو إنها تريد التأكد من أنّ جميع الطلاب يتقنون الأساسيات عندما ينهون الدراسة الثانوية.
الصورة: RADIO-CANADA / BEN NELMS

• **كندا : RCI**

أعلن وزير التربية في حكومة أونتاريو، ستيفن ليتشه، عن خطة جديدة لتعويض التأخير في الرياضيات وفي تعليم القراءة والكتابة.

وستخصّص حكومة الحزب التقدمي المحافظ 109 ملايين دولار إضافية لتحسين تعليم القراءة والكتابة، كما أنها تخطط لإدخال موارد جديدة لتعليم الرياضيات.

"إذا لم نتحرك الآن من مرحلة الحضانة وغيرها من المستويات، فسيكون أمام الأطفال حواجز ستظل موجودة لبقية حياتهم وستعيقهم في سعيهم للحصول على عمل"، قال الوزير ليتشه في مؤتمر صحفي أمس.

"في كلّ عام، ومنذ 20 عاماً، ينهي ما لا يقل عن ثلث الطلاب الدراسة الثانوية دون أن يكونوا قد بلغوا مستوى المهارات اللازم في القراءة والكتابة للاقتصاد الحديث"، قالت مديرة "ديسلكسيا كندا"، أليسيا سميث، التي دُعيت لإلقاء كلمة في المؤتمر الصحفي أمس.

"وهذا يعرّض هؤلاء الشباب لمخاطر مشاكل طويلة الأمد، مثل الفقر والتشرد واضطرابات الإدمان والصحة العقلية"، أضافت سميث التي تُعنى منظمتها غير الحكومية بالأطفال الكنديين الذين يعانون عسر القراءة.

وكانت حكومة أونتاريو قد أعلنت عن أموال إضافية في ميزانية 2023 لتعليم هذه المعارف الأساسية. أمّا هذا الاستثمار الإضافي بقيمة 109 ملايين دولار فمُخصَّص فقط لتعليم القراءة والكتابة في سنة 2023 - 2024 المالية.

كما وعد الوزير ليتشه بتمويل وظائف معلّمين متخصصين سيعملون مع مجموعات صغيرة من الطلاب المحتاجين للدعم والمواكبة.

وستتيح الأموال أيضاً توظيف 700 معلّم إضافي.

ولم يعلن وزير التربية في أونتاريو عن أموال إضافية لتدريس الرياضيات، مشيراً إلى أنّ خطته للسنة المالية 2023 - 2024 تتضمن استخدام الـ71 مليون دولار المعلن عنها سابقاً. وتعتزم الحكومة توظيف 300 مدرس إضافي لهذه المادة.

وأوضح وزير التربية في أونتاريو أنّ القسم الأكبر من هذا المبلغ سيُخصَّص بالدرجة الأولى للـ20% من مدارس المقاطعة التي لا تبلغ المعايير المتوقعة في الرياضيات.

• **(نقلاً عن موقع راديو كندا، ترجمة وإعداد فادي الهاروني)**

Western Driving Academy
Ministry-Approved Beginner Driver Education Course Provider
• 25 hrs. of In-Class Sessions
• 10 hrs. of In-Car Lessons
• G1 & G2 Road Test Preparation
• City & Freeway Driving
471-3187
25 Base Line Rd. W. London, ON N6J 1V1
www.westerndrivingacademy.com
Road Safety Through Education
Office Hours:
Mon-Fri 9am-5pm
Sat. 9am-1pm
Ayman Khattar
President
$10.00 OFF FULL COURSE
with this coupon

ترجمة قانونية معتمدة عربي/انجليزي/عربي
(مترجم مُحَلَّفْ من جمعية المترجمين في اونتاريو)
SALEH ALATHAMENA
Certified Translator AR>EN, EN>AR
(by the Association of Translators and Interpreters of Ontario (ATIO) https://atio.on.ca/paupress/profile/5706/view/
39 Ranchwood Crescent, London, ON, N6G 3A1
Phone (519) 701-2756 or (519) 702-6456 E-mail alathamena@rogers.com

هكذا سيؤثر إضراب موظفي القطاع العام على حياة الكنديين

هل ستتوقف مخصصات الأطفال؟ وماذا عن معاملات الهجرة والإقامة؟

• بلقيس دارغوث

بعد فشله في التوصل إلى اتفاق الحكومة كندا ليلة الثلاثاء 18 أبريل/نيسان، أعلن تحالف الخدمة العامة الكندي (PSAC) إضراب موظفي القطاع العام غير الأساسيين حتى إشعار آخر، وحتى كتابة سطور هذا المقال كان الإضراب مستمراً دون وجود ملامح توضح نهايته. فما هي مطالب موظفي القطاع العام وكيف سيؤثر أضرابهم على حياتنا اليومية؟

بداية فإن الإضراب يشمل الموظفين الفيدراليين العاملين في الخدمة الكندية أو Service Canada، والشؤون العالمية وشؤون المحاربين القدامى في كندا، وخدمات السكان الأصليين في كندا. كما شمل عدداً من مجموعات التفاوض، بما في ذلك حوالي 35000 موظف في وكالة الإيرادات الكندية أو الضرائب الكندية (CRA).

بل أعلن تحالف الخدمة العامة الكندي أن نحو 155 ألف عامل لن يمارسوا مهامهم اليومية حتى أشعار آخر.

مع إضراب حوالي 155 ألف عامل غير أساسي، سيؤثر هذا العجز على كل شيء من جوانب حياة المواطن والمقيم المندي على حد سواء، من طلبات جوازات السفر إلى معالجة الإقرارات الضريبية وحتى مسائل الهجرة التي تستغرق أصلاً وقتاً طويلاً.

وتزامن إعلان الإضراب قبل أيام قليلة من الموعد النهائي لموسم الضرائب، والذي يحل في 30 أبريل/نيسان من كل عام، وبعد بضعة أشهر فقط من إعلان الحكومة عن الانتهاء من الأعمال المتراكمة التي أثرت على أداء النظام بسبب الوباء، فها نحن أمام موجة تأخيرات جديدة تصيب الحكومة الكندية.

★ لماذا أعلن تحالف الخدمة العامة الكندي (PSAC) الإضراب؟

منذ عام 2021 تعمل النقابة والحكومة على التوصل إلى صفقة جديدة، طالب فيها العمال على ضرورة تعديل العقود وحصول الموظفين على علاوة، لكن الخلاف بين الطرفين كان حول مقدار الزيادة. كما شكلت قواعد العمل عن بُعد أو من المنزل أيضاً محوراً لما شاركوه علناً من هذه المفاوضات التي وصلت إلى حائط مسدود.

★ كيف ستتأثر دائرة خدمة كندا أو سيرفيس كندا؟

في مؤتمر صحفي، قالت وزيرة الأسرة والطفل والتنمية الاجتماعية كارينا جولد إنه سيتم توفير الخدمات التي تعتبر ضرورية فقط.

ويشمل ذلك خطة المعاشات التقاعدية الكندية وتأمين الشيخوخة والتأمين على العمل، ومنح أرقام التأمين الاجتماعي. وقالت: "يجب على الكنديين التسجيل للحصول على إيداع مباشر للمساعدة في الحصول على المدفوعات التي يحق لهم الحصول عليها بسرعة وسهولة".

وحذرت من أنه لن يتم تقديم المساعدة الشخصية أو الافتراضية إلا للأشخاص الذين يحتاجون إلى المساعدة للوصول إلى الخدمات الأساسية المذكورة أعلاه.

وقالت جولد أيضاً إن معظم الكنديين لن يكونوا قادرين على التقدم للحصول على جوازات سفرهم أو تجديدها.

وأوضحت "خدمات جوازات السفر ضرورية وذات أولوية فقط في حالات الطوارئ أو في الحالات الإنسانية". وأضافت: "هذه الخدمات المحدودة للغاية ستكون متاحة فقط في مكاتب جوازات السفر أو مراكز خدمة كندا التي هي مكاتب جوازات موحدة".

تشمل الأسباب الطارئة أو الإنسانية الأشخاص المعرضين لخطر الضائقة المالية، والأشخاص الذين يحتاجون إلى السفر لأسباب طبية أو لديهم وفاة أو مرض في الأسرة، وأولئك الذين يعتمدون على السفر كمصدر للتوظيف وأولئك الذين يعتبرون حالات عاجلة لأسباب إنسانية.

واعتبرت أن نزاعًا عمالياً طويلاً سيؤدي إلى تراكم طلبات جوازات السفر بالتأكيد.

مصدر الصورة:- Global news

كريستين جريفين تحمل لافتة تدعم العمل عن بعد في اعتصام PSAC في مجمع توني المرعى الحكومي في أوتاوا الأسبوع الماضي. (جوزيف توني / سي بي سي)

★ كيف ستتأثر معاملات الهجرة واللاجئين والمواطنة في كندا؟

بدوره قال وزير الهجرة واللاجئين والمواطنة الكندي (IRCC) شون فريزر إن معالجة الطلبات ستخضع لتأخير في المعالجة والتسليم.

وقال: "لقد عملنا ليلاً ونهاراً على مدار العام ونصف العام الماضيين حيث دخلنا مرحلة ما بعد الوباء لتقليل هذه الأعمال المتراكمة"، مضيفاً أن الإضراب سيزيل هذه المكاسب.

وحذر الموقع الإلكتروني للدائرة من أنه بينما لا تزال بعض الخدمات متاحة، فإن معظمها تأثر بالإضراب.

لا يزال بإمكان الأشخاص الذين يحتاجون إلى تمديد إقامتهم في كندا التقديم عبر الإنترنت، وستتم إعادة جدولة مراسم الجنسية، ويجب توقع حدوث تأخيرات عند محاولة الاتصال بمركز دعم العملاء.

في غضون ذلك، لا تزال بعض خدمات IRCC متاحة، بما في ذلك عمليات تقديم الطلبات عبر الإنترنت والبريد، باستخدام الحسابات عبر الإنترنت والوصول إلى بعض خدمات الطوارئ.

كما ستبقى الخدمات التي تقدمها الهيئات غير الحكومية قيد التشغيل أيضاً، والتي تشمل الرعاية الصحية من خلال برنامج الصحة الفيدرالي المؤقت، وخدمات الاستقرار أو Settlement Services من المنظمات الشريكة ومراكز طلب التأشيرة خارج كندا.

★ كيف سيؤثر الإضراب على وكالة الإيرادات الكندية أو مصلحة الضرائب CRA؟

حوالي 39000 موظف في وكالة الإيرادات الكندية (CRA) أعلنوا إضرابهم عن العمل، وحذرت الوكالة من التأخير في معالجة ضريبة الدخل والعوائد النقدية، خاصة تلك المقدمة عن طريق البريد. كما قالت إنه يجب على الناس توقع زيادة أوقات الانتظار في مراكز الاتصال.

وقالت الحكومة على موقعها على الإنترنت إنها تشجع الناس على تقديم ضرائبهم عبر الإنترنت وتحذر من أن الوصول إلى بعض المباني قد يتأثر.

بدورها تحدثت وزيرة الإيرادات ديان ليبوثيلييه في مؤتمر صحفي، وقالت بالفرنسية إن وكالة الإيرادات الكندية ستواصل لعب دورها المهم في الحكومة. وقالت إن مخصصات الأطفال المالية سيستمر دفعها وسيتم استكمال المزايا الأخرى حسب الأولوية.

وأكدت الوزيرة أن المهلة الضريبية لن تتغير بسبب الإضراب.

وقالت إن أي عقوبات تم فرضها بسبب الإضراب وأي تأخير قد يتم تصحيحه، لكن سيتم النظر فيها على أساس كل حالة على حدة.

وقالت الوكالة في بيان بالبريد الإلكتروني: "المعاملات التي تم إيداعها رقمياً، والتي تمثل الغالبية العظمى من عائدات T1 و T2، ستتم معالجتها تلقائياً إلى حد كبير بواسطة أنظمتنا دون تأخير".

★ قطاعات أخرى ستتأثر بالإضراب

ومن القطاعات الأخرى التي تشارك في الإضراب دائرة شؤون المحاربين القدامى وخدمات السكان الأصليين في كندا ودائرة مصايد الأسماك والمحيطات ودائرة الزراعة والأغذية الزراعية ودائرة الشؤون العالمية وكالة النقل الكندية التي حذرت من التأخير في حل أي نزاعات او شكاوى وتلقي المكالمات

• كاتبة وصحفية من كتاب جريدة (البلاد) ومجازة في تقديم الخدمات للقادمين الجدد

الإسلاموفوبيا متجذرة في كندا حسب النتائج الأولية لتقرير لجنة برلمانية

• كندا : RCI

الإسلاموفوبيا والعنف ضد المسلمين منتشران ومتجذّران بعمق في المجتمع الكندي، حسب النتائج الأولية للجنةٍ تابعة لمجلس الشيوخ الكندي مُكلَّفة بدراسة هذه القضية.

ووجدت لجنة حقوق الإنسان أنّ النساء المسلمات اللواتي يرتدين الحجاب، ومن ضمنهنّ النساء السود على وجه الخصوص، هنّ الأكثر عرضة للإسلاموفوبيا وأنّ مواجهة الإسلاموفوبيا في مجموعة متنوعة من المجالات العامة أمر صعب.

"كندا لديها مشكلة"، تقول رئيسة اللجنة، السيناتورة سلمى عطا الله جان، في مقابلة هاتفية مع وكالة الصحافة الكندية.

نسمع عن صدمة مشتركة بين الأجيال، لأنّ الأطفال الصغار يشهدونها. والمسلمون يتحدثون علانية لأنّ هناك الكثير من الهجمات وهي عنيفة للغاية.نقلا عن سلمى عطا الله جان، رئيسة لجنة حقوق الإنسان التابعة لمجلس الشيوخ الكندي

والمشكلة أسوأ مما تشير إليه الإحصاءات الحالية، حسب عطا الله جان.

فقد وجدت اللجنة أن العديد من المسلمين في كافة أنحاء كندا يعيشون في خوف دائم من التعرض للاستهداف، خاصة إذا سبق لهم أن تعرضوا لهجوم إسلاموفوبي أو شاهدوا هجوماً من هذا النوع أو فقدوا قريباً لهم بسبب العنف.

"كانت بعض هؤلاء النساء يخشين مغادرة منازلهن، وأصبح من الصعب عليهن اصطحاب أطفالهن إلى المدرسة. والكثيرات منهنّ بُصق عليهن"، تقول عطا الله جان، مضيفةً أنّ "على المسلمين أن ينظروا باستمرار من فوق أكتافهم"، أي أن يكونوا محتاطين وحذرين.

وذكرت أرقام صادرة الشهر الماضي عن وكالة الإحصاء الكندية أنّ جرائم الكراهية ضد المسلمين المُبلغ عنها إلى الشرطة زادت بنسبة 71% بين عاميْ 2020 و2021. وبلغ معدل الجرائم ثمانية حوادث لكلّ 100.000 فرد من سكان كندا المسلمين.

يُشار إلى أنّ عمل هذه اللجنة بدأ في حزيران (يونيو) 2021، عقب وفاة أربعة أفراد من عائلة مسلمة في لندن في مقاطعة أونتاريو بعد أن دهسهم سائق شاحنة صغيرة أثناء خروجهم في نزهة مسائية. واتُّهم السائق بارتكاب جريمة قتل ذات طابع إرهابي.

وسافر أعضاء اللجنة، من أعضاء مجلس شيوخ ومحللين ومترجمين وموظفين آخرين، إلى فانكوفر وإدمونتون وكيبيك وتنقلوا ضمن منطقة تورونتو الكبرى بهدف التحدث إلى كنديين يرتادون المساجد وإلى مسلمين وقعوا ضحايا هجمات وإلى معلمين وأطباء ومسؤولي أمن وسواهم.

وتقول عطا الله جان إنّ خلاصات تلك الأحاديث والشهادات يتم تجميعها في تقرير بدأت اللجنة في صياغته هذا الأسبوع.

وتضيف السيناتورة الباكستانية المولد إنه من المتوقع أن تتضمن النسخة النهائية من التقرير، المقرر نشرها في تموز (يوليو)، توصياتٍ بشأن ما يمكن فعله لمكافحة الإسلاموفوبيا وحول ما يمكن للحكومة القيام به لكي تدعم ضحايا الهجمات بشكل أفضل.

جرائم الكراهية ضد المسلمين المُبلغ عنها إلى الشرطة زادت بنسبة 71% بين عاميْ 2020 و2021.
الصورة: GETTY IMAGES / SDI PRODUCTIONS

القتلى الأربعة ضحايا هجوم الدهس في لندن (أونتاريو) في 6 حزيران (يونيو) 2021، من اليمين: سلمان أفضال ووالدته طلعت وزوجته مديحة وابنتهما يُمنى.
الصورة: PHOTO FOURNIE PAR LA FAMILLE AFZAAL

رئيسة لجنة حقوق الإنسان التابعة لمجلس الشيوخ الكندي، سلمى عطا الله جان (أرشيف).
الصورة: LA PRESSE CANADIENNE / ADRIAN WYLD

ومن بين الاستنتاجات التي توصلت إليها اللجنة ملاحظة مفادها أنّ الهجمات ضد المسلمين غالباً ما تحدث في الشارع وتبدو أكثر عنفاً من تلك التي تستهدف أتباع ديانات أُخرى، على حد قول عطا الله جان.

وقال المحللون والخبراء الذين قابلتهم اللجنة إنّ صعود جماعات الكراهية اليمينية المتطرفة والجماعات المعادية للمسلمين هو من بين العوامل الدافعة للهجمات ضد المسلمين.

• **(نقلاً عن تقرير لوكالة الصحافة الكندية منشور على موقع راديو كندا، ترجمة وإعداد فادي الهاروني)**

الحكـــومة الفدرالية تريد جعل تعويض المســـافرين جـواً إلزاميـــاً

• **كندا : RCI**

اقترحت الحكومة الكندية تعديلات على قانون النقل لجعل تعويض المسافرين أمراً إلزامياً وتلقائياً من خلال إلغاء الإعفاءات التي تسمح لشركات الطيران بتجنبها.

وتأتي هذه التعديلات في أعقاب الفوضى التي حدثت في المطارات الكندية الصيف الماضي وخلال أعياد نهاية السنة الماضية.

وفي مؤتمر صحفي عقده يوم 25-4 أعلن وزير النقل الفدرالي عمر الغبرا أنّ هذه التغييرات الواردة في مشروع القانون رقم "س-47" الخاص بتنفيذ الميزانية ستدخل حيز التنفيذ بمجرد إقراره.

"من بين التغييرات، سيكون التعويض الخيار الافتراضي"، قال الوزير الغبرا، "لذلك بالإضافة إلى حقهم في استرداد مالي، سيحق لمعظم المسافرين جواً الحصول على تعويض مالي".

ووفقاً لوزير النقل في حكومة جوستان ترودو الليبرالية ستسمح هذه التغييرات التشريعية المقترحة لوكالة النقل الكندية (OTC / CTA) بزيادة مسؤولية شركات السفر الجوي في التعامل مع الركاب وأمتعتهم في حالات الإلغاء المفاجئة للرحلات أو حالات التأخير الطويلة أو خلال اضطرابات أُخرى.

بموجب التغييرات المقترحة على القانون يمكن لوكالة النقل الكندية، بموجب التنظيم، أن تفرض تعويضاً للركاب الذين تعرضوا للاحتيال من قبل شركة سفر جوي خلال أيّ من الاضطرابات، باستثناء "ظروف محدودة للغاية" يتم تحديدها في تنظيم الوكالة.

كما يمكن للوكالة إزالة الإعفاءات المنصوص عليها في التنظيم والقائمة على فئات واسعة من الاضطرابات في النقل (كالاضطرابات التي تكون خارج نطاق سيطرة شركات السفر مثلاً) التي تستخدمها شركات السفر لتجنّب دفع تعويضات للركاب.

كما يمكن لها أن تجعل توزيع الطعام والماء على الركاب إلزامياً خلال كافة الاضطرابات التي تطال حركة الطيران.

وزير النقل الفدرالي عمر الغبرا يتحدث في مؤتمره الصحفي اليوم.
الصورة: LA PRESSE CANADIENNE / JUSTIN TANG

ويمكنها أيضاً وضع متطلبات صارمة للأمتعة المتأخرة وفرض تعويض للركاب عقب بيان إلى المسافرين صادر عن الحكومة.

هذا يعني أنه لن يعود هناك ثغرات تسمح لشركات السفر الجوي بالقول إنّ اضطراباً ما نجم عن شيء خارج عن إرادتها أو عن سبب أمني، عندما لا يكون كذلك.نقلا عن عمر الغبرا، وزير النقل الفدرالي

كما يعتزم وزير النقل الكندي، السوري الأصل، إيجاد حلّ للمعالجات الطويلة جداً للشكاوى ضد شركات السفر الجوي.

ووفقا له، فإنّ التعديلات المقترحة على قانون النقل ستسمح لوكالة النقل الكندية باستبدال عملية المعالجة الحالية التي تتّبعها، والتي تتضمن تحكيماً من قبل أعضاء يعينهم الحاكم في المجلس، بنهج بسيط يقوده موظفو المكتب بشكل رئيسي.

ليس الراكب من سيكون عليه بعد الآن أن يثبت أنّ له الحق بتعويض، (بل) سيتعيّن الآن على الناقل الجوي أن يثبت أنه ليس عليه دفع تعويض.

• **نقلا عن عمر الغبرا، وزير النقل الفدرالي**
• **(نقلاً عن موقع راديو كندا، ترجمة وإعداد فادي الهاروني)**

هذا المبلغ ما ستدفعه لوكالة الإيرادات الكندية إذا لم تسدد ضرائبك في الوقت المحدد

التأخر في تقديم ضرائبك يبدأ بتغريمك خمسة في المائة على ما تدين به بالإضافة إلى واحد في المائة أخرى شهريًا بحد أقصى 12 شهرًا بالإضافة إلى الفائدة اليومية المركبة على رصيدك غير المدفوع

• **سريفيندیا كولورو خاص لتورونتو ستار (متابعة البلاد)**

قد يشعر الكنديون بالضيق مع سرعة اقتراب الموعد النهائي لتقديم ضريبة الدخل في 30 أبريل. (عمليا الأول من مايو حيث يقع 30 أبريل يوم الأحد). ويحذر الخبراء الماليون من أن المماطلة في تأخرك لن يؤدي بك إلى السجن، لكن التقديم المتأخر لوكالة الإيرادات الكندية يأتي مع عقوبات مالية مؤلمة.

وفقًا لموقع حكومة كندا، يمكنك توقع الحصول على غرامة فورية بنسبة 5 في المائة على كل ما تدين به، بالإضافة إلى واحد في المائة عن كل شهر كامل تقدمه متأخرًا لمدة أقصاها 12 شهرًا. قال جيمي جولومبيك، المدير الإداري للضرائب والتخطيط العقاري في CIBC Private Wealth: "حقًا هذا يمثل 5 في المائة بالإضافة إلى 12 في المائة أخرى محتملة".

يمكن أن تزيد هذه العقوبات بسرعة

يوضح غولومبيك: "لنفترض أنك عامل مهمل ، لذلك لم تدفع أي ضرائب خلال العام، وفي نهاية العام، تكون مدينًا بضرائب قدرها 10000 دولار". حتى تقديم ضرائبك يومًا متأخرًا قد يؤدي إلى غرامة قدرها 500 دولار ، بالإضافة إلى واحد بالمائة عن كل شهر لا تقدمه.

يقول غولومبيك إن هذه العقوبات يمكن أن تتضاعف في الواقع إذا كانت هذه هي المرة الثانية التي تتقدم فيها بعد الموعد النهائي.

ويشرح غولومبيك: "بعبارة أخرى ، إذا تم فرض غرامة عليك في 2019 أو 2020 أو 2021 ، فإن غرامة التقديم المتأخر تضاعف فعليًا إلى 10 في المائة من المبلغ المستحق عليك ، بالإضافة إلى 2 في المائة عن كل شهر تقدمه بعد الموعد النهائي 20 شهرًا كحد أقصى.

ويضيف: علاوة على ذلك، ستضاعف CRA الفائدة اليومية على رصيدك الضريبي غير المدفوع، بما في ذلك غرامات التقديم المتأخر.

هذا يعني أنه كلما طال انتظارك ، سيتعين عليك دفع المزيد. يقول إيان كالفيرت ، نائب الرئيس والمدير في Highview Financial Group ، إن وكالة الإيرادات الكندية تفرض عليك رسومًا بناءً على سعر الفائدة المحدد، والذي يتم تحديثه كل ربع سنة. يقول كالفيرت إن هذا المعدل موجود حاليًا عند تسعة في المائة.

حتى إذا لم يكن لديك كل المعلومات الخاصة بك أو كنت غير قادر على دفع ما تدين به على الفور، يقول Golombek أنه يمكنك تقدير دخلك أو خصمك. "بعد ذلك ، عندما تحصل على المبلغ الصحيح في غضون شهرين ، يمكنك تعديل العائد ، ولكن على الأقل ستحصل على عائدك بحلول الموعد النهائي وتتجنب العقوبات."

يضيف غولومبيك: "أنت حقًا لا تريد أن تتأخر، خاصة إذا كنت مدينًا بالمال". كما أن إضراب العمال الفيدرالي "ليس عذراً جيداً لتقديم متأخر". لم يمدد CRA المواعيد النهائية بسبب الانسحاب.

• **سريفيندیا كولورو صحفية مستقلة مقرها تورونتو تكتب عن الأعمال التجارية والمالية**

نقطة ضوء

الدعاء ....ليس مجرد دعاء

• د. محمد سعد الدين

ربما يعتقد البعض ان الدعاء الى الله عبادة ثانوية كونها لا تتطلب الكثير من الاعباء الجسدية كالصلاة والصيام والحج ولاتحتاج الى تكاليف مالية كالزكاة والصدقة وغيرهما ...ولكن الحقيقة ان عبادة الدعاء لها من الأهمية ما يجعلها ربما احد المؤشرات الرئيسية على قوة إيمان المؤمن .

الدعاء بصيغته الايمانية الصحيحة كما شرحها القرآن الكريم وفصلتها السنة النبوية يتطلب ربما كل الاساسيات الاهم من اركان المنظومة الايمانية.

فالدعاء الصادق الخاشع يتطلب من المرء الاقرار التام بعبوديته لله وحده وان له الامر من قبل ومن بعد وبيده سبحانه وتعالى تغيير الاحوال إذا شاء وتقليب الامور ان اراد .....ويتطلب ايضا من الداعي التسليم بان الانسان ضعيف جدا لا يملك من امره امام الخالق القوي الجبار بل ويحتاجه في كل تفاصيل حياته الصغيرة منها والكبيرة وفي جميع اوقاته واحواله في السراء والضراء.

الدعاء السليم يحتاج كذلك الى يقين كامل بالاجابة والتصديق بلا اي شك بوعد العاطي الكريم حتى ولو تاخر الى حين ....ويحتاج مع هذا الى عبادة الصبر والمصابرة ومكابدة واساوس الشيطان ومكائده المشككة بلا كلل او ملل باهمية الدعاء والاستجابة له.

الالحاح بالدعاء ركن رئيسي من قيمته حتى ولو بدأ للداعي ان الاستجابة ليست كما يتمنى او حين يريد .....الالحاح المتكرر يترجم فعليا عمق إيمان الانسان بربه وثقته بكرمه واحسانه.

الدعاء المتكرر تعكس علاقة العبد الوثيقة بربه ورغبته المخلصة في التواصل مع خالقه دون ان يشغله عن ذلك نعمة مغرية او نقمة ملهيه.

الثقة بالدعاء والاستجابة تدفع الانسان الى الاستغناء عن الطلب من العباد مهما بلغت حاجته لهم والاكتفاء بالرجاء ممن يملك امره وامر كل العباد وقضاء حاجتهم.

والأهم ربما من كل هذا ان متطلبات الدعاء الصحيح وشروط الاستجابة له تفرض على العبد الابتعاد عن المال الحرام وظلم العباد واكل حقوقهم كما اخبرنا سيد البشرية في صريح حديثه الشريف ان من كان ماكله وملبسه ومشربه حرام فلن يستجاب له.

الدعاء الصحيح ليس مجرد كلمات يهمس به العبد الى ربه بل انه يجمع حقيقة كل اركان الايمان السليم من التوحيد الصادق والتسليم لله وحده وتمتين العلاقة بين العبد وخالقه واليقين بعطائه وكرمه ومحاربة الشيطان وخبثه .....لهذا ربما يحق القول ان الدعاء..... ليس مجرد دعاء بل هو مجموعة من العبادات الاسمى اجتمعت في عبادة واحده وترجمت في كلمات يناجي بها العبد خالقه.... لهذا السبب كان الدعاء هو بحق لب العبادات وجوهرها.

• طبيب (من كتاب البلاد) لندن-أونتاريو

شهادات تقديرية وجوائز!!

• عبد الهادي شـلا

يحمل لنا العالم الافتراضي بفضائه الأزرق كل يوم أخبارا وصورا وموضوعات جديدة لم يسبق ان تم التطرق لها في العالم الواقعي قبل ان تهيمن التقنيات وبرامجها على عقل وسلوك البشر.!

ما يلفت النظر ويستوقفنا هنا هو ما تم وتمخضت عنه عقول "البعض" من ابتكارات وقت جائحة "كورونا" سيئة الذكر.

لأن الصورة كانت قاتمة تتأرجح بين التصديق والتشكيك في تناقل أخبارها وتناقضاتها وجد الكثيرون أنفسهم في حيرة من أمرهم مما أصاب المبدعين (من الفنانين والمثقفين في عالم الشعر والأدب) وغيرهم بشعور أنهم شبه سجناء بلا قيد يكبل أيديهم وإنما حِجر على حركتهم وتنقلاتهم في عوالمهم الثقافية حين توقف النشاط الثقافي تماما منعا للتقارب بين الأفراد.

تمخض التفكير عن بدائل تُبقي الثقافة بكل أنواعها حية بقدر المستطاع، فكانت المشاريع الثقافية "الافتراضية" التي دعت لها جهات رسمية وأخرى قام بها أفراد قد يكون الدافع لديهم ثقافيا فعلا، ولكن العدد الكبير والمتنوع منها وبالمتابعة جعلتنا نشكك في قدرات بعض الذين وجدوا في الأمر تسلية وقضاء وقت يعود عليهم بمنفعة على حساب المبدع الحقيقي وبجانبه المتطفل الذي وجد البيئة المناسبة كي يتمتع بشهرة وتقدير زائفين من مدح وثناء هي من سمات الفضاء الأزرق!!

كانت المعارض الفنية الافتراضية فكرة تمخضت وسط الحالة التي كلنا يعلم مدى وقعها على النفس القلقة بينما أخبار موت بعض المبدعين تحيط بنا من كل جانب ولعلها كانت ضرورة تواسي النفوس الحائرة المضطربة فكانت يدا تطبطب على الوجع.

الملفت للنظر في هذه المعارض واستشرائها بشكل حط من قيمتها في وقت قياسي هو أن من قام بها كانوا يؤدون دورا "تمثيليا" ساذجا وصوروها على أنها البديل القادم الذي سيمحو كل جهد سابق فطبعوا الشهادات التقديرية والجوائز والدروع والنياشين ممهورة بتواقيعهم يسبقها لقب "مدير عام الموقع" أو"رئيس مجلس إدارة الموقع"..إلخ مما تتقزز منه النفس لهذا التطفل الذي شممنا فيه رائحة تملق ونفاق!!.

المؤلم هو وقوع بعض المبدعين المخضرمين في هذا "الفخ" الذي جمعهم مع دخلاء على عالم الفن والإبداع في نفس المساحة المجانية التي يمتلكها شخص أعطى نفسه الحق في منح التقديرات كما تروق له،الأمر الذي أعطى الانطباع بأنه أعلى قيمة من المبدع "الممنوح" له هذه الشهادة أو الجائزة مع أنه هو الذي أصاب الحالة الإبداعية بنكسة لا تقل عن الجائحة نفسها بما خلفته وتسببت فيه حين ظن بعض الدخلاء أنهم منافسون ويستطيعون توجيه دفة الفن إلى الوجهة التي تخدم تطلعاتهم الآنية غافلين عن أنه عالم رصين قوي البنيان سرعان ما ينبذ الدخلاء ولا يبقى إلا الأصيل بفكره وعمله.

وجود فضاء مجاني لا يعني الاستخفاف بعقول رواده أو استغلاله بما لا طائل منه والخوض في عالم الإبداع بطرق رخيصة تفقده مصداقيته بل تترك آثارا غير حميدة في نفس المتلقي الذي هو في الأصل يعاني ضعفا في الثقافة الفنية والأدبية .

الذين يحبون اللهو وقضاء وقت للتسلية هناك مواقع مخصصة لذلك وبرامج تقنية متاحة لهم وبإمكانهم التمتع بها بعيدا عن الخوض في أساسيات عالم الثقافة والفنون الجادة والرصينة.

كنا نتمنى و نحن نتابع بعض القاعات تقوم بعملها بعرض أعمال فنية أن يقوم معهم بعض الجادين الغيورين على الثقافة والإبداع الفني الحقيقي بدور فاعل في ترميم هذا الصدع وتوجيه دفة الثقافة والفنون الرفيعة بعد الخروج معافين من الجائحة وأن يتم التحكم في وجهتها بما يرقى بها وبمستواها، ولكن الأمر يبدو صعبا في ظل الحالة الاقتصادية المتردية التي يواجهها العالم كله وحروب في أماكن متفرقة تضغط بكل قوتها، مما أصاب الجميع بحالة من الوهن، الخاسر فيها هو المبدع الذي يفتقد صاحب الذوق الرفيع!!

• فنان تشكيلي فلسطيني من جيل الرواد(ناشر ورئيس تحرير الصراحة) لندن أونتاريو

هل الحاكم العربي مريض عقليا؟

• هيفاء زنكنة

هل يصلح الاقتتال الدموي في السودان، اليوم، كنموذج، لفهم التحولات العقلية والنفسية التي يمر بها الساسة والحكام بعد استلامهم السلطة واستعدادهم للتضحية بحياة الناس ثمنا لتشبثهم بها؟

ما هو سبب التحولات التي نشهدها في معظم حكامنا، حتى المُنتخبين منهم، من دعاة تغيير وإصلاح إلى عكس ذلك بشكل جذري، حالما يستحوذون على السلطة، بحيث لا يعود بالإمكان التعرف عليهم، ويبدون كأنهم يقطنون عوالم أخرى بعيدة عن الواقع وعن الشعب الذي يدُعون تمثيله؟ هل صحيح إن تغير طبيعة الحاكم مردها كثرة الضغوط المعادية من الداخل والخارج؟

تشير عديد البحوث العلمية، خاصة في العقدين الأخيرين، إلى أن هناك عاملا أساسيا للتغير غالبا ما لا نتطرق عليه أثناء التحليل السياسي وهو التغير الفعلي، عقليا، لممارسة السلطة والتي يمكن أن تشوه التفكير وتخلق تغييرات شخصية في القادة تؤثر على صنع القرار. فهل الاستحواذ على السلطة إدمان كما هو الإدمان على المخدرات؟ وأن رفض القائدين السودانيين الإصغاء لدعوات وقف الاقتتال وصيانة حياة المواطنين، يعني رفض التخلي عن المُخدر؟

لا يقتصر الحال على السودان فقط. هناك أمثلة كثيرة، في بلداننا العربية، وعدد من الغربية، لحكام تبدو عليهم أعراض تدهور سلوكي تثير الحيرة حالما يستحوذون على السلطة. فمن كان إنسانا حريصا، في خطابه، على رفاهية شعبه والدعوة الى تطبيق القوانين، وتنظيف البلد من مضطهدي الشعب وسارقي أمواله، سرعان ما يتحول إلى دكتاتور صغير لا يستمع لغير نفسه ولمن يردد له ما يريد سماعه. وغالبا ما يُنظر إلى التغير من منظور البحوث الاجتماعية والتنافس السياسي والدفاع عن الهوية القومية والدينية بدون الرجوع إلى البحث العلمي. فما الذي تخبرنا إياه الدراسات العلمية عن سبب التغير، بين ما قبل استلام السلطة وما بعدها؟

تبين لنا مراجعة البحوث العلمية في مجالي دراسة الجهاز العصبي والنفسي، أن هناك تفسيرين. فمن ناحية التغيرات في الجهاز العصبي، يعزو نايف الروضان، العالم المتخصص بالجهاز العصبي والأستاذ بجامعة أوكسفورد، السبب إلى ما تحدثه السلطة من تغير كيميائي عصبي في الدماغ يزيد من إفراز مادة الدوبامين التي تؤثر على مناطق معينة في الدماغ فتتحكم بمشاعر السرور والتحفيز والمكافأة، وترتبط المستويات العالية من الدوبامين بالشعور بالقدرة الشخصية، والمخاطرة، والانشغال بالكون أو الدين، والانفصال العاطفي الذي يمكن أن يؤدي إلى القسوة، والهوس بتحقيق الأهداف والفتوحات. السلطة، إذن، تنشط أنظمة المكافأة العصبية في الدماغ، وبالتالي تسبب الإدمان. فمن المحتمل أن يفتقر الأشخاص الذين يشغلون مناصب ذات سلطة، غير مقيدة، إلى الوعي الذاتي المطلوب للتصرف بضبط النفس أو السعي للحصول على شكل توافقي حول اتخاذ القرار. لذلك من المرجح أن يظهر الديكتاتور في المواقف التي لا توجد فيها الضوابط والتوازنات. فتُصبح الوحشية وعدم الاحترام لمواطني الدول التي يحكمها زعماء يتمتعون بسلطة مطلقة هي القاعدة.

ويستطرد الروضان بتقديم نموذجين غربيين وإن كانا ينطبقان، أيضا، على حكامنا وساستنا في البلاد العربية. قائلا يمكن للسلطة المطلقة أيضًا أن تقود إلى الاعتقاد بأن القوة الروحية توجههم حتى داخل الديمقراطيات الراسخة. كما تحدث الرئيس الأمريكي السابق جورج بوش الناس قائلا إن الله تعالى أراده أن يشن حربًا على العراق لمحاربة الشر، وهو ذات الخطاب الذي تبناه حليفه في حرب العراق، رئيس الوزراء البريطاني السابق توني بلير. ويخلص الروضان إلى أن اليقين الذي يمتلكه مثل هؤلاء القادة هو من أعراض إفراز مستويات عالية للغاية من الدوبامين إلى حد الإصابة بجنون العظمة، نتيجة لخداع الذات في مواجهة النصائح المتضاربة من المُقرّبين.

أما التفسير الثاني، فقد تناوله فاروق أدامو كبروجي، البروفسور النيجيري الأمريكي، في بحثه المعنون « لماذا تُدمر السلطة السياسية الدماغ « الذي يركز فيه، كمثال، على تحول الرئيس النيجيري بوهاري من إنسان يتحدث باسم الفقراء والمهمشين داعيا إلى القضاء على الفساد إلى دكتاتور يمارس ما كان يحث الشعب على الثورة ضده. كما يتناول، من باب المقارنة، تغير سلوك المسؤولين المتعجرفين حالما يتم إبعادهم عن مراكز السلطة لسبب ما. فيعودون فجأة إلى طبيعتهم الأولى. يشاركون الشعب آلامه ويدينون إساءة استخدام السلطة. وهو ما نراه بوضوح مذهل في عراق اليوم، بين ساسة الأحزاب المتنافسة على السلطة والمسؤولين الحكوميين، الذين يصبحون حالما يتم طردهم من مناصبهم، أنقياء يدينون الفساد ويُبشرون بالتقوى.

يتبنى كبروجي دراسة داتشر كيلتنر، أستاذ علم النفس في جامعة كاليفورنيا، التي أجراها على أدمغة أشخاص في السلطة، فوجد أن الأشخاص الواقعين تحت تأثير السلطة يشبهون من الناحية العصبية الأشخاص الذين يعانون من إصابات أو رضات دماغية. حيث أن المصابين بالرضة الدماغية هم «أكثر اندفاعًا وأقل وعيًا بالمخاطر، والأهم من ذلك أنهم أقل مهارة في رؤية الأشياء من وجهة نظر الآخرين، أي أن السلطة تسبب فقدان القدرة على التعاطف مع الآخرين».

وكان لورد ديفيد أوين، الطبيب المتخصص بالجهاز العصبي والسياسي البريطاني المخضرم، قد كرس كتابه «في المرض وفي السلطة» لبحث أمراض رؤساء الحكومات والشركات والقادة العسكريين من 1901 إلى 2007. آخذا بنظر الاعتبار كيفية تأثير المرض والعلاج – الجسدي والعقلي – على صنع القرار من قبل رؤساء الحكومات، مما يؤدي إلى الحماقة أو الغباء أو التسرع. إهتم أوين بشكل خاص بالقادة الذين لم يكونوا مرضى بالمعنى التقليدي، والذين كانت قدراتهم المعرفية تعمل بشكل جيد، ولكنهم طوروا «متلازمة الغطرسة» التي أثرت بقوة على أدائهم وأفعالهم. حيث يعانون من فقدان القدرة على التعاطف ويصبحون مفرطين في الثقة بالنفس ويحتقرون النصائح التي تتعارض مع ما يؤمنون به، أو في بعض الأحيان لأي نصيحة على الإطلاق.

ويأخذنا نايف الروضان إلى نمط مرضي يعاني منه معظم الحكام العرب الملتصقين بالكراسي، ويؤكده الاقتتال الحالي بالسودان، ويعيشه المواطن، وهو «أن الانسحاب المفاجئ للسلطة، مثل الانسحاب المفاجئ من المخدرات، ينتج عنه رغبة ملحة لا يمكن السيطرة عليها، فإن أولئك الذين يمتلكون السلطة، وخاصة السلطة المطلقة، من غير المرجح أن يتخلوا عنها عن طيب خاطر، بسلاسة ودون خسارة بشرية ومادية».

• **كاتبة وصحفية وناشطة عراقية تقيم في بريطانيا**
• **تكتب اسبوعيا في جريدة (القدس العربي)**
• **(من كتاب موقع البلاد www.albilad.net)**

كاريكاتير للفنان عماد حجاج (من اختيار المحرر)

خواطر مغترب

• عصام الشريدة

مات الولد الساخر...
ابراهيم الحريري في ملكوت الرحمن امنا
ان يموت كل جميل فينا، فنصحو ذات صباح ولا نجد هذا الجميل، يرحل سريعا دون وداع،، كانه لا يريد ان يحزننا قبل الرحيل، لماذا يا صديقي، لماذا ذهبت بهذه السرعة، لحظات وكانك لم تكن هنا وكانك لم تات.
كيف اقدمك لمن لايعرفك ولم يلتقِك؟!
إبراهيم الحريري صحفي ساخر وكاتب قصه ورواية ... مبدع عراقي تقاذفته الاوطان
آلمَنِي فراقك ورحيلك دون ان تحقق كامل احلامك .
افتقدتك كثيرا يا صديقي ، افتقد روحك المبتسمة المعطاء ،
كان قلبك كريشة الطائر الأبيض
رحيلك جعلني اشعر وكأني في ارض غريبة،
اسرح لحظات أتأمل فيها الماضي، يوم كنت تدخل علينا في مقر (المغترب) والبسمة لاتفارقك تمازح ليث الحمداني فتملا المكان فرحا وضحكا وصخبا وحركة ، اشتقت لكلماتك التي كنت تواسي بها الاخرين
اشتقت ان اسمع منك تلك الحكايات وذكريات الزمن الجميل،
لم ارافق أحدا قبلك فيه مثل ما فيك من سعة صدر وحسن خلق وتحمل، اشعر حين احتضنك القبر انك وقفت شامخا كذاكرة عصية على النسيان.
في ارض انطلت عليها خدعة الحياة الجرداء، نياشين سلام، ومحبة وصدق وطهر ووفاء
سيقولون عظيم اغتاله الموت في اخر العمر دون ضجيج وحيدا بعيدا عن وطن الأجداد،
الذكر يبقى زمانا بعد صاحبه
وصاحب الذكر تحت الأرض مدفون
مات الحريري وسنموت نحن من قريب او بعيد،
وننزل منازل كما نزلت ونقف بين يدي الملك يوم الوعيد،
وهذه سنة الحياة،
مات الولد الساخر
ما عرفوا ان صديقي تحت التراب أصبح، لكن خطاه فوق الأرض تمتد الى افق الوطن ... العراق
هكذا رحل الحريري إبراهيم واقفا يتحدى الموت
قال ذات مرة ان الله سيدخلني الجنة بالتأكيد، ضحك وضحكنا، قال لان عقلي صغير والله كبير وعظيم لن يحاسبني على هفواتي .. لم تكن في قاموس الحريري أي لحظة خوف ووجل من الموت ابدا، لأنه يعتقد بإيمان راسخ انه ابرم عقدا مع الله، وهكذا رحل واصطفاه الله في ملكوته آمنا
وداعا أيها الحريري الجميل ... وداعا

➢ لقد مات..

لم تكن ليلة عادية تلك التي شهدتها العاصمة العراقية بغداد، بعد أن تمكن رئيس ديوان الوقف السني الأسبق سعد كمبش من الهروب من محبسه من مركز شرطة كرادة مريم المجاور للمنطقة الخضراء من جهة بوابة التخطيط، حيث تعد المنطقة من أكثر المناطق تحصينا في البلاد، هرّبه اللصوص وخافوا ان يفضحهم لأنه كان يملك الكثير من ملفات الفساد التي تدين أكبر السياسيين من السنة والشيعة فقالوا لقد مات!!.

➢ لماذا هذا الصمت؟

انتشر مؤخرا فيديو مسرب من سجن التاجي في بغداد إلى وسائل إعلام، تضمن استغاثة السجناء من انتهاكات وصفت بأنها لا أخلاقية ولا إنسانية تمارس بحقهم من إدارة السجن، وذلك من خلال إجبارهم على شراء المخدرات والهواتف النقالة بأسعار باهظة وعمليات تعذيب جسدي واغتصاب. اين الحكومة اين حقوق الانسان اين المنظمات الدولية.. لماذا هذا الصمت

➢ تكميم الافواه في زمن يقولون عنه زمن الديمقراطية!!

الفنان الكوميدي العراقي أحمد وحيد في إحدى حلقات مسلسله الساخر "قط أحمر" مرتديا زيّا للقضاة لتجسيد شخصية قاض يصدر أحكاما غريبة من خلال مناقشة ظواهر سلبية في المجتمع بطريقة ساخرة وعلى الرغم من أن الحلقة لم تناقش موضوعا سياسيا، وإنما كانت عبارة عن تمثيل مشهد كوميدي عن حالات تسمم في أحد المطاعم، فإن بعض العراقيين اعتبروا ظهور أحمد وحيد بـ"شوارب" كثيفة تشبه شوارب القاضي محمد عريبي محاولة للإساءة إلى رمز من رموز القضاء. ونشرت منصات عراقية ووسائل إعلام محلية وثيقةً تظهر رفع المحامي أحمد شهيد الشمري دعوى قضائية في محكمة تحقيق الرصافة ضد الفنان أحمد وحيد بتهمة الإساءة والاستهزاء بالقاضي محمد عريبي بطريقة مبطنة، وفقا للوثيقة المتداولة.. عجيب تكميم الافواه في زمن يقولون عنه زمن الديمقراطية

➢ البصرة المدينة التي لا تعرف الحقد

من بشاعة الامر ان تمر البصرة المدينة التي لا تعرف الحقد ولا القتل مدينة الاخلاق والكرم، اغتصاب طفله في عمر الورود وقتل شاب خنقا في مركز شرطة أبا الخصيب على ايدي الضباط بحبل لفوه حول عنقه بعد تعذيب قاس، حسبنا الله ونعم الوكيل

➢ انهيار المباني بالعراق

حوادث انهيار المباني بالعراق بعد أقل من أسبوعين على تحذيرات أطلقتها مديرية الدفاع المدني حول وجود أكثر من 2500 مبنى حكومي وأهلي آيل للسقوط في محافظات البلاد، وهو ما يشكل خطرا كبيرا يهدد حياة ساكنيها، كما أشارت إلى إخلائها. تلك المباني نتيجة الفساد في إحالة المشاريع الكبرى وعدم تنفيذها او تنفيذها دون رقابة، لك الله ياعراق.

➢ الاختفاء القسري

حثت اللجنة الأممية المعنية بحالات الاختفاء القسري بالعراق على البحث عن الضحايا ومعاقبة الجناة، مضيفة أن عدم تحديد الاختفاء القسري كجريمة في القانون العراقي يقف حائلا أمام ذلك وأوضحت اللجنة الأممية أن ما يصل إلى 290 ألف شخص اختفوا قسرا. واستمر الاختفاء بعد الغزو الذي قادته الولايات المتحدة عام 2003 وشهد اعتقال ما لا يقل عن 200 ألف عراقي، احتُجز نصفهم تقريبا في سجون تحت الإدارة الأميركية أو البريطانية.

وأضافت اللجنة أن موجة جديدة من عمليات الاختطاف تزامنت مع اعلان الميليشيات مسؤوليتها عما يحدث في العراق ...

➢ كذب فاضح

رئيس الوزراء العراقي محمد شيّاع السوداني قال لبرنامج "المقابلة" انه قام بمحاسبة أسماء كبرى من المتورطين في قضية "سرقة القرن"، وقال إن التحدي الذي يواجه الدولة العراقية اليوم هو الفساد، وإن "الجزء الأكبر من الفساد محمي من الواجهات السياسية أو الرسمية"، ولم تكن هناك إرادة حقيقية لمكافحته في الفترة السابقة، في حين أن جزءا من الفساد هو مجتمعي بسبب غياب المحاسبة.

هل حديث استهلاكي لان حزبه الحاكم هو من سبب في خراب الدولة اقتصاديا وسياسيا.

*

➢ كذب اخر

قال السوداني اتفقت مع الإطار اني سأنهي دور السلاح عند أي جهة، وقال إن حكومته بدأت خوض الحوار مع التحالف الدولي وهناك أفكار تفضي إلى اتفاق "ولن يكون هناك مبرر لوجود أي سلاح غير سلاح الدولة".

➢ تاريخه يعود للعصر العباسي.. استياء من تحوّل جامع مرجان الأثري بالعراق إلى مكب نفايات

ضجّت منصات التواصل الاجتماعي في العراق بعبارات الغضب والاستياء، إثر تداول صورة صادمة توثق تحول جامع "مرجان" الأثري إلى مكب للنفايات، إذ يعود تاريخ بناء الجامع إلى العصر العباسي. وتداول رواد المنصات صورة تظهر انتشار النفايات في محيط بوابة جامع مرجان الأثري، وقد غطت المياه الآسنة والأوساخ المدخل والباحات الخارجية فيه.

➢ أين اختفى قاتل الخبير العراقي هشام الهاشمي؟

للمرة العاشرة على التوالي، أجّلت محكمة جنايات الرصافة ببغداد محاكمة قاتل الخبير الأمني هشام الهاشمي، بسبب عدم إمكانية جلب المتهم إلى المحكمة، وهو ما أثار العديد من علامات الاستفهام بشأن ذلك..

➢ مهندسو حرب العراق أين هم الآن؟

نشر موقع "ذي إنترسبت مقالا للكاتب جون شوارز -في مقاله- قائمة تتألف من 11 من كبار المسؤولين الأميركيين، الذين يتحملون وزر إشعال فتيل الحرب في العراق عام 2003
وقال شوارز إن الرجال والنساء الذين كانوا وراء غزو الولايات المتحدة وحلفائها العراق، قبل 20 عاما من الآن، لم يدفعوا ثمن كذبهم وتزويرهم ولم يحاسبهم احد على حقوق الضحايا من العراقيين الذين لقوا حتفهم في تلك الحرب، وأوضح أن أحد أسباب ذلك هو أن وسائل الإعلام الأميركية درجت على عدم الاهتمام بحياة الأجانب، مضيفا أن ذلك يعود أيضا إلى عدم معرفة الأميركيين بأعداد القتلى من العراقيين.

SUNRIDGE DENTAL

Dr. Wasan Taki D.D.S., B.D.S.
General Family Dentistry

- خبرة أكثر من عشرين عاما
- أحدث الأجهزة الرقمية المتطورة
- مشاهدة المريض لكافة مراحل العلاج من خلال شاشات أمامه
- نتعامل مع كافة شركات التأمين
- أفلام كارتون للأطفال في أثناء العلاج
- نستقبل الحالات الطارئة دون موعد مسبق
- استشارات مجانية

Tel: 519-649-7773

100 Belmont Dr. Unit #2, London ON. (Wharncliffe Rd. & Belmont Dr.) N6J 3T4

TALA DENTAL

WELCOMING NEW PATIENTS

COMPLETE FAMILY CARE

* Root Canals
* White Fillings
* Crowns, Bridges
* Wisdom Teeth
* Dentures

(519)660-4443

TALADENTAL.CA

89 Wharncliffe Rd N, London, ON N6H

SUNWAY DENTAL

WELCOME TO OUR CLINIC IN MISSISSAUGA

OUR SERVICES

- Orthodontics
- Restorations
- Preventive Care
- Teeth Whitening

Digital Technology
Advanced Medical Equipment
New Patients Welcome
First Consultation
FREE

905-569-7773

* 3015 Winston Churchill Blvd. Mississauga, ON. L5L 2V8 *

الجالية السودانية في كندا تتابع بقلق الوضع في البلد الأم

"أريد أن يعرف الناس أن الفصائل المتنازعة لا تمثّل الشعب السوداني

ضحى المرضي

• **سمير بن جعفر RCI:**

تتابع الجالية السودانية في كندا عن كثب آخر التطورات في الوطن الامّ منذ اندلاع المعارك في منتصف الشهر الجاري بين الجيش السوداني وقوات الدعم السريع.

فبعد عشرة أيام من القتال الذي خلف عدة مئات من القتلى وآلاف الجرحى، سمح وقف إطلاق النار للدول الأجنبية بما فيها كندا بإجلاء رعاياها.

وفي مقابلة مع راديو كندا الدولي، قالت ضحى المرضي، وهي سودانية تعيش في مونتريال منذ خمس سنوات، إنه في "الخرطوم [عاصمة السودان]، أُجبر الناس على مغادرة أحيائهم. وتناثرت الجثث في الشوارع، حسب الشهادات."

وتعيش عائلتها في أم درمان، وهي مدينة مقابلة للخرطوم التي يفصلها عنها نهر النيل. وتشكّل المدينتان مع مدينة بحري العاصمة الثقافية والصناعية للسودان.

وأضافت : "بالأمس وقبل أمس، لم أتمكن من الاتصال بأسرتي هناك. تم قطع الإنترنت أو المكالمات الدولية، ولكن لحسن الحظ تمّ استرجاع الشبكة اليوم."

وتقول إنها ليست قلقة على أسرتها، التي يبدو أن حيّها في منأى من المواجهات المسلّحة. "لكن في مدينة بحري حيث لدي أقارب أيضاً، انقطعت الكهرباء لعدة أيام ولم يعد هناك ماء للشرب. وهناك أكثر من 50 مستشفى تأثّر بهذه الانقطاعات ومن نقص المعدات. لم يعد هناك سوى 23 مستشفى في كل السودان تعمل بشكل طبيعي"، كما أعربت عن أسفها.

أوقفت المنظمات الإنسانية أنشطتها في السودان بسبب المعارك. نقلا عن ضحى المرضي

ففي 21 أبريل/نيسان، قُتل عامل إغاثة سوداني يبلغ من العمر 49 عاماً. كان يعمل في المنظمة الدولية للهجرة (The International Organization for Migration - IOM).

وعلّقت المنظمة، وهي إحدى هيئات الأمم المتحدة ، أنشطتها في البلاد.

وقبل أسبوع، قُتل ثلاثة من موظفي برنامج الأغذية العالمي (The United Nations World Food Programme - WFP).

وبحسب تقديرات البرنامج الأممي، كان هناك 3,7 مليون نازح داخلي في السودان قبل الاشتباكات الأخيرة.

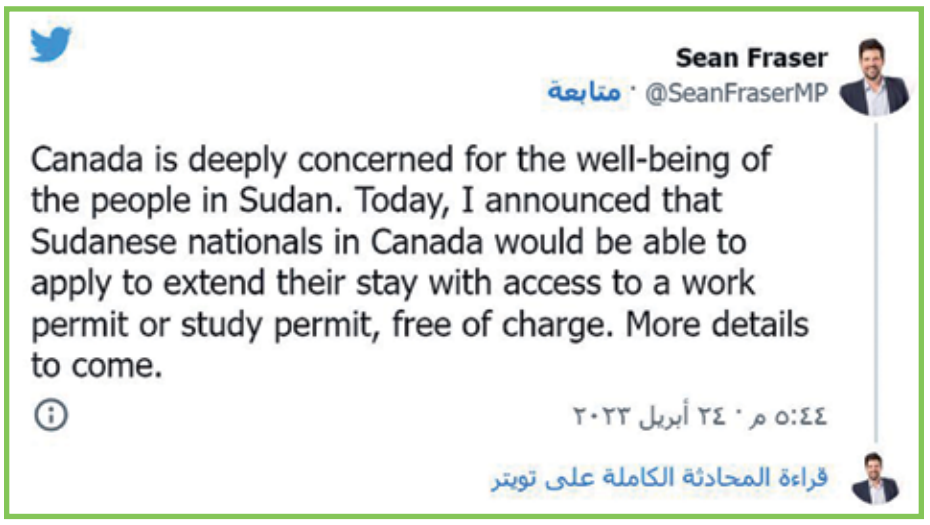
وكان هناك 15,8 مليون شخص في هذا البلد، أي ثلث السكان ، بحاجة إلى مساعدات إنسانية.

التضامن والإجلاء

وتصرّ ضحى المرضي على "التضامن الذي أبداه الشعب السوداني في هذه الأوقات الصعبة. فتح الناس أبوابهم لأولئك الذين غادروا الخرطوم إلى ولايات أخرى."

وقالت إن هناك سودانيين كنديين تقطعت بهم السبل في بلدهم الأصلي. "كان هؤلاء الناس في إجازة في البلاد. وكان آخرون ينتظرون الحصول على جوازات سفرهم ، لكن مع تعليق أنشطة السفارة الكندية في السودان سيتعقّد وضعهم"، وفقاً لها.

تقول سيدة مصطفى، طالبة كندية سودانية في الطب، إنها عالقة في السودان منذ بدء الاشتباكات.
الصورة: CAPTURE D'ÉCRAN / CBC / SAMIR BENDJAFER



وتقول إنها لم تسمع بعد عن أي سوداني كندي تم إجلاؤه.

وأكّدت أنّ "الناس يعتمدون على أنفسهم. بعضهم يدفع مبالغ كبيرة للذهاب إلى البلدان المجاورة".

وأوضحت ضحى المرضي أن "الجالية السودانية تتركز في تورنتو أكثر من مونتريال. ما زلنا في حالة صدمة. نحاول التواصل مع عائلاتنا وإجلائها إلى مدن وبلدان أخرى آمنة."

وذكرت أن الجالية نظّمت مظاهرتين السبت 22-4 في مونتريال وتورنتو. ويُخطَّط للتظاهر مرة أخرى في نهاية الأسبوع المقبل.

ولا تزال ضحى المردي متشائمة بشأن تطور الوضع في وطنها، "لأن المعلومات التي تأتي إلينا من السودان تكون أحياناً متناقضة وهذا يمنعنا في الوقت الحالي من القدرة على تحليل الوضع."

أريد أن يعرف الناس أن الفصائل المتنازعة لا تمثّل الشعب السوداني. يقوم الجيش السوداني وقوات الدعم السريع بقتل المواطنين منذ فترة طويلة. إنهم يقاتلون من أجل السلطة وليس من أجل الشعب الذي لا يعيرونه أيّ اهتمام على الإطلاق.نقلا عن ضحى المرضي

وفي مقابلة مع القسم الإنكليزي لهيئة الإذاعة الكندية-سي بي سي (CBC) السبت الماضي ، قالت سيدة مصطفى، وهي طالبة طب سودانية كندية تقطعت بها السبل في الخرطوم ، "إنها لم تخرج من منزلها منذ أسبوع."

وروت كيف وجدت نفسها في هذا الوضع مع أختها بينما يتواجد والداها حالياً في المملكة العربية السعودية.

تدهور الوضع الأمني عندما كنت قد أنهيت للتو امتحان في الجامعة. كنا في حالة من الذعر والصدمة. نقلا عن سيدة مصطفى

وأضافت : "لم نكن نعرف ماذا نفعل. لقد طُلب منا الابتعاد عن النوافذ ."

وتقول إنها أمضت الأسبوع كله تسمع طلقات نارية وطلقات بازوكا وقصف وطائرات مقاتلة تحلق في سماء المنطقة.

وعندما حاولت الاتصال بالحكومة الكندية، طُلب منها التسجيل في خدمة تسجيل الكنديين في الخارج ، لكنها لم تتلق أي مساعدة أخرى.

"قالوا لنا إنهم لا يستطيعون فعل أي شيء لأن المطارات مغلقة والخدمات القنصلية محدودة"، كما ذكرت.

وذكر رئيس الحكومة الكندية جوستان ترودو)الثلاثاء 25-4 (أن كندا "تبذل جهوداً لإنشاء جسر جوي مع السودان وأن سفينتين عسكريتين وصلتا قبالة سواحله".

وقال جوستان ترودو "إنه وضع صعب للغاية. هناك عدد قليل جداً من الأماكن التي يمكن من خلالها إنشاء هذه الجسور الجوية."

وكان رئيس الحكومة الكندية قد أعلن أمس الاثنين إجلاء عدد من الكنديين من السودان.

غادر 58 كندياً السودان على متن رحلة ألمانية. وهناك طائرة نقل من طراز "سي-17" (C-17) موجودة في المنطقة. نقلا عن جوستان ترودو

ومن جانبها، قالت وزيرة الشؤون الخارجية الكندية ميلاني جولي إن "100 كندي قد غادروا السودان. وشكرت ألمانيا وفرنسا والإمارات العربية المتحدة والمملكة العربية السعودية على 'المساعدة في إجلاء' الكنديين."

وقالت السيدة جولي إن أولئك الذين غادروا السودان هم من بين 1700 كندي مسجل لدى الحكومة. وقالت إن 550 شخصاً من هذا العدد طلبوا المساعدة.

كما أعلن وزير الهجرة شون فريزر أمس الاثنين أن وزارته ستسمح للمواطنين السودانيين المتواجدين في كندا "بالتقدم للحصول على تمديد مجاني لوضعهم وتغيير فئتهم المؤقتة لمواصلة الدراسة أو العمل أو العيش مع أسرهم."

وفي بيان صحفي، قال الوزير إن "هذه الإجراءات ستضمن سلامة السودانيين المتواجدين في كندا ، وتحافظ على تماسك العائلات وتوفر لهم مكانًا آمنًا للإقامة."

• **(مع معلومات من وكالة الصحافة الكندية ووكالة فرنس بريس)**

Eid dentalclinic

ENJOY THE WORLD THROUGH A DIFFERENT SMILE.

FAMILY & COSMETIC DENTISTRY

YOUR CHILD'S DENTAL HEALTH
IS OUR TOP PRIORITY

OUR SERVICES

- Implants & Surgical Extractions.
- Lumineers - Veneers.
- Snap-On Smile.
- Ortho - Invisalign.
- Laser Gum Treatment.
- Porcelain Crowns.
- Root Canal - Fillings.
- Professional Teeth Whitening.

We warmly welcome new patients

519.667.0777

DR. SOMAYA EID
(BDS, DDS, MSc)
& Associates

MON-WED 9 AM - 6 PM
THUR 12PM - 8PM
FRIDAY 10AM - 3 PM
SAT 10AM - 4PM

reception@eiddentalclinic.ca
www.eiddentalclinic.ca

750 Baseline Road East
Unit #204-207
London, ON N6C 2RC

Ontario

Certificate of Registration

زيـاد رشـيد عـلـي

المركز الاجتماعي المصري في أونتاريو

مسجل ومرخص لإجراء عقود الزواج في مقاطعة أونتاريو

Ziyad Rashid Ali

Egyptian Community Centre of Ontario

Is registered as a person authorized to solemnize marriage in the Province of Ontario

Reg. No. 71424 رقم التسجيل

Issued 16/10/2019 صدر في

Alexandra Schmidt

Deputy Registrar General

نائب المسجل العام

ServiceOntario

NAJAM NAQVI

LAW PROFESSIONAL CORPORATION

"we speak Arabic, Urdu, Punjabi & Hindi"

نتحدث اللغة العربية

خدماتنا

OUR SERVICES

* Real Estate * عقـارات
* Immigration * هجـرة
* Personal Injury * إصابات شخصية
* Bails * كفالات
* Wills & Estate Planning * وصايا وتوزيع تركات

Cell: (416)459-7070

Office: (519)439-4015 / (548) 689-9663

Website: najamnaqvilaw.com

Email: info@najamnaqvilaw.com

11-A 25 Baseline Rd. West London, ON. N6J 1V1

Cedar Auto

Buy, Sell, Trade all kinds of used cars
Prices that suit all budgets
Financing all credits

بيع وشراء واستبدال جميع أنواع السيارات المستعملة
أسعار تناسب كل الميزانيات
تمويل يناسب كل المواقف الائتمانية

نتكلم اللغة العربية

للاستعلام اتصلوا بكمال أحمد ذبيان أو حسين الدهوي TEL: 519-652-1100

For info call owner Kamal Ahmed Zebian or sales associate Hussein Aldahwi

2170 Wharncliffe Rd S. London, ON N6P 1P8 www.cedarauto.ca

رسالة عتاب مفتوحة إلى الدكتور منير القاسم عن خطبة عيد الفطر

• بلقيس دارغوث

كل الشكر والتقدير للجهود التي تبذلونها لأجل الجالية المسلمة والعربية في لندن وكندا وعلى سعيكم الحثيث لمد جسور التواصل بين مختلف الثقافات والهيئات الحكومية والمدنية والحقوقية وكل ما يصب في صالح حماية أبناء هذه الجالية وتوعيتهم بشأن أهمية تمثيل الدين والثقافات بصورة تشرفنا وتجعلنا فخورين بإنجازات أبناء هذه الجالية من أمثالكم وكل الوعود التي نحمّلها على أكتاف الأجيال المقبلة بتربيتنا وإرشاداتكم الأسبوعية، بل وحتى اليومية ولكن... لنا على سماحة الشيخ عتاب نأمل أن يتسع لنا صدره ويقرأ هذه السطور.

الموضوع يتعلق بخطبة عيد الفطر التي أقيمت بحدود الساعة ١٠ ونصف في المركز الإسلامي، حيث حضرنا شيباً وشباباً وأطفالاً مع الأهل والأصدقاء، رجالاً ونساءً.

نعم كنت على حق، كان الحاضرون شديدي الحماس فطغى عليهم الجنوح نحو الكلام أثناء تأديتكم الخطبة، وهذا أمر ليس من آداب المسجد، ولكن لم يكن عشمنا يا سيدي الفاضل بأن تهدد بالتوقف عن الكلام أو تطلب من البعض الرحيل، بل أن تذكّر، إن نفعت الذكرى، بآداب المسجد فتخجل الحاضرين عوضاً.

ما نتوقع منك إلا الترفع عن أسلوب المواجهة والمجابهة، فمقامكم أعلى وأهم، ومن لم يشأ أن ينصاع بتذكير لطيف منك فدع أمره لمن حوله بإسكاته، أو لله، كي لا ينفض الناس من حولك أو من حضرة المسجد الذي لا نستطيع أن نحضر مع عوائلنا إليه إلا في هذه المناسبات السعيدة، والتي ننتظرها على أحر من الجمر بهدف تجميعنا وتذكيرنا بأن يد الله دائماً فوق الجماعة.

العتاب الثاني يا سيدي الفاضل كان تطرقك للسياسات التي تتخذها مقاطعة كيبيك نحو المسلمين، لسنا في مقام التنظير، فما نحن إلا مستمعين حريصين، ولكن لا نواجه خطاب العداء بالعداء. الأفعال يا سيدي أعلى صوتاً من الأقوال، ولنواجه العداء بالمحبة والإنجاز والحملات الإعلامية الإيجابية، فلنضيء على الأسماء اللامعة التي نفخر بها في كل أنحاء كندا، فلنذكر الجميع بأن المسلمين جزء لا يتجزأ من نهضة المجتمع الكندي واستمراره في التطور والتفوق بمختلف السبل والنواحي السياسية والحقوقية والطبية والاجتماعية والمجتمعية والمدنية الرياضية والفنية وغيرها الكثير.

اللائحة طويلة وقد حجزتم بباعكم الطويل في العمل المجتمعي والديني مركزا متقدماً بها.

لا تقع يا سيدي في فخ كراهيتهم، قد علمنا الله سبحانه وتعالى بأن جزاء الإحسان هو حتماً الإحسان وبأننا لو كنا غليظي القول لانفضوا من حولنا، وما الرد على الحملات الإعلامية التي تحض على الكراهية والاجندات العنصرية إلا بالحملات الإعلامية الإيجابية والأجندات الحافلة بالإنجازات والأفعال الإيجابية داخل مجتمعاتنا، وليبدأ كل منا في منزله ثم منزل جاره، ثم مكان عمله ثم مؤسسات مجتمعه ثم ممثلي منطقته وهكذا.. هي حلقة يا سيدي لا تعتمد على كتفي رجل واحد أو امرأة واحدة، وليجازِ الله جهودك. ونشهد أنك خير من بدأ جسور التواصل هذه محلياً وعلى وسائل الإعلام بشتى أوساطها وغيرها الكثير مما طبعا نجهله وما يعلمه إلا الله وحضرتكم والمقربون منكم والعاملون معكم ليلاً ونهاراً، فما تفعله اليمنى قد لا تعلمه اليسرى حتى!

عتابنا الثالث يا سيدي الكريم موضوع العبور الجنسي الذي رغم أهميته الشديدة وموافقتنا على كل كلمة طرحتها لحساسية الأمر وخطورته، ولكن لم يكن موعد طرحها للأسف موفقاً.

كان الحشد مليئاً بالأطفال، أما سمعت أصواتهم وشهدتهم بملابس العيد، قد حضروا ليأخذوا زينتهم عند المسجد، لا ليستمعوا إلى هذا الموضوع الذي نتصارع نحن كبالغين في التعامل معه.

ليس هذا هو الموضوع الذي وددنا أن نتناقش فيه مع أطفالنا في طريق العودة من صلاة يوم العيد لبدء الاحتفالات، فمعاني العيد أجمل والعبر المرتبطة بهذا الاحتفال أحلى بكثير وأهم، ولكانت محاولة غير مباشرة في صد محاولات غسيل أدمغة الأطفال عبر تذكيرهم بأهمية الترابط العائلي والمجتمعي داخل أبناء الجالية ومع محيطها الأكبر، فيكونوا عوناً لبعضهم البعض وسندا وخير داعمين.

لا نقول أبداً ما كان ينبغي أن يقال، حاشى لله، فأنت خير من يعلم أهمية العيد والتعاضد والتكاتف الذي حضرنا جميعنا من أجله، ولكن الطرح كان في غير زمانه للأسف، ولتسمح لي. نرجو أن ينجح المركز الإسلامي في حشد التبرعات اللازمة لبناء المدرسة او حتى المدارس التي ذكرتها في محض خطبتك، وهي مشروع مبارك بإذن الله قبل وخلال وحين يتم. وقد سجلتم سوابق عدة في هذا المجال حين ساهمتم في نجدة أهلنا في فلسطين وسوريا وغيرها الكثير من المواضع التي نعلم بعضها وتعلم حضرتكم عنها أكثر.

وختام الكلام، نرجو أن يتسع صدرك لما ذُكر أعلاه، فما هدفنا إلا دعم بعضنا البعض وبما أن كلا منا راعٍ، وأنت الإمام، فدورك أكبر وحملك أثقل ومسؤوليتك أشد وطأة وما نتمنى لك إلا كل التوفيق وأن يجزيك الله خيراً في الدنيا والآخرة، ويسعدنا ويشرفنا أن تكون أحد أهم الشخصيات القيادية في لندن والجوار، وباعك الطويل في الإنجازات التي بدأتها منذ حضورك إلى كندا العام 1976 حتى يومنا هذا شهيد عليك ونحن شهداء.

عقد تلو الآخر، تنمو الجالية عدداً وتتطور وتتغير احتياجاتها بتغير الظروف المحيطة بنا والسياسات التي تتخذ في أروقة حكومات المقاطعات والفدرالية، فاستعن بالصبر على أبنائها الذين ينحدرون من ثقافات متعددة ومستويات فكرية وتعليمية ومهنية واجتماعية لا حصر لها، فكان الله في عونك كي تبقى في عوننا!

ولكم منا كل الشكر والتقدير

• كاتبة وصحفية من اسرة (البلاد) لندن اونتاريو

Pond Mills Medical PHARMACY

10% DISCOUNT
Over the counter items

BY THE CONFIDENCE OF OUR CUSTOMERS,
WE CELEBRATE 10 YEARS OF SERVING
THE LONDON COMMUNITY

Milad Bosta ميلاد بوسطة

بثقة زبائننا نحتفل بعشر سنوات في خدمة مجتمع لندن

* Make Pond Mills Medical Pharmacy your neighbourhood pharmacy.
* Come speak to Pharmacists Mike and Paul, then see the extensive selection of vitamins and herbal products at low prices.
* The Staff are friendly, caring and respectful of your needs and health concerns.

* خدماتنا متميزة وأسعارنا مناسبة للجميع
* نقبل جميع أنواع التأمينات
* تشجيعكم يدعمنا ويزيدنا خطوة الى الأمام لتقديم خدماتنا للجالية العربية
* يسعدنا تحويل وصفاتكم الطبية الى موقعنا الجديد

FREE CITY WIDE DELIVERY

هدية عند زيارتكم الاولى * توصيل الدواء مجاناً * تشكيلة كاملة من الفيتامينات

519-649-1414
FAX: 519-649-5079
TOLL FREE: 1-855-649-1414

MONDAY-FRIDAY: 9:00am.-7pm.
SATURDAY: 9:00am.-3:00pm.
SUNDAY: ..... CLOSED

1166 Commissioners Road E. Unit 8, near Deveron

WALK-IN CLINICS GROUP

ALL AROUND LONDON NEIGHBOURHOODS

مجموعة عيادات بلا مواعيد

في جميع مناطق لندن

Phillbrook Walk-in Clinic

105-1599 Adelaide St. N. London, ON N5X 4E8

519-433-2891

PHILLBROOK PHARMACY & CLINIC

Northland Walk-in Clinic

112-1251 Huron St., London, ON N5Y 4V1

519-204-2444

NORTHLAND PHARMACY & CLINIC

Riverbend Walk-in Clinic

2-1866 Oxford St. W. London ON N6K 0J8

519-657-1919

RIVERBEND PHARMACY & CLINIC

Proudfoot Walk-in Clinic

4-524 Oxford St. W. London, ON N6H 1T5

519-473-5454

PROUDFOOT PHARMACY & CLINIC

Wilkins Walk-in Clinic

5-699 Wilkins St. London, ON N6C 5C8

(226) 665-2616

Hyde Park Walk-in Clinic

2-1109 Hyde Park Rd. London, ON N6H 5K6

519-474-0996

HYDE PARK CARE PHARMACY & CLINIC Rx

"ابتسم أيها الجنرال" وميكيافيلي

• **محمد أبو رمان**

لم يكن مسلسل "ابتسم أيها الجنرال"، الذي انتهى عرضه على شاشتي "التلفزيون العربي 2" و"سوريا"، وثائقياً عن تجربة عائلة الأسد في الحكم، وإنّما مارس المؤلف المميّز سامر رضوان تقنيات جديدة ذكية في جذب اهتمام المشاهدين عبر استراتيجية الاتصال المباشر مع حيثياتٍ ربطها المشاهدون بالحالة السورية (المستوى الجزئي الميكرو)، والانفصال عن الأحداث وتقديم صورةٍ أكثر عموميةً عن واقع الأنظمة العربية السلطوية (المستوى الكلي الماكرو)، وديناميكيات الحكم الذي يقوم على الاستراتيجيات الأمنية البوليسية في إدارة الدول.

تجاوز النصّ الجرأة والشجاعة في التصدّي للمسكوت عنه في السياسات العربية، وهي الميكانزمات البوليسية التي إما أن تحكُم مباشرةً أو من وراء حجاب، بل أيضاً كان هنالك إبداع أدبي وفني في الانتقال من "حيثياتٍ" مشابهة للواقع في "نظرية الحكم البوليسي" إلى إطار عام يفضح واقع الحالة العربية عامة، وإن تباينت نسبياً من دولةٍ إلى أخرى!

لم تكن الاقتباسات من ميكيافيلي في بداية كل حلقة من حلقات المسلسل مجرّد "إضافةٍ" أدبيةٍ بلا قيمةٍ للنص، وإنّما كانت رسالةً بذاتها، تقول للمواطن العربي إنّ هنالك فلسفة ثاوية وراء هذه السياسات، وهي الانتهازية والمصلحة الشخصية وتحالف المصالح الدولية والمحلية، وصفقات داخلية وخارجية. والأهم من هذا وذاك سياسات أمنية احترافية خطيرة متمرّسة في "سيكولوجيا الجماهير"، تعتمد على ميكانزماتٍ عديدة، سواء "خلط الأوراق" التي أشار إليها المسلسل في أوقاتٍ كثيرة، أو "مسرح الدمى" ولعبة الأدوار، وهنالك مشروع صهيوني وسياسات غربية تتحالف مع الأعداء لتحقيق مصالح متبادلة. وللأسف، الضحية في هذه الحالات جميعاً هو الإنسان العربي وإنسانيته وحقوقه الأساسية!

ما قيمة المسلسل في زمن الردّة العربية عن الربيع الديمقراطي وأحلامه وتجديد العهد مع الديكتاتورية والتسلطية في أشرس نسخها، في دول عربية عديدة اليوم؟! الجواب هو الرسالة الإنسانية الأخلاقية السياسية في مكافحة الاستبداد وكشف الآليات والسياسات التي تقوم عليها الأنظمة البوليسية، وإعادة التموضع في تعريف معركة الإنسان العربي، بدايةً ونهايةً، وهي الحرية والكرامة والعدالة، والقانون، وهي الشعارات التي رفعتها الشعوب العربية في مرحلة "الربيع" الموؤودة، وحدثت عملية انقلاب تاريخية علنية عليها.

قد يبدو المسلسل فعلاً سباحة ضد التيار، في وقتٍ نرى فيه جميعاً السياسات الدولية والإقليمية تقوم على الصفقات، بما يخدم الأنظمة السلطوية ورهاناتها. ومع ذلك، إنّه يعطي نفساً جديداً للقضية التاريخية في هذه المنطقة، وهي الحرية. هو (المسلسل) إدانة للد يكتا تو ر ية و فضح لسيا سا تها و فسا د ها الأخلاقي، ومرافعة عن أسباب التغيير ومبرّراته الأخلاقية والنفسية والمجتمعية، وبالتالي، هو استئناف لمقالة الديمقراطية العربية وتأكيد على شرعيتها.

ستكون لدى خصوم المسلسل حجج سياسية عديدة، بخاصة من يرون أنّ المعركة الداخلية، وهي الحرية، ليست أولوية أمام المعركة مع "الإمبريالية"؛ وسيتهمون المؤلف (سامر رضوان) بأجندة معادية. ولكن عليهم أن يتذكّروا أنّ ميكيافيلي نفسه، عندما كتب "الأمير"، قدّمه في إطار مبرّرات أخلاقية ووطنية، ترتبط بوحدة إيطاليا وشعارات الأمن و"مقتضيات السياسة"، ومفهوم "الدولة القوية". لكن الكتاب وما انبثق عنه لم يؤدّ إلى خير الشعوب والأمم، بقدر ما كان دليلاً للاستبداد، بل هو في حدّ ذاته ترجمةً للدروس التاريخية من الحكم "الاستبدادي" الناجح!

في الخلاصة، يمثل المسلسل تجربة فنية كفاحية ضد عمليات الترميم الكبرى التي تجري للسلطوية العربية. والنهاية، وإن كانت قد تبدو نجا حاً لتلك السياسات الفاشية، إلاّ أنّ المقصود منها "استفزاز" دعاة الإصلاح والحرية للنهوض من جديد، وعدم الرضوخ للمنطق البوليسي الحاكم، الذي ينظر إلى الشعوب بوصفها "حشرات"، والقوى التي تحاول أن تحكم بوصفها "غير مؤهلة"، ولا تعرف كيف تُدار الدول. ولعلّ نجاح المسلسل، برغم الظروف الإقليمية العربية، التي تحجّم من الكوادر الفنية والممثلين الذين يقدّمون مثل هذا النموذج في الوقت الراهن، يمثل شمعةً في مرحلةٍ شديدة الظلمة.

• **وزير أردني سابق، باحث ومتخصص في الفكر الإسلامي والإصلاح السياسي والتحول الديمقراطي في العالم العربي. من كتبه "السلفيون والربيع العربي"و" الإصلاح السياسي في الفكر الإسلامي"و "الحل الإسلامي في الأردن" و"الإسلاميون والدين والثورة في سورية".**
• **(العربي الجديد) لندن**

الرجل الذي باع ظهره

نافذة

• بانة القاسم

ككثير من الناس مازلت أعتقد أن الظهر الذي يسكن فيه العمود الفقري والذي تستند عليه كل عظامنا، هو مركزية أي إنسان وسر قوته. حتى أن الشخص اذا أراد أن يمدح أحدًا، يقول له أنت سند ظهري. أما المحروم من السند فهو من تعرى ظهره وانكشف، وفقد ارتكازه. وهذا ما وجد اللاجيء نفسه عليه، عندما كان عليه أن يغادر وطنه ويصبح بلا هوية ولا قيمة.

الرجل الذي باع ظهره، قصة مهاجر فر من بلده ريا إلى لبنان خوفا وهربا من الحرب الطاحنة التي تدور هناك، والتي أكلت أحلامه ومستقبله ولم يتبق له إلا الرماد، فعزم على السفر إلى أوروبا للقاء حبيبته التي هاجرت قبله الى بلجيكا وحاولت أن تتزوج بأي أحد لتضمن الإقامة. هذا الشاب كان يبحث عن الأرض التي ستقف قدماه عليها ويأمل بلقاء الحبيبة ويحلم بالحياة الرغيدة غير المشروطة بأوراق شرعية. اذ إنه لم يتمكن من الحصول على تأشيرة لأي بلد في العالم كونه لاجئا غير مرغوب فيه.

يلتقي سام (البطل) بجيفري (الرسام) والّذي سيعرف قصّته فيعرض عليه تسيير شؤون سفره إلى بلجيكا عند محبوبته، مقابل أن يبيع ظهره! وكيف ذلك؟؟

إذ سوف يقوم هذا الفنّان بتحويله إلى أداة تكون بطلة معارضه،تماما مثل أي لوحة قماشية مشدودة على بعض القوائم الخشبية ببعض المسامير الحديدية. ولكنها أداة من لحم ودم، قطعة من جسد وروح إنسان. سيخرج الجسد المرسوم على ظهره لوحة (جيفري) الخيالية والتي هي رسمة لفيزا أو تأشيرة سفر، موشومة على جلده، تماما كما يشمون الحيوانات لتمييزها. وأما الروح فهي روح مقتولة تنزف خذلانها وكرامتها طوال الوقت. جال به كل البلدان واشماً "تأشيرة الدخول" على ظهره، تلك التأشيرة الّتي لا يتم منحها للسّوري (الإنسان) إنما السوري الّذي يتحوّل إلى شيء!

تروق اللّعبة لسام في البداية كونه اكتسب العديد من الامتيازات، كحرية السفر في بلاد لم يحلم خياله قط بالدخول إليها، أو تحقيق دخل ماديّ كبير يمكّنه من سد احتياجات عائلته في سورية، إلى تحقيق حلمه بالوصول إلى(عبير) حبيبته المفقودة...ولكن الوقت يمر، وهو يشعر أن حدود حريّته تضيق وتضيق بها روحه، وهو يبحث عن متنفس يعيد له إنسانيته، فيعود رجلا بظهر مستور وأحلام محققة .

يثور (سام) لحظة عرضه للبيع في مزاد علني كأي خردة يتنافس الأغنياء لامتلاكها فيقرر إيقاف هذه المهزلة والانحياز إلى انسانيته، التي ستعيده لاجئا مرة أخرى...لاجيء إلى الإنسانية.

- فيلم درامي رائع أخرجته وكتبته المخرجة التونسية كوثر بن هنية وقامت بالمشاركة ببطولته الممثلة الإيطالية العالمية مونيكا بيلوتشي في لفتة إنسانية كبيرة لجذب انتباه العالم نحو قضية اللاجئين وما يتعرضون له من ظلم وإهانة على يد المجتمعات التي تدعي الحفاظ على كرامة الإنسان....الفن عليه أن يكون في خدمة الإنسان وقضاياه النبيلة وهذا الفيلم لم يكشف فقط ظهر (سام) وإنما كشف الحقائق التي يتستر وراءها باعة الحضارات.

• كاتبة وصحفية من اسرة (البلاد) لندن اونتاريو

توقف إصدار النسخة الورقية لأقدم صحيفة يومية في العالم

يتوقف في النمسا إصدار النسخة الورقية المطبوعة لأقدم صحيفة يومية في العالم، "Wiener Zeitung"، قبل وقت قصير من الاحتفال بمرور 320 عاماً على إصدار النسخة الأولى من "صحيفة فيينا"، التي تملكها دولة النمسا.

فقد قررت الحكومة وقف إصدار النسخة المطبوعة للصحيفة النمساوية العريقة، التي تعتمد على أموال دافعي الضرائب، في نهاية يونيو القادم، وإطلاق موقع الصحيفة الجديد على شبكة الإنترنت في مطلع يوليو القادم، في إطار إعادة هيكلة الصحيفة وتطوير أنشطتها وتحويل خدماتها إلى الشكل الرقمي.

ويرجع سبب تحول الصحيفة اليومية إلى الفضاء الافتراضي، إلى إنهاء العمل بقانون نشر الإعلانات الإلزامية الخاصة بالميزانيات العمومية والبيانات والتقارير المالية السنوية للشركات والمنشورات الإلزامية الأخرى في الصحيفة الرسمية، ونشرها مستقبلاً عبر منصة الإعلان والمعلومات الرقمية الجديدة للحكومة.

وفي المقابل قررت الحكومة أن تلعب "صحيفة فيينا"، التي صدرت نسختها الورقية الأولى في أغسطس 1703، دورًا مهمًا في التدريب العملي للصحفيين والإعلاميين، وتوفير المحتويات الإعلامية للوزارات والمؤسسات العامة، بالتزامن مع إنشاء منصة إعلامية كبيرة للصحيفة اليومية على شبكة الإنترنت.

• المصدر: وام

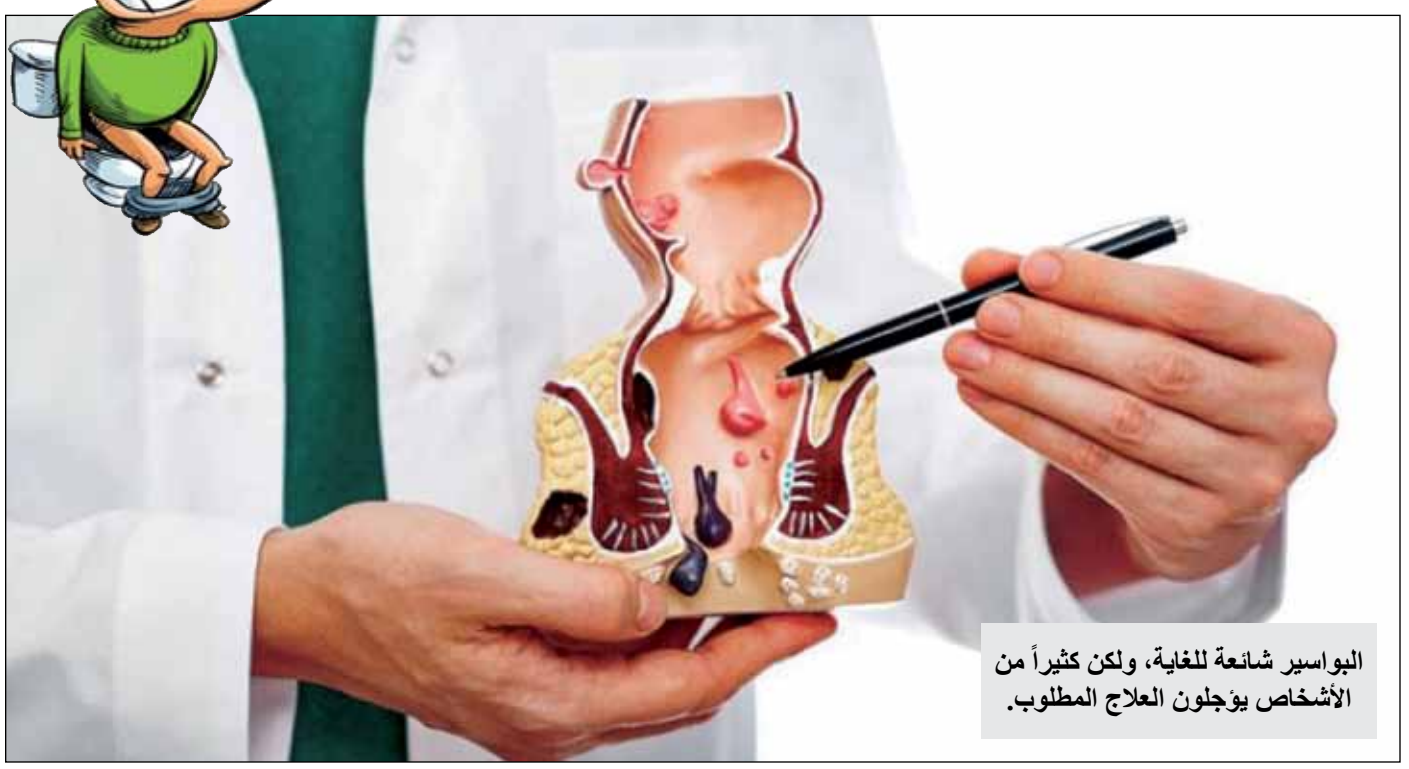
سيد ابو زهدة
أديب وشاعر مصري
عضو هيئة تحرير البلاد
abuzahda@gmail.com

بكرة

يابكرة خايف ليه تيجي؟
يابكرة! دايما تتأخر
وليه قضاك مش تدريجي؟!
ون جيت بتصدمنا وتنحر
أيا بحر غرق بواريجي
من قبلما البر يشأر
مزرت بني وتحويجي
والشاي كما القهوة ممرر
ومزاجي مابقاش مزايجي
خليت صافيه بقى متعكر
تستني فرحي وتهريجي
وعملتني ماكينة تفكر!
يابكرة! ديكك فراريجي!
بدال ما يدن! بينقر
وديكك الفجر بييجي...
يلقاه سطيحة! وبيشخر
يابكرة وانا عايزك تيجي
وايماني بيك عمره مايكفر

آلام البواسير... مشكلة شائعة لا تحتمل التأجيل
خطوات علاجية وجراحية للتخلص منه

• كمبردج (ولاية ماساشوستس الأميركية): مورين سلامون



البواسير شائعة للغاية، ولكن كثيراً من الأشخاص يؤجلون العلاج المطلوب.

♦ تضخم الأوعية الدموية

لقد وُلدنا جميعاً بعينين، وأذنين، وذراعين، وساقين... وكذلك مقومات البواسير. وفي حين أنها ليست ما نعتقد من أنها جزء من الجسم، فإن الأوعية الدموية المبطنة للشرج والمستقيم هي، رغم ذلك، جزء منا جميعاً، وأمر يستحيي كثيرون من ذكره مع الصحبة المهذبة.

تصبح هذه الأوعية الدموية مشكلة فقط عندما تتضخم. وقبل ذلك؛ فإنها «تسهم في الواقع في قدر من تحكمنا؛ إنها تحفظ الأشياء في مكانها الصحيح»؛ كما تقول الدكتورة آن فابريزيو، اختصاصية أمراض المستقيم والشرج في «مركز بيت إسرائيل ديكونيس الطبي» التابع لجامعة هارفارد.

لكن عندما تظهر الأعراض - التي تتراوح بالكاد بين الملحوظ والمبرح - فإن بإمكانها أن تعطل أيام حياتنا. وقد عانى نحو نصف البالغين بدرجة ما من أعراض «البواسير (hemorrhoids)» بحلول سن 50 عاماً. تقول الدكتورة فابريزيو إن الألم والحكة والتورم والنزف يمكن أن تتطور إلى درجة تنتفخ فيها البواسير بصورة كبيرة وتتطور بها جلطات دموية ذات آلام موجعة.

تضيف الدكتورة: «إنها مشكلة شائعة بشكل لا يصدق، ويمكن أن يكون لها تأثير كبير على نوعية الحياة». لكن كثيراً من الناس يحاولون تجاهلها لمدة طويلة، ويرجع ذلك جزئياً إلى الإحراج الذي يلازمها، لذلك يترددون في الحديث عنها.

♦ مضاعفات خطيرة

تصنَّف البواسير إلى نوعين اعتماداً على مكان وجودها. يمكن رؤية البواسير الخارجية في الشرج، بينما تكون البواسير الداخلية داخل المستقيم. وتقول الدكتورة فابريزيو إن الأخيرة تميل إلى إحداث نزف بلون أحمر وهاج وغير مؤلم مع حركة الأمعاء، ولكن ليس بكثير من الألم.

إلا إن أي نزف في المستقيم مثير للقلق - وربما يشير إلى سرطان القولون والمستقيم - تجب عنده زيارة الطبيب، حتى إذا كنت غير مكترث، ومقتنعاً بأن البواسير الداخلية هي السبب.

والحمل أحد أهم عوامل خطر البواسير؛ لأنه يكثف الضغط في المستقيم. وتشتمل الحالات الأخرى: الشيخوخة، والإمساك المزمن، أو الإسهال، والسمنة. ولكن من الأكثر لدى النساء تأخير علاج البواسير في السنوات التالية للولادة - عندما تحتدم المشكلة - حيث يوفّقن أمورهن بين الأسرة وأولويات أخرى.

تقول الدكتورة فابريزيو: «هذا خطأ؛ إذ يمكن أن يؤدي تأخير الرعاية إلى مضاعفات خطيرة، إضافة إلى معاناة لا داعي لها لأي أشخاص مصابين بالبواسير». كما تقول: «قد يكونون غير مرتاحين طوال الوقت، ويشعرون بالألم، ويفكرون في البواسير عندما يكون من المفترض أن يركزوا على أشياء أخرى».

عندما تصبح البواسير متضخمة للغاية، يمكن للمخاط أن يتسرب، وكذلك الدم. تضيف الدكتورة فابريزيو: «أسوأ السيناريوهات أن يُصاب الناس بفقر الدم حقاً. ويمكن أن يكون لديهم فقدان كبير للدم؛ مما يضر بصحتهم بصفة عامة».

♦ استراتيجيات العلاج

غالباً ما تكون علاجات البواسير الدوائية أول ما يجربه المرضى عندما تكون الأعراض خفيفة. وتشتمل هذه الأدوية مُسكنات الألم، جنباً إلى جنب مع حشوات (وسادات) «ويتش هازل (witch hazel pads)» للبواسير، والكريمات والمراهم الموضعية للحد من الحكة والانزعاج. كما يمكن لـ«حمامات المقعدة المُسطحة (الضحلة)؛ (Shallow sitz baths)»، والكمادات الباردة، أن تجلب شعوراً بالراحة.

لكن رغم أن هذه التكتيكات «رائعة للتحكم في الأعراض»، تقول الدكتورة فابريزيو، «فإنها لا تعالج المشكلة الأساسية. ولا تجعل البواسير تختفي. ولهذا السبب لا بد من زيارة الطبيب».

يؤدي طلب الرعاية في وقت مبكر أيضاً إلى توسيع خيارات العلاج قبل أن تتفاقم المشكلة إلى حد الحاجة إلى خيارات أكثر تطرفاً وربما تكون مؤلمة. وإحدى الأدوات هي «تحاميل الهيدروكورتيزون (hydrocortisone suppositories)» التي تُصرف بوصفة طبية، والتي يمكن استخدامها في علاج التهاب البواسير قصير الأجل.

وتضيف الدكتورة أن معظم المرضى الذين يزورون الطبيب في وقت مبكر ويتخذون خطوات نحو سهولة وانتظام حركة الأمعاء يمكنهم، في كثير من الأحيان، تجنب أسوأ أعراض البواسير؛ أو حتى منع ظهور الأعراض على الإطلاق.

بالنسبة إلى البواسير الداخلية، فقد يوصي الطبيب بإجراء لإزالة البواسير عن طريق قطع تدفق الدم. أحد الخيارات هو العلاج بـ«التصليب (sclerotherapy)»، الذي يشمل حقن الأوعية الدموية للبواسير بمواد طبية تؤدي لانكماشها. وهناك وسيلة أخرى هي «الربط (banding)»، حيث يضع الطبيب رباطاً مطاطياً صغيراً حول قاعدة البواسير. في كلتا الحالتين؛ تختفي الأوعية المنتفخة في نهاية المطاف.

بالنسبة إلى البواسير الخارجية الكبيرة المنتفخة، فإن الجراحة التي تسمى «استئصال البواسير (hemorrhoidectomy)» هي خيار الإزالة الدائم والوحيد. تعترف الدكتورة فابريزيو بأن «الإجراء مؤلم، لكنه يستحق العناء في كثير من الأحيان. أخبر المرضى بأن استئصال البواسير يجلب ألماً مؤكداً قصير الأمد، ولكنه يوفر تحسناً في الأعراض على المدى الطويل».

بطبيعة الحال؛ فإن منع البواسير من التضخم في المقام الأول هو النموذج المثالي. توصي الدكتورة فابريزيو بـ«تفادي الإمساك، وذلك عن طريق تناول الأطعمة الغنية بالألياف وشرب كثير من الماء. تجنب أيضاً الإجهاد لمدد طويلة على المرحاض والتنظيف العنيف، مما قد يؤدي إلى مزيد من تهيج الأوعية الدموية».

وتقول الدكتورة أخيراً: «البواسير أمر نتعامل معه لقرون. إن الحديث عنها أكثر من شأنه أن يجعل الناس أكثر ارتياحاً عند زيارة الطبيب في وقت مبكر؛ الأمر الذي قد يكون مريحاً للجميع».

• (رسالة هارفارد) - «مراقبة صحة المرأة» - خدمات (تريبيون ميديا)
• عن (الشرق الاوسط) لندن

هل يقضي الذكاء الاصطناعي على الإبداع البشري؟

• سيري رادفورد كاتبة

"أعرّف الإبداع بأنه التوصل إلى أفكار مبتكرة تجلب الرضا، لكن جانب الرضا سيختفي كلياً" (غيتي)

بالنسبة إلينا نحن المولودين قبل عام 2000 كانت ذكرياتنا تعمل بشكل مختلف. كنا نحفظ أرقام الهواتف عن ظهر قلب. والوقائع، والتواريخ. وأفضل طريق يمكنك أن تسلكها من منطقة مانور هاوس إلى منطقة ماربل آرش. وجدول عرض مسلسل نيبرز (جيران-Neighbours)، ثم أتانا "غوغل" والهواتف الذكية، وفجأة أصبحت كل المعلومات التي تحتاج إليها موجودة في جيبك. لست أقول إننا تحولنا إلى أسماك ذهبية عملاقة راجلة من دون حراشف، لكن العلماء يتفقون على أن ذكرياتنا تغيرت. وإن افترضنا أننا انتقلنا بالزمن إلى عشرين سنة من اليوم، يرجح بأننا سننظر عندها إلى عام 2023 باعتباره نقطة تحول مشابهة في العقل البشري، لكن هذه المرة في موضوع الإبداع.

في نوفمبر (تشرين الثاني) الماضي، أطلق مركز أبحاث الذكاء الاصطناعي، "أوبن أي آي" (OpenAI)، برنامجاً للدردشة لم يتوقعه أحد في العالم اسمه "تشات جي بي تي" ChatGPT، يقوم على الذكاء الاصطناعي، ويمكنه أن ينفذ أي عمل كان من كتابة كلمات أغنية (ملتبسة) بأسلوب المغني نيك كايف، إلى النجاح في امتحان الماجستير لإدارة الأعمال، مروراً بالتأمل الواعظ حول طبيعة الوعي، ما عليكم سوى كتابة سؤال أو طلب، فتأتيكم الإجابة فوراً، قبل أن تتمكنوا حتى من وضع الإبريق على النار. منذ ذلك الوقت، أصبح البرنامج أسرع المنصات الرقمية نمواً في التاريخ، وجاء تحديث سمي 4-GPT في مارس (آذار) 2023 ليزيد من قدراته المخيفة.

جربت "تشات جي بي تي" بعدة طرق. طلبت من البرنامج أن يكتب لي قصيدة فكاهية قصيرة عن البيتزا، وأن يحرر رسالة إلى مدرسة طفلي، وقصة قصيرة بأسلوب مجلة "نيويوركر" الأدبي باستخدام الطائر كاستعارة عن الموت. تبدأ القصة كالتالي: "عند الغسق في يوم شتوي، تمشى الرجل العجوز على ضفاف النهر، مستغرقاً في أفكاره. وقف يشاهد تلاشي آخر آثار الضوء من السماء، فيما أحنت الأشجار رؤوسها كأنه خشوع أمام الليل القادم". إن النتائج التي يعطيها "تشات جي بي تي" فورية، وليست سيئة، كما السحر الأسود. وما زالت هذه التكنولوجيا في بدايتها. باعتباري شخصاً مبدعاً، أنا مفتونة ومرعوبة في آنٍ معاً.

أنا لست وحدي في هذا. فردود الفعل السلبية على الذكاء الاصطناعي المنتج - وهي عبارة فضفاضة تشمل كل أنظمة التعلم العميق التي يجري تدريبها على كم هائل من النصوص والصور إلى أن تتمكن من إنتاج محتواها الخاص رداً على المدخلات (الأسئلة) - شديدة، بدءاً ممن يحترفون مجال الإبداع ويخشون القضاء على باب رزقهم، ووصولاً إلى عمالقة قطاع التكنولوجيا أنفسهم. وبالفعل، انضم إيلون ماسك - الذي مهما قلتم عنه، لا يمكن اعتباره شخصاً رجعياً أبداً - إلى غيره من القادة في مجال الذكاء الاصطناعي في توجيه رسالة مفتوحة مثيرة للجدل تدعو إلى فرض مهلة ستة أشهر ضرورية على "تجارب الذكاء الاصطناعي الضخمة" من أجل الإنسانية.

وتمادت إيطاليا أكثر بعد، فحظرت "تشات جي بي تي" على خلفية اعتبارات الخصوصية. سواء طبقت هذه المهلة أم لم تطبق، فقد رمى الذكاء الاصطناعي أساساً قنبلة مولوتوف داخل كومة قش جاف في قلب قطاعاتنا الإبداعية، لكن ماذا عن أثره المحتمل على عقولنا؟ لكي أتمكن من فهم تداعياته على الإبداع البشري، تكلمت مع البروفيسورة في علم الأعصاب آنا أبراهام، مؤلفة كتاب "الإبداع من منظور علم الأعصاب". ولا شك في أن آنا، الأستاذة في جامعة جورجيا في الولايات المتحدة ومنظمة "مهرجان تورانس" للأفكار Torrance Festival لعام 2023، شغوفة بأهمية الإبداع البشري. ولا يسعني أن أصف محادثتنا حول الذكاء الاصطناعي بالمطمئنة.

وتشرح لي عبر اتصال بالفيديو "أعرّف الإبداع بأنه التوصل إلى أفكار مبتكرة تجلب الرضا، لكن جانب الرضا سيختفي كلياً".

وهذا تلخيص جيد لمخاوفي الشخصية. إن الإبداع صعب: فهو يعني تفادي الطرق السهلة. وبحسب التعبير الخالد للكاتبة دوروثي باركر "أكره أن أكتب، لكنني أحب أنني كتبت". لا شيء سوى وجود موعد نهائي ودلو من القهوة بلا بدائل أخرى يمكن أن يجعلني أكتب. هل سيختار أي أحد أن يشعر بهذا الألم ويستمتع بالمكافأة في النهاية إن كانت كتابة سيناريو سينمائي بسهولة طلب الحصول على الاتجاهات من خرائط "غوغل"؟ والأهم أن الإبداع ليس ملكة منظمة وخفية يمكن أن تضعها إلى جانب شكل الشنب القديم أو ملابس اليوغا باعتبارها إشارة إلى شكل من أشكال الفنانين، كما شرحت أبراهام، إنها جزء أساسي من التفكير النقدي والروابط العاطفية التي تجعلنا بشراً. فلنأخذ مثال تعزية المكلومين "عليك سلوك السبيل الصعب والتفكير فيما تريد أن تكتب أو تقول، لكن يمكننا الاستعانة بمصادر أخرى".

لكن هذه السهولة، وهذا السعي الحثيث من قطاع التكنولوجيا لإزالة كل أسباب الاحتكاك من حياتنا وضعنا على مسار مقلق. وتقول أبراهام "لو سلكنا الطريق السهل وأوكلنا مهمة التواصل إلى جهة أخرى، قد نضيع فعلياً القدرة على إدراك صوتنا الخاص، وهو أمر أساسي للإبداع. أن يعرف المرء صوته، ويفكر بنفسه، ويستوعب المعلومات بنفسه بدلاً من أن يفعل ذلك طرف آخر بالنيابة عنه... يقلقني أثر الذكاء الاصطناعي على التعلم بشكل عام، والاستيعاب العام، وكل ذلك سيؤثر في الإبداع".

ولا تقتصر تبعات هذا الموضوع على الشخص المسؤول عن عملية الابتكار - سواء لكتابة بطاقة تعازٍ أم رسالة بريد إلكتروني أو قصيدة أو حملة سياسية - بل على المتلقي كذلك، كما شرحت آنا، فإن "الفكرة الجيدة لا تأتي سوى عند وجود عدد كاف من الأشخاص القادرين على فهمها والاستماع إليها والإحساس بها". يستطيع عصر الذكاء الاصطناعي أن يضعف قدرتنا على الابتكار والتأمل والتواصل.

كما هو الحال بالنسبة إلى كل مراحل الثورات التكنولوجية، من المهم النظر إلى السياق التاريخي. مر الإبداع بمراحل صعبة قبلاً: ظهور الكتابة في المقام الأول قضى على تقليد شفوي ثري كان يسرد الشعر والقصص المحكية. أما آلات الطباعة، فغيرت هي أيضاً وجه الإبداع، كما فعل الراديو والتلفزيون والإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي، لكن إبداعنا لم يخف، وأصبحنا نستخدم أدوات أكثر ونستمد التأثير من مصادر أخرى ونشارك عملنا على نطاق أوسع من ذي قبل.

كما يجب الأخذ بعين الاعتبار أنه بالنسبة إلى الكتاب الحقيقيين، لا يشكل "تشات جي بي تي" سوى وسيلة لهو أو إهانة بدلاً من أن يكون منافساً لهم. اعتبر المغني وكاتب الأغاني نيك كايف المذهل بحسه الحزين كلمات الأغنية التي ألفها برنامج الروبوت مقلداً أسلوبه "هراء". أما قصيدة السوناتا لشكسبير التي طلبت الإذاعة الرابعة من "تشات جي بي تي" أن يكتبها لمناسبة عيد الحب، فبدت جوفاء ومبالغاً بها، على رغم قراءة تشارلز دانس الجهورية. ولن تمر القصة القصيرة حول العصفور أبداً في صندوق بريد موظفي التحرير في مجلة "نيويوركر". الخوارزميات بلا روح، ولا تعاني، وتعجز عن الخلق بالطريقة الأصيلة والفجة التي تغذي الفن الحقيقي.

ومع ذلك، فإن هذه الأداة لا تزال في بدايتها. يمكنك مواصلة تغذيتها بأسئلة ومدخلات - وكن أكثر إيحاءً ووضوحاً، ولا تستخدم الأنماط المبتذلة. وهي تتعلم باستمرار، وتتحسن بطرق لا يمكن لمخترعيها حتى أن يتوقعوها. لا يسعني إلا أن أشعر بأن هذه الثورة التكنولوجية على قدر مختلف من الضخامة، وأننا أطلقنا العنان لأمر لم نفهم بعد أدنى تبعاته.

إن التواصل مع "تشات جي بي تي"، كما تقول أبراهام، شبيه بأن "تطلب من جني أن يحقق لك أمنية"، هذا أمر يذهلني، ويؤرقني على حد سواء. وما يعرفه معظم الأطفال، وربما عدد لا يكفي من مطوري الذكاء الاصطناعي، هو المشكلة التي تواجهك مع الجني. عندما يخرج من قمقمه فهو لا يعود إليه أبداً.

© The Independent

باحثون من جامعة دوسلدورف الألمانية

حمية غذائية تساهم في تعزيز صحة القلب لدى مرضى السكر

كشفت أبحاث طبية حديثة عن نتائج مهمة ومثيرة بشأن إحدى النصائح الغذائية المهمة لمرض السكر من النوع الثاني، أحد أخطر الأمراض المزمنة التي تصيب أكثر من 360 مليون شخص على مستوى العالم.

وأشارت الدراسة التى أشرف عليها باحثون من جامعة دوسلدورف الألمانية إلى أن اتباع حمية غذائية قليلة السعرات الحرارية يسهم فى تعزيز صحة القلب لدى مرضى السكر وضبط معدل ضربات القلب وكما أنها تقلل فرص الإصابة باضطرابات القلب، ونشرت هذه النتائج على الموقع الإلكتروني للمجلة الطبية "Diabetes Care" رعاية مرضى السكري هي مجلة طبية تصدر عن جمعية مرضى السكرى الأمريكية.

وأضاف الباحثون أن اتباع الحمية قليلة السعرات الحرارية، وتناول الأطعمة الغنية بالألياف مع التقليل من اللحوم الحمراء أسهم أيضاً فى خفض الوزن بمعدل 5 إلى 6 كجم خلال مدة الدراسة التى استمرت 8 أسابيع.

يحد النظام الغذائي منخفض الكربوهيدرات من كمية الكربوهيدرات التي تتناولها. تُصنَّف الكربوهيدرات كما يأتي:
كربوهيدرات بسيطة طبيعية، مثل اللاكتوز في الحليب والفركتوز في الفاكهة.
كربوهيدرات بسيطة مكررة، مثل سكر المائدة، كربوهيدرات معقدة طبيعية، مثل الحبوب الكاملة أو البقوليات، كربوهيدرات معقدة مكررة، مثل الدقيق الأبيض.
تتضمن المصادر الشائعة للكربوهيدرات الطبيعية ما يأتي:
الحبوب، الفاكهة، الخضراوات، الحليب، المكسرات، البذور، البقوليات، مثل الفاصولياء والعدس والبازلاء.

الدماغ
تركيبته الربانية
THE BRAIN
Anatomical Structure

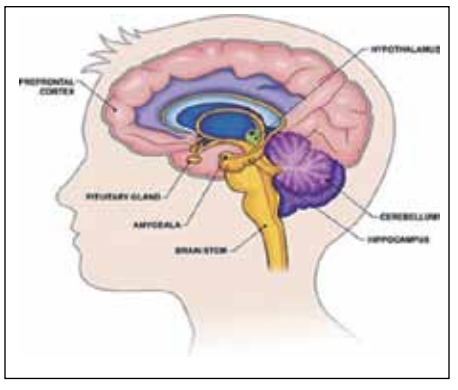
• د. خالد الخيري الادريسي

الجزء الأول

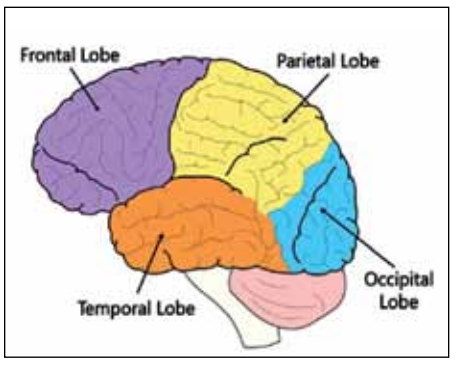
دعاني صديقي الاخ فياض حمزة للقاء في مقهى عربي في مدينة لندن اونتاريو يملكه اخ يمني، فوجئت عند وصولي باسم المقهى حيث كان الاسم مكتوب باللغة الفرنسية"De Ja Vu " ، والذي يعني باللغة العربية " سبق ان رأيتك" . سألت صاحب المقهى هل تعرف معنى هذه الجملة فاجاب بالنفي. ابلغته ان هذه الجملة شهيرة في الطب وخصوصا في طب الاعصاب والدماغ وانها تشير بالبنان الى احد فصوص الدماغ كمنطقة تحتضن سبب لبعض امراض الدماغ تلك المنطقة هي " الفص الزمني "

"Temporal Lobe".

كما وان الحالة هكذا دعونا نتعرف على ما تحويه جمجمتنا " الدماغ" . فهو يوجد داخل الجمجمة ومعا يكونا الراس. ويكسو الشعر فروة الرأس عند بعض الرجال وكل النساء. لو فتحنا تلك الجمجمة نجد الدماغ الذي يتكون من اجزاء:
- المخ. Cerebrum – يتكون من نصفين ايمن وايسر
- المخيخ.Cerebellum- يتكون من نصفين ايضا
- الدماغ الجذعي . Brain Stem
يتكون من ثلاثة اجزاء
- الدماغ الاوسط -Mid Brain
- الجسر -Pons
- النخاع المستطيل-Medulla Oblingata



الـد ماغ -The Cerebrum:
كل جزء منه ينقسم الى عدة فصوص
- الفص الامامي.Frontal Lobe
- الفص الزمني.Temporal Lobe
-الفص الخلفي. Occipital Lobe
-الفص الجداري. Parietal Lobe



نصفي الدماغ يفصلهم اخدود عميق ولكن يبقى الجزءين على اتصال بعضهم ببعض عن طريق "الجسم الثفني -Corpus Callosum" حيث يتم من خلاله نقل وتنسيق المعلومات والاوامر والاحاسيس.

يشغل جسم المخ الجزء الاكبر من فراغ الجمجمة وهو يتحكم بالاحساس والحركة واللغة وامور المعرفة والذاكره والعاطفة والسمع والبصر.
كما ذكرت سابقا كل نصف من المخ ينقسم الى عدة فصوص الامامي والزمني والجداري والخلفي. كل فص من هذه الفصوص له وظيفة محددة
- المادة الرماديه – او القشرة The Grey – Matter or The Cortex سمكها يبلغ بضع مليمترات ولها العديد من التلافيف تتكون هذ التلافيف بسبب وجود تلال "Sulci " واخاديد"Gyri "وهي مكونة من الخلايا والاعصاب الغير معزولة لهذا تظهر على هذا اللون . وهي تتلقى المعلومات والاشارات من كل انحاء الجسم وتفسرها وتقوم باصدار الاتمر والتعليمات المناسبة. ويعتقد ان هذه التلافيف والتعرجات تتيح لوجود كمية اكبر من القشرة الدماغية ويربط بعض
المصادر مقدار ذكاء اي شخص بكمية المادة الرمادية في مخه. ويندر البعض عند الاشارة لغباء اي شخص قائلا" دماغه املس". يتكون المخ من عدة فصوص هي:

*** الفص الامامي : The Frontal Lobe**

يتكون هذا الفص من اجزاء عدة واحدها هو المسؤول عن الحركة والاخر عن الشخصية والقرارات والحكمة والتخطيط وعن التصرف والكلام والكتابة والتركيز والانتباه والذكاء.

في الفص(المتحكم Dominant Hemisphere وعادة ما يكون النصف الايسر للمخ) توجد منطقة تدعى " منطقة بروكا-Broca's area ". وهي المسؤولة عن الكلام والنطق.

*** الفص الجداري-Parietal Lobe**

يتحكم هذا الفص في التلقي والاحساس اللمسات والوخز والحرارة . اي تلف لهذا الفص خصوصا الفص الغالب " عادة الايسر"سيسبب فقدان الاحساس و فقدان القدرة على التعرف على الاحرف واجراء العمليات الحسابية وفقدان التعرف على واحساس الاصابع، وفقدان التعرف على اليسار واليمين.كل هذه الاعراض تعرف ب "متلازمة جرستمان". ا

ما ان كان التلف في الفص السلبي "عادة الايمن" فينتج منه عدم التعرف على جانب الجسم الاخر.

*** الفص الخلفي Occipital Lobe**

كما يدل اسمه فهو موجود في مؤخرة المخ وهو متخصص في النظر وتكوين الصور وفهمها وكذلك التعرف على المسافات والالوان والوجوه. يتسلم هذا الفص المعلومات من الجانب الاخر للنظر بمعني الفص الايمن يتلقى المعلومات والاشارات من النصف الاخر للمخ والعكس صحيح.

*** الفص الزمني Temporal Lobe**

يتحكم هذا الفص بفهم اللغةوالسمع والذاكرة . توجد في هذا الفص منطقة تدعي" منطقة فيرنكس" وهي المسؤولة عن فهم اللغة وتوجد فقط في الفص الزمني السائد وفي اغلب الاحيان يكون الفص الايسر. يتصل الفص الزمني مع منطقة في المخ تدعى " هيبوكامبس ونواة اسمها اميجداليا لخلق الذاكرة.

- المادة البيضاء تتكون من الاعصاب الهابطة من خلايا المادة الرمادية والقادمة لها . وتظهر بهذا اللون بسبب الغلاف العازل الذي يحيط بتلك الاعصاب ويشكل الغلاف العازل لها.
يتغذى الدماغ بالغذاء والاوكسجين عن طريق نظامي شرايين

- الشرايين الرقيبة الداخلية من الجانبين-Internal carotid Arteries

- الشراين الفقرية -Vertebral Arteries

هناك تجمعات للمادة الرمادية في داخل المخ تدعى التجمعات القاعدية "Basal Ganglia" لها وظائفها واشهرهم هي التجمع الاسود "substancia Nigra"، فهذه بالرغم من صغر حجمها الا انها المسؤولة عن كيفية تحكم الدماغ في حركة الجسم واهم الامراض الناتجة عن اي خلل فيها هو مرض الرعاش"Parkinsonism".

اهمية معرفة التشريح والفسيولوجيا لكل الجسم وليس الدماغ بمعزول عنه، انه يُمَكن من تشخيص مرض ذلك العضو ، من خلال تعطل عمله.

فمن التشريح والفسيولوجيا نعرف وظيفة ذلك العضو وهكذا نعرف مكان الخلل من معرفة الخلل في وظيفته. فمعرفة تكوين الدماغ (عن طريق التشريح وعلم الفسيولوجيا) والشرايين المغذية لكل منطقة من الدماغ، نشخص الداء ونقرر الدواء.

• **زميل الكليه الملكية لاخصائيي الباطنة – ادنبره**
• **زميل الكليه الملكية لاخصائيي الباطنة- لندن**
• **زميل كلية اختصاصيي القلب الامريكية**
• **مستشار جراحة القلب التداخلية**

وفقا لما نشره موقع onlymyhealth

هذه هي الفوائد الصحية لـ "زيت بذور اليقطين"

يعتبر زيت بذور اليقطين "اللب الأبيض"، عالي القيمة الغذائية لاحتوائه على البوتاسيوم والكالسيوم والحديد والزنك والأحماض الدهنية غير المشبعة ومضادات الأكسدة القوية وخصائصه المضادة للالتهابات.

ويعرف أيضًا باسم زيت البيبيتا ويتم تصنيعه عن طريق ضغط الزيوت من بذور اليقطين، إما باستخدام الحرارة أو البرودة، ومن المعروف أنه يتحكم في نسبة الكوليسترول، ويقلل من علامات تورم البروستاتا والهبات الساخنة، ويمنع تساقط الشعر، يمكن تناوله على شكل سائل أو كمكمل غذائي، تابع القراءة لمعرفة الفوائد الصحية لهذا الزيت وفقا لما نشره موقع onlymyhealth.

فوائد صحية لزيت بذور اليقطين:-

✓ يعزز صحة القلب

تمت دراسة زيت بذور اليقطين لقدرته على خفض الكوليسترول بسبب فيتوسترولس وتكوين الأحماض الدهنية غير المشبعة.

وفقًا لدراسة نُشرت في مجلة Journal of Medicinal Food، قد يوفر زيت بذور اليقطين مزايا إضافية للوقاية من أمراض القلب وخفض ضغط الدم. عندما تستبدل الدهون المشبعة مثل الزبدة بالزيت، يمكن أن تدعم الكوليسترول الجيد عند تناولها باعتدال.

✓ يحسن نمو الشعر

يتعامل معظم الناس مع مشاكل الشعر وغالبًا ما يقلقون إذا كان لديهم نمو شعر ضعيف. يسعون إلى اتخاذ تدابير مختلفة وتطبيق الزيوت المختلفة لتحقيق النتائج المرجوة.

طريقة واحدة لتحسين نمو شعرك باستخدام زيت بذور اليقطين. لوحظ زيادة في نمو الشعر لدى الرجال الذين تناولوا 400 ملليغرام من زيت بذور اليقطين يوميًا (في شكل كبسولة) لمدة 24 أسبوعًا، وفقًا لدراسة نُشرت في الطب البديل والتكميلي المبني على الأدلة.

✓ يساعد على التقليل من أعراض سن اليأس

يمكن أن يساعد زيت بذور اليقطين أيضًا في تقليل أعراض انقطاع الطمث مثل الهبات الساخنة والصداع وآلام المفاصل، توجد فيتويستروغنز، أو المواد النباتية التي تعمل مثل الاستروجين في الجسم، في بذور اليقطين، مما يساعد على تقليل هذه الأعراض.

✓ يحسن صحة الجهاز البولي

زيت بذور اليقطين مفيد أيضًا في تحسين صحة الجهاز البولي والوقاية من مشاكل المسالك البولية.

أظهرت بعض الدراسات أيضًا أن مستخلص زيت بذور اليقطين ساعد في تقليل أعراض فرط نشاط المثانة، قد تساعد المكملات بزيت بذور اليقطين في تقليل الإلحاح وكثرة التبول.

✓ يعزز صحة البروستاتا

الزنك والكاروتينات والفيتوستيرول الموجودة بكميات كبيرة في بذور اليقطين تعزز صحة البروستاتا، يمكن أن يساعد في تقليل علامات تضخم البروستاتا الحميد، تضخم البروستاتا.

✓ تقليل الالتهاب

زيت بذور اليقطين هو أحد مضادات الأكسدة القوية ويساعد على محاربة الالتهابات والجذور الحرة في الجسم، وبالتالي، فهو يساعد في منع العديد من الأمراض.

دراسة نشرتها دورية "طبيب العائلة الكندي"

ما هي دلالة الخطوط على أظافرك؟

تظهر على أظافر البعض خطوط ونتوءات صغيرة ، فما دلالات هذه الخطوط ؟ وهل هي علامة على وجود مشكلة صحية؟

فقد كشفت دراسة نشرتها دورية "طبيب العائلة الكندي" أن حوالي 20 بالمئة من البالغين، يصابون بأظافر هشة، وهو جزء طبيعي من عملية الشيخوخة، بما في ذلك النتوءات أو الانقسامات البادية على الأظافر. وتبدو معظم حواف الظفر عمودية، وتظهر مثل خطوط صغيرة بارزة تمتد من أسفل الظفر إلى أعلاها. إذا قمت بتمرير إصبعك على الظفر، يمكنك أن تشعر بالنمط المتموج.

ومع ذلك، هناك ظروف يمكن بموجبها اعتبار نتوءات الأظافر علامة على وجود مشكلة صحية، وفقا لكل شخص.

أسباب الخطوط

حواف الأظافر العمودية هي نتيجة طبيعية لفقدان الرطوبة الذي يحدث أثناء عملية الشيخوخة البشرية. بشكل عام، هي ليست مدعاة للقلق.

من ناحية أخرى، تعد الحواف الأفقية ظاهرة نادرة يمكن أن تشير إلى العديد من المشكلات الصحية المختلفة. غالبا ما تكون حواف الأظافر الأفقية العميقة، والتي تسمى أيضا خطوط Beau، علامة على توقف نمو أظافرك. وفقا لعيادة كليفلاند، يمكن أن يكون سبب هذا الانقطاع هو إصابة جذر الظفر، أو مرض أو عدوى، أو إجهاد شديد، أو حالة جلدية تؤثر على منطقة الظفر، أو نقص فيتامين أو مغذيات، أو فقدان تدفق الدم إلى الظفر، وفقا لسكاي نيوز عربية.

بالإضافة إلى ذلك، فإن خطوط Beau هي عرض كلاسيكي لنقص البروتين أو الزنك. لذلك، إذا لاحظت وجود نتوءات أفقية، فقد حان الوقت لرؤية الطبيب بشأن تغذيتك.

أجهزة السمع تسهم في الوقاية من الخرف

يمكن لأجهزة السمع أن تقي من الإصابة بالخرف لدى كثير من كبار السن، حسبما أظهرت دراسة أجراها فريق دولي من الباحثين، ونُشرت في دورية «ذا لانست بابليك هيلث» المتخصصة. وبحسب الدراسة فإن الأشخاص الذين يعانون من ضعف السمع، ولا يستخدمون أداة مساعدة للسمع لديهم خطر متزايد بنسبة 42% للإصابة بالخرف. في المقابل تكون نسبة الخطورة لدى ضعاف السمع، الذين يرتدون أداة مساعدة للسمع مساوية لخطر الإصابة بالخرف لدى الأشخاص ذوي السمع الطبيعي، حسبما أفاد فريق البحث بقيادة دونجشان تشو من جامعة شاندونج في مدينة جينان الصينية. ومن المعروف منذ فترة طويلة أن ضعف السمع المرتبط بالشيخوخة يزيد بشكل كبير من خطر الإصابة بالخرف. يقول بيتر بيرليت، طبيب الأعصاب والأمين العام للجمعية الألمانية لطب الأعصاب: «عندما تضعف الأعضاء الحسية يزداد خطر الإصابة بالخرف أيضا». وقال الباحث المشارك في الدراسة فان جيانج من جامعة شاندونج في بيان صادر عن الدورية: «الارتباطات الأساسية بين استخدام الأجهزة السمعية وانخفاض خطر الإصابة بالخرف غير واضحة»، موضحاً أنه يتعين لذلك إجراء المزيد من الأبحاث.

• برلين - د.ب.أ

السمكة النمرجالوت، الشقيقة الكبرى لسمكة البيرانا
Goliath Tigerfish

• د. محمد أمين الأعظمي

للسمكة بيرانا piranha التي تنتشر في حوض الأمازون سمعة غير محمودة في الشراهة والعدوانية يشهد عليها الرئيس الأمريكي السابق تيودور روزفلت Theodore Roosevelt.

ففي زيارة الرئيس الأمريكي المذكور للبرازيل عام 1913، اصطحبه المضيفون إلى أعماق غابة مطرية وحذروه من الدخول إلى النهر الذي يَحوي أسماك بيرانا جائعة.

ثم رموا ببقرة بائسة في النهر! وبلمح البصر، هاجمت مجاميع كبيرة من البيرانا البقرة المسكينة. وزاد روزفلت في سمعة هذه السمكة السيئة بقوله:"إنها أكثرُ الأسماكِ ضراوةً في العالم. سوف تقطع إصبعاً من يدٍ متخلفةٍ وغيرِ حذرةٍ في الماء؛ وستمزق وتلتهم أيَ رجلٍ أو حيوانٍ جريحٍ، لأن الدم في الماء يثيرها ويدفعها إلى الجنون".

وأقنعت أوصافه، التي رددتْ رواياتٍ سابقةً الجمهورَ الأمريكي بأن هذه الأسماك الضارية المفترسة هي وحوش نهرية عدوانية تأكل الإنسان.. وهناك قصص كثيرة أخرى تختلف بتفاصيلها، ولكن لب الموضوع هو أن بيرانا سمكة شرهة وغير ودود.

ماذا عن جالوت Goliath Tigerfish؟

أسميت هذه الأسماك الأفريقية نسبة إلى جالوت الذي قتله سيدنا داود كما ورد ذكره في القران.. وهي أكبر من بيرانا بأربع مرات أو يزيد. إذ يصل وزنها إلى 45 كغم، بل وقد يتجاوز هذا ليصل إلى 70 كغم وطولها متر ونصف المتر. ولعل مرد هذا التفاوت بالحجم والوزن إلى حقيقة أن هذه الأسماك لا تنتمي إلى نوع واحد، بل إلى أكثر من نوع.

يقول أحد من وصفها أنها تمتلك خناجر بدل الأسنان They have daggers for teeth وكثيراً ما حصلت على قضمة

• اكاديمي كندي من اصول عراقية (من كتاب البلاد) لندن اونتاريو

مفاجأة من علماء هارفارد.. هل تُصبح الشيخوخة شيئًا من الماضي؟

كرَّس البروفيسور ديفيد سينكلير، أستاذ علم الوراثة والمدير المشارك لمركز بول غلين لبيولوجيا أبحاث الشيخوخة في كلية الطب في جامعة هارفارد، جزءاً كبيراً من حياته لفهم عملية الشيخوخة وعكس مرحلها، التي يقول إنها تم إساءة فهمها باعتبارها جزءًا لا مفر منه من الحياة، وفق موقع "ناشيونال نيوز".

كما أكد سينكلير البالغ 53 عامًا، أنه تمكن من تقليل عمره البيولوجي 10 سنوات على الأقل، ناصحًا بممارسة الرياضة واتباع نظام الصيام المتقطع ونظام غذائي صحي وتناول المكملات الغذائية، وتجنب السكر.

استعادة البصر وعلامات بيولوجية

وشرح أن فريقه البحثي، المكون من 20 عالمًا، نجح في مساعدة الفئران المسنة والعمياء على استعادة بصرها واستعادة بعض العلامات البيولوجية لنضج الحيوانات.

كما أضاف أنه وفريقه البحثي اكتشفوا أن هناك " نسخة احتياطية للشباب من كل خلية في جسم الإنسان" ، مشيرًا إلى أن هدفهم هو إعادة تنشيط الخلايا الاحتياطية.

تغيير معتقد شائع

كذلك أردف: "ربما لا تبدو الأيام المقبلة مشرقة جدًا بالنسبة لشخص في الخمسينيات من العمر وبالتأكيد لشخص في الستينيات والسبعينيات والثمانينيات من عمره"، لافتًا إلى أن "عالم اليوم يرى أن من يبلغ سن الثمانين أو التسعين، وبالتأكيد 100 عام، هو مثال للإعاقة والمعاناة والمرض".

فيما أوضح أن الشخص البالغ 70 عامًا لن يكون مضطراً للقلق بشأن أمراض القلب والسرطان والخرف، فيما يمكن لشخص يبلغ 80 عاماً أن يتطلع إلى "تربية الأحفاد والمساهمة في المجتمع"، مضيفاً أنه "حتى شخص ما في التسعينيات يمكن أن يتطلع إلى عقود عديدة قادمة".

"قرص مضغوط مخدوش"

وشبّه سينكلير مرحلة الشيخوخة بـ "قرص مضغوط تعرّض للخدش"، أي أنه لم يتفقد المعلومات المسجلة عليه وإنما تكون تالفة، لافتاً إلى أنه "يجب اعتبار الشيخوخة مرضاً ويمكن العمل على إيجاد علاج له".

فيما أردف أنه يجب معالجة الشيخوخة بشكل منفصل عن الأمراض المرتبطة بالعمر مثل الخرف أو الزهايمر، معرباً عن اعتقاده بأنه "من خلال معالجة الشيخوخة كمرض منفصل، سيكون ممكناً علاج المشاكل الأخرى المرتبطة بالعمر، إذ يمكن تطوير أدوية يمكن إعطاؤها للمريض لإحياء ذاكرته، وأعضاء جسده بالكامل".

كذلك نصح بتناول المكملات الغذائية للحفاظ على شباب دائم مثل معززات ثنائي نوكليوتيد الأدنين وأميد النيكوتين، والتي يشار إليها اختصاراً بـNAD، وبربرين وميتفورمين وريسفيراترول وفيستين وسبيرميدين، إلى جانب فيتامينات D3 وK2 وB6 وB9 و B12، بالإضافة إلى حمض ألفا ليبويك وأحماض أوميغا 3 و6 و9 الدهنية.

تحذير مهم

بينما حذر من إجراء أي تغييرات مفاجئة في نمط الحياة، قائلاً: "إذا حاولت أن تفعل كل ما أفعله غداً، فسوف تفشل"، ناصحاً بأن يتم "تغيير الأمور ببطء. فعلى سبيل المثال، يمكن البدء بتناول وجبة فطور صغيرة أو تخطي الغداء أو محاولة ممارسة المشي أكثر".

وأكد أن "التغييرات الصغيرة ستتراكم في نهاية المطاف ويمكن للمرء الحصول على ما يصل إلى 15 عاماً من الحياة الإضافية بمجرد القيام بهذه الأشياء البسيطة".

دراسة منشورة في مجلة JAMA Network Open

التفكير بإيجابية يحمي كبار السن.. وذاكرتهم

أكدت دراسة جديدة على وجود صلة بين السعادة والصحة، حيث وجدت أن التفكير الإيجابي حول عملية الشيخوخة يمكن أن يبطئ التدهور المعرفي لدى كبار السن.

وقام باحثون من كلية ييل للصحة العامة بالتحقيق في تعافي كبار السن من الضعف الإدراكي المعتدل (MCI)، وهو نوع شائع من فقدان الذاكرة. ووجدوا أن الذين لديهم "معتقدات عمرية إيجابية" كانوا أكثر عرضة للتعافي واستعادة مهارات التفكير والذاكرة الطبيعية من أولئك الذين لم يفعلوا ذلك.

وقال مؤلفو الدراسة، بيكا ليفي ومارتن سليد، إن هذه الدراسة هي الأولى التي تربط العامل الثقافي – الموقف الإيجابي تجاه الشيخوخة – بتعافي الضعف الإدراكي المعتدل.

وقد ينسى من يعاني من الضعف الإدراكي المعتدل الأحداث الأخيرة أو يكرر نفس السؤال، أو يكافح مع التخطيط أو حل المشكلات، أو يصرف انتباهه بسهولة أو يستغرق وقتا أطول من المعتاد للعثور على الكلمة الصحيحة لشيء ما.

والأعراض ليست شديدة بما يكفي للتدخل بشكل كبير في الحياة اليومية، ولكن المصابين بهذه الحالة هم أكثر عرضة للإصابة بالخرف.

وأشار الباحثون: "يفترض معظم الناس أنه لا يوجد شفاء من الضعف الإدراكي المعتدل، ولكن في الواقع يتعافى نصف أولئك الذين يعانون منه. ولا يُعرف الكثير عن سبب تعافي البعض بينما لا يتعافى الآخرون. ولهذا السبب نظرنا إلى معتقدات السن الإيجابية، لمعرفة ما إذا كانت ستساعد في تقديم إجابة".

واستخدمت الدراسة المنشورة في مجلة JAMA Network Open ، بيانات من دراسة الصحة والتقاعد، وهي دراسة استقصائية وطنية، وتتبع الباحثون المشاركين الذين يبلغون من العمر 65 عاما فما فوق الذين خضعوا لفحص الضعف الإدراكي المعتدل والمعتقدات الإيجابية للعمر.

وتم إعطاء أكثر من 17 ألف مشارك محفزات مثل "كلما تقدمت في السن، شعرت بعدم الجدوى"، وسُئل كل منهم عما إذا كان يوافق أو لا يوافق على تحديد موقفه تجاه الشيخوخة.

وكما هو متوقع، كان أولئك الذين حافظوا على معتقدات عمرية إيجابية أكثر عرضة بنسبة 30% للتعافي من الضعف الإدراكي المعتدل، والتعافي بسرعة أكبر من أولئك الذين لديهم معتقدات عمرية سلبية، بغض النظر عن شدة الإدراك الأولية الضعيفة.

وفي الواقع، كان المشاركون الذين بدأوا الدراسة بإدراك طبيعي أقل عرضة للإصابة بضعف إدراكي معتدل على مدار الـ 12 عاما القادمة إذا كان لديهم موقف جيد تجاه التقدم في السن.

واقترح مؤلفو الدراسة أن "تدخلات الاعتقاد بالعمر على المستويين الفردي والمجتمعي" يمكن أن تشجع المزيد من الناس على التفكير بشكل إيجابي في الشيخوخة، وبالتالي عكس التدهور المعرفي في وقت لاحق من الحياة.

واقترحت الدراسات السابقة أنه يمكن تجنب مثل هذا الضعف من خلال تمارين يومية بسيطة، بينما وجدت أبحاث أخرى أن الطعام العالي المعالجة والتقاعد المبكر يمكن أن يسهما في ذلك.

دراسة تحذر من خطورة تناول الخضروات المخللة

حذرت دراسة أجرتها جامعة تشجيانغ ونشرت في مجلة "BMC Medicine" في 5 أبريل من أن تناول الخضروات المخللة قد يؤدي إلى زيادة طفيفة في خطر الوفاة بسبب السكتة الدماغية وسرطان المعدة. درس العلماء بيانات أكثر من 440 ألف مريض من الصين تتراوح أعمارهم بين 30 و79 عامًا. في المتوسط، تمت متابعة كل مشارك لمدة 10 سنوات، وكتبوا معلومات حول استهلاك الخضار المخلل في الاستبيانات.

وجد الخبراء أن استهلاك المخللات يرتبط بزيادة مخاطر الوفاة من أمراض القلب والأوعية الدموية، وعادة من السكتة الدماغية النزفية، عند حدوث نزيف في المخ. بالإضافة إلى ذلك، أدت المخللات إلى زيادة الوفيات بسبب سرطان الجهاز الهضمي، وخاصة سرطان المريء.

- **المصدر: وكالات**

دراسة نُشرت في مجلة "لانست نيورولوجي"

تقدم واعد في تشخيص الإصابة بمرض باركنسون

أكدت دراسة نُشرت نتائجها أن تراكم بروتين "ألفا سينوكلين" في الدماغ مرتبط بالفعل بأشكال معينة من الإصابة بالباركنسون، ما قد يفتح الطريق أمام التشخيص المبكر لهذا المرض.

وخلصت الدراسة المنشورة في مجلة "لانست نيورولوجي" بإشراف طبيب الأعصاب الأمريكي أندرو سيدروف، إلى أن وجود مستويات مرتفعة من هذا البروتين في السائل الدماغي الشوكي، "يساعد بدقة كبيرة (في تحديد) الأشكال النموذجية لمرض باركنسون".

ويُعد باركنسون، إلى جانب الزهايمر، من الأمراض الرئيسية التي تصيب الدماغ. لكن ما زال مجهولاً إلى حد كبير سبب هذه الإصابة الخبيثة التي تُفقد المريض تدريجاً قدرته على الحركة. مع ذلك، ثبت ارتباط عوامل عدة بهذا المرض. وفي هذا الإطار، يُعرف منذ سنوات أن المرضى غالباً ما تكون لديهم في الدماغ بروتينة "ألفا سينوكلين".

وأكدت هذه الدراسة الجديدة، وهي الأولى من نوعها التي أجريت على مئات المرضى، أن رصد وجود هذا البروتين بمستويات عالية، يمكن أن يعكس إلى حد كبير إصابة الشخص بالباركنسون.

مع ذلك، فإن النتائج غير متكافئة في الدقة. فالمرضى الذين يحملون طفرة جينية تُعرف باسم "ال ار ار كي 2"، مرتبطة بأشكال معينة من مرض باركنسون، لا توجد لديهم هذه التكتلات بصورة منهجية.

على أي حال، ما زلنا بعيدين عن إجراء اختبار "بيولوجي" لمرض باركنسون، والذي لا يتم تشخيصه حالياً إلا من خلال أعراضه الظاهرة.

على وجه الخصوص، سيكون من الضروري تحديد ما إذا كانت التقنية تعمل بشكل جيد مع اختبارات الدم، والتي يسهل إجراؤها بدرجة أكبر بكثير مقارنة مع تلك الخاصة بالسائل الدماغي الشوكي.

لكن هذه الدراسة "تضع أسس التشخيص البيولوجي لمرض باركنسون"، بحسب تعليق نشرته أيضاً مجلة "لانست نيورولوجي" ورد على لسان طبيبتي الأعصاب دانييلا بيرغ وكريستين كلاين، اللتين لم تشاركا في البحث.

واعتبرت الطبيبتان أن نتائج الدراسة تثبت أن بروتين ألفا سينوكلين "يغير المعادلة في التشخيص والبحث والتجارب السريرية لمرض باركنسون". وأشارتا أيضا إلى أن ما يثير الاهتمام خصوصاً هو أن الباحثين رصدوا كذلك وجود تركيز عالٍ من هذه البروتينة لدى المرضى الذين لديهم علامات مبكرة لمرض باركنسون، ولا سيما ضعف حاسة الشم، من دون إثبات ذلك.

- **المصدر: أ ف ب**

مَن أخفى الحفّارات يوم دفن أبيه؟

• جمال محمد إبراهيم

(1)

قد يبدو العنوان مضللاً للقارئ المتعجّل، فالصراع الدائر منذ 15 إبريل/ نيسان الحالي في السودان ليس بين جنرالين فحسب، بل هو بين جيشين، اختلفا حول اقتسام غنيمةٍ سرقاها بليلٍ وبنهار، وهي ملكٌ لشعبٍ مغلوبٍ على أمره. ظهرت معالم الغنيمة المسروقة، حين اختلف السّارقان، فتحقّق المثل التقليدي القديم: إذا اختلف اللصّان ظهر المسروق.

حين شهد العالم وتابع بعيون الإعجاب والذّهول قطاراً اندفع من مدينةٍ في شمال الخرطوم اسمها عطبرة، حمل آلاف السودانيين داخل قمراته الداخلية وآلافاً أخرى من فوق سقفه، يلوحون جميعهم، وفوقهم السماء، بأعلام البلد ويهتفون في انتفاضة شعبية صادقة الإرادة، قضت بإسقاط "نظام الإنقاذ" فسقط بالفعل. ولكن سقوط الجنرال الطاغية تبعه انشقاقُ عددٍ من ضباطه الكبار نأوا بأنفسهم عنه، منهم من تذاكَى وأعلن انحيازه لانتفاضة الشارع السّوداني. من بينهم جنرالات مهنيون في القوات المسلحة السودانية، وبعض جنرالات آخرين من منازلهم، إذا جاز الوصف. ضاعت الغنيمة، وهي ثورة السودانيين التي أشعلوها في 19 ديسمبر/ كانون الأول من عام 2018، ولم يعد يتذكّرها، لا الجنرال المهني واسمه عبد الفتاح البرهان، ولا الجنرال القادم من لا مكان واسمه محمد حمدان دقلو (حميدتي).

(2)

يقف السودانيون في حيرة مِن أمر جنرالات سرقوا ثورتهم، وكبرتْ مطامعهم حتى بلغت حدّتها حدود الصّراع الدامي والاقتتال بلا رحمة. أمّا المغلوبون على أمرهم، فقد ظنّوا أنه قتال لا يعنيهم في شيء، لكنهم سقطوا قتلى بالرصاص الطائش من عسكرٍ ينقصهم الصقل والتدريب ولا دراية لهم بحرب المدن، والعالم المذهول يرى ويسمع.

الجنرالات في السودان سقطوا سقوطاً مدوياً، ولن يكسب جولات القتال بين قواتهما، لا الجنرال المهني، ولا الجنـرال القادم من لا مكان

إنه قتال بين الجنرال المهني الذي يفترض أن يكون قائداً عاماً للجيش الرسمي ورئيس أمرٍ واقع للدولة السودانية، وعسكري آخر من منازلهم، قاد بعض مليشيات دارفور أوائل سنوات الألفية الأولى، فوصفه عمر البشير، بعد أن أعجبه أداؤه، محوّراً لقبه من "حميدتي إلى "حمايتي"، ثمّ عمّده جنرالاً ليُساند مغامراته هناك. كلا الجنرالين لم يخض أيَّ حروب في الدفاع عن بيضة البلاد، بل كسبا سمعتهما في مقاتلة أهل دارفـور، تلك التي أفضت بالطاغية نفسه إلى مصيرٍ مؤسف، إذ بات طريداً تلاحقه المحكمة الجنائية الدولية لتسبّبه في مقتلة دارفور.

(3)

لعلّ اتفاق الجنرالين أول أمرهما كان في تلاقيهما لاحتـواء ثورة شـباب السودانيين المنادين بمدنيّة الثورة، والتمسّك بشعارات الفترة الانتقالية، ثمّ فوجئوا بمذبحة ما عُرف بجريمة فضّ الإعتصام، وهي المؤامرة التي حاكها الجنرالان لمعاقبة الشباب الثائرين الذين قرّروا الاعتصام وتصفيتهم أمام القيادة العامة للجيش السوداني في عام 2019، لقطع الطريق أمام أطماع الجنرالات.

وقاد اتفاقهما الملتبس بعد ذلك الجنرالات إلى تنفيذ انقلابهم على الحكومة المدنية التي جرى التوافق بين كل عناصر تلك الثورة على أن تقود الفترة الانتقالية، ولكن الفشل حاق بانقلاب الجنرالات فتخاصما على الغنيمة، وما استطاعا حكم السودان كيفما أرادوا. الشباب الذين قادوا التظاهرات وهم على أسقف القطارات وملأوا زواريب العاصمة الخرطوم وشوارعها بهتافاتٍ أخافتهم، فعمدوا إلى مواجهة شباب الثورة، ليس بمسيّلات الدموع، بل بالرصاص الحيّ، ولم تأخذهم رأفة، لا بمن بلغ الثمانين عاماً، أو من بلغ الثامنة، فأردوهم جميعاً شـهداء، ودماؤهم عالقة بأيدي الجنرالات.

من بركات شهر رمضان الفضيل أن الجنرالات في السودان سقطوا سقوطاً مدوّياً، ولن يكسب جولات القتال بين قواتهما، لا الجنرال المهني، ولا الجنرال القادم من لا مكان، فيما كُتب لشـباب الثورة، فتيانها وفتياتها، أن يشهدوا كيف أخذتْ لهم السماء بالثأر ممّن سامهم العذاب قبل سنوات أربع في جريمة فضّ الاعتصام، في شهر الصيام أيضاً.

(4)

يبقى السؤال: ولمصلحة من يثأر الجنرالاتُ، إذ هم يحطمون هياكل الدولة ويهدمون بناها التحتية والفوقية، فلا تسلم الاتصالات ولا المطارات ولا المؤسّسات العلاجية والتعليمية والانتاجية؟ لمصلحة من يسدّون جميع منافذ الجهود الحميدة لوسطاء جـاؤوا لحقن الدماء من الأقربين والأبعدين، ولإيقاف مسلسل الدمار لأمـةٍ سـودانيةٍ، كُتب لـها أن تشاهد بعينيها، كيف يعبـث أبناؤها الجنـرالات بمقدراتها، وهـي الأمّـة التي تولّتْ فـي سـنوات الخمسينيات الأخذ بيد بلدان أفريقـية إلى عتبات الاستقلال والتحرّر من ربقة الاستعمار الكولونيالي البغيض، إذ كان السودان من أوائل الدول التي نالت استقلالها جنوب الصحراء، قبل ما يقارب السبعين عاماً، فلعبت دبلوماسية السودان دوراً مشهوداً في جهود الأمم المتحدة لإنهاء الاستعمار.

لمصلحة من يثأر الجنرالاتُ، إذ يحطّمون هياكل الدولة ويهدمون بناها التحتية والفوقية؟

يا لسخرية القدر أن يجيء إلى حكم السودان في هذه السنوات الماثلة من يُهدر ثرواته التي فوق الأرض وتلك التي في باطنها، ومَن يرهن أراضيها الزراعية البكر بثمنٍ بخسٍ، لغُـرباءَ لا يعرفونها، ولا يعرفون عمق تاريخها. تُرى، هل يُدرك جنرالات السّـودان الذين تسـلطوا على رقـاب أبناء أمتـهم، كيفَ حفظ التاريخ ذِكراً باهـراً لأرض السّـودانيين السُّمر، أو عـمّن حكم بلادهم من ملـوك وأباطـرة لهم منعـة، أوصلتْ سـلطانهم إلى بلاد الشـام، قبل ميلاد السـيد المسيح بقرون؟

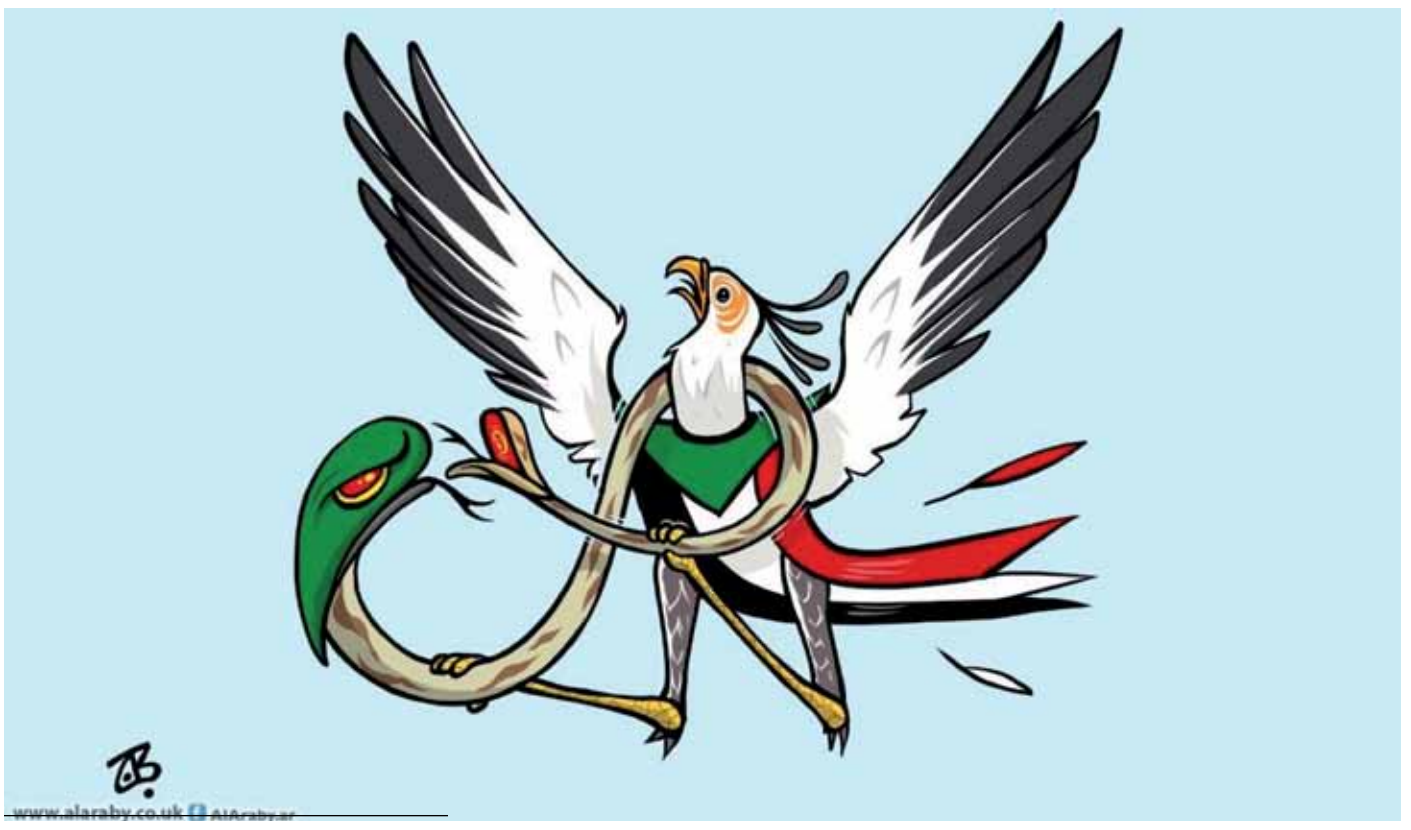
(5)

ها هم الآن يتقاتلون. جنرالاتٌ يمشون بأحذيتهم الثقيلة من فوق جثامين مَن قتلـوا برصاص الغدر في شوارع الخرطوم، ويهدمون، بمجنزراتهم ودباباتهم ومُسيَّراتهم، كلَّ ما هو باقٍ من مقوّمات الوطن، ثمّ يحسبون آخر الأمر أنهم انتصـروا على عـدوٍ يتهـدّدهـم، وتغيـب عـن أبصارهم حقيقة أنهم هزموا أنفسهم الهزيمة الكبرى. لك أن تتخيل أن في الحرب الدائرة بين روسيا وأوكرانيا، تجرّأ رئيسٌ، مثل زيلينسكي، ودمّر مطارات بلاده، هل كانت أوروبا أو كان العالم أجمع يهبّ لنجدته أو يلتفت إليه؟

ما فعله جنـرالات السودان بمطار الخرطوم والمطار الدولي الثاني في مـروي (شمال) قطع الطريق على أهل المساعي الحميدة للوصول إلى عاصمة السودان لإيقاف نزف الدّم السّوداني. حين بادرتْ منظمة أفريقية إقليميـة هي "الإيـغـاد" إلى إيفـاد رؤساء أفارقة كبـار بوساطتهم نحو الخرطوم، سمع الناس جنـرال السّودان الكبير يُرحّـب بوسـاطتهم لإيقاف القتال في السودان، لكنه أضـاف: كيف لهم القـدوم إلى الخرطوم ومطـــارات البلاد قد تحطمتْ؟

للسودانيين مثلٌ فيه حكمة "من جئنا لنساعده في سـتر جثمـان أبيه أخفى عنّا الحفّـارات". ... حفظ اللـه السودان ببركة الشهر الفضيل مِن ظُـلم بنـيهِ، قبل أن يحفظه من الطامعين في الذي حبـاهُ اللـهُ به مِن نعـمٍ وخيـراتٍ وغنـائم.

• كاتب سوداني وسفير سابق (العربي الجديد) لندن



كاريكاتير للفنان عماد حجاج (عن العربي الجديد) من اختيار المحرر

جنرالات السودان: ظاهر حفتر وباطن (فاغنر)

• صبحي حديدي

في عداد الألغاز القليلة، أو النادرة، التي تكتنف صراع عسكر السودان على السلطة، بعد انهيار عقود المصالح بين الجنرالَين عبد الفتاح البرهان ومحمد حمدان دقلو؛ ذلك الذي يتساءل عن الموقع الراهن لمرتزقة «فاغنر» الروسية، وما إذا كانت قد اختارت الاصطفاف إلى جانب هذا أو ذاك، بما ينطوي عليه الانحياز من غمزة مصادقة آتية من الكرملين.

معروفة، على سبيل المثال المقارن، نوعية الأسلحة التي واظب على إرسالها إلى «قوات الدعم السريع» جنرالٌ ثالث ليبي هذه المرّة، الانقلابي خليفة حفتر؛ ليس من باب ردّ الجميل لفضائل سابقة بادر إليها حميدتي وخدمت حملات حفتر، فحسب؛ بل كذلك لأنّ جغرافية الصراعات وراهنها ومستقبلها، وكذلك طبائع تحالفات حميدتي الإقليمية والدولية، تستوجب إغاثة الجنرال السوداني الحليف.

معروفة، أيضاً، أنواع الأسلحة (صربية الصنع، بصفة خاصة) التي قدّمتها أبو ظبي إلى حميدتي وكشفت النقاب عنها أجهزة البرهان خلال قتال الأيام الأخيرة فقط؛ بعد أن سكتت عنها دهراً، مثلما تواطأت على تمويه شحناتها المتعاقبة. وبصرف النظر عن مقادير الاختلال في التقاسم الإماراتي – السعودي بصدد تدجين الجنرالَين حميدتي والبرهان، فإنّ محمد بن زايد ذهب بعيداً في المراهنة على «قوات الدعم السريع»؛ وقد ينحصر عزاؤه اليوم في ما يردده حميدتي من مزاعم ركيكة حول قيادة البرهان لـ«عصابة إسلامية متشددة».

الفنان ناصر الجعفري عن جريدة (القدس) الفلسطينية من اختيار المحرر

يبقى لغز «فاغنر» قائماً، حتى إشعار قريب أغلب الظنّ، اتكاءً على قاعدة ذهبية قديمة تقول بأنّ ولاء المرتزقة ينتهي دائماً عند حامل دفتر الشيكات؛ وبالتالي فإنّ يفغيني بريغوجين، طبّاخ بوتين السابق ومؤسس وقائد ميليشيات «فاغنر»، قد ينتظر سكوت المدافع، أو اتضاح موازين النصر أو الهزيمة لأيّ من الجنرالَين، قبل الانخراط في صفوف هذا أو ذاك، جهاراً نهاراً هذه المرّة.

ذلك لأنّ معادلات بريغوجين في السودان تتجاوز الارتزاق المعتاد وتحصيل غنائم الحرب، إلى خريطة «بزنس» واسعة النطاق من حيث الاستثمارات، تشمل بصفة خاصة مناجم الذهب التي تتولى ميليشيات حميدتي بسط السيطرة عليها وحمايتها، ثمّ تهريب المنتجات خارج السودان؛ فصلاً عن مكامن اليورانيوم والمنغنيز والسيليكون وسواها. ومنذ عام 2017 حصلت شركة M Invest وفرعها Meroe Gold، وكلاهما ملكية بريغوجين، على حقوق التنقيب عن الذهب في السودان، وذلك بالتعاون مع شركة «أسوار» السودانية (الخاضعة للمخابرات العسكرية السودانية، حسب تقارير متقاطعة).

غير أنّ وضعية الانتظار لم تمنع بريغوجين (وخلفه مافيات روسيا، وإذن سيّد الكرملين) من تزويد «قوات الدعم السريع» بصواريخ أرض – جو حاسمة لكسر تفوّق جوّي يتمتع به جيش البرهان؛ كما لم تحرمه، قبل اندلاع القتال، من تقديم خدمات مباشرة إلى أجهزة البرهان، بينها التشويش الإلكتروني على مواقع القوى الوطنية المدنية في السودان وخارجه.

وكان موقع «مشروع الإبلاغ عن الفساد والجريمة المنظمة»، بالتعاون مع صحيفة «لوموند» الفرنسية، قد نشر سلسلة من الوثائق المسرّبة التي تتضمن مراسلات ومذكرات وعقوداً واتفاقيات؛ كشفت ملايين الدولارات التي سددتها شركة بريغوجين لأجهزة الجيش السوداني، في عهد عمر حسن البشير وبعد الإطاحة به أيضاً. وفي إطار احتفاظ جنرالات السودان ببعض العناصر الكبرى التي كانت ناظمة خلال عقود دكتاتورية البشير (على رأسها ميليشيات «الدعم السريع» ذاتها، إلى جانب مختلف تعاقدات الفساد والاستثمار والتنقيب عن الثروات)؛ تعيّن أن يكون الإبقاء على التعاون مع «فاغنر» قاسماً مشتركاً بين البرهان وحميدتي.

وعلى منوال الشراكات السابقة التي نقضتها صراعات الجنرالين، لن يطول الوقت حتى ينجلي الغموض عن لغز «فاغنر»، وبالتالي لن يتأخر بريغوجين في اختيار الصفّ الذي يلائم مصالحه، لدى المنتصر بالطبع؛ إلا إذا أسفر عجيج الحرب عن مصالحة بين الجنرالَين، على حساب دماء المئات من أبناء السودان، وإعمال الدمار والخراب، والإجهاز على ما تبقى من خرافة «أخوّة السلاح» في صفوف العسكرتاريا.

• ناقد وكاتب سوري مقيم في باريس (القدس العربي)

إلى من يهمه الأمر: نعم سنموت ولكن لن ننكسر

• الجميل الفاضل

أمس (الأربعاء) حاولت الخروج حوالي الثالثة عصرا، أقود سيارتي وبها كل أفراد اسرتي، تم إطلاق الرصاص تجاه السيارة عند التقاطع ما بين جامعة النيلين واستاد الخرطوم، فاوقفت السيارة علي الفور، ثم استدرت راجعا لمنزلي، في وقت ظننا أنه وقت هدنة.

فالحمد لله من قبل ومن بعد.

المهم أقول لمن زجوا ببلادنا في أتون هذه الحرب العبثية، أننا قوم نموت ولا ننكسر.

وسنظل اليوم وغدا والي ان يرث الله الأرض وما عليها، علي ذات العهد الذي قطعته يوم ان اصاب الإنقلابيون فلذتي كبدي "الفاضل، ومصطفي" في اكتوبر الماضي.

عهدي الذي قلت فيه يوم ذاك.

"اليوم أكاد أجزم..

لو متنا لحاربت المقابر!!

الجميل الفاضل

في بيتنا "ترسين" عصيين علي الكسر، نبتا علي كيفهما الخاص، كسائر ابناء هذا الجيل، لا يقبلان ادني مساومة، ولا يعترفان بانصاف حلول، تعلمت من مصاب الجمعة "الفاضل" ومصاب الثلاثاء "مصطفي"، ماذا يعني بالضبط سميح القاسم وهو يقول:

الوحش يقتل ثائرا
والارض تنبت الف ثائر
يا كبرياء الجرح لو متنا
لحاربت المقابر.

فقد قدر ابني "مصطفي" الذي تجاوز العشرين بسنة واحدة، الا يترك مكان اخيه "الفاضل" الذي اصاب الكجر عينه في مقتل بمواكب الجمعة ٢١ اكتوبر.

فقد الح مصطفي في مواكب اليوم ٢٥ اكتوبر الا يترك هذا المكان في الصفوف المتقدمة شاغرا أوحتي ليسده سواه.

بيد ان من رموا عين اخيه اليسري بطلق مطاطي قبل ثلاثة ايام، ابوا الا ان يرموا ساعده الايسر هو كذلك بعبوة حارقة ذات شظايا، لم تترك في جسده الغض شبرا الا و غرست فيه انيابها الجارحة.

لقد امتحنني القدر في اقل من اربعة ايام، في فلذتي كبدي.

امتحان شخصي وضعني فيه القدر امام سؤال مباشر.. هو سؤال الاتساق؟.

بيني وبيني سألت بالطبع نفسي.. تري هل كنت جديرا عند الاختبار بمقام ما دأبت أقول به للناس، وما ظللت اطلقه من افكار في الهواء الطلق؟ أم اني كنت غير ذلك؟ ثم هل انا قادر من بعد كل هذا علي تحمل مسئولية مثل هذه الافكار والأقوال والأفعال كما ينبغي وبقبول تام، بل وهل أنا قابل لدفع أثمان مثل هذه الافكار والافعال والاقوال، في أعز ما أملك من الدنيا، عن صبر ورضا وطيب خاطر؟.

هي اسئلة ارجو ان يكون قد حالفني النجاح الي الآن علي الأقل، في ترجمتها الي سلوك وواقع وفعل وممارسة".

• كاتب سوداني موقع (التغيير)

ذي نيويوركر

اعتقال مفكر بحجم الغنوشي نكسة للديمقراطية في تونس والعالم

• **إبراهيم درويش**

قال الكاتب في مجلة "ذي نيويوركر" ديفيد كيركباتريك إن تونس اعتقلت أشهر زعيم معارض فيها، مضيفا أن راشد الغنوشي كان صوت الديمقراطية في بلده وحول العالم الإسلامي. وقال إن تونس، مهد الربيع العربي كانت المكان الذي فشل فيه. فبعد عقد من الحرية والديمقراطية قام الرئيس القوي الجديد، قيس سعيد بإغلاق البرلمان في 2021 وبدأ بفرض دستور ديكتاتوري واعتقال نقاده.

ثم اعتقلت الشرطة التونسية أخيرا راشد الغنوشي، زعيم أكبر حزب سياسي وأهم مفكر مؤثر في العالم العربي في مجال المقاربة بين الديمقراطية والإسلام.

وأشار الكاتب إلى أن الغنوشي ولد عام 1941 في عائلة فقيرة تعمل بالزراعة في الجنوب النائي من تونس. ودرس في القاهرة ودمشق وباريس وعمل في أعمال يدوية في أوروبا وعاد إلى تونس عام 1971. ففي ذلك الوقت، كانت السياسة الإسلامية على طريقة الإخوان المسلمين في صعود في العالم العربي، وكبديل عن السلطات الاستبدادية. وفي عام 1981 شارك في إنشاء الحركة الإسلامية التونسية وسجن وعذب لمدة 3 سنوات، ثم اعتقل مرة أخرى عام 1987 وحكم عليه بالإعدام ونفي إلى لندن، حيث رفضت الدول العربية استقباله.

وعلق الكاتب أن دراسة الغنوشي الليبرالية الديمقراطية البريطانية من خلال المنظور الإسلامي، جعلته مختلفا عن أقرانه من المثقفين العرب. فقد استنتج المفكرون المسلمون ومن وقت طويل أن "بيضة الإسلام" الحقيقية هي المكان الذي يشعر فيه المسلمون بالأمان على حريتهم وممتلكاتهم ودينهم وكرامتهم.

وهو ما تحدث الغنوشي عنه في كتابه المهم "الحريات المدنية في الدولة الإسلامية" والذي بدأ بكتابته في السجن ونشر باللغة العربية عام 1993.

ولماذا وجد الأمن فقط في الغرب؟ تساءل كيركباتريك مجيبا أن الدولة الإسلامية الحقيقية يجب أن تقوم على "حرية الضمير" للمسلمين وغير المسلمين على حد سواء. واستشهد الغنوشي بعالم مسلم في القرن الثاني عشر له مقامه الفكري، حيث حث الغنوشي الإسلاميين على التعلم من الديمقراطية الغربية والانتفاع "من أفضل التجارب الإنسانية مهما كان دينها لأن الحكمة والشريعة صنوان".

عاد الغنوشي إلى تونس عام 2011، عندما قادت انتفاضات عفوية ضد وحشية الشرطة إلى الإطاحة بالحاكم الذي ظل في منصبه طويلا وأخرجته للمنفى وأشعلت نيران الربيع العربي. وساعد الغنوشي في عملية التحول الديمقراطي لبلده وجعله أفضل المناطق ليبرالية وفعل جهده لإنقاذ منظور الديمقراطية في أماكن أخرى.

وسافر في ربيع عام 2013، أي قبل عقد، إلى مصر لتقديم النصح للرئيس المنتخب ديمقراطيا، محمد مرسي، من جماعة الإخوان المسلمين. ومن الصعب الآن تذكر تلك الأشهر المحملة بالأمل. تونس ومصر وليبيا كلها نظمت انتخابات موثوقة وبدأت مواثيق جديدة. بل وأشار الخبراء الغربيون إلى اليمن على أنها نموذج لنقل السلطة السلمي، وحتى في سوريا ظل المتمردون ينظمون مسيرات تحت أعلام الديمقراطية بدلا من حمل راية الإسلام المتطرف، ولم تكن الانتفاضة قد تحولت بعد إلى حرب أهلية. ولكن العواصف الرملية كانت تهب تجاه ميدان التحرير حيث قام المحتجون باعتصام دام 18 يوما وتخلصوا من حسني مبارك حيث أخذوا الإلهام من التجربة التونسية.

وطالب معارضو مرسي باستقالته وأرسل قائد القوات المسلحة رسائل مبطنة حول ولائه.

وقضى الغنوشي أكثر من عقدين يفكر ويكتب حول نفس الوعود التي دعا إليها الإخوان المسلمون في مصر والجمع بين الحكم الإسلامي بالانتخابات الديمقراطية والحريات الفردية. وأخبر الغنوشي الكاتب بعد عدة أشهر في مقرات حزبه بتونس أنه حاول، خلال رحلته إلى القاهرة، إقناع مرسي أنه من أجل تحقيق الأهداف المطلوبة عليه التخلي عن بعض سلطاته (وأكد مستشارو مرسي لاحقا ما تحدث عنه الغنوشي للرئيس السابق). وبعد ثورات مثل تونس ومصر على الحزب الغالب فهم مظاهر ضعف الأقليات السياسية والدينية كالليبراليين والأقباط في مصر، فقد حصلت على حماية في ظل الحكومات الديكتاتورية السابقة.

ولأن مرسي حقق انتصارات انتخابية، فقد حصل على موافقة على دستور جديد في مصلحة الديمقراطية وتطمين منافسي حزبه الضعفاء، وكان عليه أن يشكل حكومة وحدة وطنية، فلماذا تظل شعلة في يد معارضيه ويثير حنقهم؟ وقال الغنوشي إن "ديمقراطية الإجماع هي التي تنجح وليس ديمقراطية الغالبية". ورفض مرسي النصيحة حيث اعتقد أن التخلي عن سلطات تحت تهديد التظاهرات هو تنازل، وسجل سابقة خطيرة. فلو استمع مرسي لنصيحة الغنوشي، ربما كان قادرا على نزع فتيل التظاهرات التي ملأت شوارع القاهرة في 30 حزيران/يونيو مطالبة بالإطاحة به، ولربما نال دعم بعض الليبراليين.

لكننا لن نعرف: ففي 3 تموز/يوليو 2013 أطيح بمرسي وأصبح السيسي في السلطة، ربما لمدى الحياة، منهيا تجربة عمرها 30 شهرا من الديمقراطية. وقتل أكثر من ألف إسلامي مصري في الشوارع لأنهم عارضوا الانقلاب، وسجن عشرات آلاف آخرون. ومن خرجوا إلى المنفى أو باتوا يعملون في السر طالبوا بالانتقام من الليبراليين الذين دعموا السيسي في البداية. لكن الغنوشي ظل يطالب بالمصالحة: "تحتاج السفينة المصرية لأن تشمل كل المصريين وليس رمي بعضهم في البحر" و"يجب ألا يكون هناك عقاب جماعي، فعلاج الديمقراطية الفاشلة هو مزيد من الديمقراطية".

وبعد أشهر من الانقلاب المصري، ترنحت واحدة من الثورات المصرية ودخلت مرحلة اليأس والتطرف، وعكسا لـ 2011 عندما أثار اعتصام التحرير حركات الديمقراطية في كل أنحاء المنطقة. وكانت تونس استثناء للتحول المظلم بعد الانقلاب، لأن الغنوشي اتبع نصيحة نفسه بعد عام. فقد حصل حزب النهضة الذي أسهم في إنشائه وقيادته على الغالبية في البرلمان، وبنهاية عام 2013 أوقف اغتيال سياسيين يساريين عملية كتابة الدستور والعملية السياسية.

واتهم المعارضون الجماعات المتطرفة بقتلهم ولاموا النهضة لأنها لم توقفهم. وخالف الغنوشي الذي لم يكن لديه منصب سياسي غالبية حزبه وتوصل لاتفاق مع طرف سياسي علماني. وسلمت النهضة طوعا السلطة لحكومة تصريف أعمال. وأدى تنازل الغنوشي لكسر الجمود. واحتفلت الثورة التونسية بالذكرى الرابعة باعتبارها الثورة العربية الوحيدة التي نجحت. وحصلت منظمات المجتمع المدني التي ساعدت على تحقيق الاتفاق بين الغنوشي والطرف العلماني على جائزة نوبل للسلام.

وقال الغنوشي "لم نكن ملائكة ونحب أن نكون في السلطة" و"لكننا نعتقد بحرارة أن الدستور الديمقراطي أهم". وشجع الغنوشي عناصر النهضة للتخلي عن وصف الإسلامية والتأكيد على الليبرالية ونشر مقالا في "فورين أفيرز" وضح فيه سبب تغيير الاسم. ودفع حزبه بكتابة الدستور ضمن حماية حقوق المرأة والأقليات. وعندما تحدث الكاتب إليه عام 2014 لاحظ أن تونس هي واحدة من الدول العربية التي لم تشر للقانون الإسلامي في الدستور. وأكد للكاتب أن تونس تضمن حرية المساجد والكنائس والمعابد اليهودية وحتى الحانات. ولكنه توقف عن المصادقة على زواج المثليين، حيث وصف خياراتهم الجنسية بالشخصية، وهو موقف أكثر ليبرالية من مواقف حكومات عربية أخرى.

الكاتب "ديفيد كيركباتريك"

ومع ذلك يتعافى قطاع السياحة التونسي من ثورة 2011 وما تبعه من وباء، ولم تكن حكومة تصريف الأعمال والحكومات المتعاقبة قادرة على حل مشاكل البلد، وهو ما قاد إلى تحول الشعب ضد الطبقة السياسية، وبخاصة النهضة.

وفي انتخابات 2019 اتخذ الغنوشي قرارا أثار التساؤلات ورشح نفسه للبرلمان واختير رئيسا له وأصبح سياسيا. وقال عماد شاهين، الباحث في الإسلام السياسي والأستاذ الزائر في هارفارد إن ذلك البرلمان تحول إلى سيرك، وليس مكانا ليجلس فيه رجل بقامته الفكرية واستهلكته السياسات التافهة. وفي تلك الانتخابات رفض الناخبون كل مرشح للرئاسة باستثناء رجل أعمال ومحاضر جامعي مغمور. وفي جولة الإعادة فاز سعيد بأغلبية ساحقة.

وفي طرق عدة يمثل سعيد صورة مناقضة عن الغنوشي، فقد تجنب أي فلسفة سياسية أو حزب. وعادة ما يهاجم الغرب، موجها سبابه ضد صندوق النقد الدولي الذي تحتاج تونس لدعمه بشكل ملح. ووعد دستوره "بالعمل على تحقيق أهداف الإسلام" ومنح الحكومة السيطرة الكاملة على التفسير الإسلامي وتعليمه. ووصف المثليين بـ "المنحرفين" ودعم تجريم المثلية. وأدى تبنيه هذا العام لنظرية اليمين المتطرف عن "الاستبدال العظيم" إلى موجة كراهية وعنف ضد الأفارقة الذين استخدم بشرتهم الداكنة ككبش فداء وحملهم مسؤولية مشاكل البلاد.

وفي البداية استخدم سعيد الوباء كمبرر للسيطرة على السلطة ولم يمض وقت طويل حتى بدأ باعتقال المعارضين حيث توجت الحملة باعتقال الغنوشي الأسبوع الماضي. وكانت جريمته هي أنه قال "تونس بدون النهضة، بدون إسلام سياسي، بدون يسار أو أي من المكونات هي مشروع حرب أهلية".

وقبل غروب شمس ذلك اليوم وإفطار رمضان في العشر الأواخر داهم عدد من رجال الأمن بيته. وبعد يومين في الحجز، تم التحقيق مع الغنوشي، 81 عاما.

وحكم قاض عليه بالسجن انتظارا للمحاكمة. ووجهت له في البداية تهمة التحريض لكنه يواجه الآن تهمة التآمر على الدولة، وهي جريمة قد تؤدي للإعدام.

ويعلق الكاتب أن الضربة لديمقراطية تونس واضحة، لكن سجن زعيم مثل الغنوشي هو نكسة للعالم بشكل عام. وبالنسبة للإسلاميين الذين يتبنون العنف، فسجنه هو دليل جديد على عبثية صناديق الاقتراع.

وقال المؤرخ روبرت كاغان إن "التوفيق بين الإسلام والليبرالية والحكم الديمقراطي هو حل لمشاكلنا في العالم العربي وهو حل لمشاكلهم معنا" وهو ما حاول الغنوشي عمله في مصر قبل عقد.

وسجل الغنوشي رسالة بالفيديو دعا فيها للصبر وأخبر التونسيين "ثقوا بمبادئ ثورتكم وأن الديمقراطية ليست أمرا عابرا في تونس".

• **لندن – "القدس العربي":**

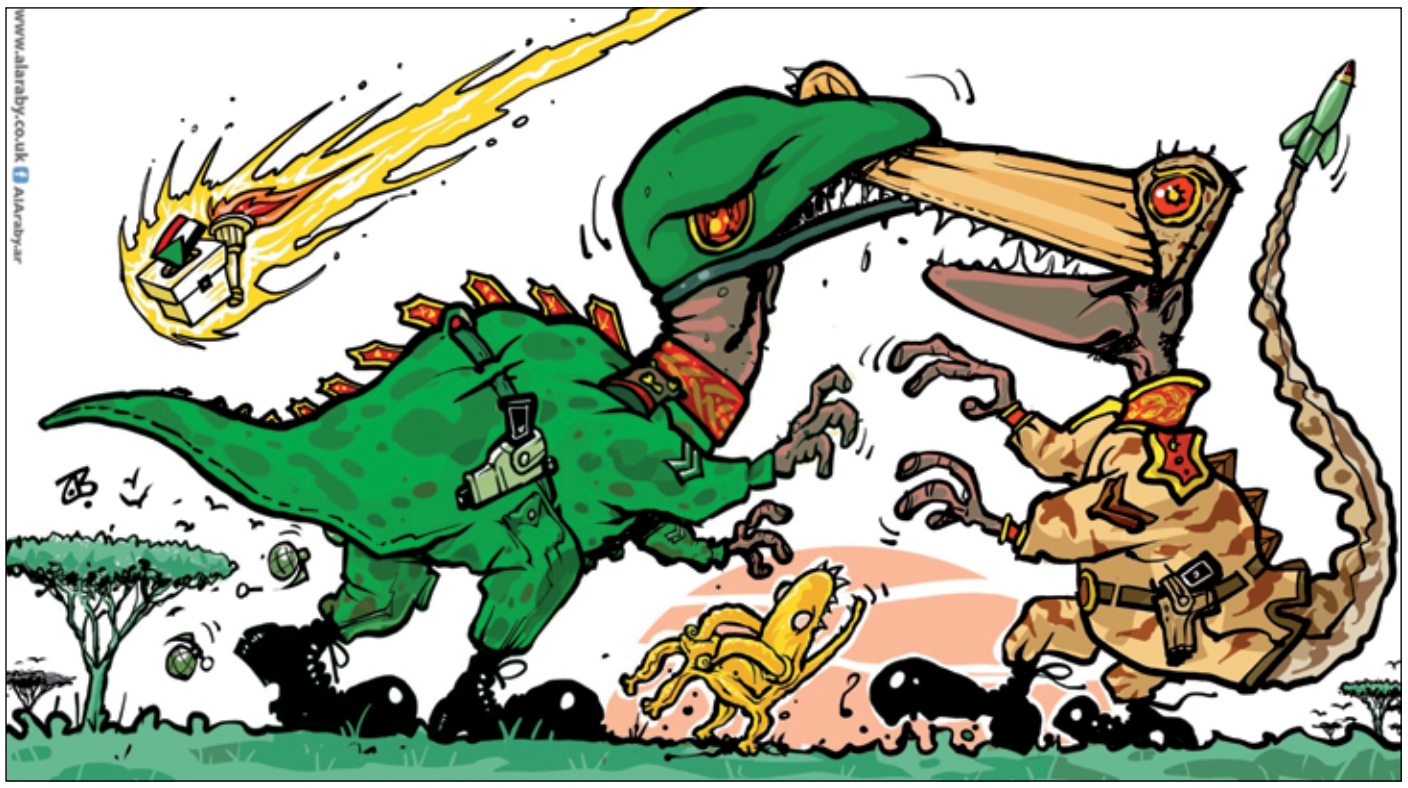
في الشهرمرة

ليث الحمداني رئيس التحرير

السودان: حرب البرهـــان وحميدتي المجنونة

الشعب السوداني قادر على افشال المخططات الخارجية

مطلوب قيام كتلة مدنية وطنية سودانية
بعيدة عن التجاذبات الإقليمية والدولية تضع مصالح السودان فوق كل اعتبار



الفنان عماد حجاج عن جريدة (العربي الجديد) لندن

ما الذي يمكن ان تتركه الدكتاتورية بعد ثلاثين عاماً في السلطة غير الموت والدمار وعناصر الفتنة والصراعات والخراب؟

هكذا هو حال السودان اليوم، وهو حال جميع الدول التي حكمتها الدكتاتوريات في عالمنا العربي الذي اصبحت الحرية والاستقلال والتنمية حلما بعيد المنال عند شعوبه!

السودان هذا البلد الذي يعيش في جنباته شعب من أطيب شعوب الارض واكثرها دفاعاً عن الحرية والحياة، وتجاربه عبر التاريخ تثبت ذلك. هو اليوم ضحية العسكر والميليشيات والصراعات الدولية والاقليمية التي تحركهم .

عرفت السودانيين عن قرب، عرفتُ (شيوعيين) و (بعثيين) و (انصار) و (ختمية) وأجريتُ خلال مسيرتي الصحفية احاديث مع عدد من قادتهم ومفكريهم من احزاب الشيوعي والامة والاتحادي. كانوا شعباً طيباً لا يحب العنف والقتل، ويعتز بتاريخه البرلماني ، حتى بدأ دولاب الموت يدور في العهود الدكتاتورية، بدأها النميري وانتهت لعمر البشير الذي تدثر بعباءة (الاسلام السياسي) فأقام نظاماً فاسداً وسلط على رقاب السودانيين (بيوت الاشباح) التي تبرأ منها (عرابه) الذي اوصله للسلطة المفكر الراحل حسن الترابي الذي انتقد في سنواته الاخيرة تجربته المرة مع العسكر. واذكر انه قال في حديث صحفي قبل رحيله (استغفر الله عن كل ما حصل وما جرى في بيوت الاشباح) .

السودان اوصله الدكتاتور البشير لدرجة ان ربع سكانه اصبحوا يعانون من الفقر، وبلغ التضخم في عهده 65% .

ما الذي يمكن ان يتركه دكتاتور كهذا.. اجبره شعب السودان العظيم على الرحيل، سوى بلد محطم وبقايا جيش بني على الولاء وليس على الكفاءة، وميليشيات تدافع عن مكاسبها وتتمسك بالسلطة ، قوى تبيع نفسها لهذا الطرف او ذاك وكلها اطراف تطمع في خيرات السودان وثرواته التي استنزفها العسكر والميليشيات معاً؟

اذكر جيداً عشية سقوط البشير وبروز البرهان كواجهة للعسكر انني قلتُ لأكثر من صديق سوداني هنا في (لندن – اونتاريو)، عسى ان يكون البرهان افضل من سابقيه من العسكر، وكان اكثرهم وضوحاً في رده الصديق امين بخيت الذي قال لي (الرجل من تربية البشير). وهذه هي الحقيقة فالبشير على مدى سنوات حكمه افرغ الجيش من خيرة ضباطه وغلب في اختياره للقيادات الولاء على الكفاءة حاله حال كل الدكتاتوريات العربية سواءً التي سقطت وتركت وراءها بلدانا غارقة في الفوضى، او التي حافظت المصالح الدولية والتوازنات على بقائها رغم انها شردت نصف شعبها الى خارج الوطن.

طرفا الصراع الدائر اليوم في السودان، والذي يدمر البنى التحتية هما من انتاج البشير، فالبرهان هو واحد من جنرالاته الذين قاتلوا لحماية سلطته وحميدتي هو صنيع من صنائعه.

وهما، الاثنين، واجهة لأطراف اقليمية ودولية تخشى قيام سودان ديمقراطي برلماني مدني يحافظ على ثرواته في وجه أطماع تلك الاطراف.

صحيح ان الاستعانة بالقبائل وتسليحها حصل قبل وصول البشير للسلطة وتحديداً بعد سقوط نظام النميري حيث استعانت الانظمة المتعاقبة بالقبائل ذات الاصول العربية في اقليم كردفان لمعاونة الحكومات في مواجهة تمرد الجنوب واستمر الحال حتى في عهد حكومة الصادق المهدي المدنية 1986 حيث اصبح لتلك الميليشيات دور في مساندة القوات المسلحة بمواجهة الحركة الشعبية لتحرير السودان في مناطق بحر الغزال واعالي النيل، لكن عمر البشير توسع في استخدام ميليشيات الدعم السريع (الجان جويد) في معاركه مثل مواجهة حركة العدل والمساواة والحركات المسلحة في دارفور مما حولها الى قوة مسلحة تملك الكثير من القوة والمال، والعلاقات الاقليمية والدولية مما عزز اطماعها في السلطة بمواجهة عسكر متشبثين بالسلطة ويطمحون لإعادة انتاج نظام البشير الذي اسقطته انتفاضة الشعب السوداني العظيم.

ويبدو حتى كتابة هذه السطور ان الصراع على الارض لن يحسم لأي طرف من الاطراف وان البرهان ادرك ذلك فقد قال في اخر حديث لقناة (الحدث) (انه يجب على طرفي الصراع الجلوس معاً لإيجاد مخرج للأزمة، هذه الحرب الجميع فيها خاسر) وقبل هذا الحديث كان يصر على استسلام الدعم السريع دون قيد أو شرط (كما كان يقول) .

ان الحرب المجنونة التي تدور رحاها في حواضر السودان ومدنها الرئيسية ويدفع ثمنها المدنيون من ابناء الشعب السوداني هي تأكيد على عقم عقلية العسكر واستهتارهم بحياة المدنيين ومدنهم وممتلكاتهم، وهي ايضاً اصرار من فلول البشير والكيزان على التمسك بآخر امل لهم بالعودة للسلطة.

ان شعب السودان الذي اثبت عبر انتفاضاته التاريخية التي اسقطت دكتاتوريات عديدة اخرها عمر البشير قادر على افشال المخططات الخارجية التي اشعلت الحرب لعرقلة قيام الحكم المدني الوطني.

وهو قادر على أن يجمع قواه المدنية التي تفرقت خلال المرحلة الانتقالية من جديد وأن يطرح كتلة مدنية وطنية سودانية بعيدة عن التجاذبات الاقليمية والدولية تضع مصالح السودان فوق كل اعتبار، وتبني سودانا للسودانيين الذين دفعوا دماءهم من اجل هذا الهدف. قد يبدو الامل ضعيفا في ظل قرقعة السلاح والتدخلات الدولية والاقليمية ولكن ارادة الشعب السوداني التي لم تنكسر على مر الزمن في صراعه مع الدكتاتوريات قادرة بعون الله على تحقيق هذا الهدف.

ان القوى الخيرة في العالم مطالبة الآن اكثر من أي وقت مضى بالضغط على الامم المتحدة والقوى المؤثرة فيها والمنظمات الدولية لإيقاف هذه الحرب المجنونة.

حمى الله اهلنا في السودان، وأعاد لهم وطنهم آمنا مستقرا كما كان.

الكلمات الأفقية:

١. مرحلة عمرية – يلي شهر رمضان
٢. شبيه – حقد – انهزام وانكسار (معكوسة)
٣. أسراب متتابعة ومتجمعة –صرفَ وفرّق – ساعدنا (معكوسة)
٤. مقياس سوائل – محاصيل – بعيد – حرف شرط (معكوس)
٥. متشابهة – نناقش (معكوسة) – ضمير متصل
٦. أظهر المزايا والعيوب – متشابهة
٧. أحزان - للنداء – ألجأ وأتحصن
٨. يعالج – قطع – تسأم (معكوسة) – حرف نهي
٩. أقبّله – الخلاص من تهمة - رماح
١٠. ترغب (معكوسة) – حب – الأحدب (مبعثرة)
١١. أشاهد – الجيد الحسن المستقيم
١٢. يريبهم – الدكور البالغون من الناس
١٣. اقتراف المعاصي – من الأسماء الخمسة مجرورا (معكوسا)
١٤. الإحسان (معكوسة) – قدرة على تكاليف الزواج (معكوسة) - رجوعه
١٥. يطوف – أعالي الأشياء (معكوسة) - نقائص

الكلمات الرأسية:

١. من الجهات - أعناق – سائر ليلا
٢. يصمدون – من الآلات الموسيقية – من فروع الرياضيات (معكوسة)
٣. من الخضار – صندوق لحمل الميت - يقرأ
٤. دخل مسرعا - أخذ منه – هيئات الأجسام
٥. يترك المكان – أبغضه (معكوسة)
٦. لسان التخاطب (معكوسة) – رجعَ - صاحَبَهم
٧. هيئة جلوس – ضائع حيران – العقل (معكوسة)
٨. العقل (معكوسة) - متشابهان - فقر
٩. ساطع مضيء (معكوسة) – يَدفن حيا – جِمال – ذهبت نضارته وجفّ
١٠. أشباه ونظائر (معكوسة) - الزواج
١١. سعل وتنحنح – أخّر – أبناؤهم (معكوسة)
١٢. بلاستك – قادم – من فصول السنة
١٣. غصن – سارق (معكوسة) – من أركان الإسلام – حرف تفسير
١٤. من الأمراض المعدية – أنسى (معكوسة) – أحد الأنبياء
١٥. الأخِسّاء – من المعادن الثمينة

15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
								■							1
■							■			■					2
				■				■							3
		■				■					■				4
		■						■				■		■	5
	■		■		■				■						6
				■			■						■		7
		■				■				■					8
			■						■						9
■							■				■				10
	■							■				■		■	11
						■							■		12
		■													13
					■					■					14
				■											15

أحيانا (ا = ى = أ = إ = ء = ئ = ؤ) - (ت = ة = هـ) – (الجيم المصرية – غ) – (ى = ي)

15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
ك	■	ل	ر	غ	ط	ر	ا	ن	ب	ن	ا	م	ث	ع	1
ل	ق	■	ا	ل	ح	و	ل	■	ء	ا	ي	م	و	م	2
ي	ر	ث	■	ل	ا	م	ت	ك	ا	■	ن	ا	م	ر	3
ل	ب	ر	س	■	ل	ا	ح	ت	ر	ا	■	ل	■	ا	4
ة	ا	ي	ر	ب	■	هـ	ا	■	ة	ر	و	ك	ا	ب	5
و	ن	د	ا	■	ر	■	م	ت	■	ح	ج	■	ب	ن	6
د	■	■	■	ا	م	د	■	■	هـ	ب	ا	ر	ت	ا	7
م	ش	هـ	ي	ل	ا	■	ط	ل	ل	■	ء	ي	ذ	ب	8
ن	ق	ي	ت	م	ل	ا	■	ا	ا	ا	■	ب	ا	ي	9
ة	ا	ج	■	■	■	ة	ا	هـ	ل	ل	ا	■	ل	ر	10
■	ن	و	ر	ا	ف	ل	ا	■	ر	و	ح	س	■	ب	11
د	ن	■	ك	ب	ر	ا	■	و	م	س	ت	■	ي	ي	12
ن	■	ق	ا	ر	ت	ف	ا	■	ض	ي	ر	ق	■	ع	13
■	ا	ر	ب	ي	ل	■	ل	■	ا	ل	ا	ي	ك	ة	14
■	■	ع	ي	ق	ا	ق	ف	■	ن	ة	م	د	ن	■	15

أحيانا (ا = ى = أ = إ = ء = ئ = ؤ) - (ت = ة = هـ) – (الجيم المصرية – غ) – (ى = ي)

حل شبكة أبريل 2023

الوقواق أخبث طائر علي وجه الأرض ولماذا يتصف بالخباثة

الوقواق من الطيور نادرة الظهور ودائما ما يتم الاعتقاد أن هذا الطائر من الطيور الخجولة، ولكن في الحقيقة فهو أخبث طائر على وجه الأرض، ويتميز بالذكاء والانانية والمكر والنصب، ينتمي إلى فصيلة الطيور رتبة الوقوقيات ، يضع طائر الوقواق بويضته في عش الطيور الأخرى، وينتشر في معظم أنحاء العالم.

الوقواق

يعتبر طائر الوقواق من الطيور المهاجرة ويختار الأماكن الدافئة للعيش بها ويتميز بأنه يستمد نشاطه وبحثه على الطعام وممارسته لعملية التكاثر أثناء النهار، ويتسم بالقوة منذ الولادة.

أما عن بيض الوقواق فتستطيع الأنثى أن تضع من ١٢ إلى ٢٢ بويضة في المرة الواحدة، وتتميز البويضة بقشرة سميكة.

لماذا يتصف الوقواق بالخباثة

يتصف طائر الوقواق بالخباثة لأنه لا يقوم ببناء عش خاص به ولا العناية بصغاره، بل تقوم أنثي الوقواق بوضع البويضة الخاصة بها في عش طائر آخر في غياب الأبوين الأصحاب الحقيقين للعش ويقوم الوقواق بسرقة بيض الطائر حتى لا يعرف الأبوان بفعلتها.

بعد فترة تفقس بويضة الوقواق في وقت مبكر قبل البويضات الأخرى بالعش.

يقوم بعد ذلك فرخ الوقواق بدحرجة بيض الطائر الأصلي وصغاره ورميه خارج العش حتى يتم تغذيتة فقط إلى ان يصبح حجم الفرخ أكبر من حجم الابويين الأصلين، حيث يقضي الابوان بجمع الطعام له أثناء النهار، ويهجر العش بعد أقل من شهر من ولادته.

فبهذا يقضي الطائر حوالي شهر في اطعام هذا الطائر والعناية به وهو ليس ابنه من الأساس ولا ينتمي اليه لهذا يتم وصف طائر الوقواق بالخباثة.

وصف شكل طائر الوقواق

يتميز طائر الوقواق بخصائص تميزه عن غيره من الطيور في الشكل والحجم والألوان ومن هذه الخصائص

يبلغ طوله ٣٠ سم وحجمه تقريبا في نفس حجم الحمامة.

ألوانه ليست مبهجة بل يتميز بالألوان الأسود والبني والرمادي، اما الصدر فيتميز باللون الأبيض المخطط باللون الرمادي.

لون الريش يكون ملائما لألوان أوراق الشجرة التي يعيش بها ويستخدم ذلك كنوع من التمويه.

اللون الذي يميز الإناث هو اللون البني.

طائر الوقواق ذو جسم نحيل، وله ذيل طويل وأجنحته مدببة.

يتميز أيضا بمنقار منثني لأسفل.

يتغذى هذا الطائر على الحشرات وجميع اللافقاريات، والطفيليات والفواكه، أما عن طعامه المفضل فيكون يرقات الفراشات.

سمي بطائر الوقواق نسبة إلى صوته (واق واق) وهذا الصوت يخص الذكور فقط أما عن صوت الأنثى فهو يشبه الضحكة.

طائر الوقواق مهدد بالانقراض ولا بد من المحافظة عليه.

أماكن تواجد الوقواق

يعيش طائر الوقواق في معظم انحاء العالم وخاصة في الأماكن التي تتميز باعتدال درجة الحرارة، ويعيش في الغابات والصحراء والأماكن التي يستطيع توفير غذائه فيها، يفضل الأماكن المفتوحة ويعيش على الأشجار، وينتشر هذا الطائر في القارة الأوربية وخاصة في أيسلندا، يهاجر إلى أفريقيا عند بداية فصل الشتاء للبحث عن الأماكن الدافئة.

THERE IS NO ISRAELI INDEPENDENCE DAY WITHOUT THE PALESTINIAN NAKBA

• **Gideon Levy / Haaretz**

This is the essence of the Israeli zeitgeist: first a frenzied wallowing in the cult of mourning and a no less frenzied worshiping of death and the dead on Memorial Day, immediately followed by an ultra nationalistic and militaristic orgy, with flights of self-adoration and tons of scorched meat on Independence Day. Not an iota of proportion, neither regarding the dead or the living, nor the meat either.

No other state grieves for its dead like this and celebrates its achievements – real and imaginary – like this. Of course there's also no other state, except our new friend Turkmenistan, whose national ceremony resembles our torch lighting.

Out of all this sludge, this year the beginning of hope sprouted. The protest that erupted in every place, including in our modern-day temples – our military graveyards – and the 15,000 people at the alternative, binational memorial ceremony, are a source of emerging hope. It's a hesitant, timid beginning, not honest or resolute enough, of what should really have been happening here in the days of remembering and independence – but it's a start.

Israel is mourning its dead, and of course for them alone, as though they were all innocent, guiltless victims of a mysterious, hidden force of evil whose sole objective is to kill and hurt our pure, naïve country. Israel celebrates its founding and independence knowing it's doing so on the back, life, property, liberty, land and dignity of another nation. It's doubtful there are many other national holidays celebrated for the disaster of another nation, while trampling on every display of its self-expression.

All this is even worse since most victims of the other nation's national disaster and their offspring – that national disaster that Israel celebrates with jubilation and exultation – live under Israeli rule. Yes, this is their day of disaster, which never ends, an awful, appalling disaster, a small Holocaust. And yes, we can grieve for our dead, and celebrate our independence too, while taking that into consideration. But when a nation has no confidence in its morality, when it knows very well that something bad happened as well as all the good, and that the fire of guilt is still hissing and burning under the carpet – then it will trample any reminder of that.

It could have been different, and it must be different. Israel is strong and mature enough to make room for other sentiments in addition to its nationalist religious sentiments. The Jews don't live alone, not even in their state. It's impossible to celebrate Independence Day without talking about the Nakba, and it's impossible to mourn for the dead without asking why they were killed. It's impossible to ignore the other dead, our victims; it's possible and necessary to respect the feelings of those mourning for them, those who see them as heroes.

On the eve of Memorial Day, this week I visited the graveyard of the Jenin refugee camp. The graves of dozens of new fatalities of the past, cursed year in the camp look amazingly similar to the graves of our soldiers, and the bereaved mother who was watering the flowers on the fresh grave of her son there looked amazingly like our own bereaved mothers.

One day, when Israel will believe in the justice of its cause, it will finally be able to expose itself to the whole story and even to respect it. It will stop force-feeding itself with the false propaganda it's telling itself and others and look directly at the truth.

Then it will be able to mark the national events differently: a memorial day for the fallen of the other nation as well, memorials and plaques telling its story and honoring its history. A memorial day for the Israelis on Mount Herzl and a memorial day for the Palestinians at the cemetery of the lost Sheikh Munis. Performances on Independence Day in the Jews' cities, and memorial rallies for their dead and fallen in the Arabs' cities. Israeli flags beside flags of Palestine, with the protest's black flags between them. This must take place before the establishment of the one democratic state, in which this dream will become a reality.

"URGENT HELP NEEDED TO ADDRESS DANGEROUSLY HIGH WAIT TIMES FOR PEDIATRIC MRIs AT LHSC"

Terence Kernaghan
MPP London North Center

QUEEN'S PARK – NDP MPP Terence Kernaghan is demanding answers from the Ford government today as average wait times for pediatric MRIs at London Health Sciences Centre (LHSC) hit a staggering 299 days.

"Having a cancer scare, especially for a child, is a terrifying ordeal for any family to go through," said Kernaghan. "At LHSC right now, kids are waiting an average of almost 300 days just to get an official diagnosis after a cancer assessment, which is critical time for starting treatment and support. Kids can't wait for these times – and families can't afford to go elsewhere for private treatment".

The average wait time for a pediatric MRI at LHSC is currently 299 days – by far the highest in the province, where the second highest wait time is 194 days. Children should be seen within 28 days for the best chance at treatment and recovery for priority 4 assessments.

"It's hard to imagine the level of stress and anxiety parents and children are enduring in London while they wait almost an entire year without a diagnosis," said Kernaghan. "This government is breaking our health care system, and their ideas for privatizing health care are just making things worse. We must be using every tool available to make sure our publicly-funded health care system is strong and available to everyone. Kids can't wait".

ONTARIO ADDING NEW PROTECTIONS FOR HOME BUYERS

Province expanding deposit insurance while consulting on potential cooling-off period for new home purchase agreements

• Ministry of Public and Business Service Delivery

TORONTO — The Ontario government is doing more to protect first-time home buyers and their savings by expanding deposit insurance for First Home Savings Accounts at Ontario credit unions.

The province is also consulting on a 'cooling-off period' for buyers of new freehold homes and seeking input on whether it should be mandatory to receive legal advice before signing a purchase agreement for a new home. These measures are part of the government's plan to provide people with the very best in consumer protection to ensure they have the necessary tools when they buy a new home.

"Hard-working Ontarians can rest assured this government has their backs and is doing everything to protect them when making one of the biggest purchases of their lives – a new home," said Kaleed Rasheed, Minister of Public and Business Service Delivery. "These new measures that we are consulting on will help us protect and inform home buyers and consumers alike, empowering Ontarians to keep making smarter, safer decisions when choosing this province as their forever-home."

The government will consult with consumer groups, the public and the home building sector through the Ontario Regulatory Registry in the near future on a cooling-off period for new freehold homes. If approved, a purchaser could rescind their purchase agreement within a specific timeframe and builders would be required to disclose the cooling-off period to purchasers. As part of the consultation, the government will also seek input on whether there should be a requirement that purchasers of all new homes receive legal advice on their purchase agreements.

At the same time, Ontario credit union members who are saving for a first home would be protected. First Home Saving Accounts were introduced by the federal government and credit union members can use them to save for the purchase of their first home. As part of their introduction to the marketplace, the Ontario government is looking to expand coverage under the Deposit Insurance Reserve Fund for First Home Savings Accounts at Ontario credit unions.

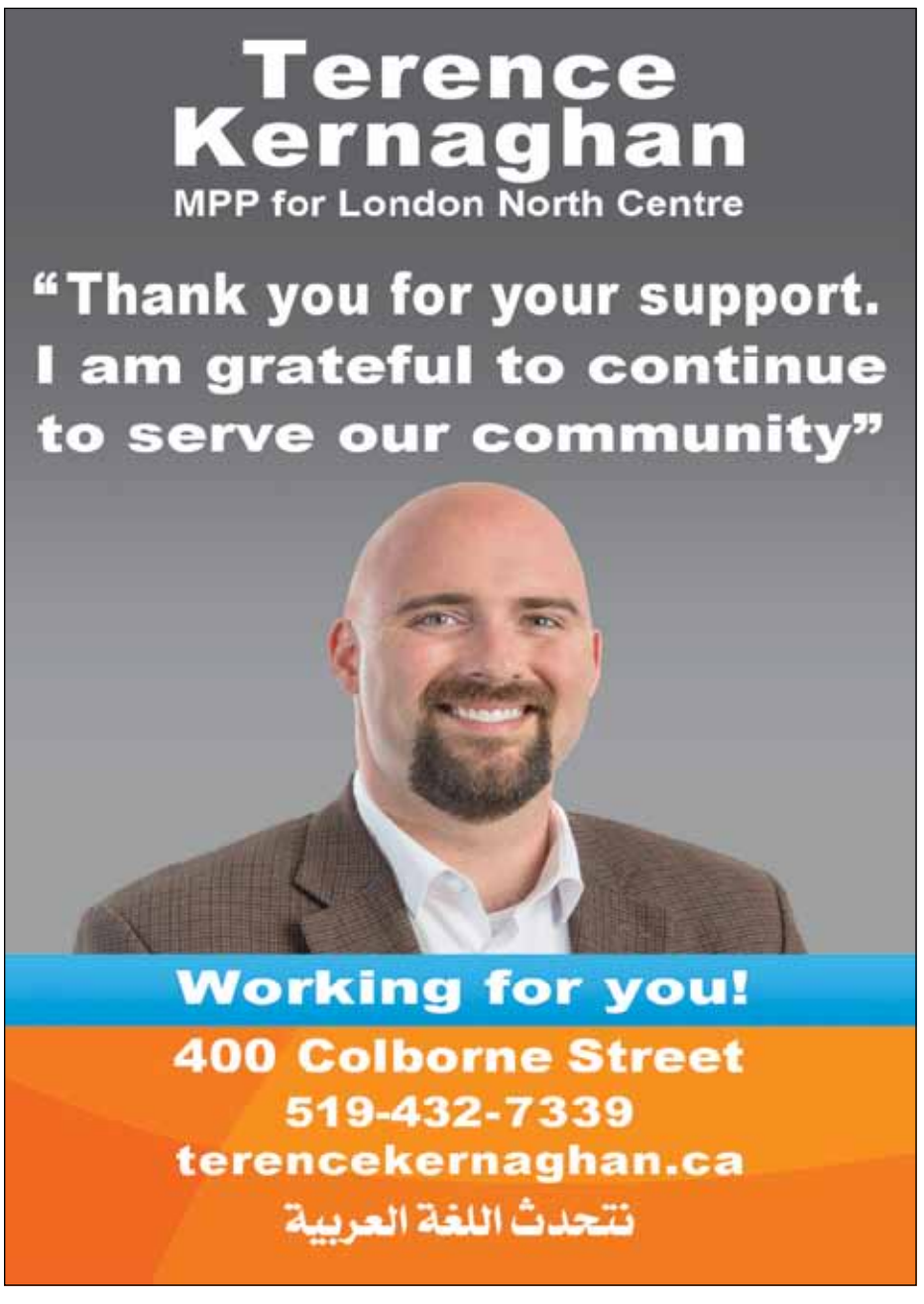
"Our government is helping first-time home buyers who use credit unions to save as they look to enter the marketplace," said Peter Bethlenfalvy, Minister of Finance. "By expanding coverage under the Deposit Insurance Fund Reserve Fund for First Home Savings Accounts of Ontario's credit union members, we are providing more ways for people to save for their first home, while providing institutional safeguards for credit unions and caisses populaires."

"We continue to put policies in place that will ensure Ontario is ready to build more homes and build them fast as market conditions improve," said Steve Clark, Minister of Municipal Affairs and Housing. "As we do, we will continue standing up for home buyers and ensure their interests are protected as we work to build the homes Ontarians need."

"Our government wants to ensure owning a home is in reach for everyone across the province," said Nina Tangri, Associate Minister of Housing. "We continue to work with all levels of government and the private sector as we introduce measures that will form a solid foundation to building new homes in both rural and urban communities in Ontario."

QUICK FACTS

- The Condominium Act, 1998 provides a 10-day cancellation period for purchasers of new condominiums from a builder.
- The Home Construction Regulatory Authority can impose administrative penalties on unethical practices of builders and vendors who unfairly cancel pre-construction projects or terminate a purchase agreement.
- More than 1.7 million Ontarians are members of a credit union or caisse populaire.
- Credit unions and caisses populaires are regulated by the Financial Services Regulatory Authority of Ontario.
- The Credit Unions and Caisses Populaires Act, 2020, requires a review of the legislation and regulations every five years and that the recommendations be made public.
- Ontario's housing starts continue to trend in the right direction. Last year, starts surpassed 96,000 – the second-highest number since 1988. These trends have continued into 2023.



ONTARIO INCREASING MINIMUM WAGE TO $16.55 AN HOUR

Nearly a million workers will benefit from bigger paycheques on October 1

• **Ministry of Labour, Immigration, Training and Skills Development**

TORONTO — The Ontario government is increasing the minimum wage to $16.55 an hour on October 1, 2023. This 6.8 per cent pay raise for low-income workers builds on the government's steady and predictable increases every year to help families offset the rising cost of living.

"Under the leadership of Premier Ford, our government is putting workers in the driver's seat of their careers, and their lives," said Monte McNaughton, Minister of Labour, Immigration, Training and Skills Development. "This latest increase is a fair and balanced approach that means more money in their pockets so they can support their families and continuing building a stronger Ontario for all of us."

A worker making the general minimum wage and working 40 hours per week will see an annual pay increase of nearly $2,200. There were 942,400 workers earning $16.55 per hour or below in 2022, the majority of whom are women. This minimum wage increase builds on the government's work to make Ontario the best place to live, work and raise a family. Most recently, the government introduced the Working for Workers Act, 2023, which will, if passed, provide ground-breaking protections for millions of workers in Ontario.

Quick Facts

• Just over 40 per cent of workers at or below the current general minimum wage of $15.50 per hour are in retail trade and almost 25 per cent are in accommodation and food services.
• Ontario's new minimum wage is the highest of any province in the country. For example, Quebec has a minimum wage of $14.25 an hour, British Columbia has a minimum wage of $15.65 an hour, and Alberta has a minimum wage of $15.00 an hour.
• The special minimum wage rates will also increase for:

• students under the age of 18, who work 28 hours a week or less when school is in session or work during a school break or summer holidays, from $14.60 to $15.60 an hour.

• homeworkers (those who do paid work out of their own homes for employers), from $17.05 to $18.20 an hour.

• hunting, fishing and wilderness guides, from $77.60 to $82.85 per day when working less than five consecutive hours in day, and $155.25 to $165.75 per day when working five or more hours in a day.

HERE'S HOW MUCH YOU'LL OWE CANADA REVENUE AGENCY IF YOU DON'T PAY YOUR TAXES ON TIME

Filing late starts with a five per cent hit on what you owe plus another one per cent a month up to a maximum of 12 months, plus compounded daily interest on your unpaid balance

• **By Srivindhya Kolluru**

Canadians might be feeling the squeeze with the income tax filing deadline fast approaching on April 30. (Technically, May 1 since April 30 falls on a Sunday.) Financial experts warn that while procrastinating on your return won't get you thrown in jail, filing late with the Canada Revenue Agency comes with painful financial penalties.

According to the Government of Canada website, you can expect to get hit with an immediate five per cent penalty on whatever you owe, plus one per cent on every full month that you file late up to a maximum of 12 months.

"Really, that's five per cent plus another 12 per cent potentially," said Jamie Golombek, managing director of tax and estate planning at CIBC Private Wealth.

Those penalties can add up fast.
Late tax filing penalties can add up fast

You'll need to pay more than the taxes you owe if you file late.

"Let's say you are a gig worker, so you haven't paid any taxes during the year, and at the end of the year, you owe $10,000 in taxes," explains Golombek. Even filing your taxes one day late would result in a $500 fine, in addition to one per cent for every month that you don't file.

Golombek says those penalties actually can double if it's the second time you've filed past the deadline.

"In other words, if you've been charged a penalty in 2019, 2020 or 2021, the late filing penalty actually doubles to 10 per cent of the amount you owe, plus two per cent for every month that you file after the deadline to a maximum of 20 months," explains Golombek.

On top of this, he adds, the CRA will compound daily interest on your unpaid tax balance, including the late-filing penalties.

This means that the longer you wait, the more you will have to pay. Ian Calvert, Vice President & Principal at Highview Financial Group, says the CRA charges you based on their prescribed interest rate, which is updated every quarter. Calvert says this rate currently sits at a whopping nine per cent.

Even if you don't have all your information or are unable to pay what you owe right away, Golombek says you can estimate your income or deduction. "Then, when you get the correct amount in a couple of months, you can adjust your return, but at least then you're going to get your return in by the deadline and avoid penalties."

"You really don't want to be late, especially if you owe money," adds Golombek. And the federal workers' strike "is not a good excuse for filing a return late." The CRA has not extended deadlines due to the walkout.

• **Srivindhya Kolluru is a Toronto-based freelance journalist who writes about business and finance.**

www.albilad.net
Al bilad
Canadian Arabic & English Newspaper Published in London, Ontario
Editor in Chief (English Section)
Ziyad Ali
Cell: 519-777-1391
ziyad@albilad.net
Editor in Chief (Arabic Section)
Laith Alhamdany
Cell: 519-709-3684
Laith@albilad.net
Volume 21

CREA: AVERAGE HOME PRICE IN CANADA EXPECTED TO DROP 4.8% BY END OF 2023

- **Vimal Sivakumar**
- **CIC News**
- **Published on April 20th, 2023**

The Canadian Real Estate Association (CREA) has indicated that they expect the average price of a home across Canada to decrease by 4.8% by the end of this year.

This percentage decrease is compared to the average price of a home at the end of 2022.

Based on the CREA's projections, the process of buying a home will become more affordable for all Canadians, including new immigrants just arriving in this country.

More about buying a home in Canada as a newcomer/ permanent resident: FHSAs

A recent move by the Canadian government will now make it easier for newcomers across the country to save up for their first home, thanks to a new tax-free First Home Savings Account (FHSA).

As of April 1 this year, Canadian financial institutions are now able to offer a new kind of savings account to eligible Canadian citizens and permanent residents.

To be eligible for an FHSA, the account holder must be a Canadian resident over the age of 17 that is looking to purchase their first home. FHSA holders are required to keep the account open until the first of these conditions is met:

• 15 years have passed since opening the account

• Until the end of the year when they turn 71

• Until the end of the year following the year when they make "a qualifying withdrawal [from the] FHSA" for the purchase of their first home

•

The FHSA is Canada's newest effort to increase the affordability of housing in this country. By giving first-time home buyers the ability to accumulate $40,000 in tax-free savings (max. $8,000 per year for five years), the government is hoping that this will aid Canadians in their efforts to save for a down payment on the home.

In fact, the government estimates project that the FHSA will provide $725 million in support over the coming five years.

Note: FHSA contributions will be tax-deductible and withdrawals for the purchase of a first home will be non-taxable

Other first-time home-buying benefits offered to Canadians

1. First-Time Home Buyer Incentive (FTHBI)

The FTHBI offers five or ten percent of a home's purchase price to eligible Canadians for use on a down payment for the home. By adding to a down payment, this incentive makes homebuying more affordable by reducing "mortgage carrying costs".

Note: Mortgage carrying costs are the expenses involved with maintaining a home (in this case, mortgage payments)

Canadian citizens, permanent residents and temporary foreign workers are all eligible for this incentive.

2. Home Buyers' Plan (HBP)

First-time home buyers buying or building an eligible home in Canada can withdraw up to $35,000 in tax-free dollars (per person) from their RRSP to put toward their first home. The HBP also has a 15-year repayment window.

Eligibility for the HBP requires that the purchased property is occupied as a primary residence for at least the first year and that any contributions made to an RRSP must stay in the account for 90 days.

3. Provincial Grants and Incentives

Many provinces/territories across Canada have their own unique grants and incentives for first-time home buyers. A more complete list of these kinds of incentives is available here.

Below are three examples of these programs:

British Columbia's First-Time Home Buyers' Program

In British Columbia, this program works to reduce or eliminate property transfer taxes paid by first-time homeowners. Full or partial exemption from this tax is available for qualified purchasers.

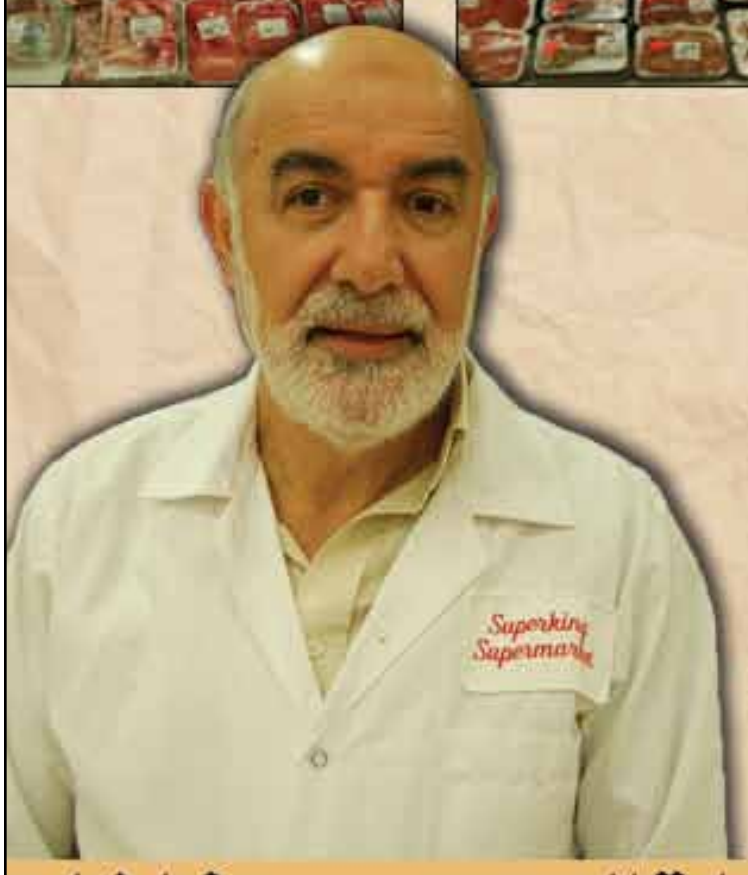
Ontario's Land Transfer Tax Refunds for First-Time Homebuyers

Eligible first-time homebuyers in Ontario who buy land or an interest in land are eligible for a full or partial refund on their land transfer tax. Refunds are now open to all homes in Ontario, including resold homes and new developments.

Nova Scotia's First-Time Home Buyers' Rebate Program

This Nova Scotian program offers first-time buyers of newly-built homes a rebate equal to "18.75 percent of the provincial portion of the HST or 1.31 percent of the purchase price of capital stock in a housing cooperative, up to $3,000."

SUPERKING
SUPERMARKET
519-601-7776
785 Wonderland Rd. S. London at Westmount Shopping Center
كافة أنواع اللحوم الحلال من البقر والغنم والدواجن


Chicken Wings
Chicken Legs
Boneless Chicken Breast
Sirloin Tip Steak
Lean Ground beef
Frozen Whole Lamb
Average Weight
10-12 Kg
قسم اللحوم الحلال بإدارة السيد محمد فاضل
ALL KINDS OF HALAL MEATS
حلال
Halal

المنتجات الغذائية العربية
بأسعار لن تجدوها في أي مكان آخر
Excellent prices on all items throughout the store

Albilad

www.albilad.net

VOLUME 22

Editor in Chief (Arabic Section)
Laith Alhamdany
Cell: 519-709-3684
Laith@albilad.net

Editor in Chief (English Section)
Ziyad Ali
Cell: 519-777-1391
ziyad@albilad.net

GARAGE DOORS
Sales - Service - Installation
AA Advantage Doors
519.619.7901
877-80-DOORS (36677)
www.AAadvantageDoors.com

Canadian Arabic & English Newspaper Published in London, Ontario | Volume 22 | Issue 254 May 2023

CREA: AVERAGE HOME PRICE IN CANADA EXPECTED TO DROP 4.8% BY END OF 2023

DEDICATED IMMIGRATION LAW PRACTICE

LEE & COMPANY
Immigration Advocacy, Counsel and Litigation

Lee & Company is a Toronto law firm focused on Immigration Advocacy, Litigation, Counsel and Processing

Wennie Lee
BA, LL. B., LL. M
Principal Lawyer

The Law Society of Upper Canada)

Marko Vitorovich
Principal Consultant
Full Member ICCRC

ICCRC

Mohamed Abuzayed
Senior Associate
Immigration Consultant
Full Member ICCRC

- طلبات اللجوء Refugee Hearings
- التعامل مع الترحيل بكافة أنواعه
- طلبات الـ PRRA
- طلبات الاستئناف للكفالات بكافة أنواعها (Sponsorship Appeals)
- طلبات الاستئناف لأوامر الترحيل (Removal Order Appeals)
- جلسات القضايا المتعلقة بالسماح بالدخول والبقاء في كندا (Admissibility Hearings)
- فقدان الاقامة الدائمة
- حضور مقابلات التوقيف لمخالفات الهجرة
- القضايا والمشاكل المتعلقة بعبور الحدود
- طلبات الاستئناف للجنسية الكندية
- حضور مقابلات الترحيل GTEC
- الاستبعاد – قضايا الجريمة المنظمة والحالات الأمنية
- المراجعة القضائية (في المحكمة الفيدرالية) لحالات الهجرة المرفوضة سابقاً
- قضايا الهجرة بكافة أنواعها.

LONDON
Tel: 519-473-8788
Fax: 416-321-3528
e-mail: ma@leecompany.ca

TORONTO
Hullmark Centre
4773 Yonge St. - Suite 3F
Toronto, ON M2N 0G2

www.leecompany.ca

Teresa Armstrong
MPP London-Fanshawe
تـريـزا آرمـسـتـرونـغ
صوتكم في برلمان انتاريو

"Thank you for your support.
I am grateful to continue
to serve our community"

Community Office
155 Clarke Rd London, ON N5W 5C9
Tel: (519) 668-1104
Fax: (519) 668-1941
Email: tarmstrong-co@ndp.on.ca
www.teresaarmstrong.com

Proud to serve our community

LINDSAY NDP
MATHYSSEN
MEMBER OF PARLIAMENT
LONDON—FANSHAWE

Call Us
(519)-685-4745

Visit our London Office at
1700 Dundas St

lindsaymathyssen.ndp.ca

LindsayMathyssenNDP lindsay.mathyssen

Albilad

ziyad@albilad.net

to advertise, Please call Ziyad Ali 519-777-1391

ADVERTISE WITH US &

WWW.ALBILAD.NET

LET US TELL YOUR STORY