

صفحة تسليية صباح كل
اثنين واربعاء
وجمعة وأحد
ص ١٠-١١

الديار

لبنانية - سياسية - مستقلة - الحقيقة في كل دار 10000 L.L.

بطولة ألمانيا في كرة القدم:
كلاسيكو مثير بين بايرن
ميونيخ وبوروسيا دورتموند غداً
ص ١٠

السنة الرابعة والثلاثون - العدد ١٢١٧٧ الجمعة ٣١ آذار ٢٠٢٣ Vendredi 31 Mars 2023 34ème année N 12177 www.addiyaronline.com ١٢ صفحة

باريس تشغل محركاتها الرئاسية وواشنطن توبّخ المسؤولين اللبنانيين ماكرون يسعى لتليين الموقف السعودي ويري يراهن على «بواتاج» الاصوات حزب الله يفكك «لغم» المطار والحكومة تلجأ «للعصا والجزرة» مع «اوجيرو»



المتقاعدون العسكريون خلال تحركهم امس

ابراهيم ناصر الدين

عاد «الشارع» الى التحرك على خلفية الانهيار الاقتصادي المتنامي، فيما تتواصل الحلول «الترقيعية» المتنقلة بين وزارة العمل، ووزارة الاتصالات، والمال، ومصرف لبنان، دون جدوى، ومجرد مسكنات لا «تتمن ولا تغني عن جوع». الحراك الرئاسي مغيب ولا شيء جدياً في الداخل والخارج، فيما يبقى الرهان على الوقت محفوفاً بالمخاطر في غياب اي ضمانات بنجاح «المظلة» الخارجية لابقاء لبنان في غرفة الانعاش وعدم

مواجهات بين المتقاعدين والقوى الامنية

يكون له تأثير مهدي ونافع في لبنان وفي المنطقة كلها. هذا الكلام الاميركي بمثابة «رمي الكرة» في «ملعب» الآخرين ويعد تنصلاً من المسؤولية عن المبادرة لوضع الازمة اللبنانية على سكة الحل، تقول مصادر دبلوماسية، قارنت بين تدخل الادارة الاميركية المباشر والفاعل في الازمة الاسرائيلية، وتعاطيها «الباهت» مع الملف اللبناني، فيما التعويل على التقارب السعودي - الايراني يبقى مجرد تمنيات بغياب اي مؤشر يدل على ان الساحة اللبنانية كانت اصلاً جزءاً من التسوية. ولا شيء في الافق راهنا الا انتظار الاجوبة السعودية على اسئلة

(التتمة ص ١٢)

محمد عفيف: توقيتنا الحقيقي هو المقاومة ووحدة اللبنانيين والدفاع عن لبنان الواحد



ألقى مسؤول العلاقات الإعلامية في حزب الله الحاج محمد عفيف، كلمة في الإفطار السنوي لموقع «صدى فور برس» السذي أقيم برعايته في مطعم الساحة- طريق المطار، وجاء فيها: «بداية، كنت قد أعددت نصاً مقتضياً لا في السياسة، بل في فكر السياسة، أنظر فيها إلى الازمة التي يمز بها بلدنا، وأسبابها العميقة، ومآلات الحلول، ولا أزعم أنها من بنات أفكار، بل هي من المرسلات التي سبقني إليها كثيرون،

(التتمة ص ٣)

النصر والهزيمة

فهد الباشا

ص ٥

مرحبا «يا وطن»

العميد منير عقيقي

ص ٤

فشل التطبيع بين جعجع وباسيل... أزمة ثقة وخلاف على المرشح المشترك

محمد بلوط

ص ٢

حقن «البوتكس»... فوائد مُتعددة منها علاج «صيرر الأسنان» وأوجاع الرأس

ندى عبد الرزاق

ص ٦

على طريق الديار

أمين عام حزب الله السيد حسن نصرالله الذي دعا الى ان يكون الحل اللبناني داخليا وان لا ننتظر كلبنايين التسويات الاقليمية والخارجية كي ننتخب رئيساً للبلاد، اذا ان الاتفاق الدولي على لبنان قد يطول وهناك ملفات اخرى في سلم اولويات المجتمع الدولي، ولا قدرة للشعب اللبناني ان ينتظر طويلاً بعد ان استنزفته الازمة الاقتصادية - المعيشية الخائفة في السنوات الثلاث الماضية. فهل من يسمع؟

(الديار)

توبيخ مساعدة وزير الخارجية الاميركي لشؤون الشرق الأدنى بربرا ليف للمسؤولين اللبنانيين على تكوهم بالقيام بواجبهم الدستوري والسياسي والوطني في انتخاب رئيس للجمهورية، ليس الا دليلاً اضافياً على عقم هذه الطبقة السياسية وعدم قدرتها على انتاج الحلول دون ضغوط وتدخل خارجي. وكلام ليف عن ضرورة قيام المجلس النيابي بانتخاب رئيس للجمهورية، يدل على ان الملف اللبناني ليس ضمن اولويات المجتمع الدولي، ومن هنا اهمية كلام

الاحتلال يعتدي على الفلسطينيين خلال إحيائهم «يوم الأرض» اتفاق لعودة وزير الدفاع... غالات: «إسرائيل» تشهد فترة أمنية معقدة



ثورة الشارع في يوم الارض

هدات ثورة الشارع داخل «إسرائيل»، مع نجاح المساعي والمفاوضات في تاجيل بت قانون التعديلات القضائية، في ظل تقدم المفاوضات الجارية، لراب الصبح الذي اصاب الائتلاف الحكومي، حيث حكي عن اتفاق لعودة وزير الدفاع الى منصبه، في وقت اكد فيه غالات، ان «تل ابيب» تشهد فترة أمنية معقدة. تزامناً استهدفت قوات الاحتلال الاسرائيلي في اعتداءاتها الفلسطينية في غزة خلال احيائهم «يوم الارض».

فقد قال وزير الأمن الإسرائيلي يوف غالات، إن «إسرائيل» تشهد فترة أمنية معقدة، فيإيران تدير حرب استنزاف ضدها، وفي المقابل تتقدم في برنامجها لحيازة

(التتمة ص ١٢)

ماكرون: الاحتجاجات لن توقف تعديل نظام التقاعد



احتجاجات امام بلدية باريس

يبدو ان الرئيس الفرنسي ايمانويل ماكرون مصر على السير حتى النهاية في تطبيقه لقانون رفع سن التقاعد بعد اقراره في الجمعية العامة، كمقدمة لسلسلة قوانين يعزز السير بها، بعدما ضمن ثقة المجلس لحكومته، مراهنا على الوقت في مواجهة

الاحتجاجات الشعبية. فقد قال الرئيس الفرنسي، ايمانويل ماكرون، إن الاحتجاجات لن توقف تعديل نظام التقاعد أو أي تغييرات أخرى في (التتمة ص ١٢)

ص ١٢
ص ٨
عدوان إسرائيلي على دمشق
حرب شوارع في «باخموت»...
واجتماع لوزراء خارجية «الاطلسي»



سياسة لبنانية

البطريك الدويهي على طريق القدس أجراس كنائس إهدن زغرنا تفرغ ابتهاجاً



تمّ قبول معجزة الشفاء التي تمت على يد البطريك اسطفان الدويهي من قبل لجنة الاطباء في مجمع القديسين في الفاتيكان، وهذا يعني أن الدويهي أصبح على مسافة قريبة من إعلانه طوبواياً.

وصدر عن الأبرشية البطريركية المارونية نيابة إهدن- زغرنا ومؤسسة

البطريك إسطفان الدويهي البيان الاتي: «بعواطف الشكر لله نرف إلى أبناء رعيتنا إهدن- زغرنا، المقيمين والمغتربين، وإلى جميع أبناء كل اللبنانيين خبر قبول معجزة الشفاء من قبل لجنة الأطباء في مجمع القديسين في الفاتيكان. وهذا يعني أن المكرّم البطريك الدويهي أصبح على مسافة قريبة من إعلانه طوبواياً.»

أجراس كنائس زغرنا تفرغ

ومن لحظة صدور الخبر، لم تتوقف أجراس كنائس زغرنا وإهدن وقرى بلدات القضاء عن القرح المتواصل ابتهاجاً بالحدث المنتظر وهو تثبيت المعجزة التي حصلت بشفاة البطريك المكرم، ولم تمنع رداء الطقس العاصف أبناء إهدن من قرح أجراس كنيسة مار جرجس ومار بطرس.

من جهتها، باركت بلدية زغرنا- إهدن لابناء إهدن وزغرنا الزاوية والشمال «الذي أعطى كوكبة من القديسين للبنان والكنيسة المارونية، تثبيت المعجزة التي حصلت بشفاة البطريك



مقاتي أحبط تحرك المتقاعد

ثورة ١٧ تشرين

في الجانب الآخر من المشهد، كانت خطوة لوزير الأشغال العامة الذي أعلن صراحة بأنه قرر بالاتفاق مع حارة حريك واعتبار عقد توسيع المطار كأنه لم يكن، بعد موجة ردود الفعل التي أثارها، رغم أن ثمة مصادر

تحدثت عن تواصل الوزير حمية، قبيل مؤتمره الصحافي مع أحد نواب كتل «الجمهورية القوية» عارضاً وشارحاً بالتفاصيل والارقام دراسة جدوى المشروع، لتطوى بذلك الصفحة دون أن تعرف التبعات السياسية لذلك الخطوة، والمرتبطة بالشركة التي رسا عليها العقد.

في كل الأحوال، وسط هذا المشهد استمر الاخطر تحرك موظفي «اوجيرو»، وما رافقه من تحذيرات لوزير الاتصالات، واجراءات بحقها مع رئيس حكومة تصريف الاعمال افضت الى تهديد ميطن للموظفين بالاستعانة بالجيش لتأمين سير العمل في الهيئة.

وقد وضعت مصادر متابعة الامر في اطار الجدية التي يتم التعامل معها من قبل الأطراف السياسية في ما خص هذا الملف، إذ تشير المعطيات الى ان العنيتين يحاولون سحب كل فتائل التفجير،

تصدر الواقع المعيشي والاجتماعي صادرة المشهد بالاماس، مع نزول المتقاعدين الى الشارع في محاولة لا يصال صوتهم الى من يعينهم الامر. صوتهم لم يصل بداية، لان صاحب المقرب قرر السفر لاداء فريضة العمرة، كأن الامر في البلد باحسن حال، فاجهض التحرك دون جهد يذكر وان «معنوياً»، وثانياً كون رئيس حكومة تصريف الاعمال نفسه، قد شكى امام وفد من المعارضين سايقاً الاوضاع، متباكياً عدم قدرته على حل الازمة من منطلق «كلنا بالهوى سوا».

مصادر مواكبة للحراك، اشارت الى ان مساء الاربعا شهد حركة اتصالات واسعة بين مجموعات المتحسين بهدف تحديد بنك اهداف للتحرك تجاهه، من ضمن سلته منزل وزير المال وحاكم مصرف لبنان ورئيس حكومة تصريف الاعمال، قبل ان ترسو القرعة صباحاً على المصرف المركزي في الحمر، كما كشفت ان ما حصل بالاماس ليس سوى البداية، وان الامور ذاهبة الى مزيد من التصعيد، واعدة بمزيد من التنسيق بين المجموعات.

هذا واكدت المصادر ان اتصالات جرت مع بعض المجموعات من قبل بعض الاحزاب للمشاركة في التحرك، الا ان القرار المتخذ هو بمشاركة القطاعات العمالية والموظفين فقط، لحصر التحرك في الاطار المطالب بعيداً عن السياسات الضيقة، وان ابدت مخاوفها في المقابل من محاولة هذه الجهات ركوب الموجة لاجهاض التحركات كما حصل ابان

محمد عفيف: السياسة والإعلام صنوان لا ينفصلان توقيتنا الحقيقي هو المقاومة ووحدة اللبنانيين والدفاع عن لبنان الواحد

(تتمة ص ١)

شدّبت بعضها وأضفت إليها، يحدوني الأمل، ومتطلعاً إلى مستقبل أفضل، غير أن أزمة توقيت الساعة، وفيها ما فيها، دفعني الى الغزو عن المضي فيها، وأمسكت عن الكلام غير المباح، مغبة سوء الظن، ومشقة الإيضاح، وعدلت إلى نقاش في شؤون المهنة وشجونها الكثيرة، مما يحتمله هذا اللقاء الإعلامي الواسع.»

أضاف «بعيداً عن الإسفاف والشحن الطائفي ، في قضية كان يمكن أن نتجاوزها بالحوار الصريح والنقاش الهادئ والعميق، الذي هو الحل الوحيد لسكل القضايا بين اللبنانيين بما فيها كبرى القضايا العالقة حالياً، وهي رئاسة الجمهورية، ونؤكد أن توقيتنا الحقيقي هو المقاومة ووحدة اللبنانيين والدفاع عن لبنان الواحد الموحد. وأتقدم منكم بخالص التهنئة بحلول شهر رمضان، وأبارك للمسيحيين عامةً والمشاركين معنا هذا الإفطار خاصةً بالصوم الكبير على أمل القيامة والفصح المجيد.»

وسأل: «هل من داع للقول أن المسيحية ولدت هنا في الشرق في بلادنا، وأن الآلام هنا، أن القيامة هنا؟ ذلك لا هو سبيل التفاهر بالمكان المقدس في بيت لحم وعلى مستحقين، فالإديان جميعها عالية الرسالة عالمية الإيمان لا تحدها جغرافية، ولا يوقفها زمان، إنما نتأكد أننا جميعاً في هذه البقعة من الشرق ملتزمون سوياً بالأرض المقدسة التي اسمها الوحيد فلسطين من الآن إلى ابد الأبدية والتي باركتنا حولها فكان بلدنا واحد الإيمان، ثنائي الدين، متعدّد العبادات والآيات الطقوس، ومنها هذا الطقس الرمضاني الجميل في الشكل والمضمون، لما فيه من إعلاء للقيم، وتقدير مزدوج للفرد والجماعة، وسمو الروح في الذات والمعنى، ولهذا فإنها مناسبة أن أتقدم من الجاهدين أيضاً حلوا بالشكر، إذ لولاهم، لما كان أمان، وإلى كل الشهداء الأحياء في دروب القدس وأخواتها بين البحر النهر إذ لولاهم لما بقي أمل.»

وتابع «وأعود لأتوقف عند مبدأ يبدو أننا تجاهلناه في إطار عملنا وهو أهمية العلاقات العامة في العملية الإعلامية السياسية، وذلك أن السياسة والأعلام صنوان لا ينفصلان، يؤثران ببعض ويتأثران ببعض، وأن العمل على تحسين صورة المنتج الإعلامي، (موضوعاً، أو مؤسسة أو فرداً) يجب أن يبني هدفاً مستمراً، وإذا كنا نجتمع اليوم بدعوة كريمة من موقع ومنصة»، مضيفاً «ووقفت إلى جانبه حيث استطعت»، فإن هذا اللقاء هو أحد مصاديق النجاح في العلاقات العامة الفعالة.»

وأولاً، لأن الحياة تتسّع لكافة أشكال التعبير وثانياً لأننا إذا أردنا تغطية واسعة لحدث ما متعدد الأبعاد أو حضور مباريات كرة القدم نلجأ إلى التلفزيون، والارقام المالية لهذه الصناعة، أكبر مؤشر على ذلك، هل نريد دليلاً إضافياً أن صناعة أجهزة التلفزيون تزدها قوة في الأسواق، وهل نفهم في الحسابات المالية أكثر من آباء المهنة؟

٤- ثمة ظاهرة مقلقة في وسائل الإعلام ومنها ما يحصل على مساحة القضاء الإلكتروني بكل أدواته هو العودة من العالمية إلى المحلية الشديدة الضيق. لقد كان طموح أي ناشر أن يوزّع صحيفته في مدينته ثم في الأطراف قبل أن يبحث عن سبيل لتوزيعها في دول الجوار، فإن أمكنه أن ينتقل إلى بعض مدن العالم ليعمل (صحيفة الشرق الأوسط، الحياة) مثلاً. وعندما نشأت التلفزيونات (TL مثلاً) كان مبتغاهما أن تصل إلى مشاهديها المحليين قبل أن يولد البث الفضائي، (MBC) مثلاً، مع ولادة البث الفضائي أصبح الهدف المرتجى هو المنطقة والاقليم عندما ولدت CNN ركزت في مدينتها الأولى أنها قادرة على الوصول إلى أكثر من ١٥٠ بلداً حول العالم. كان هذا تعبيراً في ساحة الإعلام عن ظاهرة العولمة (الهيمنة الثقافية الأمريكية على العالم/ وتأثيرها السياسي في ظاهرة التجمعات السياسية الكبرى (أوروبا الوحيدة)

الآن نشهد ظاهرة معاكسة وهي العودة إلى المحلية، مثلاً MBC - مصر - MBC العراق وقرىها MBC لبنان. وتوأم هذه العودة الإعلامية هو في السياسة Back to America، الخروج من اتفاقية كيوتو للمناخ، خروج بريطانيا من الاتحاد الأوروبي Brexit، وأبرز دليل على الابتعاد عن العالمية والعودة إلى المحلية، هي شعارات: أميركا أولاً. لبنان أولاً. مصر أولاً. العراق أولاً إيران أولاً التي شهدناها في السنوات الأخيرة.

وختم عفيف: «إننا نشهد انشاء مواقع الكترونية محلية واخرى محلية على النطاق الضيق مثل موقع بنت جبيل، موقع أبناء الصعيد، وهكذا... وذلك يعني الخروج من الثقافة الجماعية وبيئة الأمة الواحدة وقضاياها وتطلعاتها، إلى شؤون المحلة والقرية، والانخراط بأخبار صغيرة، الزواج والتعازي، وهذا اتجاه ان استمر سيؤيد دوراً مؤثراً على الصعيد الفكري، وبناء الذات الإنسانية وتعزيز الظاهرة الفردية على حساب رؤية شاملة تملكها الأديان والأفكار الكبرى في التاريخ «الماركسية»، شعارات الثورة الفرنسية، ترى العالم كله وبننا وتعتقد أن قضايا الحق والعدالة والتحرر، ومواجهة الظلم ومقارعة العدوان، هي قضايا تهم الإنسانية جمعاء.»

لازارو ترأس اجتماع الناقدرة الثلاثي وحتّ الأطراف على التنسيق مع «اليونيفيل»

إلى أن عدم وضوح الخط الأزرق بين العلامات ساهم في التوتير، مضيفاً «مشروع تعليم الخط الأزرق، الذي بدأ في عام ٢٠٠٧، يساهم في توضيح مسار الخط الأزرق. ووضوح المسار الدقيق للخط الأزرق يتحدد من خلال نشر أصول اليونيفيل.»

وخلال الاجتماع، ركزت المناقشات أيضاً على تقرير الأمين العام للأمم المتحدة الأخير، والاتفاقيات الجوية والبرية، وقضايا أخرى في نطاق ولاية اليونيفيل بموجب قرار مجلس الأمن الدولي ١٧٠١ (٢٠٠٦) والقرارات اللاحقة.

وذكر بيان «اليونيفيل» انه منذ نهاية حرب عام ٢٠٠٦ في جنوب لبنان، تعقد الاجتماعات الثلاثية المنتظمة تحت رعاية اليونيفيل كآلية أساسية لإدارة النزاع وبناء الثقة». وكان الاجتماع هو الاجتماع الـ١٥٩ في هذا الإطار. ومن خلال آليات الربط والتنسيق، تظل اليونيفيل المنتدى الوحيد الذي يلتقي من خلاله الجيش اللبناني والجيش الإسرائيلي رسمياً.

سفيرة اليونان: انتخاب رئيس وتشكيل حكومة مستقرّة شرطان لا غنى عنهما



سفيرة اليونان تلقي كلمتها

أكدت السفيرة اليونانية في لبنان كاترين فنوتولاكي، «أننا نؤيد بقوة استقلال لبنان وسلامته الإقليمية وسيادته، الذي يرتبط مع اليونان منذ القدم بعلاقات ممتازة. وفي السياق ذاته، نساهم في مهمة «اليونيفيل»، من خلال المشاركة مع فرقاطة للمكون البحري منذ إنشائها في عام ٢٠٠٦.»

وأعلنت خلال حفل استقبال أقامته بمناسبة العيد الوطني لبلادها، «أننا سنستمر في إظهار التضامن مع الشعب اللبناني في الأوقات الصعبة»، معربة عن اعتقادها أن «مؤسسات النولة التي تعمل بكامل طاقتها، أولاً وقبل كل شيء انتخاب رئيس جديد وتشكيل حكومة مستقرّة واحترام سيادة القانون، شرط

ليف: قادة لبنان يفتقرون الى الإحساس بضرورة الإسراع بإخراج البلاد من أزمتها

أضافت: «شددت في بيروت على الحاجة لانتخاب رئيس وتشكيل حكومة ذات صلاحيات كاملة، وتنفيذ إصلاحات اقتصادية لإعادة لبنان إلى طريق الانتعاش»، موضحة أن «مساعدة اللبنانيين في أوقات الأزمات أولوية بالنسبة لنا.»

أكدت مساعدة وزير الخارجية الأميركي باربارا ليف لشؤون الشرق الأدنى، أنّ «لبنان ليس لديه مخرج آخر من أزمته، سوى التوصل لاتفاق مع صندوق النقد الدولي»، لافتة إلى أنّ «قادة لبنان يفتقرون إلى الإحساس بضرورة الإسراع بإخراج البلاد من أزمتها.»

سلام التقى أبي المنى والخطيب: اتخذنا إجراءات رقابية لمنع التلاعب بسعر الصرف

كما زار سلام نائب رئيس المجلس الإسلامي الشيعي الأعلى العلامة الشيخ علي الخطيب في مقر المجلس، وأطلعه على سير عمل الوزارة وخطتها في مواجهة الاحتكار والتضخم. ولم يفت في تطورات الأوضاع في لبنان والمنطقة. وأشار بيان للمجلس، الى أن الخطيب «طالب السياسيين بتحمل المسؤولية الوطنية في مواجهة الانهيار الاقتصادي، حيث بات المواطن يئن من تداعيات هذه السياسة»، مشدداً «على ضرورة اتخاذ إجراءات سريعة وحازمة للتخفيف عن المواطنين.»

بحث شيخ العقل لطائفة الموحدين الدروز الشيخ سامي ابي المنى، مع وزير الاقتصاد في حكومة تصريف الاعمال امين سلام في الوضخ الاقتصادي وقضايا وطنية عامة. ولفت سلام الى أن «ظروف البلد متشعبة، وكان من الصعوبة الاستمرار بالوضع نفسه، لذا اتخذنا اجراءات رقابية لا تزال قائمة، لتهدئة السوق ومنع التلاعب بسعر الصرف الذي خلق عدم الاستقرار، وقد اوقفنا عملية استخدام العملة التي كان يستغلها بعض المستهلكين في العملة اللبنانية مقابل سلع كانت اصلا بالدولار.»

العسكريون المتقاعدون اعتصموا في رياض الصلح مواجهات أمام «المركزي» ولقاء مع سلامة... ومهلة حتى الاثنين

والتقى وفد من العمداء السابقين جورج نادر وسليم طوق ورياض ابراهيم حاكم مصرف لبنان رياض سلامة، وتم خلال اللقاء التأكيد على المطالب، لا سيما قبض الراتب على سعر منصة صيرفة بـ ٢٨٥٠٠ ليرة للدولار.

وأبلغ سلامة الوفد بـ «أنه سيجت الموضوع مع رئيس حكومة تصريف الاعمال نجيب ميقاتي ووزير المالية في حكومة تصريف الاعمال يوسف الخليل خلال بضعة ايام، لان هذا القرار ليس بيده وحده، فيما أكد نادر أنه في حال عدم التوصل الى نتيجة حتى الاثنين المقبل، فالتحركات ستتصاعد حتى تحقيق المطالب.»

«اتحاد المودعين»

الى ذلك، اصدر اتحاد المودعين البيان الاتي: «في ظل الأوضاع المعيشية الصعبة، ونظراً الى عدم الجدية التي تتعامل بها السلطة وخاصة الحكومة مع الواقع اللبناني، وبما أن مطالبنا أساسها إيجاد حلول جذرية، وليس آنية، لنهوض الوطن والمواطن، فإننا ندعو الحكومة إلى اتخاذ وتبني النقاط التالية فوراً: ١-على السلطة التنفيذية أن تبادر وبدون أي تأخير الى العمل مع شركائنا: المصرف المركزي

والعسكريين المتقاعدين في القطاع العام اعتماداً، صباح أمس، في رياض الصلح، بمشاركة كثيفة من تجمع «السواء للوطن»، بالإضافة إلى رابطة قداماء القوات المسلحة اللبنانية ومختلف مجموعات العسكريين المتقاعدين دعماً لمطالبهم المعيشية، وسط انتشار أمسي كثيف للجيش والقوى الأمنية ومكافحة الشغب. وتمّ رفع لافتات تندد بتدوين المسؤولين عما آلت إليه الأوضاع الاقتصادية والمعيشية الكارثية والمصارف ومصرف لبنان.

وأجمعت كلمات عدد من المحتجين على «التنديد بالمسؤولين الفاسدين الذين سرقوا شعبهم ودمروا البلد بكل مؤسساته وإداراته»، محذرين «السلطة من تضييع وتضييع قضيتهم المحقة وصولاً إلى تصعيد لا يحمّد عقباها»، ومطالبن بـ «أن يكون سعر صيرفة على دولار ٢٢.»

امام مصرف لبنان

ولاحقاً، توجه عدد من المحتجين الى امام مصرف لبنان للتظاهر. وقد حاول عدد من العسكريين المتقاعدين إزالة الأسلاك الشائكة، في مواجهة فرقة مكافحة الشغب. وكانت مواجهات بين الجيش والعسكر المتقاعد.



حقن «البوتكس»... فوائد مُتعدّدة منها علاج «صيرير الأسنان» وأوجاع الرأس

جرعة للأشخاص الذين يعانون من تقلص العضلات المؤلمة والدائمة وذلك بوقف الإشارات العصبية التي تصل إلى العضلات مما يؤدي إلى استرخائها..

■ التعرّق والمثانة ■

إضافة إلى كل ما تقدم، «أيضاً معالجة فرط التعرق في القدمين والكفين وتحسنت الإبط، وعلاج OVERACTIVE BLADDER او هبوط المثانة بتطبيق المادة على المنطقة فتشل العضلات. وينوه الأطباء على ضرورة استخدامها بكميات قليلة لان هذه المادة بمثابة سم ويجب استخدام جرعات صغيرة لمنع ما يسمى بـ «التسمم الغذائي». وما تجدر الإشارة إليه ان التأثير الإيجابي لهذا العلاج يعتمد على سرعة تنفيذه».

■ الصداع النصفي المزمن ■

انتقل الصاج إلى معضلة يعاني منها كثير وهي الصداع النصفي فقال: «تم اعتماد هذه المادة في علاج الـ CHRONIC MIGRAINES وظهرت دراسة فرنسية حديثة ان حقن البوتوكس علاج آمن وفعال لتقليل نوبات الصداع النصفي. وهذه الدراسة اجراها باحثون بمستشفى جامعة رانغيل في فرنسا، ونشروا نتائجها في العدد الأخير من دورية PLASTIC RECONSTRUCTIVE SURGERY العلمية.

وفي هذا السياق قام الفريق بتحليل بيانات ١٧ دراسة سابقة أجريت من قبل، وشملت ٣ آلاف و ٥٦٠ مريضاً بالصداع النصفي من بينهم ١٥٥٠ يقاسون من الصداع النصفي المزمن، وهو يعني اصابتهم بـ ١٥ نوبة صداع على الأقل شهرياً، لمدة ٣ أشهر.

وفي هذا الإطار، وجد الباحثون ان حقن البوتوكس قلل بشكل ملفت من تكرار نوبات الصداع النصفي المزمن، خلال ٣ أشهر من الحقن مقارنة مع المجموعة التي عولجت بدواء وهمي والتحسن كان جليلاً بعد شهرين من بدء العلاج.

بالمقابل، اعتبر البروفيسور «بنينويت شابوت» قائد فريق البحث ان نتائج الدراسة، تدعم الأدلة المتزايدة على فاعلية حقن البوتوكس في الحد من نوبات الصداع النصفي المزمن».

وأردف، ان حقن التوكسين البوتولينوم يعتبر علاجاً مجدياً، بالإشارة إلى انه الأكثر شيوعاً بين النساء حيث يصبن به أي الصداع المزمن بمقدار ٣ اضعاف أكثر من الرجال.



كعلاج تشنج الجفن وللاضطرابات العينية الناجمة عن فرط نشاط العضلات في العين، او كسل العين، الحول او تصحيح انحراف المحاور البصرية. وتساعد حقن هذه المادة بالاستغاثة عن الجراحة وتصحيح الانحراف فيما يقرب الـ ٧٠٪ من الحالات».

تابع، «يتم تطبيقها في الجفون لمكافحة الحركات اللاإرادية التي قد تتسبب بها حالات مثل التشنّج مما يؤدي إلى توقف رعاش العين والارتجاجات العضلية والعصبية في الجسم مثل التوتّر العضلي العنقي حيث تضيق عضلات الرقبة بشكل لا ارادي مما ينتج منه التواء في الرأس. وغيرها من العلاجات الطبية وهي ضرورية، والاهم انها ليست مكلفة مادياً بالمقارنة مع علاج العقاقير او الخضوع لعمليات جراحية او اللجوء إلى الليزر».

■ استخدامات أخرى

■ الأطراف ■

فضل الحاج النواحي الطبية، «من خلال استعمال التوكسين في علاج تشنجات الأطراف العلوية لمن تجاوز عمر الستين، فقد يتسبب الشلل الدماغي بشد الأطراف، إلى جانب هيجان تصلب وتشنج العضلات والاختلال الحركي، ويُحقن منه

جلسات معينة لمنع الضرر الذي قد يصيب بنية الاسنان ومشاكل عظم الفك». بالمقابل، «العلاج من خلال توكسين بوتولينوم من النوع «أ»، يؤمن راحة مستدامة في علاج آلام الفك والصداع إلى جانب صيرير الاسنان وهذا النوع من العلاجات يعمل على تنعيم مظهر خط الفك، ويريح العضلات ويقلل من التآكل والتمزق على الاسنان جراء الطحن».

وفي هذا السياق اعتبر الحاج، «ان هذا النوع من الترياق لطحن الاسنان يوفر القدرة على التحكم الفعال في الاعراض المزعجة المترافقة لكز الاسنان ليلا ويستمر العقار المستخدم بتوكسين البوتولينوم من ٤ إلى ٦ أشهر ويعاد تكرار الحقن باستشارة الطبيب المختص والمشرف على الحالة وبحسب نوعها».

وأشار الحاج إلى نوعين من صيرير الاسنان:

صيرير الاسنان النهاري: يحصل في اليقظة بانقباض لا ارادي للعضلات ويظهر الإنكماش جلياً ويحدث في حالات التوتر والقلق المفرطين. اما صيرير الاسنان الليلي فيقع اثناء النوم وهو نشاط مُقلّص يتطور في عضلات الفك اثناء النوم وهو الأكثر شيوعاً، بحيث ان الضغط المستمر على الاسنان يؤدي إلى تأكلها وتلفها بما في ذلك اللثة.

من جميلي إلى طبي

لفت الحاج، «الـ ان البوتولينوم او البوتوكس كان علاجاً مخصصاً لتجميل الوجه بدون جراحة، ويقوم على حقن كميات صغيرة من البسم في عضلات محددة تساعد على التخلص من التجاعيد وترخي عضلات المكان المحقون فيه للحصول على مظهر أكثر شبابي».

«وهذا العنصر هو الأكثر استعمالاً ويات يستخدم في الطب

ندى عبد الرزاق

البوتوكس هو الاسم التجاري لـ «توكسين بوتولينوم»، وهو مادة عصبية سامة يتم استخلاصها من جنس البكتيريا المعروفة باسم المطثية الوشييقية او CLOSTRIDIUM BOTULINUM وهذه البكتيريا تتسبب التسمم الغذائي في حال الإفراط بالجرعات المسموح بها للاستعمال الخارجي. يُنقذ البوتوكس لإضعاف وشل انقباضات العضلات، بحيث يمنع الاعصاب من افراز مادة الاسيتيل كولين التي تسمح للعضلات بالانقباض. وتستخدم هذه المادة في الأغراض التجميلية وحديثاً الطبية، إلى جانب زمرة من الامراض يمكن علاجها بالتوكسين بوتولينوم سننطرق إلى اهمها في السياق.

■ طبياً ■

شرح الطبيب التجميلي جساد الحاج لـ «الديار» أهمية توظيف البوتوكس في أمراض متعددة وحتى مزمنة مثل، «صيرير الاسنان او الكرز على الاسنان، وهو مصطلح طبي يرمز إلى مشكلة يمكن ان ينتج منها اسنان غير منضبطة ومؤلمة إلى جانب إمكان حدوث مشكلات خطيرة في الاسنان عن طريق طحن الاسنان دون الانتباه. وقد يحدث ذلك خلال النوم او حتى اثناء الاستيقاظ». تابع، «يمكن ان يؤدي صيرير الاسنان إلى الصداع وألم الاذن والوجه والصداع النصفي». وأردف، «من المشاكل الناتجة عن «كز» الاسنان خسارتها «المينا» وفرط حساسيتها وتسطحها وتشققها. فالأشخاص الذين يقاسون من قابض ينامون مع تثبيت اسنانهم، والضغط اثناء اليقظة غالباً ما يؤدي إلى وجع في الفك، تضخم وورم. ويحصل عندما تصبح عضلات الفك اقوى واسمك وهو أحد الاثار الجانبية الأخرى للكسور».

■ العلاج بالبوتوكس ■

بالموازة، «يحدث صيرير الاسنان دون الانتباه إلى ذلك اثناء النوم او الاستيقاظ، وهو اختلال خطر يمكن ان يعطل بنية الاسنان ولكن إمكان التخلص من هذا الازعاج بسيط ويكون من خلال استخدام «البوتوكس»، ويسمى أيضا بوتوكس طحن الاسنان ويستغرق فترة زمنية من ٥ إلى ١٠ دقائق، وبحسب الحاج لا يتسبب بأي ألم والغاية اضعاف عضلة الضغ وتتم في

بيئة وصحة

شانتال عاصي



نقص الأوكسيجين عند الأطفال... مشكلة صحية خطيرة لا تتجاهلوها!!

■ ماذا عن العلاج؟ ■

واكد عطية ان التشخيص يتطلب عادة سلسلة من الاختبارات، بما في ذلك الفحوصات الجسدية واختبارات السدم واختبارات التصوير. قد يشمل العلاج الأوكسيجين التكميلي والأدوية والتأهوية الميكانيكية وتغيير نمط الحياة والعلاجات الأخرى حسب السبب الأساسي. أما عن العلاج، فكشفت عطية أن جرعة الأوكسيجين تعتمد على عمر الرضيع وصحته، وبمجرد تزويد الطفل بالأوكسيجين سوف تختفي أعراض النقص لديه. كما أنه يتم استخدام طريقة تبريد الرأس، لتقليل نسبة حدوث مضاعفات لدى المولود بسبب نقص الأوكسيجين، وعندما يكبر المولود يجلب أن يخضع يخضع للعلاج الطبيعي في مراكز التأهيل الخاصة بهذه الحالات. في بعض الأحيان، قد يقوم الطبيب بإعطاء علاجات أخرى تبعاً للحالة الطبية المسببة لنقص الأوكسيجين عند الطفل.

■ الأطعمة التي تزيد الاوكسيجين في الجسم ■

وشدد عطية على أن النظام الغذائي الصحي يؤدي دوراً هاماً في تحسين عملية تدفق الدم إلى الدماغ، من خلال تناول

للعلاج المناسب بشكل سريع، ولكن في حالات نقص الأوكسيجين الشديد قد يتراوح معدل الوفاة بين ٢٥-٥٠٪ وتحدث حالة مهددة للحياة ويمكن أن تسبب تلفاً شديداً في الدماغ أو الوفاة إذا لم يتم التعرف إليها ومعالجتها بسرعة. وقد لا تظهر أعراض هذا النقص على الفور، إنما قد تظهر بعد فترة من الزمن، ما يؤثر في صحة المولود وربما يؤدي إلى الوفاة.

■ الأعراض ■

وقال عطية : تظهر بعض العلامات والأعراض التي يدل وجودها على نقص الأوكسيجين عند الأطفال، والتي وفي حال وجود أحدها أو بعضها، يترتب على الأهل اللجوء فوراً إلى الطبيب، وهي:

- صعوبة في التنفّس، وهي من أهم أعراض نقص الأوكسيجين عند الأطفال.
- ازرقاق أو بهتان في لون الجلد.
- بروز الصدر عند التنفّس.
- انخفاض ضغط الدم.
- زيادة ضربات القلب.
- التعرّق وخصوصاً في منطقة الرأس.
- خمول وإرهاق.
- السعال.
- الارتباك والتشوش.
- غيبوبة في الحالات الشديدة.
- التنفّس عن طريق الفم وسيلان لللعاب.



أطعمة ومشروبات مفيدة، ما يساعد بدوره على تحسين الحالة المزاجية، ودعم صحة المخ، وأهمها:

- الرمان : هو من من الفواكه التي تحتوي بشكل خاص على نسبة عالية من مضادات الأكسدة، مثل البوليفينول والنترات، وهي موسعات للأوعية الدموية .
- القرقة : من التوابل التي لها العديد من الفوائد الصحية، بما في ذلك زيادة تدفق الدم.
- الثوم: يشتهر الثوم بتأثيره المفيد على الدورة الدموية وصحة القلب والدماغ، لما به من عناصر ضرورية لصحة المخ.
- البصل: هو بدوره مصدر ممتاز لمضادات الأكسدة الفلافونويدية التي تفيد صحة القلب، حيث يعمل على تحسين الدورة الدموية من خلال مساعدة الشرايين والأوردة على الاتساع عند زيادة تدفق الدم.

إيكّم العلامات التحذيريّة لسرطان الأمعاء!!

شائعة لسرطان الأمعاء، إلا أن فقدان الوزن غير المبرر لا يزال من الأمور التي يجب الانتباه إليها وذكرها لطبيب العام. ويمكن أن يكون هذا العرض بسبب الورم الذي يجعلك تشعر بالمرض أو الانتفاخ. والجدير بالذكر أن الورم يمكن أن يسد الأمعاء أيضاً، ما قد يسبب ألماً في المعدة يمنك من تناول الطعام.

وقال الدكتور كينروس: «يمكن أن يكون لآلام البطن مجموعة واسعة من الأسباب من إجهاد العضلات وآلام الدورة الشهرية. لكن يمكن أن يكون أيضاً علامة على الإصابة بسرطان الأمعاء. عدم الراحة أو الانتفاخ الذي يحدث دائماً بسبب تناول الطعام، والذي يمكن أن يؤدي إلى تناول كميات أقل، وبالتالي فقدان الوزن - هو أمر يحتاج إلى تقييم من قبل أخصائي طبي.»

٤- التعب: يمكن أن يجعلك سرطان الأمعاء تشعر بالتعب. ويمكن أن يكون هذا بسبب نزيف الورم داخلياً، والذي يمكن أن يتطور إلى فقر الدم - عندما يكون هناك نقص في خلايا الدم الحمراء في الجسم. وقد تشعر بالتعب الشديد وبشرك شاحبة بسبب تأثير غير مباشر.

٥- ألم أو نتوء: يعتبر وجود كتلة أو ألم في منطقة المعدة أو الممر الخلفي علامة تحذيرية لوجود ورم في الأمعاء. وقد يكون طبيياً قادراً على الشعور بالورم، والذي يوجد بشكل أكثر شيوعاً في جانبك الأيمن، وفقاً لأبحاث السرطان في المملكة المتحدة. وقد يجعلك تشعر بالحاجة إلى الإجهاد، حتى بعد فتح أمعائك.

وقال الدكتور كينروس: «على الرغم من أن هذا من المحتمل أن يكون حميداً، إلا أنه قد يشير إلى ورم خبيث». ويجب عليك زيارة طبيبك إذا لم تخف هذه الأعراض، خاصة إذا كانت تؤثر على طريقة الأكل والنوم.

٦- انسداد الأمعاء: يمكن أن يحدث الألم والانتفاخ والشعور بالمرض أحياناً بسبب انسداد الأمعاء، مثل الورم. وحذر مركز أبحاث السرطان في المملكة المتحدة من أن الأشخاص الذين يعانون من هذه الأعراض يجب أن يزوروا طبيبهم العام على الفور. وعادة ما تكون علامة على أي سرطان قد تتقدم. ويمكن أن يحدث عندما يضغط الورم على الأمعاء. ويقول الدكتور كينروس: «بعد الاكتشاف المبكر أحد أفضل الطرق لزيادة فرص النجاة من سرطان الأمعاء.»

أطعمة يُمكن أن تغذي أمراض القلب



التي لا يحصل الكثير منا على ما يكفي منها، ولكن تناول الكثير منها قد يكون ضاراً أيضاً. وقال الدكتور أندرو: «ليس من غير المألوف رؤية الناس يحصلون على ضعف ما يحتاجون إليه من البروتين في يوم واحد، وهذا يفرض عبئاً على الكلى، وقد يسبب المزيد من المشاكل في المستقبل».

وعلاوة على ذلك، وجدت دراسة حديثة أن الرجال الذين يتناولون نظاماً غذائياً عالي البروتين لديهم مخاطر أعلى بنسبة ٣٣٪ للإصابة بقرص القلب. ويستهلك العديد من الأشخاص أيضاً البروتين بشكل أساسي من اللحوم التي غالباً ما تحتوي على نسبة عالية من الدهون المشبعة، ما قد يرفع مستويات الكوليسترول لديك ويزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب.

- مشروبات الطاقة: قال الدكتور أندرو إنه يتجنب مشروبات الطاقة بأي ثمن، لأن الأبحاث تشير إلى أن مزيج السكر والكافيين الموجود في المشروبات، يمكن أن يؤدي إلى مشاكل صحية مثل ارتفاع ضغط الدم أو عدم انتظام ضربات القلب. الخبز السار هو أن تناول الكافيين في الشاي أو القهوة باعتدال يمكن أن يكون صحيحاً تماماً.

- زيت جوز الهند: مع عدم وجود كتهة ورائحة مميزة، غالباً ما يتم تصنيف هذا الدهن كبدلي صحي دون المساس بال مذاق. ومع ذلك، فإن زيت جوز الهند مليء بمستويات عالية من الدهون المشبعة، والتي يمكن أن ترفع مستويات الكوليسترول «الضار». وخلص الدكتور أندرو إلى أنه يمكن للناس الاستمرار في استخدامه كمرطب، ولكن ليس في المطبخ.

يمكن أن تسبب الوجبات الخفيفة والأطعمة المصنعة في حدوث مشكلات صحية مثل ارتفاع ضغط الدم وارتفاع الكوليسترول - وكلاهما يعتبران خطراً لأمراض القلب. وتساعد الأطعمة المصنعة على سد الفجوة بين الأكل المريح وقلة الوقت، مع تقديم طعم لطيف. هذا المزيج المغربي، الموجود في كل رف «سوبرماركت»، يعني أن الأنظمة الغذائية الغربية غالباً ما تترك مساحة صغيرة للطهي الصحي.

ومع ذلك، حذر طبيبان من أن نمط الحياة هذا، يؤدي إلى تفاقم أمراض القلب. لحسن الحظ، شارك الخبراء الأطعمة التي يجب «تجنبها أو الحد منها»، وقالت الدكتورة شارون هايز، أخصائية أمراض القلب في عيادة قلب المرأة في مينيسوتا-الولايات المتحدة: «لا يوجد طعام ينقذ حياتك. وليس هناك ما يقتلك، فالأمير يتعلق بالتوازن. لذا فإن طريقة الجبن العريضة لن تقتلك، لكن ما تأكله ومقدار ما تأكله أمر بالغ الأهمية».

وشاركت هايز وزميلها طبيب القلب الدكتور أندرو فريمان، بعض الأطعمة الرئيسية التي يحاولان تجنبها أو الحد منها من أجل الصحة المثلى.

- اللحوم المصنعة: بصرف النظر عن النكهة المريحة، تمتلئ اللحوم المصنعة بالسرعات الحرارية والدهون المشبعة والملح والمواد المضافة مثل النترات. المثير للقلق أن كل هذه المكونات هي وصفة لمشاكل القلب، وفقاً لأطباء القلب. والأسوأ من ذلك، حذر الدكتور أندرو من أن اللحوم المصنعة ترتبط بارتفاع مخاطر الإصابة بسرطان -أكياس البطاطا المقرمشة: قال الدكتور أندرو: «تقافتنا تقرر الراحة، وهو أمر رائع، لكن الراحة لا تعني أنه يجب عليك تناول الأطعمة المصنعة المعبأة مع السكر المضاف والملح». وبعد ارتفاع استهلاك الملح أكبر سبب منفرد لارتفاع ضغط الدم، والذي يمكن أن يربس الأساس لمشاكل صحية خطيرة مثل أمراض القلب. لذلك، أوصى الطبيب بالإبتعاد عن الأكياس الصغيرة من الكربوهيدرات المملحة والمقرمشة التي قد تجدها في آلات البيع.

- السكريات: في حين أنه من الجيد الاستمتاع بالحلوى السكرية من حين لآخر، يجب أن تقلل من استهلاكك للحلويات إلى الحد الأدنى. ويمكن أن يساهم تناول الكثير من السكر في زيادة الوزن، ما قد يؤدي إلى زيادة خطر الإصابة بمشكلات صحية مثل أمراض القلب وبعض أنواع السرطان ومرض السكري من النوع ٢.

- الكثير من البروتين: يعد البروتين من العناصر الغذائية الأساسية

رياضة

تتألق بطولمة لبنان العاملة في الجودو للصغار لعام ٢٠٢٣ مواليد ٢٠٠٩-٢٠١٠ / ٢٠١١-٢٠١٢



جوزيف الهوا على منصة التتويج



تتويج بطرس طريبه



.. ومهدي بلوق



وكريستوفر بيطار

- ٤٤- كلغ
١- كريستوفر بيطار - بودا ادما
٢- خوسيه ماريافي صغير - مارروكز
٤٦- كلغ
١- مهدي بلوق - البرج بعلبك
٢- ريان طعمه - مون لاسال
٤٨- كلغ
١- بول سعادة - لاتور
٢- ايلي رحال - البرج
٥٠- كلغ
١- راين روكز - مون لاسال
٢- شربل نادر - بودا ادما
٥٥- كلغ
١- بطرس طريبه - بودا ادما
٢- انطون مشحم- بوشيدو
٤٤- كلغ
١- كريستوفر بيطار - بودا ادما
٢- خوسيه ماريافي صغير - مارروكز
٤٦- كلغ
١- مهدي بلوق - البرج بعلبك
٢- ريان طعمه - مون لاسال
٤٨- كلغ
١- بول سعادة - لاتور
٢- ايلي رحال - البرج
٥٠- كلغ
١- راين روكز - مون لاسال
٢- شربل نادر - بودا ادما
٥٥- كلغ
١- بطرس طريبه - بودا ادما
٢- انطون مشحم- بوشيدو
٤٤- كلغ
١- ايليو كيوان - بودا ادما
٢- راين مخول - مون لاسال
٦٦+ كلغ
١- انجلو قديسي - مون لاسال
(لم يوجد سوى لاعب واحد في هذه الفئة)
ترتيب الاندية:
١- بودا ٦ ذهبيات وفضية واحدة
٢- البرج ذهبية واحدة و ٣ فضيات و برونزية واحدة
٤٤- كلغ
١- كريستوفر بيطار - بودا ادما
٢- خوسيه ماريافي صغير - مارروكز
٤٦- كلغ
١- مهدي بلوق - البرج بعلبك
٢- ريان طعمه - مون لاسال
٤٨- كلغ
١- بول سعادة - لاتور
٢- ايلي رحال - البرج
٥٠- كلغ
١- راين روكز - مون لاسال
٢- شربل نادر - بودا ادما
٥٥- كلغ
١- بطرس طريبه - بودا ادما
٢- انطون مشحم- بوشيدو
٤٤- كلغ
١- ايليو كيوان - بودا ادما
٢- راين مخول - مون لاسال
٦٦+ كلغ
١- انجلو قديسي - مون لاسال
(لم يوجد سوى لاعب واحد في هذه الفئة)
ترتيب الاندية:
١- بودا ٦ ذهبيات وفضية واحدة
٢- البرج ذهبية واحدة و ٣ فضيات و برونزية واحدة

بطولة ألمانيا في كرة القدم - المرحلة ٢٦: كلاسيكو مثير بين بايرن ميونيخ وبوروسيا دورتموند



لاعبو بوروسيا دورتموند



لاعبو بايرن ميونيخ

أما دورتموند فيفتقد لجهود نيكو شلوتربيك وصالح أوزكان وجيمي بيغو جيتنز، بينما تأكدت مشاركة جوليان برانندت ويوسوفا موكوكو وعبد الله كمارا بعد تعافيه من الإصابة. ويستعد توماس توخيل مدرب بايرن ميونيخ لبدء مهمته الجديدة مع البافاري بمواجهة صعبة ضد بوروسيا دورتموند فريضة السابق، في الدوري الألماني. وقررت إدارة بايرن ميونيخ تعيين الألماني توماس توخيل كمدير فني للفريق، خلفا لمواطنه يولييان ناغلسمان ويعقد تمتد حتى نهاية موسم ٢٠٢٤-٢٠٢٥.

ويستهل المدرب السابق لباريس سان جيرمان الفرنسي مهمته مع بايرن ميونيخ بقمعة مباريات الدوري الألماني والكلاسيكو المرتقب ضد فريقه السابق بوروسيا دورتموند على ملعب إيلانز آرينا. وتحظى مباراة الكلاسيكو بين بايرن ميونيخ وبوروسيا دورتموند، بأهمية استثنائية لكافة الأطراف.

بداية تمثل هذه المباراة الظهور الأول للمدرب توخيل مع بايرن ميونيخ وبالتالي سيكون بحاجة لتحقيق نتيجة إيجابية تمنحه ولاعبه الثقة قبل الاختبارات الصعبة المقبلة. وسيكون أصعب اختبار توخيل في موسم الأول مع بايرن مواجهتين ضد مانشستر سيتي الإنجليزي في ربع نهائي دوري أبطال أوروبا يومي ١١ و١٩ نيسان الحالي.

بخلاف ذلك، فإن دورتموند هو متصدر ترتيب البوندسليغا برصيد ٥٣ نقطة وبفارق نقطة وحيدة عن بايرن ميونيخ، وبالتالي فإن الفوز سيكون مهما في صراع التتويج باللقب المحلي.

النتائج المحلية مهمة للغاية لإدارة بايرن وهي التي تسببت في رحيل ناغلسمان عن تدريب الفريق بحسب تصريحات الإدارة عند تعيين توخيل، بما يجعل الفوز في أهم مباراة محلية نقطة ثقة تعني الكثير للمدرب الجديد.

بوروسيا دورتموند هو الفريق الأسبق للمدرب توماس توخيل حيث تولى قيادته على مدار عامين خلال الفترة من ٢٩ حزيران ٢٠١٥ إلى ٢٠ أيار ٢٠١٧. ولعب توخيل كمدرّب ١٢ مباراة ضد دورتموند لم يحقق فيها إلا فوزين فقط ٠-١ مع ماينتس في الدوري الألماني عام ٢٠١٠، ثم ٠-٢ مع باريس سان جيرمان الفرنسي في إياب ثمن نهائي دوري أبطال أوروبا ٢٠٢٠.

في المقابل تعادل مدرب بايرن ميونيخ الجديد

مرتين ٠-٠ و١-١ مع ماينتس في ملعب سيغنال إيدونا بارك خلال عامي ٢٠٠٩ و٢٠١١، بينما خسر ٨ مباريات ضد الفريق من أصل ١٢ مواجهة، منها ٧ مع ماينتس كلها بالدوري المحلي بنتائج ٢-٠ مرتين و١-٠ (٣ مرات) و٢-٠ و٣-١ و٤-٢.

أما الخسارة السابعة فكانت نتيجة ٢-١ مع باريس سان جيرمان في ذهاب ثمن نهائي الشامبيونز ليغ قبل ٣ أعوام.

وقاد توماس توخيل (٤٩ عاما) صفوف فريق دورتموند على مدار ٢٠١٧ مباراة، فاز في ٦٩ منها وخسر ١٨ وتعادل ١٨ مرة.

وسجل «الأصفر والأسود» في عهد توخيل ٢٦٠ هدفاً واستقبل ١٢١، وتوج بكأس ألمانيا ٢٠١٧ بالفوز ١-٢ على آينتراخت فرانكفورت في النهائي والتي كانت أول بطولة في مشواره التدريبي.

وفي الوقت الذي سيكون فيه عشاق كرة القدم في ألمانيا منشغلين بقمعة بايرن مع دورتموند، سيحاول يونيون برلين الاقتراب خطوة من أهل القمعة عبر المواجهة التي تجمعهم بضيفه شتوتغارت، غدا السبت.

ويحتل يونيون برلين المركز الثالث برصيد ٤٨ نقطة بفارق ٤ نقاط عن بايرن و٥ نقاط عن دورتموند، بينما يأتي شتوتغارت في المركز الأخير برصيد ٢٠ نقطة، وسيحاول بدوره الخروج بنتيجة إيجابية لايتعاد خطوة عن شيخ الهبوط.

ولا يختلف الحال كثيرا بالنسبة لفرابورغ صاحب المركز الرابع، الذي يسعى بدوره للفوز على ضيفه هيرتا برلين غدا السبت، للحفاظ على أماله في المنافسة على اللقب، أو على أقل تقدير التأهل لدوري أبطال أوروبا في الموسم المقبل.

ويحتل فرايبورغ المركز الرابع برصيد ٤٦ نقطة ويأتي هيرتا برلين في المركز الثالث من القاع برصيد ٢١ نقطة، لذا يسعى بدوره لتفادي الهزيمة وربما تحقيق مفاجأة لإعناش آمال البقاء.

أما لايبزيغ صاحب المركز الخامس برصيد ٤٥ نقطة، فيستضيف ماينتس صاحب المركز التاسع برصيد ٣٧ نقطة غدا السبت أيضا.

وتنطلق الجولة الـ ٢٦ اليوم الجمعة، بمباراة آينتراخت فرانكفورت مع بوخوم.

ويلتقي غدا السبت شمالا مع باير ليفركوزن وفولفسبورغ مع أوغسبورغ، بينما يلتقي بعد غد الأحد كولن مع بوروسيا مونشنغلاذباخ وفيردر بريمن مع هوفنهايم.



لوري عواد سباحة لبنانية تتألق في كندا وتحرز أربع ميداليات ذهبية



لوري عواد

سباقاتها التي استعدت لها بإشراف مدربتها الأميركية الشهيرة لورا ديفيس.

بعد مشاركتها الأولى في بطولة العالم في السباحة للجونيور الصيف الماضي واحرازها مراكز متقدمة ومشرقة للمنتخب اللبناني، أكدت سباحة منتخب لبنان ونادي المون لاسال لوري عواد أنها سائرة على الطريق الصحيح لتمثيل لبنان في الإستحقاقات الكبرى القادمة. وقد سيطرت السباحة اللبنانية لوري عواد على جميع السباقات التي خاضتها في نادي سان لوران في مونتريال وبإشراف الإتحاد الكندي للسباحة وأحرزت أربع ميداليات ذهبية بعد جولها أولى في السباقات التالية:

- ٥٠ متراً فراشة مسافة قصيرة مسجلة ٠٤ ٣٠ ثانية.
- ١٠٠ فراشة ١٠،٥٠٤ دقيقة
- ١٠٠ حرة ١٠،٠٠٠٤ دقيقة
- ٢٠٠٠ متابع ٢،٢٦،٥٠ دقيقتان

تجدر الإشارة أن جمهوراً كبيراً من الجالية اللبنانية في كندا واكب لوري عواد في

الدوري الإسباني لكرة القدم إلتشي - برشلونة غداً وريال مدريد - بلد الوليد الأحد



من إحدى مواجهات إلتشي وبرشلونة الكلاسيكو.

يستأنف برشلونة حملة الصراع على لقب الدوري الإسباني بمواجهة خارج أرضه أمام إلتشي، مساء غد السبت في المرحلة ٢٧. ويتصدر النادي الكاتالوني جدول ترتيب الدوري الإسباني برصيد ٦٨ نقطة بفارق ١٢ نقطة عن مدريد، قبل ١٢ جولة من نهاية الموسم.

ويتطلع برشلونة للخروج فائزاً من ملعب إلتشي للاقتراب خطوة جديدة من اللقب المحلي الغائب عن خزائنه منذ ٣ أعوام. واستعاد برشلونة كامل قوته الضاربة بعودة اللاعبين الدوليين بعد انتهاء فترة التوقف الدولي.

وفي المقابل يفتقد ريال مدريد لاعباً أساسياً في خطه الدفاعي وهو جوردو ألبا الذي انضم مؤخراً من بايرن ميونيخ. كما يعاني من إصابة لاعب خط الوسط إيسكو الذي لم يتمكن من العودة بعد إصابته بجراحة في الركبة.

ويحتل ريال مدريد المركز الثالث برصيد ٥١ نقطة مساء الأحد مع ضيفه ريال بيتيس صاحب المركز الخامس برصيد ٤٥ نقطة والذي تبقى أماله قائمة في المشاركة القارية في الموسم المقبل.

ويخرج ريال سوسيداد صاحب المركز الرابع برصيد ٤٨ نقطة لملاقاة ضيفه فياريال صاحب المركز السادس برصيد ٤١ نقطة، الذي يسعى بدوره للمشاركة في الدوري الأوروبي على أقل تقدير في الموسم المقبل.

وتنطلق الجولة الـ ٢٧ من الدوري الإسباني اليوم الجمعة بمباراة ريال مايوركا مع أوساسونا.

ويحتل ريال سوسيداد صاحب المركز الرابع برصيد ٤٨ نقطة لملاقاة ضيفه فياريال صاحب المركز السادس برصيد ٤١ نقطة، الذي يسعى بدوره للمشاركة في الدوري الأوروبي على أقل تقدير في الموسم المقبل.

وتنطلق الجولة الـ ٢٧ من الدوري الإسباني اليوم الجمعة بمباراة ريال مايوركا مع أوساسونا.

ويحتل ريال سوسيداد صاحب المركز الرابع برصيد ٤٨ نقطة لملاقاة ضيفه فياريال صاحب المركز السادس برصيد ٤١ نقطة، الذي يسعى بدوره للمشاركة في الدوري الأوروبي على أقل تقدير في الموسم المقبل.

وتنطلق الجولة الـ ٢٧ من الدوري الإسباني اليوم الجمعة بمباراة ريال مايوركا مع أوساسونا.

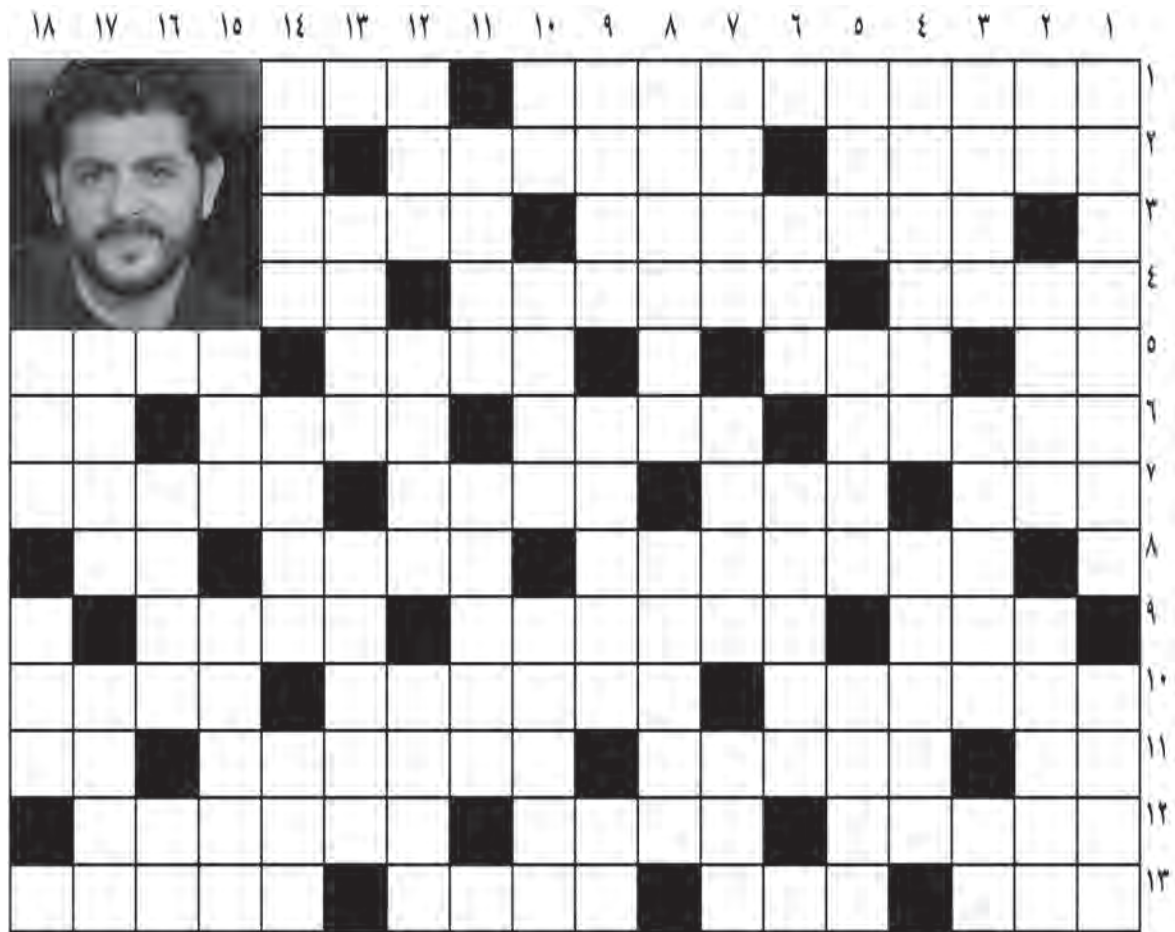
سيموني أعلى المدربين أجراً في العالم



سيموني

تصدر مدرب أتلتيكو مدريد دييغو سيميوني، قائمة أعلى المدربين أجراً في عالم كرة القدم حالياً، والتي أعدتها صحيفة «ليكيپ». ووفقاً للقائمة، يعتبر غراهام بوتير مدرب تشيلسي، رابع أعلى المدربين أجراً في العالم، بل إنه يكسب أكثر من سلفه توماس توخيل، الذي يدير بايرن ميونيخ الآن. وزعمت الصحيفة الفرنسية أن بوتير يكسب ٩٩٣،١١٧ ألف جنيهه إسترليني شهرياً (٢٢٩،١٨٠ جنيهها إسترليني في الأسبوع) مع البلوز، بينما يجمع توخيل ٨٧٨،٩٦٥ ألف جنيه إسترليني شهرياً (٢٠٢،٨١٥ ألف جنيه إسترليني في الأسبوع) مع بايرن ميونيخ. وعانى بوتير بداية صعبة في ستامفورد برديج، حيث يقبع تشيلسي حالياً في المركز العاشر بالدوري الإنجليزي الممتاز، ويتأخر بفارق ١١ نقطة عن توتنهام الذي يحتل المركز الرابع.

ويحتل بيب غوارديولا، مدرب مانشستر سيتي، صدارة مدربي الدوري الإنجليزي الممتاز على القائمة، حيث يكسب الإسباني ١٦٤،٣٤٧٧ ألف جنيه إسترليني شهرياً (٣٧،٣٤٧ ألف جنيه إسترليني في الشهر).



افقياً:

١- قائد عربي بربري الاصل فتح الاندلس، ظهر من بعيد
٢- ضمير، يصلحان البناء
٣- جمهورية على البلطيق، ضباب خفيف
٤- يخبر بوفاة الشخص، أزلنا مابه من شعر، خاصتي
٥- حرف ابجدي مخفف، طريق (بالاجنبية)، نرغب بالامر، شهر ميلادي
٦- يخاصم بشدة، مدينة فيتنامية، لحام، اداة جزم
٧- أدرك بحاسة السمع، حصل على، أطول أنهر فرنسا، قصر رئيس الجمهورية الفرنسية في باريس
٨- مرفأ في فرنسا على المتوسط، يفتل الحبل، غير مطبوخ
٩- رج، محارم، شريان
١٠- مدينة لبنانية، مقطوعاً، عظيم القدر
١١- نوتة موسيقية، بلدة لبنانية، السهام، ضمير متصل
١٢- النوع، داعب، مدينة إيطالية
١٣- مدينة إيرانية، سريير الطفل، شعرت بالتعب، اعد محاسنه للميت

عمودياً:

١- ممثل لبناني صاحب الصورة، احلام
٢- اضطرم، طري الملمس، منعشاً لطيفاً
٣- مدينة يمنية، ببارق، سحب
٤- جبل يشرف على غوطة دمشق، مذاهب
٥- فتاة، الطخ بالعار، نصور
٦- در، نقيض كفر
٧- نمقت، الضعف، فتى
٨- عاصمة جمهورية ارمينيا، تثقا بالشخص
٩- سلام، التهذيب، ردّد الكلام مرة بعد مرة
١٠- نجيع، اكبر، يواكب
١١- اقضي الليل من غير نوم، شهر ميلادي
١٢- فقرة، يختبر، رتل
١٣- قصر بني عثمان في اسطنبول هو اليوم متحف ومكتبة غنية بالمحفوظات، ما ارتفع من الارض (بالجمع)
١٤- تلقى، اطلب فعل الامر، اداة استثناء
١٥- مدينة فرنسية، يضجران
١٦- ينادي على، منيل
١٧- اللباس، يحل محل
١٨- أصلحه، خبر

من هو من هي؟

ممثل سوري راحل
٧+٤+٣+٢+٩ حيوانات لا فقرية اجسامها
طويلة اسطوانية من دون ارجل
٧+٢+١+٨ نوّه بالشبيء
٧+٤+٥+٦ نقيض ينقص
٩+١+٣+٦ يفتتح المشروع

الحل السابق موريس سليم

اختبر معلوماتك

١- ماذا كان يستعمل الناس قديماً لتحسين بشرتهم؟
٢- ماهي الولاية الاميركية التي كانت تحظر على السكان نشر الملابس الداخلية النسائية الى جانب الملابس الرجالية على احبال الغسيل؟
٣- ما هو اغلى شيء تم بناءه بالعالم؟
٤- من هو اول طبيب مسلم فرق بين الحصبة والجدي في العالم؟
٥- كم اسم يطلق على الاسد في اللغة العربية؟

الحل السابق

١- أن يدفن في علبه برينجلز
٢- عند ركوب الطائرة
٣- روسيا
٤- كندا
٥- السودان

| الثور | الحمل |
|---|---|
| (٢١ نيسان - ٢١ أيار) | (٢١ آذار - ٢٠ نيسان) |
| أنت محاصر بين أمرين في هذه الآونة ولا تعرف أي نداء تلبي. لا تسقط في التجربة المرة كي لا تقع فريسة الندم والتحسر في المستقبل. | ستجد الكلمات المناسبة والوقت بلائكم كي تبوح بمشاعرك الصادقة وعواطفك. لا تستردد وافصح عن مكنونات صدرك وعبر عما تشعر به. |
| السرطان (٢٢ حزيران - ٢٣ تموز) | الجوزاء (٢٢ أيار - ٢١ حزيران) |
| بعض الجمود في حياتك العملية والخاصة في هذه الفترة الصعبة. استفد من الحظ الجيد لتحسن وضعك العملي والعاطفي وتصفية النزاعات. | لن تذهب تضحياتك وجهودك الجبارة سدى لانجاح المشروع الموكل اليك تنفيذه. لا تدع أمور وهواجس الماضي تكبلك وتجعلك في حيرة وقلق. |
| العذراء (٢٤ آب - ٢٣ أيلول) | الاسد (٢٤ تموز - ٢٣ آب) |
| الحب الأول الذي عشقته هو الأبقى في هذه الظروف. لا تتهرب من مسؤولياتك ونفذ التزاماتك بإخلاص تجاه الطرف الأخر الذي يحبك ويحترمك. | لا تخش المستجدات. انفراجات مادية منتظرة، لكن لحين حصولها كن صبوراً ولا تستعجل الأمور. اتبع حدسك فهو يدلك على طريق الحق. |
| العقرب (٢٣ تا ٢١-٢٣) | الميزان (٢٤ أيلول - ٢٣ تا ٢١) |
| ميلك الى التفاؤل قد يفيدك هذه الفترة. أنت أكثر حكمة من الماضي لكن انجرفك العاطفي يخالف طبيعتك الرصينة، والأفضل التصرف بحذر. | تخرج من بعض المواقف الحرجة بفضل الحظ الذي يقف الى جانبك. لا تكفسي طيبة قلبك فقط، بل يجب أن يكون أسلوبك في التعاطي مميزاً أيضاً. |
| الجدي (٢٠ ك - ٢٢ ك) | القوس (٢٢ تا ٢٠ ك - ٢١ ك) |
| فترة متوترة وصعبة تمر بها على الصعيد العملي. عاطفياً، القلب ينبض بقوة وشمس الحب تشرق من خلف الهوم الأخرى التي تعاني منها. | تطور مهم في عمل كنت تريده وهو الآن بين يديك. فرص مناسبة لاغلاق الأبواب القديمة وفتح أبواب جديدة توصلك الى الأمل والسعادة. |
| الحوت (٢٠ شباط - ٢٠ آذار) | الدلو (٢١ ك - ١٩ شباط) |
| تبالغ في تكثيف الأفكار والتخيلات في ذهنك. حاول أن تكون في مستوى المسؤولية. الهدوء والصبر مطلوبان في المواقف الحرجة، وفي أعمالك. | تنجرف وراء حب جديد سريع ولا تجد أنك مخطئ بالعمل السذي تقوم به. حاول أن تعالج الأمور بفضلها عن بعضها، والتزم الهدوء وراحة البال. |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| م | ن | ي | ا | ن | ا | ي | ب | ح | ة | ر | ي | م | ا |
| غ | ا | س | ت | ل | ح | ل | و | ا | ن | ق | ا | د | ة |
| ص | ي | ر | ف | ا | ع | ق | س | ا | ل | ل | ي | ز | ر |
| ن | ا | ف | م | ا | ل | ي | ب | ك | ب | ر | ا | م | ا |
| ا | ا | ا | ا | ا | ا | ا | ا | ا | ا | ا | ا | ا | ا |
| ل | ش | و | س | ط | و | ذ | ل | ع | ل | ع | ز | ر | ا |
| ز | ع | ي | ل | ب | ل | ي | ا | ل | ا | ل | ا | ب | ا |
| ي | ا | ع | ا | ع | ا | و | ا | ا | ل | ر | ل | ف | ا |
| ت | د | ل | ب | ا | ب | ة | ج | ح | و | م | ر | ا | خ |
| و | ة | ح | م | ل | ر | ا | ر | ب | ر | ت | س | ن | ت |
| ن | ل | ي | ن | ش | ي | ذ | ا | ا | و | ة | س | ل | ي |
| ا | ر | س | د | ف | ب | ي | ا | ح | ت | ح | ع | ا | ا |
| ر | ا | و | س | ب | ا | ش | و | م | ر | ي | د | ا | ر |
| ء | ل | ن | ن | ن | ة | ه | س | ل | ج | ر | س | ل | د |
| ي | ة | ا | ر | م | ا | ت | ا | ي | م | ا | ر | غ | ث |

الحل السابق ماجدة الرومي

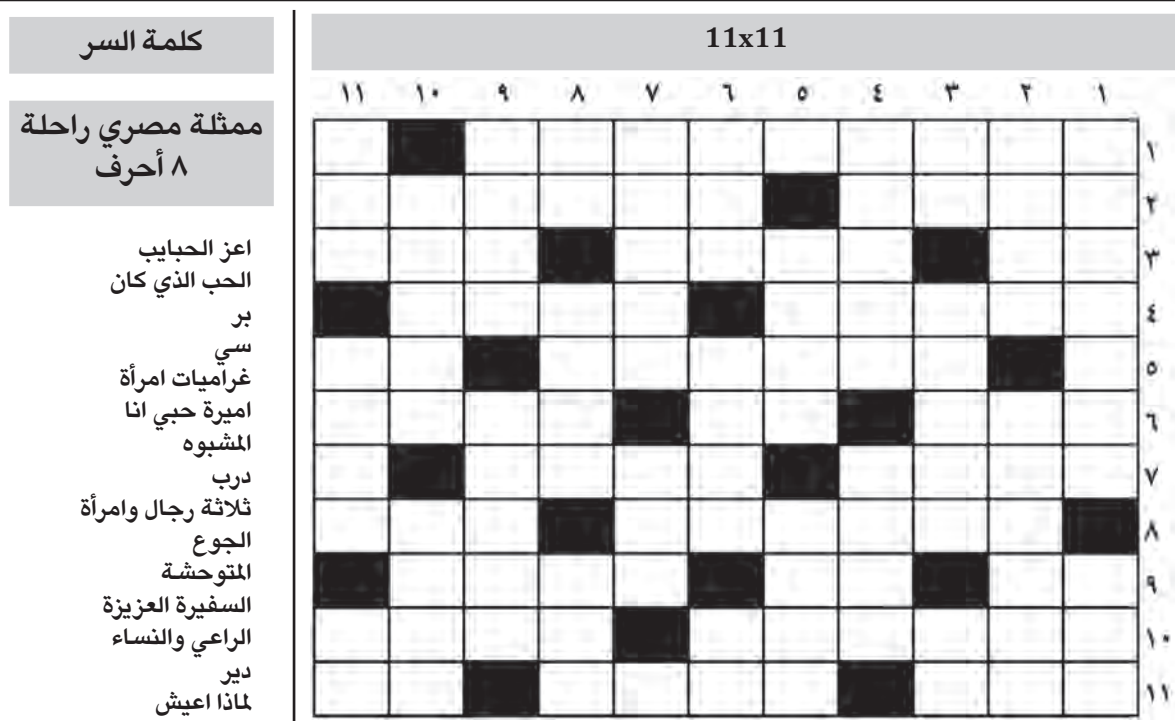
ديار
فر
فيل
حلوان

الحل السابق

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | 3 | 4 | 5 | 9 | 8 | 7 | 1 | 2 |
| 1 | 5 | 9 | 2 | 4 | 7 | 3 | 8 | 6 |
| 2 | 8 | 7 | 6 | 1 | 3 | 5 | 9 | 4 |
| 4 | 9 | 3 | 8 | 2 | 6 | 1 | 7 | 5 |
| 7 | 2 | 8 | 9 | 5 | 1 | 6 | 4 | 3 |
| 5 | 6 | 1 | 3 | 7 | 4 | 8 | 2 | 9 |
| 3 | 7 | 2 | 1 | 6 | 9 | 4 | 5 | 8 |
| 8 | 4 | 5 | 7 | 3 | 2 | 9 | 6 | 1 |
| 9 | 1 | 6 | 4 | 8 | 5 | 2 | 3 | 7 |

طريقة الحل:

Sudoku أو لعبة الأحاجي الفكرية، تقوم على ترتيب الأرقام في المربعات الفارغة، على أن يتم وضع الأرقام من ١ الى ٩ في جميع الخانات المؤلفة من ٨١ خانة. يجب عدم تكرار الرقم عينه في نفس السطر أو العمود أو الجدول الصغير (٣*٣).



افقياً:

١- أييب مصري راحل
٢- يسقي، نو فكمك
٣- نعم (بالاجنبية)، من الطيور، أحرف متشابهة
٤- من أسماء الاسد، إستفسرت عن
٥- يذبحان الماشية، من الحبوب
٦- سفك الدم، قطع، تكوين ارضي مثلي الشكل عند مصب الأنهر او نهائيتها
٧- يلجأ الى، جزيرة إيطالية
٨- يهملنا ويرحل عنا، نقيض عجم
٩- سيد القوم، عاصفة بحرية، نكسب
١٠- من القارات، أقرأ
١١- من الالعاب الرياضية، بشر، من انواع السمك

عمودياً:

١- عاصمة الهند، شاهدت
٢- شاعر اموي امتاز بالهجاء، مدينة أميركية
٣- أنت (بالجنبية)، عاصمة عربية، حفر البثر
٤- قرية فلسطينية، يطيل النظر
٥- أزال الاثر، دولة أميركية
٦- شققاً ورقفاً على، قائد السفينة، حرف نصب
٧- دولة أوروبية، أصبح طرياً وسهلاً
٨- اول وسواس، اعد محاسن الميت، يعلو الجسد
٩- امواج البحر، داعبت
١٠- ارسلت، ذهبت
١١- أداة جزم، صاهر، ضعف

الحل السابق

١- زها حديد، دان
٢- امون، ليمون
٣- هل، يعوده، اب
٤- راينا، ورعنا
٥- ايد، نان، دير
٦- لاسيوم، غل
٧- استريا، اس
٨- طحتن، نجران
٩- يا، ريال، دسم
١٠- بركان، دخل
١١- باندا، دبلن

عمودياً:

١- زاهر الخطيب
٢- هماليا، حارب
٣- او، يدسان، كا
٤- حنين، بيستران
٥- عانوت، يند
٦- يلو، امرنا
٧- ديدون، يجلد
٨- مهر، غار، خد
٩- دو، عدل، ادلب
١٠- اناني، انس
١١- باريس، مين

SUDOKU

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|--|---|
| | 4 | | 9 | 7 | | | | |
| | 3 | | | 5 | | 8 | | |
| | | 4 | 5 | | | | | |
| | 9 | 6 | 4 | | 5 | | | 4 |
| 2 | | | | | | | | |
| | 6 | 3 | 1 | | 8 | | | |
| | | | 4 | 2 | | | | 6 |
| 3 | 8 | | | | 4 | | | |
| | | 2 | 1 | | | 9 | | |

