

شرط ترامب لمشروع مارشال عربي - دولي للبنان: فما هو الثمن السياسي؟

● توجس لبناني من «إسرائيل» حول ابقاء منطقة عازلة جنوباً

نور نعمة

بالتغيير في سوريا، قد ازال اي احتمال لتفجير الخط الازرق، حتى ان حزب الله ترك للدولة مهمة القيام بالجهود الديبلوماسية اللازمة لازالة الاحتلال الاسرائيلي من النقاط الخمس. وعليه، تشير الاوساط ان الاسرائيليين يضغطون تكتيكياً لنزع سلاح حزب الله في حين ان الهدف الاستراتيجي لحكومة العدو برئاسة بنيامين نتانياهو قد يكون فتح الابواب بين لبنان و"اسرائيل".

تزامناً، ابغلت جهات لبنانية مسؤولة قيادات عربية وفقاً لمصدر مطلع ان الوضع الاقليمي الحالي لا يزال ضبابياً بشكل كبير وبالتالي لا يمكن التكهن بالمسار الذي يمكن ان يأخذه، وهو ما يجعل اي بحث بمسألة سلاح حزب الله حالياً يرتطم بعدة عوائق داخلية فضلاً ان مصلحة الدولة اللبنانية تكمن بعدم تعرضها لاي هزة سياسية او امنية بوجود تطمينات من حزب الله بالانخراط السياسي في الدولة ما يمهّد بالانخراط العسكري في الوقت المناسب.

سواء في القصر الجمهوري ام في عين التينة ام في السراي الحكومي، هناك توجس من مخطط العدو الاسرائيلي بابقاء منطقة عازلة جنوب لبنان تحت احتلاله وسيطرته على غرار المنطقة التي اقامتها «اسرائيل» على الحدود السورية. ذلك ان تدمير الكيان الصهيوني لعدد كبير من البلدات اللبنانية الحدودية، اثار تساؤلات كثيرة بإمكانية قيام الدولة اللبنانية باعادة اعمارها، في وقت ترى ان ما يحدث في الجنوب السوري يظهر ان «تل ابيب» تريد لذلك الشريط المدمر ان يتكرس منطقة عازلة والتي تبدو انها في طريق الاتساع اكثر فاكتر لاحداث واقع جديد في سوريا تحت ذريعة التخوف من تسلسل مجموعات متطرفة من خطوط التماس المستحدثة والتي تجاوزت بكثير الحدود التي ارساها اتفاق فض الاشتباك في كانون الثاني 1974.

وقد علم الرؤساء عون وبري وسلام من حكومات اوروبية صديقة للبنان هذه المعلومات والتي كشفت لهم ان الاعمار سيكون له اثمان وشروط الى جانب تلويح الادارة الاميركية الى اكثر من جهة حليفة لها في المنطقة بانها على استعداد للدفع نحو «مشروع مارشال عربي- دولي» مقابل ارساء السلام. ولكن اي سلام تتحدث عنه واشنطن وهي ترى ازمة الشرق الاوسط بعين واحدة؟

وفي النطاق ذاته، تعتبر اوساط سياسية في حديثها للديار ان الاسرائيليين يدركون ان الوضع الذي احدهته الحرب والذي اقترن

■ الثنائي الشيعي:

الاستقواء لا ينفخ معنا

من جهة الثنائي الشيعي وتحديدا حزب الله فهو يقوم باعادة ترتيب وضعه ليستجمع قواه شيئاً فشيئاً الى جانب ان الحزب يتواصل مع القوى الاخرى غير الشيعية على غرار الحزب السوري القومي الاجتماعي والحزب الشيوعي والمرابطون بهدف الحفاظ على روح المقاومة في لبنان.

اما التصريح الذي اعطاه الرئيس نبيه بري

(القتمة ص9)

هل قضى زيلينسكي على سوريا؟!

- متى تدخل «اسرائيل» الى دمشق؟
- انتداب أميركي شرق أوسطي بمباركة روسية!

سمير سكاف 9



سوريا الضائعة ومستقبلها بين أردوغان ونتنياهو

عبدالهادي محفوظ

الرئيس السوري أحمد الشرع يمسك كرة النار بين يديه، فلا الأوضاع تمكنه من إقامة دولة القانون التي يدعو إليها، ولا الخلافة الإسلامية التي يريدتها أتباعه، ولا دولة السيادة السورية التي تنتهكها إسرائيل والولايات المتحدة الأمريكية وتركيا وروسيا. ولا الإنتماء القومي العربي الذي تطالبه به المملكة العربية السعودية. ولا الإسلام المعتدل المنفتح على كل المكونات والذي لا تراعيه الجماعات المتطرفة إسلامياً والتي تقوم بممارسات طائفية فظة تبررها بمحاسبة الإنتماء إلى النظام السابق عن غير حق.

والحقيقة أن السهولة التي سقط بها النظام السابق لا توحى إطلاقاً أن الأمر تم نتاج اختلال ميزان القوى وإنما بتواطؤ دولي - اقليمي يفسر صعوبة إرساء النظام السياسي الجديد وبناء الدولة التي يعلنها أو يضمها أحمد الشرع.

فالاختراقات الدولية والإقليمية للوضع السوري الجديد أقوى من أن يتحكم بها الرئيس السوري، هذا عدا عن أن المكونات السورية مجتمعة تعيش نوعاً من القلق الوجودي والسياسي لا ترتاح فيه إلى التوجهات الحقيقية للاتجاهات الدينية المتطرفة ولا تحظى بقبول من أكثرية السنة في المدن الكبرى ما يعيق إمكانية انتشار السلطة. وهذا استعصاء داخلي يضاف إلى الاستعصاءات الخارجية المتمثلة بوجود قوى عسكرية خارجية تريد نفوذاً سياسياً ومشاركة اقتصادية وهيمنة على النفط والغاز. إضافة إلى كون إسرائيل

(تتمة ص9)

صدمة في «اسرائيل»... مفاوضات أميركية «حمساوية» في الدوحة

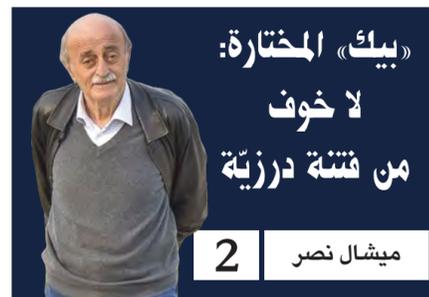
- ترامب يتعهد باستعادة المحتجزين وانتقادات لقرارات القمة العربية



9

الضربة المميّنة لخطة ميّنة

نبيه البرجي 2



«بيك» المختارة:
لا خوف
من فتنة درزيّة

ميثال نصر 2



أيوب «الديار»: مفهوم
الدولة لا يتحقق إلا عبر
مؤسساتها وقواها الذاتية

فادي عيد 3



الببذ اللبناني بات
يُنَافَسُ في الاسواق
الأميركية والأوروبية

جوزف فرح 6



«نوموفوبيا»
مُتلازمة خطيرة...
الأسباب
والأعراض...
ولا علاج

ميرنا نعمي إبراهيم 12

في اطول خطاب لرئيس اميركي... معلومات خاطئة واخرى مضللة

8



4

امطار وقطع طرقات وزحمة سير خانقة

على طريق الديار

لا الشعب اللبناني ولا الجيش اللبناني ولا الحكومة ولا المقاومة قادرين الان على اعلان الحرب لتحرير النقاط الخمس المحتلة من قبل العدو «الاسرائيلي»، ذلك ان خسائر الحرب التي ادت اليها عملية طوفان الاقصى في 7 اكتوبر وما تبعها من حرب في غزة وفي لبنان وسقوط النظام في سوريا وعدم مشاركة العراق في الحرب، جعل الامر غير ممكن بشأن امكانية الحرب مع العدو «الاسرائيلي».

ان المزايدة بطلب اعلان الحرب الان هو امر غير منطقي، ولا بد من الدراية ووضع خطة عقلانية وخطة موضوعية للقتال واعادة جمع قدرات المقاومة كي تستطيع الوقوف في وجه جيش العدو «الاسرائيلي» والا فان اعلان الحرب الان هو انتحار بحد ذاته وورقة ستستفيد منها «اسرائيل» الى اقصى حد.

«الديار»



«بيك» المختارة: لا خوف من فتنة درزيّة

بالتدخل لصالح الدرّوز في جرمانا، علما ان دخوله الساحة السورية ليس بجديد، فهو عمل منذ سنوات على ارسال المساعدات العينية والمادية الى ابناء طائفته في سوريا.

وفي هذا الاطار، ابدت المصادر تفهمها لما يصدر من مواقف عن بعض «القيادات الدرزية»، وتحديدًا الوزير السابق ونام وهاب، والتي تأتي في سياق لتموضعه الجديد منذ انطلاق حرب الاسناد، وصولاً الى انهيار النظام السوري، خصوصاً ان الاخير كان سبق واعلن عن نقله رسائل غير مباشرة وعروض بين «تل ابيب» ودمشق.

وطمأنت المصادر الى انه رغم وجود بعض المخاوف الناتجة عن دخول «طابور خامس» على خط الاختلافات الموجودة داخل الطائفة، الا ان الاكيد ان حكمة الدرّوز التاريخية قادرة على احباط أي مخطط فتتوي، يهدف الى تشتيتهم وعزلهم عن محيطهم العربي، واستخدامهم بوابة لتفتيت سوريا ولبنان.

وفي هذا الاطار، غمزت المصادر من قناسة بعض اجهزة الاستخبارات، التي قد تكون تعمل ضد توجهات وليد جنبلاط وتقف خلف الحملة التي يتعرض لها، على خلفية المواقف التي اتخذها في الفترة الاخيرة، والتي جاءت معارضة لتوجهات دولية، كان سبق وحذر منها.

وختمت المصادر بان إعادة احياء مشاريع الدولة الدرزية وحلف الاقليات في المنطقة، انما هي وهم دفعت الطائفة ثمنه غاليا في الماضي، وبالتالي فان الدرّوز هم مكون اساسي في الدول التي يتنمّن اليها، وجزء من النسيج الاجتماعي لهذه الدول، مؤكدة ان الاتصالات الجارية مع القيادة السورية والرئيس احمد الشرع قادرة على ايجاد الحلول المناسبة.



ميشال نصر

لا تعكس اجواء الهدوء المهيمنة على البلاد ظاهرياً، على احوال السياسة وواقع الحال الذي يخيم على البلاد، في ضوء مجموعة الازمات والملفات التي تنتظر اطلاق ورشة العمل الحكومية، للشروع في تنفيذ مضمون البيان الوزاري.

فالملفات الداخلية المطروحة، لم تحجب الاهتمام عما يدور في الاقليم وانعكاساته على الساحة اللبنانية، كمتأثر اول بالتطورات على الساحل السوري والفلسطينية تحديداً، والتي باتت تفرض ايقاعها على العمل الحكومي، خصوصاً بعد نتائج القمة العربية في الرياض، ورد البيت الابيض على ما صدر عنها من مقررات، ما يلزم الحكومة اللبنانية باتخاذ الاجراءات اللازمة لحماية لبنان وتحصينه، وفي مقدمة هذه الاجراءات التعيينات الامنية والعسكرية، حيث تميل الامور نحو تمريرها على دفتين، تتضمن الاولى منها قائد الجيش ومدير عام الامن العام، في حال نجحت اتصالات الساعات الاخيرة في انجاز الاتفاقات المطلوبة، تزامناً مع تأكيد وزير المال على ان تعيينات البنك المركزي ستبصر النور قبل نهاية شهر آذار.

وسط هذا المشهد، تكشف مصادر درزية ان مناسبة السادس عشر من آذار ستكون استثنائية هذه السنة لجهة رسائلها السياسية، ان علم ان وليد «بيك» يسعى لمشاركة وفد من دروز السويداء في الذكرى، لايظهر حجمه على الساحة الدرزية، واضفاء الشرعية على مواقفه فيما خص الوضع السوري، وكلام لجهة الخطاب الذي سيخرج به والذي يتضمن مواقف

واضحة و «نوعية»، تتناول التحديات المستجدة بفعل التحولات الكبيرة، خصوصاً تلك المرتبطة بمحاولات العدو «الاسرائيلي»، واشارت المصادر الى ان «بيك» المختارة لا ينبغي تشاؤمه وخوفه على التسوية التي انجزت في لبنان، نتيجة المواقف الاميركية المنحازة «لإسرائيل»، وبسبب التعامل «الفج» من قبل الرئيس الاميركي دونالد ترامب مع «معارضيه» في السياسة، متخوفاً من استنساخ التجربة الاوكرانية مع عدد من القيادات العربية، اذ يبدو انه مصر على تطبيق خياراته في المنطقة.

ورأت المصادر ان مواقف الشيخ طريف ليست بمستغربة، فهو يحمل الجنسية «الاسرائيلية»، ويعمل على توسيع قاعدته الشعبية، وقد نجح بالتعاون مع بعض الضباط الدرّوز في الجيش «الاسرائيلي» في اقناع حكومة بنيامين نتانياهو

الضربة المميّنة لخطة ميّنة



نبية البرجي

من سوء حظ قمة بيروت عام 2002 التي أطلقت المبادرة العربية، أنها عقدت في عهد الرئيس جورج دبليو بوش، بذلك الفريق من الضباع (ديك تشيني، دونالد رامسفيلد، كوندوليزا رايس، بول وولفوويتز، ريتشارد بيرل ودوغلاس فايتش)، ووجود أرييل شارون على رأس الحكومة في «إسرائيل»، ليعلن بدباباته التي اقتحمت مخيم جنين، قبل أن تطوى الأعلام أمام فندق فينيسا وفاة المبادرة.

ومن سوء حظ قمة القاهرة عام 2025، التي خرجت بالخطة المصرية، أنها عقدت في عهد دونالد ترامب، بذلك الفريق من الأدمغة السوداء (جيمس ديفيد فانس، ماركو روبيو، بيت هيغسيت ومايك والتز)، ووجود بنيامين نتانياهو على رأس الحكومة في «إسرائيل»، ليصف بيان لوزارة الخارجية الخطة بأنها «مغرقة في وجهات نظر عفا عليها الزمن»، مع رفض الاعتماد على السلطة الفلسطينية، وبقاء «حماس» في غزة.

للتو نشرت «جيروزاليم بوست» صورة للرئيس عبد الفتاح السيسي وهو يصفح نظيره الإيراني الراحل إبراهيم رئيسي، مع ذلك من دلالات سياسية في هذا الوقت بالذات، لتكون الضربة المميّنة لخطة ولدت ميّنة.

في القمة الأولى، سقطت المبادرة الديبلوماسية لأنها، وكما ذكرنا سابقاً، دست «خلسة»، وخارج رغبة الأكثرية، بند العودة، ودون أن تطأ أرض المبنى الزجاجي في نيويورك، لا داعي للرهان على نهاية مختلفة للقمة الأخيرة، وحيث الخطة خلت من أي إشارة الى الثورة الفلسفية أو التاريخية لازمة.

بصوت خافت وهادئ، أعلن الرئيس المصري خطته التي اطلع عليها أكثر القادة قبل يوم القمة. صياغة ضبابية ولا تمس بشعرة في رأس دونالد ترامب. الرجل واقعي (ربما أكثر من الزوم)، ولا حظ كيف كان الرئيس الأميركي ينظر الى ضيفه الأردني الملك عبدالله الثاني، وكيف كاد أن يحمل فولوديمير زيلينسكي ويلقي به من النافذة.

دقات مخملية على باب البيت الأبيض. القادة العرب رفضوا بالاجماع تهجير سكان غزة، ولاحقاً سكان الضفة الغربية. ولكن كيف يمكن التصدي للمشروع الأميركي - «الاسرائيلي» اذا كانت الخطة مثل المبادرة من دون أسنان؟ الصورة تبدو هكذا

القفازات الحربية لمواجهة جنائز الدبابات. لا نتصور أن رئيس الحكومة «الاسرائيلية»، الذي يعرف بأحوال القيادة العرب وما هي أولوياتهم أكثر باعتقاد القمة، أو قرأ القرارات التي يعرف مسبقاً ما خلفياتها وما مفاعيلها، بعدما حصل على الضوء الأخضر من البيت الأبيض لتغيير الشرق الأوسط وفق الرؤية التوراتية. هل كان يفترض بالقادة، في تلك القاعة المهيبة البعيدة عن ثقافة الخنادق أو عن ثقافة الملاجئ، أن يضاعوا «التقوّة» أمامهم باعتبارها خارطة الطريق لاقامة «امبراطورية يهو» لا امبراطورية يعرب بن قحطان؟

هذا بعدما لاحظ القادة أثناء الحرب الأخيرة، مدى التماهي الاستراتيجي، وحتى التماهي الايديولوجي، بين واشنطن وأورشليم. دونالد ترامب قال علناً بتوسيع حدود «أرض الميعاد» (بتوصية الهية). واضحة تماماً الخريطة التي عرضها نتانياهو أمام العالم في الأمم المتحدة:

لجنة تقنية لإدارة القطاع مدة 6 أشهر، على أن يكون ذلك بإشراف السلطة الفلسطينية. أي سلطة حين نرى الدبابات تقحم مدن الضفة ومخيمات الضفة. تقتل من تقتل، تعتقل من تعتقل، تهدم ما تهدم، وتحرق ما تحرق، لتقتصر مهمة السلطة اما على التنديد أو على التبرير، وبلغت بغيانية تأثير الغنيان. على كل حكومة تنتهاها لا تريد أي وجود للسلطة في القطاع، في حين يقول المتحدث باسم مجلس الأمن القومي الأميركي براين هيبوز ان الخطه «تجاهل واقع كون القطاع مدمراً، ولا تعالج حقيقة مفادها أن غزة غير صالحة للسكن حالياً»، ليضيف أن ترامب متمسك بـ«غزة خالية من حماس»، في الغل، كلام مع سبب ترجيل المقاتلين الى تركيا أو الى إيران، ناهيك عن... أفغانستان!!

في رأس الرئيس الأميركي الضفة «اسرائيلية»، وغزة «اسرائيلية» (أو أميركية). هكذا، كان يفترض بالقادة العرب لا الكلام الضبابي الذي يبقى الأزمنة في عنق الزجاجية، بل البحث عن مكان يمكن إقامة الدولة الفلسطينية فيه، ما داموا يمتلكون تلك المساحات الشاسعة والخاوية.

متى كانت الديبلوماسية تهز «إسرائيل»؟ هذه حالة اسبارطية، تقوم على ايديولوجيا القوة (القوة العمياء)، على كل حال هذا هو منطق التاريخ. حين دعا ناحوم غولدمان، وهو أحد آباء الدولة، لتحويلها الى فاتيكان يهودي، رد عليه مناحيم بيغن «هل تريد أن تقدم يهوه هدية لأولئك الوحوش»؟

آلاف الطائرات والاف الدبابات وملايين الضباط والجنود، ودون أن يمتلك العرب الحد الأدنى من القوة لحماية أرضهم. ظاهرة غرائبية ولا مثيل لها. لبنان تحت الغارات «الاسرائيلية»، نفهم ذلك، دون أن نفهم لماذا الغارات على سوريا، وبتجربات كاريكاتورية، مع أن الرئيس أحمد الشرع الذي طلا شعره بالـ GEL وهو يلقي كلمته في القمة، للتدليل على انتقاله من ليل الكهوف الى ليل القصور، لا يقل يوماً بالبعداء «لإسرائيل».

سواء من يمدون أيديهم، أو من يعرفون قبضاتهم. هكذا تريد «إسرائيل»... هياكل عظمية في حضرة الهيكل!!

المطارنة الموارنة ثمنوا زيارة عون الى الرياض: عززت العلاقات الطيبة على الحكومة تحريك الملفات الإصلاحية وتنفيذ مضامينها بجديّة ومسؤوليّة



خلال الاجتماع

السّوام على جميع الأصعدة. ويناشدون أبناءهم وبناتهم أن يمارسوا أحوّتهم الانسانية والوطنية الحقّة، تبعاً للتعاليم الانجيلية، وما هدانا إليه المسيح الرّب في حياته الأرضيّة من عطاء مجّاني وبذل لذات، للفوز برجاء الملكوت».

عقد المطارنة الموارنة إجتماعهم الشهري في الصرح البطريركي في بركي، برئاسة البطريرك الكاردينال مار بشارة بطرس الراعي، ومشاركة الرؤساء العامين للرهبانيات المارونية. وتدارسوا شؤوناً كنسية ووطنية.

واثر الاجتماع أصدروا بياناً تلاه النائب البطريركي المطران انطوان عوكر، جاء فيه: «يوصل الآباء صلواتهم مع المؤمنين اللبنانيين وفي العالم، من أجل شفاء قداسة البابا فرنسيس. كما يثمن الآباء زيارة الرئيس جوزاف عون الى الرياض، التي عززت العلاقات الطيبة بين لبنان والمملكة العربية السعودية، والتي يأمل الآباء أن تمهد لزيارات رسمية تالية تقيد البلدين. كما قدروا مشاركة الرئيس عون في القمة العربية في القاهرة، وهذا من شأنه أن يساعد لبنان على استعادة تضامن الدول العربية مع إرادته في النهوض على كل المستويات، وعلى استقامة سياسة العهد الجديد القائمة على بناء الدولة والمساواة بين مواطنيها تحت سقف الدستور والقوانين المرعية. اضاف البيان: «يُحَيّي الآباء رئيس الحكومة بمبادرته إلى زيارة الجنوب الجريح، مجدداً من هناك دعوة لبنان للدولتين الأميركية والفرنسية كما للأمم المتحدة ومجلس الأمن الدولي، إلى مساعدة لبنان على إنهاء الاحتلال «الاسرائيلي» لأراضيه، فيسمح الأمن والاستقرار للمنطقة الحدودية العزيزة بإعادة بناء ما تهدم وبارتداء حلّة النمو والإزدهار.

وتابع البيان «يحثّ الآباء الحكومة على تحريك الملفات الإصلاحية وتنفيذ مضامينها، في أجواء مطلوبة من الجدية والمسؤولية، وبما يضمن دورة طبيعية لعجلة المال والإقتصاد، ولاسيما الإستثمار الذي طال انتظاره، وأن يأخذ المسؤولين المعنيون في الإعتبار ضرورة تصويب التحضيرات للانتخابات

عقد المطارنة الموارنة إجتماعهم الشهري في الصرح البطريركي في بركي، برئاسة البطريرك الكاردينال مار بشارة بطرس الراعي، ومشاركة الرؤساء العامين للرهبانيات المارونية. وتدارسوا شؤوناً كنسية ووطنية.

واثر الاجتماع أصدروا بياناً تلاه النائب البطريركي المطران انطوان عوكر، جاء فيه: «يوصل الآباء صلواتهم مع المؤمنين اللبنانيين وفي العالم، من أجل شفاء قداسة البابا فرنسيس. كما يثمن الآباء زيارة الرئيس جوزاف عون الى الرياض، التي عززت العلاقات الطيبة بين لبنان والمملكة العربية السعودية، والتي يأمل الآباء أن تمهد لزيارات رسمية تالية تقيد البلدين. كما قدروا مشاركة الرئيس عون في القمة العربية في القاهرة، وهذا من شأنه أن يساعد لبنان على استعادة تضامن الدول العربية مع إرادته في النهوض على كل المستويات، وعلى استقامة سياسة العهد الجديد القائمة على بناء الدولة والمساواة بين مواطنيها تحت سقف الدستور والقوانين المرعية. اضاف البيان: «يُحَيّي الآباء رئيس الحكومة بمبادرته إلى زيارة الجنوب الجريح، مجدداً من هناك دعوة لبنان للدولتين الأميركية والفرنسية كما للأمم المتحدة ومجلس الأمن الدولي، إلى مساعدة لبنان على إنهاء الاحتلال «الاسرائيلي» لأراضيه، فيسمح الأمن والاستقرار للمنطقة الحدودية العزيزة بإعادة بناء ما تهدم وبارتداء حلّة النمو والإزدهار.

وتابع البيان «يحثّ الآباء الحكومة على تحريك الملفات الإصلاحية وتنفيذ مضامينها، في أجواء مطلوبة من الجدية والمسؤولية، وبما يضمن دورة طبيعية لعجلة المال والإقتصاد، ولاسيما الإستثمار الذي طال انتظاره، وأن يأخذ المسؤولين المعنيون في الإعتبار ضرورة تصويب التحضيرات للانتخابات

رئيس الجمهوريّة عاد الى بيروت وأبّرق الى السيّسي شاكراً



عون مع السيّسي

عاد رئيس الجمهورية العماد جوزاف عون إلى بيروت، يرافقه وزير الخارجية والمغتربين يوسف جري ووفد رسمي، في ختام مشاركته في القمة العربية غير العادية التي انعقدت في القاهرة، التي وصل إليها أمس من الرياض، بعد زيارته السعودية.

وقبيل مغادرته، وجه عون بريقة شكر الى الرئيس المصري عبد الفتاح السيسي جاء فيها: «سيادة الاخ الرئيس عبد الفتاح السيسي المحترم رئيس جمهورية مصر العربية، يطيب

لي، وانا اغادر اجواء جمهورية مصر العربية ، ان اشكركم على الحفاوة التي لقيتها والوفد المرافق خلال وجودي في القاهرة مترسماً وقد لبنان إلى القمة العربية غير العادية - قمة فلسطين التي اتمنى ان تلقى قراراتها المتابعة والتطبيق ، والتي كان لسيداتكم الدور البارز في صياغتها والسعي إلى اقرارها .

وعلى امل اللقاء القريب في وطنكم الثاني لبنان ، اتمنى لسيداتكم دوام الصحة والعافية وللشعب المصري الشقيق التقدم والفلاح».

وزير الدفاع التقى العماد قهوجي وسفيريّ تشيكيا وأستراليا



وزير الدفاع مع سفير أستراليا والوفد المرافق التقى وزير الدفاع الوطني اللواء ميشال منسى في مكتبه في البرزة، سفير تشيكيا جيرى دوليزيل مودعا، بعد انتهاء مهامه الدبلوماسية كسفير لبلاده لدى لبنان، وتناول معه العلاقات الثنائية بين البلدين لا سيما التعاون العسكري. كما بحث منسى مع سفير أستراليا في لبنان أندرو بارنيز في العلاقات الثنائية بين البلدين ،لا سيما الوضع في جنوب لبنان

بري استقبل سفير الجزائر وفهمي



بري مع سفير الجزائر

استقبل رئيس مجلس النواب نبيه بري في مقر الرئاسة الثانية في عين التينة ، سفير الجزائر لدى لبنان كمال بوشامة في زيارة بروتوكولية، بمناسبة توليه مهامه الدبلوماسية كسفير لبلاده لدى لبنان. وتم خلال الزيارة أيضا، البحث في تطورات الاوضاع في لبنان والمنطقة والمستجدات السياسية، اضافة للعلاقات الثنائية والتاريخية بين لبنان وجمهورية الجزائر الديموقراطية الشعبية، وسبل تعزيزها في مختلف المجالات.

ووزعت السفارة الجزائرية بياناً عن الزيارة جاء فيه: «عقب مباشرة مهامه سفيراً فوق

العادة للجزائر في لبنان، أدى السيد كمال بوشامة، زيارة مجاملة لرئيس مجلس النواب نبيه بري، في مقر عين التينة وتبادل الطرفان الحديث عن الوضع السياسي المحلي والاقليمي مع استحضار تاريخ العلاقات التاريخية التي تربط بين البلدين الشقيقين. وأكد الجانبان خلال هذا الحوار على أهمية تعزيز التعاون بين الجزائر ولبنان على الأصعدة كافة، خاصة في ضوء الاوضاع الإقليمية والدولية الراهنة».

كما استقبل بري وزير الداخلية والبلديات السابق محمد فهمي ، وتم عرض للاوضاع العامة والمستجدات السياسية.

السيد عرضت مع السفيرة الكنديّة تعزيز شبكة الأمان الإجتماعي



السيد مع سفيرة كندا

استقبلت وزيرة الشؤون الاجتماعية حنين السيد السفيرة الكندية في لبنان ستيفاني ماکولوم، وتركز الحديث على أهمية الحماية الإجتماعية، وتعزيز شبكة الأمان الاجتماعي لمساعدة عدد أكبر من اللبنانيين من الفئات الهشة.

ولفتت ماکولوم إلى أن «كندا كانت من أول الداعمين للبرنامج الوطني لدعم الأسر الأكثر فقراً، وتتطلع للمزيد من التعاون مع الوزارة». وعبرت عن إعجابها بالإصلاحات التي يتم تنفيذها في إطار برامج المساعدات النقدية في الوزارة.



سياسة لبنانية

بعد فيضانات الطرق وزحمة السير الخانقة سلام اتصل برسامني وطلب «فتح تحقيق فوري»



على اثر ما شهدته بعض الطرق من فيضانات أعاقت حركة السير وتنقل حركة المواطنين، اجري رئيس الحكومة نواف سلام اتصالاً بوزير الأشغال العامة والنقل مستوضحاً، وطلب فتح تحقيق فوري بالموضوع لتحديد المسؤوليات واتخاذ التدابير اللازمة بحق كل من يتبث تصديره. ويذكر ان طرقات بيروت الداخلية شهدت بعد ظهر امس زحمة سير خانقة، أدت إلى إقفال مداخل العاصمة ومخارجها، وصولاً إلى الأوتستراد الساحلي باتجاه الشمال.

كما أغرقت مياه الأمطار، التي هطلت خلال وقت قصير ظهر امس، أوتستراد سن الفيل - البوشرية، ميرنا الشالوحي، ما أدى إلى احتجاز مواطنين في سياراتهم التي غمرتها مياه الأمطار، وامتدت أيضاً على مداخل بيروت باتجاه خلدة نهابا واياها.



قبلان: حفلة المواقف والديبلوماسية لا تسترد ما تحتله «إسرائيل»... ولن نقايس على سيادة لبنان

قال المفتي الجعفري الممتاز الشيخ أحمد قبلان في بيان اصدره: «نصيحة لمن يهيمه الأمر أن يتعامل معنا بخلفية المصلحة الوطنية ودوافع المشروع الوطني، والخطأ بالتصنيف الوطني قاتل، والإصرار على لعبة قاتل ومقتول لا تفيد البلد مطلقاً، وظن البعض أن الفرصة الإقليمية والدولية تسمح بقلب معادلات الداخل مقامرة خطيرة وغياب أرع»، اضاف:

«واليوم الحكومة ومشروعها وكل وظيفتها تعيش لحظة شلل وأولويات غريبة عن صميم الأزمات الوطنية، وقرابة التاريخ مفيدة لمن يريد النهوض بهذا البلد، لأن تصميم لبنان باللوائح الخارجية يضعه بقلب الخراب، كل ذلك وسط بلد مشلول وحركة حكومية معدومة، وكأنا أسام حكومة انتخابات وأولويات سياسية إسقاطية، والحل بمصالحنا السيادية فقط». وأكد «اننا لن نتنازل قيد شعرة عن المصالح السيادية للبنان، وحفلة المواقف والديبلوماسية لا تسترد ما تحتله «إسرائيل»، وحالة الجنوب السوري، وما جرى على لبنان طيلة احتلاله خير دليل على ذلك».

وختم: «اليوم، الإحتلال «الإسرائيلي» واستباحة الأرض والجو، والغارات التي تطال البلد عار وطني، والمواقف السياسية بلا قوة سيادية أمر قارغ، والإعمار سيحصل إن شاء الله ولن يوقفه شيء ولبنان لا يقوم إلا بأهله، وتاريخنا الوطني يقول لا قيام للبنان بلا تضحيات، ولن نقايس سيادة لبنان وقوة لا شرعية وبأي ثمن على الإطلاق، ومشروع الحق الوطنية وتضع الدولة بقلب التهمة الوطنية الأخطر، والقوانين التي تتحول ضد الوطن وشعبه وتضحياته ليست قوانين ولا قيمة لها بتاريخ الأوطان، ومزيد من الضغط يضعنا بقلب الانفجار، وليس لنا بهذه الدنيا كلها وطن آخر، ولا بديل وجودي لنا عن لبنان».

قال المفتي الجعفري الممتاز الشيخ أحمد قبلان في بيان اصدره: «نصيحة لمن يهيمه الأمر أن يتعامل معنا بخلفية المصلحة الوطنية ودوافع المشروع الوطني، والخطأ بالتصنيف الوطني قاتل، والإصرار على لعبة قاتل ومقتول لا تفيد البلد مطلقاً، وظن البعض أن الفرصة الإقليمية والدولية تسمح بقلب معادلات الداخل مقامرة خطيرة وغياب أرع»، اضاف:

«واليوم الحكومة ومشروعها وكل وظيفتها تعيش لحظة شلل وأولويات غريبة عن صميم الأزمات الوطنية، وقرابة التاريخ مفيدة لمن يريد النهوض بهذا البلد، لأن تصميم لبنان باللوائح الخارجية يضعه بقلب الخراب، كل ذلك وسط بلد مشلول وحركة حكومية معدومة، وكأنا أسام حكومة انتخابات وأولويات سياسية إسقاطية، والحل بمصالحنا السيادية فقط». وأكد «اننا لن نتنازل قيد شعرة عن المصالح السيادية للبنان، وحفلة المواقف والديبلوماسية لا تسترد ما تحتله «إسرائيل»، وحالة الجنوب السوري، وما جرى على لبنان طيلة احتلاله خير دليل على ذلك».

وختم: «اليوم، الإحتلال «الإسرائيلي» واستباحة الأرض والجو، والغارات التي تطال البلد عار وطني، والمواقف السياسية بلا قوة سيادية أمر قارغ، والإعمار سيحصل إن شاء الله ولن يوقفه شيء ولبنان لا يقوم إلا بأهله، وتاريخنا الوطني يقول لا قيام للبنان بلا تضحيات، ولن نقايس سيادة لبنان وقوة لا شرعية وبأي ثمن على الإطلاق، ومشروع الحق الوطنية وتضع الدولة بقلب التهمة الوطنية الأخطر، والقوانين التي تتحول ضد الوطن وشعبه وتضحياته ليست قوانين ولا قيمة لها بتاريخ الأوطان، ومزيد من الضغط يضعنا بقلب الانفجار، وليس لنا بهذه الدنيا كلها وطن آخر، ولا بديل وجودي لنا عن لبنان».

فياض: بقاء العدو على أرضنا إنقلاب على الإتفاق والحكومة مُطالب برفع مُستوى مُتابعتهما

لبنان، لمواجهة هذا الخطر، والحكومة مطالبة برفع مستوى متابعتها وخطابها واتصالاتها، وصولاً إلى إعادة تقويم الموقف وما يستوجب من إجراءات، لأن العدو الإسرائيلي يقول انه باقى في أرضنا بضوء أخضر أميركي».

تابع: «إن الحكومة مطالبة بتحريك وتسريع عملية إعادة الإعمار وتحريرها من أي شروط سياسية كما جاء في بيانها الوزاري. وفي هذا السياق، بعض الوزراء، يطلق مواقف لا تتسجم مع البيان الوزاري ولا السياسات المعلنة للحكومة، رغم ملاحظتنا، وهذا البعض «فاتح على حساب»ه، وينفذ أجندة حزبية وليس أجندة الدولة اللبنانية، في حين أن هذه الدولة ليست ملكاً لأحد، لا لرئيس أو وزير أو حزب، هذه دولة اللبنانيين جميعاً».

وشدد على «اننا وفي مواجهة الاحتلال الإسرائيلي وعودة المشروع التقسيمي الذي يسعى إليه، إنما نتمسك بوحدتنا اللبنانية سندافع عنها حتى النهاية، وإن سيادة لبنان ووحدة شعبه وأرضه ودولته، وحريته وكرامته، هي ثوابت قدمنا في سبيلها على مدى عقود من السنوات الالف الشهداء، ونحن ثابتون عند هذه المواقف وماضون في هذه الوجهة مهما غلت التضحيات».

خليل: مُلتزمون بوضوح في تطبيق الـ1701

الاتفات إلى هذا الامر وان «لا نعطي «إسرائيل» اي ذريعة نتيجة خطاب سياسي ينطلق من حسابات ضيقة او فتوى»، كما شدد على «وجوب أن تكون اللغة المشتركة بين جميع أعضاء الحكومة ووزرائها، نابعة من الإلتزام الوطني باتجاه مسؤولية التحرير بكل الوسائل كما ورد في البيان الوزاري».

ورأى خليل أن «لبنان في مرحلة مصيرية بالتوازي مع ما يجري في كل المنطقة، وهذا الامر يستدعي مقاربة جديدة للتحديات الداخلية والخارجية أولاً».

شيع حزب الله وأهالي بلدة تولين الجنوبية الشهيدين كرار علي علي والشيخ علي حسن شقير، بموكب تقدمه عضو كتلة «الوفاء للمقاومة» النائب الدكتور علي فياض، إلى جانب فاعليات وشخصيات وعائلتي الشهيدين وحشود.

وخلال التشييع ألقى النائب فياض كلمة حزب الله، فشدد على ان «هذه الأرض التي تحضن شهداءنا، ستلفظ كل محتل يدنسها، ولن نتعاش أو نترضى أو نتهاون مع وجود هذا العدو، الذي ينضح شراً لا نهاية له، ولو على شبر منها أو كمشة من ترابها».

أضاف: «لقد التزم لبنان ورقة الإجراءات التنفيذية التزاماً كاملاً، وهذا ما أكد رئيس الجمهورية، في حين أن إسرائيل وبدعم أميركي لم تلتزم، بل استمرت في خرقاتها على أكثر من مستوى، في البقاء على أرضنا، وفي تنفيذ الأعمال العدائية ضد المدنيين في الجنوب والقلاع وأماكن أخرى».

وأشار إلى أن «هذا العدو الذي ينضح شراً، إنما يعمل أيضاً على تقسيم سوريا، على محاذاة حدودنا الشرقية، أملاً منه بأن تنتقل هذه العدوى إلى لبنان، إلا أننا نقول أن بقاء العدو على أرضنا هو إنقلاب على الإتفاق، الأمر الذي يرتب مسؤوليات إستثنائية على حسن خليل، التزام الحكومة ببيانها الوزاري، في شأن العمل على تحرير الأرض. ورأى «أن ذلك يستوجب أولاً أن يكون هناك موقف جماعي داخل مجلس الوزراء، على هذه المسؤولية وأن لا يتحول الغنى في الإختلاف السياسي داخل مجلس الوزراء، إلى إنقسام في الرؤيا الوطنية». وقال: «نحن ملتزمون بوضوح في تطبيق القرار 1701، ومن يخرق الإتفاق وكل ملحقاته هي «إسرائيل»، وهي من يخرق ويعتدي ويحتل ويضرب الإرادة الدولية». وشدد على وجوب

بالفطرة، وأنت الذي بدأت مسيرتك في مؤسسة الجيش، التي نحب ونحترم ونرحب بممثل قائد الجيش، هذه المؤسسة التي تقوم بما تقوم به في الجنوب، والتي تحظى بما تحظى به من احترام اللبنانيين ومن ايمانهم وصدقهم لأنها الحريصة على تحريرها واستقلاله واستقراره».

ودعا إلى انضواء الجميع في كنف الدولة الضامنة

الجامعة والسير في خطوات تعزز سلطة الدولة فوق كل التراب اللبناني.

ثم تحدث ممثل قائد الجيش فنوه بمسيرة اللواء سعد ومناقبيته وانتمائه الوطني وعقيدته العسكرية، ثم استعرض المسؤوليات الكبيرة التي تسلمها بكل شجاعة وحكمة وثقة والوسمة التي نالها.

وختم متحدثاً عن سيرته العسكرية منذ تطوعه في المرساة الحربية وصولاً الى اختياره ليكون في المقشية العامة.

ثم جرت مراسم الدفن، حيث انطلق موكب التشييع على إيقاع موسيقى الجيش اللبناني، وسارت عائلة الراحل وراء النعش.



راشيا ودعت سعد

ومجتمعه ومنطقته راشيا التي عاش فيها وحمل هموم اهلهما وعمل على خدمتها ومتابعة شؤونها، واستعرض بعض مآثره ومنها اصابتة أثناء مواجهة العدو الإسرائيلي في جنوب لبنان والكثير من المحطات البارزة.

وكانت كلمة لأبو فاعور، جاء فيها: «تشهد لك المختارة على وفائك وصدقك وشرفك ومحبتك وشجاعتك، وأنت الذي لاحقت كمال جنبلات وأمنت به وصادقته واصطفاك وليد جنبلات واصطفيته وكنت دائماً أميناً وفيماً، حريصاً، ومحباً.

اضاف: «لقد كنت سيادياً استقلالياً ووطنياً

كبير من الشخصيات والفعاليات، لقيف من الأباء والكهنة ورجال الدين، وعائلة الراحل والهيات القباية والبلدية، واهالي راشيا وبلداتها وبلدات البقاع والجنوب والجبل وبيروت والشمال.

انطلق موكب التشييع من مدخل سوق راشيا الاثري مروراً بمنزل الراحل وصولاً الى كنيسة السيدة حيث جرى تقبل التعازي في صالة الكنيسة، ثم أش المطران كفوري الجنائز يعاونه لقيف من الكهنة، وتحدث عن مزايا الراحل وتجربته العسكرية والبرلمانية، وحبه لوطنه

خروقات الإحتلال مُستمرة: جريحان في رأس الناقورة وتمشيط بالرصاص في ميس الجبل



السيارة التي استهدفها العدوان

خرقتها للسيادة اللبنانية، فحلقت مُسيرة معادية على علو منخفض جداً فوق سهل مرجعيون، والقليعة، وبرج الملوك، والخيام، كما حلقت طائرة مُسيرة معادية على علو منخفض في أجواء بلدة الناقورة.

تسجيل إصابات. وفي سياق الاعتداءات الصهيونية، أُلقت مَحَلَّة معادية صهيونية قنبلة صوتية باتجاه مواطنين على الطريق المؤدية من تل النحاس إلى كفرحلا. كذلك واصلت المحلقات التجسسية التابعة للعدو

تواصل قوات الإحتلال الصهيوني خرقتها لوقف إطلاق النار، والتماذي في اعتداءاتها على جنوب لبنان جواً وبراً، وكان آخرها استهداف سيارة في رأس الناقورة بأكثر من غارة بصواريخ مُسَيَّرَات «إسرائيلية»، بالقرب من مكب للنفايات جنوب موقع «اليونيفيل»، مما أدى إلى جرح شقيقين من آل جهير كانوا يتفقدان أرضهما في رأس الناقورة، وقد جرى نقلهما إلى المستشفى.

وعمد الطيران المُسَيَّر الصهيوني إلى استهداف محاولات الإقتراب من السيارة بغارة ثانية، وشنَّ غارة ثالثة على محيط السيارة المستهدفة، لمنع عناصر الجيش وفريق من الدفاع اللبناني والمواطنين من الوصول إلى المكان المستهدف.

كما قام العدو «الإسرائيلي» بعملية تمشيط بالرصاص والرممايات الرشاشة من موقع العاصي المعادي، باتجاه منطقتي الجدار ودرج الحورات جنوب شرق مدينة ميس الجبل، مستهدفاً المواطنين والأهالي، الذين حاولوا تفقد منازلهم المدمرة عند أطراف ميس الجبل الشرقية، حيث تضررت سيارة مدنية تعود لأحد المواطنين من دون

تقارير - بيئة - صحة

المشاريع الفردية تنعش الإقتصاد الوطني وتعيد الأمل في لبنان
تحديات تسويقية وأساليب إبداعية في الترويج... مشاريع قادرة على خلق علامات تجارية مميزة

ندى عبد الرزاق

الكهرباء والإيجارات والضرائب، التي تخنق المشاريع الصغيرة في الظروف الحالية.

■ الاعمال المستقلة تتزايد!

من جانبه، يقول أحمد عماد وهبي، صاحب مطعم ومقدم محتوى يعني بتقدير المأكولات التي تعود لمشاريع فريدة لـ «الذيار»: «بالنسبة للأنشطة الخاصة التي تفتتح في المنازل، فإن تناميها يعود إلى القدرة المالية لصاحب المشروع نفسه، إذ ليس بمقدور الكثيرين فتح مطعم وتحمل نفقاته، مثل استئجار محل وتجهيزه، بما في ذلك الطلاء والتصميم، الذي يُعد جزءاً لا يتجزأ من المكان. لذلك، فإن العمل من المنزل لا يتطلب مصاريف كبيرة، بحيث إن فشل المشروع، لا يكون صاحبه ملزماً بدفع أقساط أو فواتير، ما يجعل وقع الخسارة أخف».

ويضيف «هذا الوضع يدفع 90% من الأشخاص إلى تنفيذ مشاريعهم من منازلهم، في حين أن 10% فقط لديهم القدرة على فتح مشاريع تقليدية، لكنهم يفضلون تجنب التكاليف الإضافية، ما يحقق لهم مكاسب أكبر. وهناك العديد من المبادرات الشخصية التي تستحق تسليط الضوء عليها، وهي أعمال مهمة لكنها تنفقت إلى القدرة المالية لتطويرها، لذا يقرر أصحابها البدء من المنزل وتأجيل توسيع مشاريعهم وأحلامهم».

ويختتم «على الصعيد الشخصي، فأنا كشخص أقوم بتصوير مطاعم متواضعة، أرى أن هناك أنشطة ريادة تستحق التقدم والانتشار وفتح فروع جديدة، نظراً إلى إتقان عملها. وهذا ينطبق أيضاً على الكيوسكات، التي يكون تنوع أصنافها محدوداً مقارنةً بالمنازل، حيث تكون التشكيلة أوسع».

■ «البسطات» استثمار مستدام!

وفي جولة ميدانية لـ «الذيار» على عدد من المناطق اللبنانية، كان لافتاً مدى تطور وانتشار الكشاك والمشاريع المتنقلة، التي بدأت تأخذ طابعاً أكثر احترافية، سواء من حيث التصميم أو التنظيم. فمن فرن الشبب إلى الجميزة، ومن جل الدب إلى الزلقة وجونيه، أصبحت هذه المشاريع جزءاً لا يتجزأ من المشهد الاقتصادي اليومي، حيث باتت تلفت الأنظار بمظهرها المرتب والجاذب، ما يعكس جدية أصحابها في تحويلها إلى مشاريع مستدامة.

■ رمضان.. موسم الانتعاش لعربات البيع

أما في رمضان فتأخذ هذه الظاهرة بعداً مختلفاً، حيث تزدحم الشوارع بعربات تعرض ما يزهو الطلب عليه خلال هذا الشهر، من المأكولات التقليدية والمشروبات الرمضانية إلى الفوايس والزينة. والشهد الأكثر تأثيراً هو وجود كبار السن الذين يقفون بمحبة وإيجابية خلف عرباتهم، يبيعون الفوايس بأمل واضح في عيونهم، وكأنهم يتقلون رسالة تفاؤل رغم كل التحديات. في زقاق البلاط، الحمراء وساحات أخرى، تتكرر هذه المشاهد، لتؤكد أن العمل لا عمر له، وأن الرزق لمن يسعى إليه، ولو بعبارة صغيرة على جانب الطريق. «الخلاصة» ترى «الذيار» أن تسليط الضوء على هذه الظاهرة ليس مجرد رصد لحركة الأسواق، بل هو رسالة إنسانية تعكس الأمل الذي يمكن أن تصنعه المبادرات الفردية في حياة الشباب. فحين يجد هؤلاء أن مشروعاً بسيطاً قد يحقق لهم أرباحاً تضمن لهم الاستقلال المالي، يصبح الطريق إلى العمل الحر أكثر وضوحاً، والخطوة الأولى هي المفتاح الأساسي للانطلاق. لا شيء يولد كاملاً، لكن الجرأة على البدء تصنع الفرق، وهي الرسالة التي تحاول «الذيار» إيصالها: لا تنتظر الظروف المثالية، بل اصنع فرصتك بنفسك.



فمع انتشار ثقافة «الفاست فود»، برزت كيوسكات متخصصة في تقديم أصناف مستحدثة من الهمبرغر، حيث يتفنن أصحابها في إضافة لمسات جديدة تجمع بين الطابع الغربي والنكهات المحلية، ما يجعل من هذه الكشاك وجهات مفضلة للشباب الباحث عن تجارب غذائية غير تقليدية. وما يميزها أنها تتطلب رأسمالاً أقل مقارنة بالمطاعم والمحلات التجارية، مما يتيح لعدد كبير من الشباب الدخول إلى سوق العمل دون الحاجة إلى استثمارات ضخمة، كما أنها تشكل حلقة اقتصادية متكاملة، حيث تعتمد على موردين محليين للمواد الأولية، مما يساهم في تحريك عجلة الإنتاج على نطاق أوسع.

في جميع الأحوال، يعكس انتشار الكيوسكات والعربات المتنقلة في لبنان، مرونة السوق المحلي واستجابته السريعة للمتغيرات الاقتصادية. ورغم بساطة هذه المشاريع، فإنها تعبر عن ثقافة جديدة قوامها الابتكار والتأقلم، حيث يصبح الشارع ليس فقط مكاناً للعبور، بل مساحة للفرص، يلتقي فيها الإبداع الفردي مع حاجات الناس اليومية، في مشهد يعكس حيوية المجتمع اللبناني وإصراره على إيجاد الحلول مهما كانت التحديات.

■ مشوار الالف ميل يبدأ بخطوة!

وفي خضم الأزمات التي عصفت بلبنان منذ «ثورة 17 تشرين» 2019، وجد كثيرون أنفسهم مضطرين لإعادة بناء حياتهم المهنية من الصفر. في مواجهة انهيار اقتصادي لم يبق مجالاً واسعاً للاختيار. إبراهيم واحد من هؤلاء، يقول لـ «الذيار»: بعد أن فقد كثيرون من حولي وظائفهم، لم انتظر يد العون، فقررت إنشاء مشروع بسيط لكنه واعد من خلال عربة متواضعة أركنها تحسنت جسر المشرفية، وأعرض عليها العرائس المشوية، الترمس والشمندر الأحمر، لتتحول مع الأيام إلى مصدر رزقي الأساسي».

ولا يخفي إبراهيم أنه كان بإمكانه البحث عن وظيفة تقليدية، لكنه أدرك أن سوق العمل في لبنان لم يعد كما كان، وأن البطالة التي تجاوزت 260 ألف شخص وفق التقديرات القريبة لـ «الدولية للمعلومات»، تجعل من إيجاد وظيفة مستقرة أمراً بالغ الصعوبة. لذلك، اختار طريقاً آخر، حيث يكون هو صاحب القرار في عمله، متحكماً بأرباحه وفق مجهوده اليومي، بعيداً عن الالتزامات المالية المرهقة كقواتير

دعائية غير اعتيادية، مستفيدين من قوة الصورة والصوت والتفاعل الفوري مع الجمهور.

■ تمييز لبناني فريدا!

وفي الإطار، رأينا في الأشهر الأخيرة كيف يمكن لمنتج بسيط أن يتحوّل إلى ظاهرة تنتشر كالنار في الهشيم، تماماً كما حدث مع «شوكولاتة دبي»، التي اكتسحت وسائل التواصل الاجتماعي، وأثارت موجة من التقليد والتجارب المنزلية. ورغم أن بعض المنتجات تتطلب تقنيات تصنيع متقدمة وبني تحتية صناعية، فإن ذلك لم يمنع الأفراد من المحاولة، بل زاد من روح التحدي لديهم. وتصدّقوا لكل ما ذكر، تبرز «شوكولا بيروت» كتحفة فنية تحمل في طياتها عبق النكريات ونكهة الهوية. إنها ليست مجرد قطعة شوكولا، بل رسالة مغلّفة بالحلم والحب، تماماً كطابع بريد قديم يشق طريقه عبر الأزمنة، ليحمل معه رائحة زهر الليمون ونكهة البقلاوة القرمشة، وكأنها ذاكرة الوطن المختزنة في قالب صغير من الشوكولا. فالشيف فيليب خوري، صاحب هذه الفكرة، لم يكتف بصنع شوكولا فاخرة، بل حاك فيها قصة لبنان، حيث تجتمع كريمة الكاجو الناعمة مع شوكولا حليب السوز، في مزيج يترجم تراث البلد وأصالته في مذاق واحد. وكان «شوكولا بيروت» أزرّة مصغرة، تقاوم النسيان وفكري الأنواق الباحثة عن دواء الوطن وسط برودة الاعتراّب. بهذه التحفة، يضع خوري بصمته في سجل الشوكولا العالمي، محولاً مذاق إلى رسالة، والقطعة الواحدة إلى رواية تروى بقصص واحدة. «شوكولا بيروت» ليست مجرد حلوى، بل تجربة تعيد لمن يتذوقها الإحساس بنفحات البيوت اللبنانية القديمة، وبشوارع بيروت التي لا تزال، رغم كل شيء تنبض بالحياة.

هذه الديناميكية لا تعكس فقط قدرة اللبنانيين على التكيف مع الأوضاع الاقتصادية الصعبة، بل تبرهن أيضاً على أن الابتكار لا يحتاج إلى إمكانيات ضخمة، بل إلى رؤية وإصرار. ففي ظل غياب الدعم الرسمي، باتت هذه المشاريع الفردية هي الريهان الوحيد للشباب الباحث عن الاستقلال المالي، وهي في الوقت نفسه شهادة على أن التفوق اللبناني سيظل ينبض بالحياة رغم المحن.

■ عصرنة «الكيوسك» بللمسة لبنانية

في ضوء ما تقدم، كان لافتاً أن هذه المشاريع لا تقتصر على المنتجات الاعتيادية فقط، بل تشهد تطوراً وابتكاراً مستمرين.

بيئة وصحة

شانتال عاصي

الفواق المستمر... بين الأعراض العادية والإشارات التحذيرية!

يُعد الفواق، أو الحازوقة كما يُعرف في بعض المناطق، ظاهرة شائعة قد تصيب الجميع من وقت لآخر. وعلى الرغم من كونه غير ضار في معظم الحالات، إلا أنه قد يكون مزعجاً ومزعجاً خاصة إذا استمر لفترة طويلة. لكن ما الذي يسبب الفواق؟ ولماذا يحدث بشكل مفاجئ؟ وكيف يمكن التخلص منه بسرعة؟

ينتج الفواق عن تقلصات لا إرادية في الحجاب الحاجز، وهو العضلة التي تفصل الصدر عن البطن وتلعب دوراً رئيسياً في عملية التنفس. عندما ينقبض الحجاب الحاجز بشكل مفاجئ، يُغلق الحلق بسرعة بسبب رد فعل الأربال الصوتية، مما يؤدي إلى إصدار الصوت المميز للفواق.

هناك العديد من العوامل التي قد تؤدي إلى حدوث الفواق، مثل تناول الطعام بسرعة كبيرة أو الإفراط في تناول الأطعمة الحارة والمشروبات الغازية، والتي تؤدي إلى انتفاخ المعدة وتؤثر على الحجاب الحاجز. كما يمكن أن يحدث الفواق بسبب التغيرات المفاجئة في درجة حرارة الجسم، مثل شرب مشروب بارد بعد تناول طعام ساخن، أو بسبب الضحك الشديد، التوتر، أو حتى شرب الكحول. وفي بعض الحالات النادرة، قد يكون الفواق علامة على مشاكل صحية أكثر تعقيداً، مثل اضطرابات الجهاز العصبي أو أمراض الجهاز الهضمي.

هناك العديد من الطرق التي يمكن أن تساعد في وقف الفواق بسرعة، وتعتمد هذه الطرق على تحفيز الأعصاب المرتبطة بالحجاب الحاجز وإعادة تنظيم عملية التنفس.

إحدى أكثر الطرق فعالية هي حبس النفس لبضع ثوان، حيث يساعد ذلك على زيادة مستوى ثاني أكسيد الكربون في الدم، مما قد يؤدي إلى استرخاء الحجاب الحاجز ووقف التقلصات. كما أن شرب كوب من الماء البارد ببطء يمكن أن يساعد في تهدئة العصب المبهم، وهو العصب المسؤول عن التحكم في العديد من وظائف الجسم. بما في ذلك حركة الحجاب الحاجز.

طريقة أخرى فعالة تتمثل في التنفس داخل كيس ورقي، حيث يؤدي ذلك إلى زيادة ثاني أكسيد الكربون في الجسم، مما يساعد على تهدئة التشنجات. ويمكن أيضاً تجربة تحفيز الحلق عن طريق مص قطعة من السكر، أو تناول ملعقة صغيرة من العسل أو الخل، حيث تعمل هذه الطرق على إرسال إشارات إلى الدماغ لتعديل استجابة الأعصاب المتحكمة في الفواق.

في معظم الحالات، يختفي الفواق من تلقاء نفسه في غضون دقائق أو ساعات قليلة دون الحاجة إلى أي تدخل طبي. ولكن في بعض الأحيان، قد يستمر لفترة أطول، مما يجعله مصدر قلق حقيقي. إذا استمر الفواق لأكثر من 48 ساعة أو تكرر بشكل متكرر على مدار الأيام دون سبب واضح، فقد يكون ذلك إشارة إلى مشكلة صحية أكثر تعقيداً تتطلب استشارة طبية.

قد يكون الفواق مرتبطاً بأمراض أو اضطرابات تؤثر على الجهاز العصبي المركزي، مثل السكتات الدماغية، التصلب

المتعدد، أو إصابات الدماغ، حيث تؤثر هذه الحالات على الأعصاب التي تتحكم في الحجاب الحاجز، مما يؤدي إلى نوبات فواق طويلة الأمد. كما يمكن أن يكون علامة على اضطرابات الجهاز الهضمي مثل ارتجاع المريء، حيث يؤدي تدفق أحماض المعدة إلى المريء إلى تحفيز العصب المبهم، مما يسبب الفواق المستمر.

بالإضافة إلى ذلك، قد يرتبط الفواق المزمن ببعض

الأدوية، مثل المنشطات أو أدوية علاج مرض باركنسون، التي تؤثر على وظيفة الأعصاب. كما أن بعض الحالات الطبية الأخرى، مثل أمراض الكلى المزمنة أو الانتهاجات الشديدة، قد تؤدي إلى حدوث الفواق كعرض جانبي.

لذلك، من المهم الانتباه إلى الأعراض المصاحبة للفواق، مثل صعوبة البلع، ألم في الصدر، الغثيان المستمر، فقدان الوزن غير المرغوب، أو تغيرات في الصوت، حيث قد تشير هذه العلامات إلى ضرورة إجراء فحوصات طبية دقيقة لتحديد السبب الكامن. قد يطلب الطبيب اختبارات مثل الفحوصات العصبية،



الأشعة السينية، أو التنظير الداخلي، للكشف عن أي مشكلات صحية قد تكون مسؤولة عن استمرار الفواق. على الرغم من أن الفواق عادة ما يكون حالة بسيطة وعابرة، إلا أنه في بعض الأحيان قد يكون مؤشراً على مشكلة صحية تستوجب التدخل الطبي. لذا، إذا استمر لفترة طويلة دون تحسن أو كان مصحوباً بأعراض أخرى غير طبيعية، فمن الأفضل مراجعة الطبيب لتحديد السبب الأساسي والحصول على العلاج المناسب.



في النهاية، قد يكون الوخز في الأقدام مجرد عرض مؤقت وغير مقلق، لكنه في بعض الحالات قد يكون مؤشراً على مشكلة صحية أكثر خطورة. لذلك، من الضروري الانتباه إلى الأعراض المصاحبة واستشارة الطبيب عند الحاجة، لضمان التشخيص المبكر والعلاج المناسب لأي مشكلة صحية محتملة.

الشعور بالوخز في الأقدام.. أسباب شائعة وحالات تستوجب استشارة الطبيب!

كما يمكن أن يكون نقص بعض الفيتامينات والمعادن، مثل فيتامين B12 والمغنيسيوم، أحد الأسباب المحتملة لوخز الأقدام. يلعب فيتامين B12 دوراً أساسياً في صحة الأعصاب، ونقصه قد يؤدي إلى تلفها وحدوث أعراض مثل الوخز والتنميل. يمكن تعويض هذا النقص من خلال تناول مكملات غذائية أو اتباع نظام غذائي غني بالعناصر الغذائية الضرورية.

بالإضافة إلى ذلك، قد يكون الوخز في الأقدام مرتبطاً بأمراض تؤثر على الجهاز العصبي المركزي، مثل التصلب المتعدد، وهو مرض مناعي ذاتي يهاجم الجهاز العصبي، مما يؤدي إلى مجموعة متنوعة من الأعراض، من بينها الوخز والتنميل في الأطراف. كما أن بعض الحالات الأخرى، مثل مشاكل الغدة الدرقية، قد تسهم في ظهور هذه الأعراض، إذ يؤدي قصور الغدة الدرقية إلى اضطرابات في الأعصاب الطرفية.

على الرغم من أن الشعور العابر بالوخز لا يستدعي القلق، إلا أن هناك بعض الحالات التي تتطلب التدخل الطبي العاجل. إذا كان الوخز مصحوباً بأعراض أخرى مثل ضعف العضلات، فقدان الإحساس، الدوار، أو صعوبة في التوازن، فقد يكون ذلك مؤشراً على مشكلة عصبية خطيرة. لذلك، استمر الوخز لفترات طويلة دون سبب واضح يستوجب مراجعة الطبيب لإجراء الفحوصات اللازمة وتحديد السبب الأساسي. هذا ويعتمد علاج الوخز في الأقدام على تحديد السبب

الوخز في الأقدام هو إحساس شائع يمر به الكثيرون، سواء كان على شكل تنميل خفيف أو إحساس بوخز يشبه وخز الإبر. قد يكون هذا الشعور مؤقتاً وغير ضار، لكنه في بعض الأحيان قد يكون علامة على مشكلة صحية تحتاج إلى اهتمام طبي. فهم الأسباب المحتملة لهذه الحالة يساعد في تحديد ما إذا كان الأمر يستدعي القلق أو مجرد عرض عابر.

في كثير من الحالات، يكون الوخز في الأقدام نتيجة للضغط على الأعصاب، كما يحدث عند الجلوس أو النوم في وضعية غير مريحة لفترة طويلة. يؤدي ذلك إلى انقطاع مؤقت في تدفق الدم إلى الأعصاب، مما يسبب الشعور بالتنميل أو الوخز، ويؤثر على حركة القدمين واستعادة الدورة الدموية الطبيعية. ومع ذلك، إذا كان هذا الإحساس متكرراً أو مستمراً، فقد يكون مؤشراً على حالات صحية أكثر تعقيداً.

من بين الأسباب الشائعة، تأتي الاعتلالات العصبية الطرفية، وهي حالة تنتج عن تلف الأعصاب، وغالباً ما ترتبط بمرض السكري. يمكن أن يؤدي ارتفاع نسبة السكر في الدم على مدى فترات طويلة إلى تدمير الأعصاب، مما يسبب إحساساً مستمراً بالوخز أو الحرقان في الأطراف، خاصة في القدمين. إذا كان الشخص يعاني من السكري ولا يلاحظ هذا العرض، فمن الضروري استشارة الطبيب لضبط مستوى السكر في الدم وتجنب المضاعفات العصبية.



النبيذ اللبناني بات يُنافس في الأسواق الأميركية والاوروبية لويس لحود لـ«الديار»: إنتاجنا 12 مليون قنينة... وطموحنا 50 مليون قنينة

جوزف فرح



لويس لحود

ثم ينتخب هؤلاء الرئيس ونائبه وأمين سر وأمين صندوق. ونتمنى لمجلس الإدارة الجديد التوفيق وسنتعاون معه. اننا نشكر كل من عمل في المعهد لا سيما رئيسه الحالي ظافر الشاوي ورئيس السابق كارلوس العظم، والرئيس الراحل سيرج هوشر، كما أوجه التحية لكل أعضاء المعهد خاصة المحامي شارل غسطين الذي كان صمام امان للمعهد وانا أكن لكل واحد منهم محبة كبيرة إذ اعتبر انهم ساهموا في تطوير القطاع. كما احبني الوزير سليم وردة الذي وقف إلى جانبينا ودعمنا. كما احبني كل منتجي النبيذ إذ اعتبر ان كل واحد وضع لبنة في تطوير القطاع.

وعن العلاقة مع الوزير الجديد قال ان الوزير نزار هاني هو مدير محمية أرز الشوف وهو رجل صاحب اختصاص وخبرة قبل أن يكون وزيراً وقد ساعدنا كثيرا من خلال محمية أرز الشوف إذ تعاوننا مع المحمية في تطوير قطاع النبيذ بالإضافة إلى تعاوننا ملفات زراعية وبيئية وحرجية أخرى بهدف تطوير القطاع الزراعي. بعدما استلم الوزارة القى كلمة في احتفال الزوق وقد أشاد بقطاع النبيذ ودعا القطاعات الزراعية كافة للتمثل بنجاحه، واكد لحود ان الوزير هاني حريص على اعطاء الاولوية لكل القطاعات الزراعية المنتجة. خلال هذا العام سنقوم بنشاطات عدة تتناول الإنتاج الزراعي اللبناني من نباتي وحيواني في كافة المناطق، وستنظم وزارة الزراعة اياما تسويقية للتفاح والبطاطا، وزيت الزيتون، والأشجار المثمرة، والخضار، والحليب والألبان والأجبان، والحمضيات والموز والعسل ومنتجات المونة والمطبخ اللبناني والنبيذ.. بهدف زيادة كمية الصادرات الزراعية وفتح اسواق جديدة. من برأيكم يقف خلف نجاح قطاع النبيذ؟

القطاع الخاص وايماننا بلبنان ومثابرتة على الاستثمار وعدم الاستسلام رغم كل التحديات والظروف الصعبة. لقد آمن القطاع الخاص لا سيما منتجي النبيذ بلبنان والعمل فيه، ونحن كوزارة نقف إلى جانبهم ونواكبهم. انا أوجه لهم التحية على جهودهم وعدم استسلامهم وصمودهم إذ آمنوا بلبنان والإنتاج فيه ولم يفتنهم عن ذلك أي تحديات مهما كانت سواء صحية او اجتماعية او اقتصادية وقد جعلوا بفضل ذلك النبيذ اللبناني سفيرا للبنان في العالم كله.

سيما فرنسا إذ اقمننا اول معرض للنبيذ اللبناني في شهر أيار من العام 2013 في باريس في بمشاركة ممثلين عن السلطات الفرنسية والمنظمة الدولية للكرمة والنبيذ ومركزها الأساسي في باريس. لقد بدأت الأسواق الأوروبية. اننا مع الإقتصاد الحر وترك الاختيار للذوقة في نوع النبيذ الذي يفضلونه. انا ادعو اللبنانيين المقيمين والمغتربين لدعم وتسويق النبيذ اللبناني.

على كل لبناني أن يفخر بمنتجاته اللبنانية أمام كل زائر لديه. لقد ساعدنا جدا اللبنانيون في دول الانتشار وقد اعتمدنا بشده عليهم عندما كنا في نيويورك وواشنطن وكاليفورنيا ودول أخرى.

وحول اصدار منتج الكرمه ومستهلكو النبيذ بيانا حول ارتفاع الضرائب على النبيذ قال لحود:

سنحاول معالجة الأمر لكي نحمي الإنتاج الوطني ومن الضروري أيضا إعطاء بعض الحوافز للحماية إلى أقصى حد. وحول تعدد النقابات والجمعيات التي تعنى بالنبيذ وهل ذلك دليل صحة وعافية قال:

أجل هذا دليل عافية إذ لولا أن القطاع هو قطاع منتج وحيوي ويؤمن قسوة اقتصادية جيدة لما استطعنا تحقيق كل النمو الذي نراه وانا اعتبر أن تعدد النقابات والجمعيات والتعاونيات التي تعنى بالنبيذ هو دليل صحة وقوة لتحقيق مزيد من النمو الإقتصادي. كما أنني احرص على التعاون مع الجميع..

لماذا لا تنضم هذه الجمعيات إلى التعاونيات وما هو موقع المعهد الوطني للكرمة والنبيذ؟

انا أرى أن التعدد أمر صحي وطالما هي موجودة بقوة فهذا يعني أن القطاع بالف خير. عندما بدأنا مسيرة قطاع النبيذ في العام 2013 كان هدفي تفعيل القطاع الخاص وقد حققنا ذلك عبر تعدد النقابات وعبر المعهد الوطني للكرمة والنبيذ وانا ادعو الجميع للانضمام اليه حيث لدينا حاليا فوق الـ 46 عضوا. ستجري انتخابات فيه بتاريخ 9 نيسان المقبل وأود هنا توجيه تحية لرئيس واعضاء المعهد لجهودهم ونشاطهم وأمل منهم البقاء إلى جانب القطاع ونحن كوزارات: زراعة وصناعة واقتصاد سنبقى ندعمهم ونعتبرهم الأساس في متابعة العمل لتنمية القطاع.

وعن انتخاب أعضاءمجلس ادارة المعهد اكد لحود ان الموضوع بيد منتجي النبيذ إذ أن المصانع تنتخب ممثلين عنها. فقد صدر مرسوم تنظيم عمل المعهد بحيث يتم انتخاب خمسة اعضاء ممثلين عن منتجي النبيذ وعضو ممثل عن مزارعي الكرمه المخصصة لإنتاج النبيذ وتسمى وزارة الزراعة ممثلها وكذلك وزارة الصناعة ووزارة الإقتصاد فيصبح عدد ثمانية

القطاع وانا نشدها أن تتابع جهودها معنا وتكمل التسويق للنبيذ اللبناني، كما ادعو المطاعم والفنادق والمؤسسات السياحية في لبنان إلى استهلاك النبيذ اللبناني لأنهم كلما زادوا هذا الاستهلاك كلما دعموا المزارع الباقي في أرضه بالإضافة إلى مصانع النبيذ في مناطقهم. لقد بدأنا في الفترة التي سبقت وبسء كورونا بالتواصل مع الصين بغية فتح أسواقها أمام نبيذنا وستعود لمتابعة ذلك حاليا لا سيما بعد انتخاب فخامة الرئيس جوزاف عون الذي ذكر في خطاب القسم بأننا سنصدر للخارج أفضل المنتجات التي تمثل لبنان خير تمثيل ولعل النبيذ هو أحدها. إذن سيكون لدينا برنامج عمل بالتعاون مع معهد الكرمه والنبيذ وسيكون لدينا محطات محلية وخارجية بهدف تطوير القطاع بالتعاون والتنسيق مع كل القطاعات المختصة ذات الصلة. أن عدد المصانع المسجلة حاليا في وزارة الزراعة 65 مصنعا وهذا دليل عافية إذ يبلغ الإنتاج 12 مليون زجاجة نبيذ ما بين استهلاك محلي وتصدير خارجي مما يدل على بداية تحول من الإقتصاد الريعي إلى الإقتصاد المنتج إذ أن ذلك هو سلسلة إنتاج لديها القدرة والفعالية والقيمة المضافة في الإقتصاد الوطني

المؤتمرات

وعن المؤتمرات التي ستعقد لاجل هذه الغاية فال لحود: نسعى لتنظيم ختالي هذا العام ومتمس بالتعاون مع معهد الوطني للكرمة والنبيذ والجامعات ومنتجي النبيذ بهدف متابعة تطور القطاع والعمل على مزيد من التقدم وسنعمل على موضوع تسمية المنشأ حيث يتم تحديد الموصفات ضمن المنطقة المصنعة كمثل «نبيذ زحلة» او «نبيذ الكورة» وغيرها

من المناطق وتحدث عن تطوير الإنتاج فقال:

نطمح الوصول إلى إنتاج 50 مليون زجاجة نبيذ إذ أن منتجي النبيذ لديهم القدرة على تطوير القطاع وقد استطاعوا النجاح رغم كل التحديات التي واجهتهم،لقد صمدوا ولم يتأثروا بالظروف الصعبة مهما كانت صحية او اقتصادية او اجتماعية. اننا قادرون على إنتاج 50 مليون زجاجة وهذا التحدي سنتم مواجهته بالتعاون مع منتجي النبيذ. انا اتمنى تحقيق هذا الهدف وهو من صميم واجباتنا التي تعمل على بلورتها.

المنافسة الأجنبية

وحول المنافسة الأجنبية الموجودة في الخارج قال لحود: لقد استطعنا تسويق النبيذ اللبناني في قلب فرنسا وفي قلب اميركا وأوروبا وقد أثبت النبيذ اللبناني جودته العالية في أسواق العالم وانا اشكر هنا الدول التي تقبلت هذا الأمر لا

الأراضي الزراعية في لبنان بين الشخّ في المياه والقصف الإسرائيلي «بالفوسفور»

وتسلّم مذكرة نقابية لتصحيح الاجور ورفع الحد الأدنى



وزير العمل وحبيب

من قبلهم لإعطاء قروض للذين تضررت منازلهم نتيجة الاعتداء الإسرائيلي العاشم على لبنان.

وتأشد «وزارة المال بشخص الوزير ياسين جابر إجراء المقتضى في كل خص الدوائر العقارية، لجهة تسهيل عملية اعطاء المستندات اللازمة من الدوائر العقارية للمقترضين حتى يستطيعوا الحصول على القروض.

بعد ذلك استقبل الوزير حيدر وقدأ من المتقاعدین في المؤسسات العامة والمصالح المستقلة برئاسة رئيس اتحاد المصالح المستقلة شربل صالح، وتم البحث في موضوع إعادة احتساب تعويضات نهاية الخدمة، واشتركاكات الاستشفاء في الضمان بعد سن التقاعد.

جابر: حاكم جديد لـ«المرکزي» قبل نهاية آذار... ولا شطب للودائع

وبالنسبة إلى موضوع شطب الودائع في المصارف، أكد جابر أن «هذا الأمر ليس واردا»، مشدداً على أن «التركيز ينصب على تعيين حاكم جديد «يقدم خطة نقدية ويعالج موضوع الودائع. وبعد إنجاز ذلك، تتم معالجة قضية الدائنين، حيث تم توجيه المصارف إلى تأجيل موضوع الدائنين حتى سنة 2028 تقريباً».

وزارة الأشغال أنجزت أعمال الصيانة

بين معبر المصنع والحدود السورية

لمساعدة السائقين على اتخاذ القرارات الصحيحة أثناء القيادة.

- تركيب مسامير عاكسة (Cat Eyes) لزيادة وضوح مسار الطريق خاصة خلال الليل وفي الظروف الجوية الصعبة.

- استحداث شرائط تحذيرية (Grooves) لتبنيه السائقين بوجوب تخفيف السرعة عند الاقتراب من المنطقة الخطرة وغيرها من كافة الاشغال اللازمة.

وأكدت الوزارة «التزامها بتأمين أعلى معايير السلامة على الطرقات»، مشددة على «ضرورة التزام السائقين بإرشادات السير، خاصة على هذا الطريق الذي يتطلب قيادة حذرة واحتراماً تاماً للإشارات والإجراءات الوقائية»، وأملت «أن تساهم هذه التدابير في الحد من الحوادث المتأساوية»، مذكرة بـ «أن السلامة مسؤولية مشتركة، وأن التقيد بالقوانين هو السبيل الأساس لحماية الأرواح وتفادي المخاطر».

حيدر التقى حبيب وأطلع على إنجازات مصرف الإسكان

وتسلّم مذكرة نقابية لتصحيح الاجور ورفع الحد الأدنى

بحث وزير العمل محمد حيدر في مكتبه قبل ظهر امس، مع السفير الهندي محمد نور رحمان الشيخ في العلاقات الثنائية بين البلدين وسيل تطويرها، لا سيما في مجال العمل.

ثم استقبل رئيس الاتحاد الوطني لنقابات العمال والمستقدمين كاسترو عبدالله على رأس وفد الذي سُم الوزير مذكرة تضمنت

المطالبة بتصحيح الاجور، ورفع الحد الأدنى للاجور، وتثبيت كافة العاملين في القطاع العام من متعاقدين وأجراء ومياومين وعاملين بالفاوتورة، وكذلك تفعيل لجنة المؤشر.

بعد ذلك استقبل الوزير حيدر رئيس مجلس الإدارة المدير العام لمصرف الإسكان انطوان حبيب على رأس وفد.

وقال حبيب بعد اللقاء: «أطلعنا الوزير على إنجازات مصرف الإسكان منذ تولينا رئاسة هذا المصرف، خصوصاً لجهة حصولنا على قرض من الصندوق العربي للتنمية الاقتصادية والاجتماعية، وكذلك الأمر بالنسبة لزيارتنا الأخيرة الى قطر حيث يتم التداول معهم باقتراحات تتعلق بقروض جديدة لسدوي الدخل المحدود والمتوسط، وذوي الحاجات الخاصة. كذلك هناك اقتراح

وزير الأشغال يفتتح مشروعاً لبنانياً في مصر

أعلن وزير المال ياسين جابر في حديث له،الشرق بلومبرغ»، أن «تعيين حاكم جديد لمصرف لبنان سيتم قبل نهاية شهر آذار الجاري، بهدف تأمين استمرارية العمل في المصرف»، معتبراً أن «على الحاكم الجديد أن يتمتع بسمعة طيبة وخبرة طويلة وأن يكون معروفاً ولديه تاريخ في المجال المالي والنقدي».

وزير الأشغال يفتتح مشروعاً لبنانياً في مصر

يهدف هذا التدخل العاجل، وفق بيان المكتب الاعلامي لوزارة، إلى «تحسين شروط السلامة المرورية في هذا الموقع الحيوي، حيث شملت الأشغال:

- إنشاء صنادق تصادم عدد 2 للحد من خطورة الحوادث والتخفيف من شدتها.

- استحداث مسافة عازلة تحذيرية لتبنيه السائقين إلى التغييرات في مسار الطريق.

- تركيب عواكس ضوئية لتعزيز الرؤية الليلية وتحسين وضوح الطريق في الظروف الجوية المختلفة.

- تركيب إشارات سير توجيهية وتحذيرية

فجر انفجار القذيفة الفوسفورية

إذ عندها يتحوّل إلى مادة حارقة

للنباتات والأشجار عموماً.. في ضوء ذلك، يطمئن نمر إلى أن «مجرّد هطول الأمطار، يزول أي خطر قد تتسببه مادة الفوسفور الأبيض على المزروعات والأشجار».

هناك ما هو أخطر من الفوسفور!

لكن الدكتور نمر لا يغفل التنبيه إلى مشكلة حدثت في العام 2000 فور انسحاب إسرائيل من الجنوب في 25 أيار من ذاك العام، ويقول:

تردّد في الأشهر الأخيرة أن إسرائيل كرّرت في حربها الأخيرة على لبنان ما فعلته خلال عدوانها على لبنان عام 2000 حيث ألقت صواريخ تحتوي على مبيدات كيميائية، ليست فوسفورية، تتسمّم الأراضي الزراعية في الجنوب، وتمنع أياً من المزروعات أو البذور من أن تثبت مجدداً مدة سنتين. بعد مرور هذه الفترة وعندما ينبت أشجار الزيتون أخذت أوراقها شكلاً غريباً لا يُشبه شكلها الطبيعي، وعندما أجرينا الفحص المخبري عليها تبين أن ذلك ناتج من تلك المبيدات الكيميائية السامة التي ألقتها إسرائيل على الأراضي الزراعية في العام 2000.

وإذ يشدد على أن «هذه المواد الكيميائية تُثير الخوف والقلق أكثر من مادة الفوسفور»، يوضح نمر بـ«فحص التربة، ليس لمعرفة مدى ضررها من الفوسفور الذي ينحصر خطره في اللحظة التي يسقط فيها الصاروخ وليس بعد سنة وأكثر، بل لمعرفة ما إذا كانت هناك أنواع كيميائية أخرى تُضر بالتربة والزراعة... وهنا تكمن المشكلة الأساسية... بل الخطر الرئيسي».



إيجابية للزراعة بشكل عام، حيث أعطت النباتات مناعة أكبر عند قدوم فصل الربيع، في انتظار توفّر المعدّل الكافي من المتساقطات قبل حلول موسم الصيف... وأشهر الجفاف المبكر إن لم نغم بمياه الأمطار المطلوبة».

أراضي الجنوب...

ترقباً لما ستحملة قبل الأيام للطبيعة، لا يزال السؤال مطروحاً عما إذا كانت أراضي الجنوب ما زالت صالحة للزراعة بفعل الصواريخ الفوسفورية التي أمطرها بها الجيش الإسرائيلي، بعد مضي أشهر على تطبيق اتفاق الهدنة «المخروط»؟

«لا أتخوّف من مادة الفوسفور الأبيض أو ما يُسمّى في علوم الكيمياء بالـP4، يُجيب نمر لأنها عندما تلامس التربة ستتحوّل وتتلاصق مع عناصر أخرى موجودة داخل التربة، لكون نوعية التربة في لبنان «كلسية» وبالتالي سيتحوّل الفوسفور تلقائياً إلى ما يُسمّى بـ«فوسفيد الكالسيوم»، لا يعود صالحاً للامتصاص من النبات وبالتالي لا يعود خطيراً على التربة كما هو الحال

مع اقتراب حلول فصل الربيع، لا بد من الاطمئنان إلى سلامة الأرض وتربتها، إن لناحية كفايتها من متساقطات الأمطار، أو لجهة صلاحيتها للزراعة لفصل الربيع إذ أزهرت براعمها مناطق الجنوب التي فلتحتها القذائف الإسرائيلية قبل أن تصل إليها أيادي الفلاحين.

المعيد المشارك في الدراسات العليا للعلوم والتكنولوجيا في جامعة الروح القدس - الكسليك مدير «المركز الأعلى للبحوث» في الـUSEK الدكتور نيبيل نمر يفند كلتا الحالتين، منطلقاً من الموضوع

الأوّل ليقول: المتساقطات الأخيرة مهمّة للزراعة، لكن كنا نأمل لو جاءت في وقت مبكر، فالشجرة قد بدأت التحضير لفصل الربيع إذ أزهرت براعمها عندما ارتفعت حرارة الطقس ولا سيما «للوزيات»، وبالتالي استبقت فترة الصقيع حركة إزهار قبل أوانها.

لكن نمر يقلّل من خطورة الأمر «طالما نحن لا نزال في موسم الشتاء، ما يدفعنا إلى التأكيد أن المنخفض الجوي الأخير وما اصطبه من موجة صقيع، هو مفيد للقضاء على الأمراض البكتيرية والفطرية التي تُصيب العبابات والمزروعات»، وبالتاليتقال إلى كمية المتساقطات، «فلا تزال عند الحدود السلبية حيث لم تصل حتى الآن إلى المعدّل المطلوب من المياه، بحسب نمر، إذ «لا يزال لبنان بعيداً عن المعدّلات الموسميّة للمتساقطات بما يكفي لتخزين المياه في الأرض...».. أملاً في أن «يستمر هطول الأمطار طوال شهريّ آذار الجاري ونيسان المقبل حيث تبقى الأرض قابلة لتخزين مياه الأمطار في هذه الفترة».

ويكرّر تأكيدهُ أن «موجة الصقيع حملت عوامل

وزير الزراعة والاقتصاد تابعا مكافحة الاحتكار وارتفاع الأسعار: الحلّ بزيادة الإنتاج المحلي وزيادة المعروض في الأسواق!!!



خلال الاجتماع

لحصر الخسائر ووضع خطة لمعالجتها. من جهته، شدد الوزير البساط على أن الحل الأمثل لمواجهة التضخم وارتفاع الأسعار يكمن في زيادة الإنتاج المحلي وزيادة المعروض في الأسواق. وأكد أن حماية المستهلكين تأتي على رأس أولويات الوزارة، مشيراً إلى العمل وفق استراتيجية متعددة المحاور تشمل:

- تشديد الرقابة على المنتجات الغذائية والسلع الأساسية، وإجراء فحوصات دورية لضمان الجودة ومنع التلاعب بالأسعار.
- تمكين المواطنين من الإبلاغ عن أي تجاوزات أو ممارسات غير قانونية في الأسواق.
- تعزيز التعاون مع وزارة الزراعة والجهات

في ظل ارتفاع الأسعار والتحديات الاقتصادية التي تواجه المواطنين، عقد وزير الزراعة الدكتور نزار هاني لقاءً مع وزير الاقتصاد والتجارة عامر البساط في وزارة الزراعة، بحضور المدير العام لوزارة الزراعة المهندس لويس لحود، والمدير العام لوزارة الاقتصاد والتجارة الدكتور محمد أبو حيدر، إلى جانب عدد من ممثلي النقابات المعنية بالمزارعين والتجار والمصريين والمستوردين، إضافة إلى ممثلين عن قطاع الدواجن، ومستوري اللحوم الحية والمبردة والجلدة، وأسواق الجملة

والسوبرماركت، وعدد من المسؤولين في الوزارتين. وأكد الوزير هاني خلال الاجتماع أن حماية المزارعين والمستهلكين مسؤولية مشتركة، ما يستدعي تكامل الجهود بين مختلف الأطراف. وشدد على ضرورة محاربة الاحتكار والضغوط الاقتصادية المتبادلة، مشيراً إلى عزمه على إعادة تفعيل اللجان القطاعية الزراعية قريباً لتنظيم القطاع وضمان شراكة فعالة بين جميع المعنيين للنهوض به.

وأشار إلى أن السوق العربية تمثّل الوجهة الأساسية للمنتجات الزراعية اللبنانية، وكشف أن الوزارة ستستبدأ فور انتهائ الجهات المختصة من تقييم الأضرار الزراعية، بإرسال فرق ميدانية



رياضة 8

دريبي مدريد يستعر والاسم النهائي في ملعب «متروبوليتانو» أسلحة الظل و«جبن» سيميوني ينقذان ريال من عبث أنشيلوتي

■ **دياز يحذر لاعبي الريال بعد الديربي** ■

من جهته، أكد إبراهيم دياز، نجم ريال مدريد، أن الفوز على أتلتيكو مدريد بنتيجة 1-2 يعد خطوة مهمة، لكنه شدد على أن التأهل لا يزال مفتوحًا، مشيرًا إلى ضرورة تقديم أقصى ما لديهم في مباراة الإياب.

وقال دياز في تصريحات لقناة «موفيستار» الإسبانية، عقب المباراة: «اللعب هنا أمر لا يُصدق، دائمًا أقول ذلك، لكن عندما ترتدي هذا القميص، عليك أن تقدم كل شيء. الهدف كان جيدًا، لكن الأمر لم ينته بعد، لا تزال هناك مواجهة الإياب ويجب أن نقاتل بنفس القوة».

وتحدث دياز عن أداء الفريق خلال اللقاء، قائلًا: «كنا متماسكين دائمًا، صحيح أنهم أدركوا التعادل مما أثر علينا قليلاً، لكننا دخلنا الشوط الثاني بشكل قوي. نحن ريال مدريد، ويمكننا تغيير مجريات المباراة في أي لحظة».

وكشف: «كل شيء لا يزال مفتوحًا، صحيح أننا انتصرنا على أرضنا، لكن في الإياب علينا أن نقدم كل شيء، فهذه هي بطولة دوري الأبطال، وأي تفصيـلة قد تصنع الفارق».

وختم نجم ريال مدريد حديثه بالتأكيد على دوره في الفريق: «أنا هنا لأساعد الريال، وهذا هو الشيء الوحيد الذي يجب أن أفعله».

■ **رودريغو: فاجأنا أتلتيكو..** ■

بدوره، أعرب رودريغو غويس، نجم ريال مدريد، عن سعادته الكبيرة بعد فوزه بجائزة أفضل لاعب في مباراة الديربي ضد أتلتيكو مدريد. وفي تصريحاته لشبكة «موفيستار» الإسبانية، قال رودريغو: «لا أعرف كم مرة حصلت على هذه الجائزة، لكنني سعيد جدًا». وأكد: «إنها جائزة فردية مهمة، وأنا سعيد من أجلي والفريق. لقد كانت مباراة صعبة، لكن في النهاية حققنا الفوز». وتحدث عن هدفه الرائع الذي منح التقدم لريال مدريد في الدقائق الأولى فقال: «كانت لحظة جميلة مع فيدي فالغيريدي، لقد فهم نيّتي بشكل رائع». وشرح: «راوغت للدخل وسددت بالقدم اليسرى. أطلق ذلك كثيرًا في التدريب».

وعن الأداء الدفاعي الكبير الذي قدمه الفريق اليوم، قال رودريغو: «لقد فاجأنا أتلتيكو قليلا. في العادة نحن من نهاجم أمامهم».

واسترسل: «لكن اليوم استحوذوا على الكرة لفترات أطول. اضطررنا للدفاع كثيرا حتى سجل إبراهيم دياز هدف التقدم». وخصوص مباراة الإياب، علق النجم البرازيلي: «ستكون صعبة، لكن إذا لعبنا بتركيز، يمكننا التأهل».

أما عن المكان الذي سيضع فيه جائزة أفضل لاعب في المباراة، فقال مبتسما: «في مكان مميز بالمنزل».



من مباراة ريال مدريد وأتلتيكو مدريد

وقال أنشيلوتي، خلال تصريحاته لقناة «موفيستار» الإسبانية: «كما هو متوقع، كانت مباراة صعبة. مواجهة أتلتيكو مدريد دائما ما تكون كذلك. في الشوط الأول فقدنا الكثير من الكرات بشكل غير ضروري، مما منحهم الفرصة للتسجيل عن طريق جوليآن ألفاريز. لكن في الشوط الثاني كنا أفضل ونجحنا في تحقيق التقدم».

وحول خطته للمباراة، أوضح المدرب الإيطالي: «كانت تعتمد على اللعب عبر الأطراف، مع وجود فينيسيوس جونيور ورودريغو. ونجحنا في ذلك خلال أول فرصة، لكننا فقدنا الصبر بعد ذلك».

وأشار أنشيلوتي إلى المجهود الدفاعي الكبير الذي قدمه اللاعبين، قائلًا: «عملنا بجد، وتحكمنا في المباراة جيدًا. مارسنا ضغطًا عاليًا، رغم أن الفكرة لم تكن الضغط المستمر، بل الحفاظ على التماسك الدفاعي، وهذا ما نجحنا فيه». وعن تغييراته خلال المباراة، كشف أنشيلوتي: «لم أفكر في استبدال إبراهيم دياز قبل أن يسجل الهدف الثاني، ولكن كنت أريد استبدال كامافينغا لكننا انتظرنا قليلاً لأنه لم يكن في أفضل حال بسبب بعض الآلام في الظهر. في النهاية، دخل لوكا مودريتش وأضاف لمسته الكلاسيكية».

وبخصوص المواجهة المرتقبة في الإياب، أوضح: «لقد حصلنا على أفضلية صغيرة، لكن الإياب سيكون صعبًا. أتلتيكو مدريد سيضغط أكثر، لكن المباراة ستكون متكافئة. جودة الفريقين عالية، رغم أننا في دور الـ16، لكنها موقعة بمستوى نصف نهائي أو نهائي».

وختم كارلو: «نحن لسنا سعداء بمواجهة أتلتيكو في هذا الدور، ولا هم سعداء باللعب مع ريال مدريد».

نتيمات

في اطول خطاب لرئيس اميركي... معلومات خاطئة واخرى مضللة

كشف الرئيس الأميركي دونالد ترامب إن «أميركا بدأت تستعيد ثققتها بنفسها بعد مرور شهر ونصف على بدء ولايته الثانية، وإن الحلم الأميركي لا يمكن إيقافه»، مهددا بفرض رسوم جمركية إضافية على دول عدة في الثاني من نيسان المقبل. وأضاف لقد أنجزنا في 43 يوما أكثر مما يمكن أن نحققه معظم الإدارات في 4 أو 8 سنوات، وأميركا على وشك العودة إلى ما لم يشهده العالم من قبل وربما لن يشهده مجددا. ففي أطول خطاب لرئيس أميركي خلال جلسة مشتركة للكونغرس للحديث عن حالة الاتحاد، قال ترامب ان «بالدنا لن تكون يقظة بعد الآن»، وهو مصطلح يستخدمه المحافظون لوصف ما يعتبرونه تشسدا مفرطًا في تلبية مطالب الأقليات. وأضاف «كل ما قمت به يمثل جزءا بسيطا من ثورة المنطق السليم التي ستجتاح العالم كله بفضلنا».

وأشاد ترامب في الخطاب –الذي استغرق ساعة و40 دقيقة– بمسئشاره الملياردير إيلون ماسك وما تقوم به «إدارة الكفاءة الحكومية» التي يقودها لجهة خفض نفقات الحكومة الفدرالية. وفي أول خطاب له أمام الكونغرس منذ عودته إلى البيت الأبيض قبل 6 أسابيع، قال ترامب مخاطبا ماسك بعد أن وقف الأخير وسط تصفيق المشرعين الجمهوريين «شكرا لك إيلون، إنه يعمل بجد، شكرا جزيلًا لك، نحن نؤمن ذلك».

■ **احتجاج الديمقراطيين** ■

وما إن بدأ ترامب باللقاء خطابه حتى انسبرى عدد من أعضاء المعارضة في واشنطن احتجاجا على خطاب ترامب، وقالوا إنه «يهدد الديمقراطية».

وأكد ترامب أن إدارته تعمل على تنفيذ أكبر عملية تجريل للمهاجرين غير النظاميين في تاريخ أميركا، وستحقق التحريض العظيم للولايات المتحدة من هؤلاء المهاجرين.

وأضاف أن مدنا أميركية بأكملها انهارت تحت وطأة احتلال المهاجرين غير النظاميين، مؤكدا أن أميركا بحاجة إلى مهاجرين مميزين، لذلك أعلن عن تأشيرات البطاقة الذهبية لجذب الأشخاص المميزين في العالم. وتابع «لقد ورثنا من إدارة بايدن كارثة اقتصادية ومعدلات

تضخم مرتفعة، وأحد أهم محاور الحرب ضد التضخم هو خفض تكاليف الطاقة بسرعة».

وأوضح ترامب أنه سيقضي على التضخم عبر الحد من عمليات الاحتياال والهدر وسرقة المال العام، كما سيتخذ إجراء تاريخيا لتوسيع نطاق إنتاج المعادن النادرة في الولايات المتحدة.

وشدد على أن التعيينات الحكومية يجب أن تكون بناء على الكفاءة وليس العرق أو الجنس، وعلى الموظفين الفدراليين أن يعودوا إلى العمل من المكاتب أو تتم إقالتهم.

وأشار الرئيس الأميركي إلى أنه صنف عصابات مخدرات مكسيكية منظمات إرهابية وأصبحت في مقام تنظيم الدولة الإسلامية، مؤكدا أن عصابات المخدرات تشن حربا على أميركا وحان الوقت لنش الحرب عليها.

وفي المجال القضائي، أكد ترامب أنه اتخذ إجراءات لإصلاح مكتب التحقيقات الفدرالي ووزارة العدل، قائلا إن «نظام العدالة انقلب في السنوات الأخيرة رأسا على عقب على يد المحتاين اليساريين المتطرفين».

وأضاف أن العديد من الولايات القضائية خلال عهد بايدن استخدمت إنفاذ القانون سلاحا ضد معارضين سياسيين مثلي.

كما تعهد ترامب بأن إدارته ستعمل على حماية الأطفال من الأيديولوجيات السامة، مؤكدا أنه وقّع أمرا تنفيذيا يحظر على المدارس التحقيقين أطفالنا لأيدولوجية التحول الجنسي. وطلب من الكونغرس تمويل درع دفاعي صاروخي مثل

زيلينسكي «يستسلم» لترامب... لقاء ثلاثي في واشنطن حول التسوية ترحيب أميركي – روسي وتفاصيل عن حجب الأسلحة ونقل المعلومات

اتصلا هاتفيا مع الرئيس الأوكراني اليوم لبحث التطورات الأخيرة.

وقال زيلينسكي عقب الاتصال: «نريد مستقبلا أننا لشعبنا لا وقف مؤقتا لإطلاق النار، بل نهاية للحرب، ويمكن تحقيق

ذلك بالتنسيق مع واشنطن».

من جانبه، قال المتحدث باسم الحكومة الألمانية في بيان إن «الطرفين اتفقا على أهمية الدور القيادي للرئيس الأميركي، وذلك أيضا من أجل اعاقده بأن واشنطن مستراجه عن تجديد إمدادات السلاح والتبادل الاستخباري مع كييف.

وقال المتحدث باسم الكرملين إن روسيا تنظر بشكل إيجابي إلى هذا الموقف، لكنه أضاف أنه لم يتضح بعد من الذي سيتفاوض عن الجانب الأوكراني، مشيرا إلى مرسوم أصدره زيلينسكي عام 2022 باستبعاد المفاوضات مع الرئيس الروسي فلاديمير بوتين.

■ **حجب الأسلحة والاستخبارات** ■

وأكد مدير وكالة الاستخبارات المركزية الأميركية جون راتكلييف في مقابلة مع قناة «فوكس بنس» أن واشنطن أوقفت شحنات الأسلحة إلى كييف وكذلك الدعم الاستخباري لها. لكنه أعرب عن اعتقاده بأن هذه الخطوة ستلغى قريبا في أعقاب الرسالة التي بعثها زيلينسكي إلى ترامب. وفي وقت سابق، نقلت صحيفة فايننشال تايمز البريطانية عن مسؤولين أميركيين أن قنوات تبادل الاستخبارات مع كييف قد جمدت بالكامل.

وقال المسؤولون إن الدعم الاستخباري الأميركي ضروري لأوكرانيا في قدرتها على تحديد الأهداف وضربها، وإن وقفه قد يعرقل استهدافها للقوات الروسية.

■ **تنسيق ألماني أوكراني** ■

من ناحية أخرى، أجرى المستشار الألماني أولاف شولتس

أعلن الرئيس الأميركي دونالد ترامب أنه تلقى رسالة من نظيره الأوكراني فولوديمير زيلينسكي يؤكد استعداد كييف للتفاوض من أجل السلام مع روسيا، وتوقيع صفقة المعادن النادرة مع واشنطن، فيما أفادت صحيفة «ديلي ميل» بتفيد بأن رئيس الوزراء البريطاني كير ستارمر، والرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون قد يسافران إلى واشنطن برفقة الرئيس الأوكراني، لتقديم «جبهة موحدة»، إلى الرئيس الأميركي، دونالد ترامب، بشأن أوكرانيا.

فقد أفادت صحيفة «ديلي ميل» البريطانية، بأن رئيس الوزراء البريطاني كير ستارمر، والرئيس الفرنسي إيمانويل ماكرون، قد يسافران إلى واشنطن برفقة الرئيس الأوكراني، الأسبوع المقبل لتقديم خطة للتسوية في أوكرانيا.

وقالت الصحيفة البريطانية، نقلاً عن مصادر، إن «ستارمر وماكرون مستعدان للذهاب إلى واشنطن مع زيلينسكي الأسبوع المقبل لتقديم جبهة موحدة إلى الرئيس الأميركي دونالد ترامب، بشأن التسوية».

وفي وقت سابق، قال ماكرون في مقابلة مع صحيفة «لو فيغارو»، إنه طرح مع رئيس الوزراء البريطاني مقترحاً لوقف إطلاق النار في أوكرانيا يستمر لمدة شهر.

وفي الوقت نفسه، أوضح ماكرون أن المقترح «لا يشمل الوضع على الأرض، لأن طول الجبهة يجعل من الصعب التأكد من الالتزام بوقف إطلاق النار».

وأشارت الصحيفة البريطانية، إلى أن لندن تتخذ إجراءات «على جميع المستويات» لإفناع واشنطن باستئناف المساعدات العسكرية إلى كييف، بعدما علقت واشنطن كل المساعدات العسكرية لأوكرانيا حتى يجد ترامب أن كييف ملتزمة بمبادئ السلام»، بحسب البيت الأبيض.

وكان أعلن الرئيس الأميركي دونالد ترامب أنه تلقى رسالة من نظيره الأوكراني يؤكد فيها استعداد كييف للتفاوض من أجل السلام مع روسيا، وتوقيع صفقة المعادن النادرة مع واشنطن.

«الذِّيار» هي كلمة عربية تعني «الزيارة».

في اللغة العربية، «الذِّيار» هي «زيارة».

«الذِّيار» هي كلمة عربية تعني «الزيارة».

لـ«الديار» منذ يومين حول رفض الثنائي الشيعي ربط إعادة الاعمار بتسليم السلاح، فهذا الأمر يصب في خانة التحذير للقوى اللبنانية الأخرى والقوى الخارجية وفقا لمصدر مطلع بأنه لا ينفخ الاستقواء على الثنائي الشيعي الذي لا يريد استخدام السلاح داخليا انما قادر على احباط اي طرح او محاولة او معادلة تتكون ظالمة بحق الطائفة الشيعية. وتابع المصدر انه عندما تتعرض طائفة في لبنان الى نكسة، تجري اجتماعات و حوار لإعادة رسم التوازنات على غرار اتفاق الدوحة وقبله اتفاق الطائف وقبله اتفاق الرئيس فؤاد شهاب مع الرئيس الراحل عبد الناصر عام 1958.

كلمة الرئيس عون وضعت لبنان بمرتبة رفيعة في القمة العربية

بموازاة ذلك، كانت كلمة رئيس الجمهورية العماد جوزاف عون كلمة وطنية استنزائية تعبر عن عزة النفس التي يتحلى بها الشعب اللبناني كما انها تؤكد موقف لبنان المطالب بسيادته وبالإسرى في السجون الإسرائيلية .
كلمة عون رائحة و طنبا وقد جاءت في مكانها من منبر القمة العربية حيث وضعت لبنان في المرتبة الاولى في المواقف العربية المناهضة

تنتهمات

شروط ترامب لمشروع مارشال عربي – دولي للبنان: فما هو الثمن السياسي؟

للمخططات الاسرائيلية واكدت على فخر لدى الرئيس عون بشهداء الشعب اللبناني.

القمة العربية في القاهرة: الخطة المصرية لإعادة اعمار غزة اعتمدت خطة عربية

في غضون ذلك، التأمّت القصة العربية في القاهرة حول القضية الفلسطينية وامامها صورة واضحة متعلقة بما حصل بين الرئيس الاميركي ترامب والرئيس الاوكراني زيلينسكي، ورأت بام العين بان الولايات المتحدة الاميركية اذا وضعت سقف لقضية ما فمن الصعب تجاوزه ما دفع بزيلينسكي الى التجاوب مع المسعى الاميركي. ورغم ذلك، قررت القمة العربية رفع السقف عاليا في الظاهر حيث شدت على معادلة «السلام مقابل الارض» رافضة تهجير سكان غزة من القطاع ومشروع الرئيس الاميركي عن الريفييرا الغزاوية . وبمعزل اذا كانت مقررات هذه القمة ستنجح او ستفدّ، ارادت الدول العربية المركزية وهي السعودية ، مصر والاردن البعث برسالة للاميركيين بأن العرب هم رواد السلام الا ان هذا الهدف لا يتحقق عبر ريفيرا الشرق الاوسط التي طرحها ترامب لان هذا المشروع لو وضع له حماية مشددة فسيأتي وقت ويعاد تفجيرها. ولذلك اعتمدت الخطة المصرية الفلسطينية لإعادة اعمار غزة «الخطة عربية» بعد اقرارها في قمة القاهرة.

من جهة اخرى، رأى مسؤول عربي رفيع المستوى ان مقررات القمة العربية التي انعقدت في القاهرة حول المسألة الفلسطينية لم تنتج سوى مقررات فولكورية على غرار المبادرة العربية التي انعقدت في بيروت عام 2002 والتي ذهبت جميع مقرراتها مع ادراج الرياح. وقصارى القول ان زعماء العرب اختاروا رفع السقف عاليا في الظاهر للتفاوض على ادنى سقف في الكواليس مع ادارة ترامب حول فلسطين. وفي سياق متصل، قال دبلوماسي مخضرم انه لن تتبلور الامور بشكل جدي اذا لم ترتب اوضاع سسوريا التي تشكل المعضلة اساسية من الازمات التي تعصف بالمنطقة. وبمعنى اخر، يصرّ الدبلوماسي انه اذا انفجرت الامور في سوريا فسيؤدي ذلك الى تفاقم ازمات الشرق الاوسط اما اذا وصل المعنيون الى حل في سوريا فهذا سيנטطلي على باقي الدول المجاورة وغير المجاورة لبلاد الشام.

■ **«اسرائيل» ترفض مقررات القمة العربية**
رفضت وزارة الخارجية «الاسرائيلية» خطة الدول العربية للتعامل مع غزة معتبرة ان بيان القمة لم يتناول حقائق الوضع بعد 7 تشرين الاول 2023 ولم يبين هجوم حماس على غلاف غزة. وتابعت ان بيان القمة العربية عطل متجنرا في وجهات نظر عفا عليها الزمن حيث ان الزعماء العرب اعتمدوا على السلطة الفلسطينية التي اثبتت فسادها.

هل قضى زيلينسكي على سوريا؟! ومتى تدخل اسرائيل الى دمشق؟

مع اسرائيل تنتظر موافقة المملكة العربية السعودية على حل مقبول للاعتراف بدولة فلسطين، ينطلق من وجهة نظرها من حل الدولتين، الذي ترفضه حكومة الرئيس الاسرائيلي بنيامين نتانياهو.

لم تنتهه الامور في المنطة بعد! ومع ذلك، يبدو التطور في هذه المرحلة باتجاه التهذئة، ولكن مسאלة عودا قد تؤدي الى انزلاقات أمنية كبيرة، ومنها مسألة عودة ما تبقى من رهائن اسرائيلية لدى حماس، تحريك عسكري سوري ضد الرئيس أحمد شدرع، محاولة ضرب المنشآت النووية الإيرانية... ضرب إيران أم ترويضها؟ تلك هي المسألة! فالانتداب الأميركي لن يترك إيران خارج الحضيرة الشرق أوسطية. وهو لن يتركها تتشكك تهديدا لإسرائيل، وخاصة نوبيا. لذلك فإن تدمير المنشآت النووية الإيرانية لن يتأخر، إلا إذا ما حصل ذلك طوعا بلغاء أي إمكانية لعسكرتها!

في زمن الأمن الإسرائيلي على لبنان، وبخاصة في ظل عدم تطبيق اسرائيل الكامل لاتفاق وقف إطلاق النار، يدخل لبنان مرحلة هدمية كبيرة... نسسيب، في جهود ديبلوماسية دولية كبيرة لإلزام اسرائيل بالانسحاب الكامل تطبيقا للقرار الأممي 1701.

لا لبنان، ولا حزب الله يريان تجدد الحرب والقتال. بل الكل يسعى الى إعادة الإعمار. في حين أنه يبدو أن اسرائيل ستستمر على الأقل بمسلسل اغتيلاتها وبالبقاء في النقاط الخمس. ولبنان أمام خيار صعب؛ إما التعايش مع هذا الواقع مرحليا في ظل الجهد الديبلوماسية للخرج منه، وإما العودة لمواجهتها عسكريا تفوق طاقته!

يعود لبنان الى الديبلوماسية الدولية بقوة مع إعادة بناء مؤسساته. وحركة الرئيس جوزاف عون العربية ستنعكس إيجابا على علاقات لبنان مع الدول العربية، ومع سوريا الجديدة. وقد يكون الأهم فيها هو عودة النازحين السوريين الى بلادهم سوريا وإعادة الإعمار عربيا.

ويبقى الملف الأمني في لبنان هو الأكثر صعوبة مع تطبيق اتفاق وقف النار وأقناع حزب الله بالإنخراط في مقاومة الجيش اللبناني وحده.

يستمر الشرق الأوسط في مخاض لن ينته عما قريب، ولكن ملامحه تتوضح يوماً بعد يوم بألوان أميركية وتوسع في اتفاقات ابراهام، وبسرعة التوصل الى حل في فلسطين غير متفق عليه بعدا فهل السباق ضد الساعة يحمل الأمن للمنطقة أم عودة للتوترات والحرب؟!

* كاتب وخبير في الشؤون الدولية

الخميس 6 آذار 2025



نتائج زيارة الرئيس عون للسعودية

من جهة اخرى، وبعد زيارة الرئيس اللبناني العماد جوزاف عون للرياض ضمن مراسم استقبال عالية المستوى لعون ومن ثم لقائه ولي العهد الامير محمد بن سلمان، قال مصدر سعودي مخضرم ان هذه الزيارة رمزية وهي لإعادة اللحمة بين المملكة العربية السعودية ولبنان واعادة احياء التواصل بين البلدين.

اما عن قرار رفع حظر السفر عن السعوديين الى لبنان، فقد لفت المصدر السعودي ان هذا الامر يتطلب من الدولة اللبنانية اتخاذ تدابير أمنية وقانونية لحماية حقوق السعوديين.

وعلى صعيد التجارة بين لبنان والسعودية، اعتبر المسؤول السعودي ان الدولة اللبنانية مطالبة بالحرص على عدم تصدير الكبتاغون الى السعودية على غرار ما حصل في مرات سابقة من اجل إعادة العلاقات التجارية اللبنانية-السعودية الى مجراها الطبيعي.

روسيا تتوسط بين اميركا وطهران

الى ذلك، قالت اتوساط ديبلوماسية اروربية ان موسكو ابدت عزمها للوساطة بين واشنطن وطهران للتوصل الى صفقة شاملة بين الدولتين تفتح الطريق امام حل تدريجي لكل التعقيدات التي تعترض تحقيق السلام في الشرق الاوسط.

سوريا الضائعة ومستقبلها

بين أردوغان ونتنياهو

(تتمة ص 9)

تريد طبيعياً للعلاقات مع دولة ضعيفة وفيدرالية في أحسن الأحوال.

بدورها، واشنطن تلعب على التناقضات في سوريا. فالرئيس ترامب يؤيد من جهة النفوذ التركي ويتخلى عن الأكراد في تركيا وفي سوريا في نفس الوقت كما يتحرك لإسرائيل حرية الحركة العسكرية والسياسية وصولاً للشام. وهكذا إذا كانت تركيا ترغب بدولة سورية موحدة تنضوي تحت سلطة تركيا وحمايتها، فإن إسرائيل تريد دولة مفككة الأوصال واستثمار المخاوف الطائفية والعرقية. وهذا يعني أن هناك تعارضاً جوهرياً بين المشروعين التركي والإسرائيلي، ما يعكس عزراً على مستوى السياسة وهانات طوائفية وعرقية لا تتلقى بالضرورة حول فكرة الدولة الواحدة. وهذا ما يلمح إليه الزعيم الدرزي وليد جنبلاط المتخوف من حرب طائفية سنية درزية في سوريا تنسحب بتداعياتها على الوضع اللبناني الذي لم يتعافى حتى الآن.

والأكيد حالياً أن الفاعل الرئيسي في الإقليم هو الولايات المتحدة الأميركية التي تشاء إضعاف كل اللاعبين المحليين والإقليميين على السواء. ومعنى هذا الأمر توترات متتقلة في سوريا وإغلاق مناطق جغرافية على بعضها وتحالفات بين الأقليات وامتداد هذه التحالفات إلى الداخل اللبناني ما يؤثر سلباً في عودة الاستثمار إلى لبنان وسوريا معاً والإشغال بمشاكل داخلية تزيد من تقادم الوضع الاقتصادي والاجتماعي...

خاتماً، خيارات أحمد الشرع صعبة بكل الاتجاهات. فترده بين السعودية وتركيا ومحاولته أن يوازن بين الدولتين محفوفة بمخاطر أن تستبدله تركيا بأحمد شرع أضر أكثر طواعية. كما أن «نظرية التمكين» الأخوانية لا تملك الوتق الكافي. وبالتالي عليه، أي أحمد الشرع، حسم خيارته قبل فوات الأوان. وحسم الخيارات يفترض الوضوح والانفصاح الحقيقي على الآخر. وهذا ما لا توحى به السياسات السورية التي لا ترى ترجمة في حكومة تشترك فيها كل المكونات وترتاح إليها.

صدمة في «اسرائيل»... مفاوضات اميركية «حمساوية» في الدوحة

وقال نتنياهو «نحارب على 7 جهات»، مشيراً إلى أن نتائج المعارك التي تخوضها إسرائيل «ستكون لها أهمية كبرى لأجيال لاحقة». وتباهى رئيس الوزراء الإسرائيلي بما حققه على الصعيد العسكري، مذكراً بوصول القوات الإسرائيلية إلى قمة جبل الشيخ، مشيداً بـ«تغيير وجه الشرق الأوسط».

وفي موضوع الاسرى الاسرائيليين بقطاع غزة، جدد نتنياهو التزامه بإعادة الجميع، واعدا بـ«إحراز الحسم وتحقيق النصر المطلق»، على حد قوله.

جهات متعددة

من جهته، أكد وزير الدفاع الإسرائيلي يسرائيل كاتس التزامه بالدفاع عن «إسرائيل» وأمنها من خلال رفع قدراتها برا وجوا وبحرا. وأضاف هناك واجب كبير على عاتق رئيس الأركان خاصة في هذا الوقت الذي نعمل فيه على 7 جهات». في السياق ذاته، أوضح رئيس الأركان السابق هرتسي هاليفي أنه كان جزءاً من الإخفاقات كما كان أيضاً جزءاً من الانتصارات التي حققتها إسرائيل.

بسدوره، قال رئيس هيئة أركان «الجيش الإسرائيلي» إيال زامير إن المهمة لم تنته بعد لأن حركة حماس تعرضت لضربات كبيرة لكن لم يتم إخضاعها بعد. وأضاف أن «هذه الحرب وجود ستتواصل حتى إعادة مختطفينا وحتى تحقيق الحسم والنصر»، وتابع بالقول «لن ننسى صرخات طلب العون أمام ضربات المهاجمين ونتمهد بهزيمتهم بقيادة الجيش إلى النصر». وأوضح أن الجيش الإسرائيلي سيواصل التحقيق في ما قام به بغية التصحيح والتطوير.

هاليفي

قال رئيس الأركان الإسرائيلي السابق هرتسي هاليفي، إنه كان جزءاً من الإخفاقات، كما كان أيضاً جزءاً من الانتصارات التي حققتها إسرائيل، معترفاً بمسؤوليته عما حدث في هجوم «طوفان الأقصى».

وأوضح هاليفي -في كلمة ألقاها أثناء مراسم تنحبه وتولي خلفه إيسال زامير- أن ما حصل في 7 تشرين الأول 2003 وقع تحت إمرته، معلناً مرة أخرى تحمل مسؤوليته إزاء ما حدث. وقال هاليفي «أنهي مهامى اليوم باسم المسؤولية التي سترافقني إلى آخر أيامي عن الإخفاق في اليوم السابع من أكتوبر، مضيفاً «تألمنا في السابع من أكتوبر لكننا واصلنا المسير إلى الأمام».

ودعا إلى وجوب تشكيل لجنة تحقيق رسمية للتعلم مما حصل، وليس بهدف توجيه الاتهامات، معتبراً أن ذلك «شأن أخلاقي قبل أن يكون قضائياً».

وأضاف هاليفي «ليس معقولا أن يتم التحقيق في فشل 7 تشرين الاول فقط في الجيش والشباباك (جهاز الأمن الداخلي)،» مضيفاً «حافظنا على الجيش قويا ومتماسكا ولم نتخل عن أي أحد أدى الخدمة العسكرية».

سمير سكاف*

إن تقسيم سوريا هو «قرار»، ليس أكثر! ومن غير المعروف ما إذا كان هذا القرار متخذاً أم لا؟ مع أن المؤشرات توحى بإرادات تقسيمية لسوريا وللمنطقة.

وتقسيم سوريا أمر قد يكون حدث وانتهى إذا ما كان القرار متخذاً في البيت الأبيض مع إدارة الرئيس الأميركي دونالد ترامب! وقد يكون ما يجري اليوم هو خارطة طريق لتطبيقه! وهو قرار يبدو وكأنه قد خرج من أيدي الشعب السوري!

إن الأسابيع والأشهر المقبلة ستكشف حقيقة ما إذا كان هذا التقسيم قد حصل فعلاً على السورق بالطول والعرض، ويُستكمل الآن تطبيقه على الأرض!

تحول الشرق الأوسط مؤخراً إلى أرض انتداب أميركية. في زمن عادت وتعود الجمهوريات السوفياتية السابقة إلى محميات الأخ الأكبر، القيصر الروسي. كما من المتوقع أن يتحول جنوب القارة الآسيوية إلى أرض انتداب صيني. (وللموضوع حديث مستقل لاحق!)

لا شيء بالمجان في السياسة الدولية! «ما في شي ببلاش»! السؤال المشروح في الأيام الأخيرة هو كم قيض الرئيس الأميركي دونالد ترامب من الرئيس الروسي فلاديمير بوتن ثمن «بهذلة» الرئيس الأوكراني فلودومور زيلينسكي في البيت الأبيض؟

وهل يمكن اعتبار ما يحصل اليوم في سوريا، من أفكار تقسيمية، مفاجأة، عادة حادثة البيت الأبيض؟! وهل يمكن اعتبار الأحداث في سوريا وأوكرانيا مستقلة عن بعضها البعض؟! على الأرجح، لا!

إن الزئزال الديبلوماسي والسياسي في المكتب البيضاوي في البيت الأبيض فاق التسع درجات على مقياس ريختر! وستتوالى ارتداداته طوال ولاية الرئيس الأميركي دونالد ترامب. وستدفع أوكرانيا، كما سيدفع الرئيس الأوكراني زيلينسكي شخصياً أثماناً باهظة له!

سقط نظام الأسد في سوريا بكلمة! سقط بكلمة وليس بالحرب! سقط بكلمة من الرئيس الروسي فلاديمير بوتن الذي أوضح للرئيس السوري السابق بشار الأسد أن روسيا لا تستطيع، ولا تريد، حمايته أو دعمه!

روسيا قامت بتلزيح تركيا والرئيس رجا الطيب أردوغان الدخول الى دمشق داعماً هيئة تحرير الشام بقيادة الجولاني، الذي تحول الى الرئيس أحمد الشرع!

لكنها تضمنت أيضاً مناقشات حول اتفاق أوسع لإفراج عن جميع المحتجزين المقيمين والتوصل إلى هدنة طويلة الأمد.

ولم يتم التوصل إلى اتفاق بعد.

ويتكوف خطط أيضاً للسفر إلى الدوحة هذا الأسبوع للقاء رئيس وزراء قطر بشأن مفاوضات وقف إطلاق النار لكنه ألغى الرحلة بعد أن رأى أنه لا يوجد تقدم من جانب حماس.

نهج مختلف

علق الموقع بأن نهج ترامب في الصراع اختلف بشكل حاد عن نهج الرئيس الأميركي السابق جو بايدن، بما في ذلك تهديد حماس مرارا وتكراراً بـ«الجحيم» واقترح «استيلاء» الولايات المتحدة على غزة. وأضاف أن التفاوض المباشر مع حماس، خاصة دون موافقة «إسرائيل»، يُعتبر خطوة أخرى لم تتخذها الإدارات السابقة. وأشار الموقع إلى أن الولايات المتحدة لم تشارك من قبل في محادثات مباشرة مع حماس، التي صنّفتها «منظمة إرهابية»، في عام 1997.

5 أسرى أميركيين

وذكر أكسيوس أن حماس لا تزال تحتجز 59 أسيراً في غزة، مشيراً إلى أن الجيش الإسرائيلي أكد أن 35 منهم لقوا حتفهم. وتعتقد المخابرات الإسرائيلية أن 22 محتجزاً ما زالوا على قيد الحياة، وأن وضع اثنين آخرين غير معروف. ومن بين المحتجزين المتبقين 5 أميركيين، بينهم واحد هو إيدان ألكسندر البالغ من العمر 21 عاما والذي يعتقد أنه على قيد الحياة.

في غضون ذلك تعهد الرئيس الأميركي دونالد ترامب باستعادة جميع الإسرائيليين المحتجزين في قطاع غزة، في حين وجه مسؤول كبير في إدارته انتقادات لقرارات القمة العربية التي عقدت في القاهرة.

وقال ترامب في خطابه أمام الكونغرس «في الشرق الأوسط، نحن نعيد رهاننا من غزة. في ولايتي الأولى، حققنا واحدة من أكثر اتفاقيات السلام الرائدة منذ أجيال، وهي اتفاقيات ابراهام. والآن سنبنى على هذا الأساس لخلق مستقبل أكثر سلاما وازدهارا للمنطقة بأكملها. هناك الكثير من الأشياء تحدث في الشرق الأوسط إنها منطقة صعبة».

من جانبه، اعتبر المتحدث باسم مجلس الأمن القومي الأميركي براين هيزون أن الخطة العربية لإعمار القطاع «تجاهل واقع كونه مدعرا، ولا تعالج حقيقة مفادها أن غزة غير صالحة للسكن حاليا». وأضاف هيزون -في بيان نشرته صحيفة «تايمز أوف إسرائيل»- أن الخطة العربية لا تعالج حقيقة أنه لا يمكن لسكان غزة العيش بشكل إنساني في منطقة مغطاة بالحطام والنخائر غير المنفجرة.

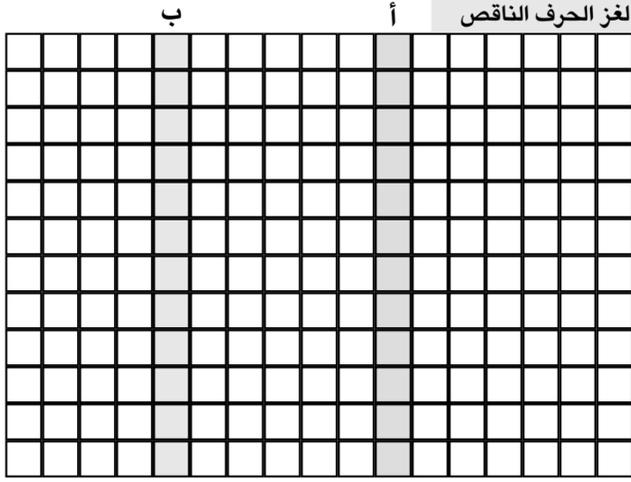
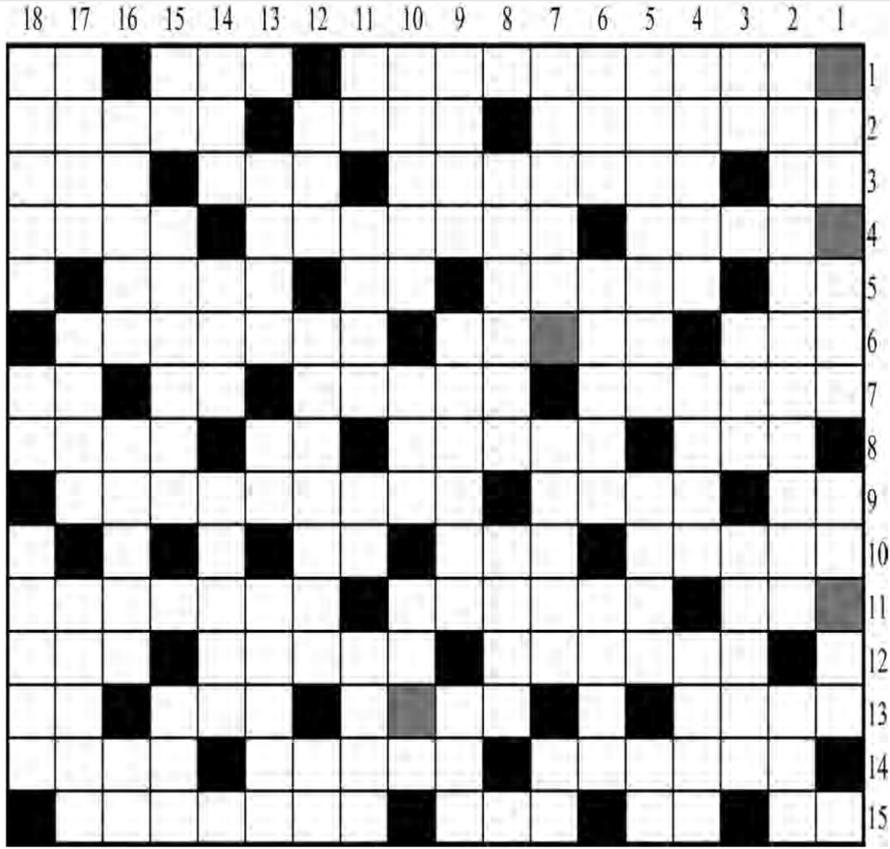
وأكد أن الرئيس ترامب متمسك برؤيته لإعادة بناء غزة خالية من حماس»، ويتطلع إلى مزيد من المحادثات «لتحقيق السلام والازدهار في المنطقة».



اعداد : زينة حمزة

تسليية

الكلمة الضائعة في الكلمات المتقاطعة



- 1 - أوبتون سنكلير، بلاعب
2 - لاتينا، الفرد نقاش
3 - دس، رينوسا، دامن
4 - يطما، با، باساهم، ربا
5 - أناهيد، لاي، راكون
6 - مرجان، لامه، دوار، نت
7 - يال، يرد، انجال، سري
8 - منخ، اذنب، وا، كدر
9 - دنن، أجنبي، أملدان
10 - رخ، أدبا، لين، يرتاب
11 - اليمن، لبنان، لاما، لو
12 - يتم، السن، اريج، ملول
13 - تأنس، ادما، بالي
14 - ترنمي، دنس، فارس، مس
15 - دع، رين، اليم، دياري

- 1 - الأسير، يرجئن الأمر (هن)، يحصل على
2 - اختراع، تنموا وتطورا، أنصرف عن
3 - محارم، المذهب، أقرض المال
4 - الترفهية (للمباراة)، المال المطلوب دفعه مقابل قتل أحدهم، أصرح
5 - من أنهر لبنان، السبيل، الجوهر
6 - عاصمة آسيوية، دولة عربية، البحر
7 - مصيف سوري، عدوا محاسن الميت، فقرات
8 - من الاتجاهات، الفلوس، أوجاع
9 - مدينة في المكسيك، لم يتذكروا، ماركة أدوات كهربائية
10 - نقبض البعيد، الشك، الإحسان
11 - إله الشر في ديانة زارديشت، قطعنا قطعاً صغيرة، أدرب
12 - بلدة لبنانية، اليسر، غير المطبوخ
أ - قاعدة أميركية بحرية وجوية
ب - آخر الملوك الغساسنة

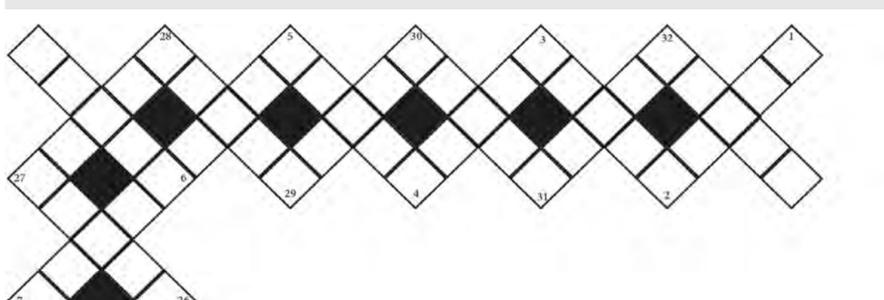
SUDOKU

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

الحل السابق

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

الكلمات المتتابعة



- عاطف العلم، 10 - المتن، 11
مكتوب، 12 - باريس، 13
سلوان، 14 - نعادي، 15
يمر، 16 - روم، 17 - ميامي،
18 - يروجوا، 19 - ادريس،
20 - سوتها، 21 - العدل،
22 - ليمون، 23 - نرطبه،
24 - هانوي، 25 - جيران،
26 - نبريه، 27 - هريتم،
28 - منعنا، 29 - العون،
30 - نسمةك، 31 - كاتب،
32 - تابها

- 1 - يكبلا، 2 - القوت، 3
- تهملا، 4 - العوض، 5
ضبعة تشرين، 6 - تابوت،
7 - نجران، 8 - نعان، 9
عاطف العلم، 10 - المتن، 11
مكتوب، 12 - باريس، 13
سلوان، 14 - نعادي، 15
يمر، 16 - روم، 17 - ميامي،
18 - يروجوا، 19 - ادريس،
20 - سوتها، 21 - العدل،
22 - ليمون، 23 - نرطبه،
24 - هانوي، 25 - جيران،
26 - نبريه، 27 - هريتم،
28 - منعنا، 29 - العون،
30 - نسمةك، 31 - كاتب،
32 - تابها

- 1 - ينوحا
2 - نقبض الضعيف
3 - يزينا وينمقا
4 - الشدة والقساوة
5 - فنان استعراضي لبناني
6 - من البرتقاليات
7 - جالسي على الشراب
8 - يخادع
9 - منخفض بين ضفتي نهر الأردن
10 - صارت
11 - من المقامات الموسيقية
12 - من المغنين الأوائل في العصر العباسي
13 - تلاطف
14 - دولة عربية
15 - صاحب النبوءة
16 - يمن
17 - مدينة هندية
18 - يسلم باليد
19 - بحيرة في أوروبا بين سويسرا وفرنسا
20 - نسقيه
21 - سفكتنا الدم
22 - الكأس
23 - عاصمة عربية (بالجمع)
24 - من القوارض (بالجمع)
25 - أوطان
26 - مدينة فرنسية
27 - يتعودا على الشيء
28 - السبيل
29 - فارقت بين شئين
30 - تنظرا وتتبعنا بالبصر
31 - اللحد
32 - جوابكما

- 1 - ينوحا
2 - نقبض الضعيف
3 - يزينا وينمقا
4 - الشدة والقساوة
5 - فنان استعراضي لبناني
6 - من البرتقاليات
7 - جالسي على الشراب
8 - يخادع
9 - منخفض بين ضفتي نهر الأردن
10 - صارت
11 - من المقامات الموسيقية
12 - من المغنين الأوائل في العصر العباسي
13 - تلاطف
14 - دولة عربية
15 - صاحب النبوءة
16 - يمن
17 - مدينة هندية
18 - يسلم باليد
19 - بحيرة في أوروبا بين سويسرا وفرنسا
20 - نسقيه
21 - سفكتنا الدم
22 - الكأس
23 - عاصمة عربية (بالجمع)
24 - من القوارض (بالجمع)
25 - أوطان
26 - مدينة فرنسية
27 - يتعودا على الشيء
28 - السبيل
29 - فارقت بين شئين
30 - تنظرا وتتبعنا بالبصر
31 - اللحد
32 - جوابكما

الحل السابق

- أفقياً:
1 - أوبتون سنكلير، بلاعب
2 - لاتينا، الفرد نقاش
3 - دس، رينوسا، دامن
4 - يطما، با، باساهم، ربا
5 - أناهيد، لاي، راكون
6 - مرجان، لامه، دوار، نت
7 - يال، يرد، انجال، سري
8 - منخ، اذنب، وا، كدر
9 - دنن، أجنبي، أملدان
10 - رخ، أدبا، لين، يرتاب
11 - اليمن، لبنان، لاما، لو
12 - يتم، السن، اريج، ملول
13 - تأنس، ادما، بالي
14 - ترنمي، دنس، فارس، مس
15 - دع، رين، اليم، دياري

عمودياً:

- 1 - الدياتميس، رايات
2 - واسط، را، دخلت، رد
3 - بت، ماجلان، يمتنع
4 - تيرانا، منام، ام
5 - وني، أنين، دنانير
6 - تأنبه، رحاب، لس
7 - وايلد، جالس، دن
8 - ناس، ان، بنان
9 - كلاب، مانيل، دسا
10 - الهند، ينام
11 - يرأسا، جبان، رافي
12 - رد، ايداء، مالي، ام
13 - نده، ولول، اجبر
14 - يقامرا، اديم، اسد
15 - لام، اريس، ارامل
16 - أشارك، ركتت، ليما
17 - نيونيد، الو، سر
18 - بد، انت، رايولا

الحل السابق
أمانوس

- 1 - منطقة في إيطاليا الوسطى، نكياً
2 - موقع في المغرب قرب القصر الكبير، حاد عن
3 - بسط، ظهر السفينة، ملك كريت الأسطوري ديان الجحيم
4 - بلدة لبنانية، أحكما الأمر، جزيرة إيطالية
5 - أهدلناه للسطار، مدينة أردنية، شهر ميلادي
6 - ضمير منفصل، اتهمته، من الفاكهة
7 - إلهة الخصب والزراعة عند اليونان، بلدة لبنانية، عملة آسيوية
8 - شاركنا بالعمل، أوشك على (أنا)
9 - نبال، من الطيور، من مشتقات الحليب
10 - متخيلاً، أضع خلسة، مدينة فنلندية
11 - مثيل، أزدرد الطعام، بحر، ماركة سيارات
12 - كثر الشحم، يفتلانه للحيل، للاستدراك
13 - أخاف من، من الطيور، من القوارض
14 - ولد، مدينة فرنسية، من أنواع الدببة
15 - قرع الجرس، سجتما، مدينة إيرانية
16 - من الطيور، أقامر على، والد (بالعامية)
17 - عوض، لا تعرف القراءة أو الكتابة، ساحة
18 - أحارب، عمر، بارحت

الحل السابق
نبيلة عبيد

من هو من هي؟

- ممثلة لبنانية
9+3+1+9 يجمع الثمر
6+5+7+6+4 مداخل
10+7+8+2 يمد بالمعلومات
3+1+9 يفقد العقل

الحل السابق
نبيلة عبيد

- 1 - دولسة أميركية، تعود على الأمر
2 - أحد الوالدين، ملك أكد، بسط
3 - قرية فلسطينية، حرف نصب، غزال
4 - ضمير منفصل، مكتبة أنشأها في بغداد سابور بن أردشير
5 - للنفي، نكر الأفعى، أداة تستعمل لفتح وإغلاق الأبواب (منسوبة لها)
6 - من الأشجار، ماركة سيارات، فلوس
7 - نواكيبها، عملة عربية
8 - عملة عربية، أقامت بالمكان، أرشد
9 - فقد الصوت، نحامي عن، ضجر، اشتد بالخصومة
10 - كبير آلهة السومريين، أكبر وأشهر مدن الشرق القديم، يعتب على
11 - يصاها، إلهة الصيد عند الرومان
12 - مدينة فرنسية، إحدى جزر كناريا، أعلى قمة في الأردن
13 - للنفي، سيد القوم، أرغب بالأمر
14 - سقي، القوام، دولة أوروبية
مدينة فرنسية

- 1 - مضيق بين البحر الأحمر وخليج عدن، يضيء
2 - أديب لبناني راحل له "ملوك العرب"
3 - سيدة، مدينة تركية، مدينة هندية
4 - ضمير منفصل، المصباح، نوتة موسيقية
5 - فيلسوف ومجاهد هندي راحل، من الحيوانات، مؤذن الرسول
6 - ورك، طلب منه فعل الأمر، مدينة سعودية

مدينة في العراق 5 أحرف

عمودياً:

- 1 - شاركتنا بالعمل، أوشك على (أنا)
2 - نبال، من الطيور، من مشتقات الحليب
3 - متخيلاً، أضع خلسة، مدينة فنلندية
4 - مثيل، أزدرد الطعام، بحر، ماركة سيارات
5 - كثر الشحم، يفتلانه للحيل، للاستدراك
6 - أخاف من، من الطيور، من القوارض
7 - ولد، مدينة فرنسية، من أنواع الدببة
8 - قرع الجرس، سجتما، مدينة إيرانية
9 - من الطيور، أقامر على، والد (بالعامية)
10 - عوض، لا تعرف القراءة أو الكتابة، ساحة
11 - أحارب، عمر، بارحت

أفقياً:



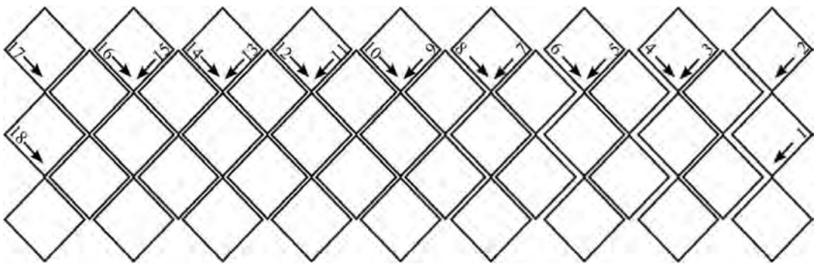
- 1 - دولسة أميركية، تعود على الأمر
2 - أحد الوالدين، ملك أكد، بسط
3 - قرية فلسطينية، حرف نصب، غزال
4 - ضمير منفصل، مكتبة أنشأها في بغداد سابور بن أردشير
5 - للنفي، نكر الأفعى، أداة تستعمل لفتح وإغلاق الأبواب (منسوبة لها)
6 - من الأشجار، ماركة سيارات، فلوس
7 - نواكيبها، عملة عربية
8 - عملة عربية، أقامت بالمكان، أرشد
9 - فقد الصوت، نحامي عن، ضجر، اشتد بالخصومة
10 - كبير آلهة السومريين، أكبر وأشهر مدن الشرق القديم، يعتب على
11 - يصاها، إلهة الصيد عند الرومان
12 - مدينة فرنسية، إحدى جزر كناريا، أعلى قمة في الأردن
13 - للنفي، سيد القوم، أرغب بالأمر
14 - سقي، القوام، دولة أوروبية
مدينة فرنسية

- 1 - مضيق بين البحر الأحمر وخليج عدن، يضيء
2 - أديب لبناني راحل له "ملوك العرب"
3 - سيدة، مدينة تركية، مدينة هندية
4 - ضمير منفصل، المصباح، نوتة موسيقية
5 - فيلسوف ومجاهد هندي راحل، من الحيوانات، مؤذن الرسول
6 - ورك، طلب منه فعل الأمر، مدينة سعودية

الحل السابق

- 1 - يبرن، يأنسا، شعر بالبرد
2 - بحر، سلام، بلدة لبنانية
3 - مدينة بريطانية، مدينة فرنسية
4 - أسجن، يأنسا، شعر بالبرد
5 - بحر، سلام، بلدة لبنانية
6 - مدينة بريطانية، مدينة فرنسية
7 - يبرن، يأنسا، شعر بالبرد
8 - بحر، سلام، بلدة لبنانية
9 - مدينة بريطانية، مدينة فرنسية
10 - نضجت الثمار، يكمل العمل، أمنيات
11 - وعاء كبير، من الحيوانات، مدينة إسبانية
12 - بلدة لبنانية، للنفي، أنت (بالأجنبية)
13 - نضجت الثمار، يكمل العمل، أمنيات
14 - وعاء كبير، من الحيوانات، مدينة إسبانية

- 1 - يبرن، يأنسا، شعر بالبرد
2 - بحر، سلام، بلدة لبنانية
3 - مدينة بريطانية، مدينة فرنسية
4 - أسجن، يأنسا، شعر بالبرد
5 - بحر، سلام، بلدة لبنانية
6 - مدينة بريطانية، مدينة فرنسية
7 - يبرن، يأنسا، شعر بالبرد
8 - بحر، سلام، بلدة لبنانية
9 - مدينة بريطانية، مدينة فرنسية
10 - نضجت الثمار، يكمل العمل، أمنيات
11 - وعاء كبير، من الحيوانات، مدينة إسبانية
12 - بلدة لبنانية، للنفي، أنت (بالأجنبية)
13 - نضجت الثمار، يكمل العمل، أمنيات
14 - وعاء كبير، من الحيوانات، مدينة إسبانية



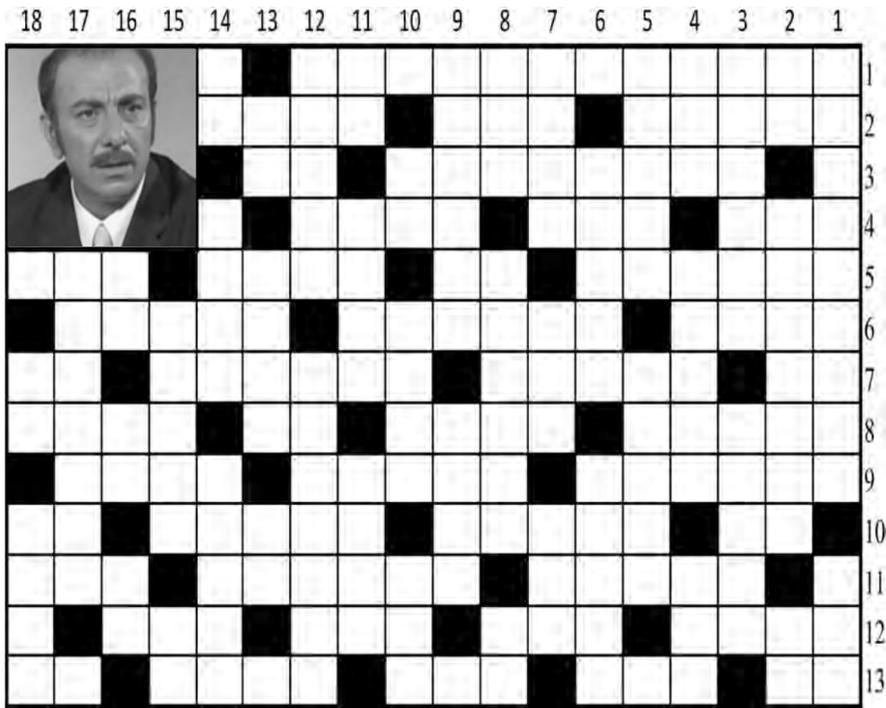
الكلمات المتشابكة

- الحل السابق**
- | | | |
|-----------|------------|------------|
| 1 - مال | 7 - امها | 13 - اجبرت |
| 2 - السبت | 8 - الايل | 14 - المهر |
| 3 - عنادل | 9 - علمنا | 15 - يدي |
| 4 - علم | 10 - عاندت | 16 - نجدنا |
| 5 - النهر | 11 - اللون | 17 - ندبوا |
| 6 - انسان | 12 - المهل | 18 - يرن |

- | | |
|------------------------|-----------------------|
| 1 - جزيرة بريطانية | 10 - مسكن الرهبان |
| 2 - عش الطائر | 11 - يجعله قادراً على |
| 3 - بلدة لبنانية | 12 - يلقون |
| 4 - بيري | 13 - يتمنيا |
| 5 - الخسيس | 14 - ببسطون |
| 6 - مداخل | 15 - خاصتها |
| 7 - الفناء | 16 - صارعت |
| 8 - الزاوية | 17 - يعنينا |
| 9 - سدا الحفرة بالتراب | 18 - رب |

الابراج

<p>الثور (21 نيسان - 21 أيار)</p> <p>استفد من الاستعدادات الطبية لتقوية موافكك الجديدة. كن هادئاً وخطط جيداً ثم اقدم على المشروع بكل موضوعية وتجرد لتكسب الجولة.</p>	<p>الحمل (21 آذار - 20 نيسان)</p> <p>تستعيد زمام الأمور وتعالج كل الصعوبات التي تواجهك في تسخير أعمالك. عاطفياً، الطريق سالكة وأمنة والاعجاب متبادل مع الطرف الآخر.</p>
<p>السرطان (22 حزيران - 23 تموز)</p> <p>ستتغلب اليوم على الصعاب التي كانت تشغلك منذ فترة طويلة. أنت تحلم بالتقدم على الصعيد المهني، والوقت مناسب لك للنجاح.</p>	<p>الجوزاء (21 أيار - 21 حزيران)</p> <p>استقرار في حالتك النفسية والعاطفية. أيامك الماضية شهدت مرحلة ركود، وأنت تحاول الآن التعويض عن ذلك باظهار حيوية ممتازة.</p>
<p>العذراء (24 آب - 23 أيلول)</p> <p>اعمل بانتظام وارادة قوية كي تضمن لنفسك التقدم في أعمالك. لا تنردد في إبراز صفاتك الحميدة وجعل أفكارك موضع تقدير.</p>	<p>الاسد (24 تموز - 23 آب)</p> <p>حاول أن تحتفظ بصفاء ذهنك حتى تتمكن من التصرف بأقصى الفعالية. ستحصل على نتائج جيدة وستكون على مستوى أمالك.</p>
<p>العقرب (23 ت1 - 21 ت2)</p> <p>وضعك المالي في تحسن مستمر بعد فترة من القلق. اذا حاولت فرض أفكارك قبل التعمق بها فقد تواجهك مفاجآت غير سارة.</p>	<p>الميزان (24 أيلول - 22 ت1)</p> <p>لحظات حلوة تحمل اليك بعض وسائل الاستمتاع بالحياة الجميلة. أمامك آفاق جديدة وما عليك سوى الاندفاع نحوها لتكتشفها بوضوح.</p>
<p>الجدي (22 ك1 - 20 ك2)</p> <p>أنت لم تقر بعد ماذا تريد بالضبط. احسم القضية بينك وبين نفسك ثم واجه الشخص الآخر بحقيقة موقفك، واعلم أنه سيفهمك بهدوء.</p>	<p>القوس (22 ك2 - 21 ك1)</p> <p>الخيال وفر وجيد. يوم مناسب للأمور الاجتماعية والزيارات العائلية. لا شيء يمنحك من بناء علاقات ودية. تقبل المهام بصبر رحب.</p>
<p>الحوت (20 شباط - 20 آذار)</p> <p>الفلك يدعك بمفاجأة سارة على الصعيد العاطفي، ولكن ينبغي عليك تغيير بعض نقاط تفكيرك للانطلاق نحو آفاق جديدة ترضي تطلعاتك.</p>	<p>الدلو (21 ك1 - 19 شباط)</p> <p>تعتمد كثيراً على الغير لمساعدتك في تنفيذ بعض الأمور والمسائل الخاصة التي يهكم أمرها. لا تترك للحبيب زمام المبادرة دائماً.</p>



- افقياً:**
- 1 - شاعر وموسيقي ومسرحي غنائي لبناني راحل صاحب الصورة
- 2 - دولة عربية، للاستفتاء أحد آلهة روما الاقدمين
- 3 - أكبر محيطات العالم، اسم موصول
- 4 - وافق الرأي، مالت وانحنت، صوت حزين
- 5 - مؤسسة مدينة قرطاج، عاصفة بحرية، مرفأ تونسي، منزل
- 6 - كفرت، يراسله،
- عمودياً:**
- 1 - بلدة لبنانية، مدينة سودانية
- 2 - أحد الوالدين، يحكمان لصقه، جواب
- 3 - شرفاء شجعان، ننقض عهدك
- 4 - جامعة أميركية شهيرة، أخفوا الأمر، يكسو جلد بعض الحيوانات
- 5 - وبّخها، تتأهل
- 6 - دولة عربية، يلوما
- 7 - شاهدت، من كان بين الثلاثين والخمسين، ماء العين
- 8 - أقسم اليمين، بحيرة مالحة وسط التبت، للنفي
- افقياً:**
- 7 - استتشق، خنقهم، طيور مجتمعة، ضجر
- 8 - بلدة لبنانية، ضربت، متشابهان، نهر في ألمانيا
- 9 - مرفأ ألبيني على خليج سرت، سيّجنا، يكثر شحمي
- 10 - هدم، هددوا، أدركننا بحاسة السمع، للنداء
- 11 - عجلتم البيع، مدينة اسبانية، حرف أبجدي
- 12 - أمتطي الجواد، زوج، جسد، ضمير منفصل
- 13 - حب، جاوبا، راتب، يقترب من، للاستدراك
- عمودياً:**
- 1 - مصطفي فروخ، ابر
- 2 - ار، اس، دربتم
- 3 - وارشو، مايسن
- 4 - ارق، يأتي، بال
- 5 - نابولي، نثالها
- 6 - بسنا، معاد، رمت
- 7 - نلزه، يرموا
- 8 - راني، يم
- 9 - لوار، لي، اليقا
- 10 - حمدناه، لنا، رد
- 11 - كا، يجالس، نثأت
- 12 - متان، ما، دوي
- 13 - مس، بهتان، ميم
- 14 - عاريا، يمازحك
- 15 - ندنو، حس
- 16 - المانيا
- 17 - ان، هام، مد
- 18 - سمان، بدر

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

فرس	عفاف	بيوت
توق	باب الحارة	حياة أخرى
صبايا	دير	ربا

الحل السابق

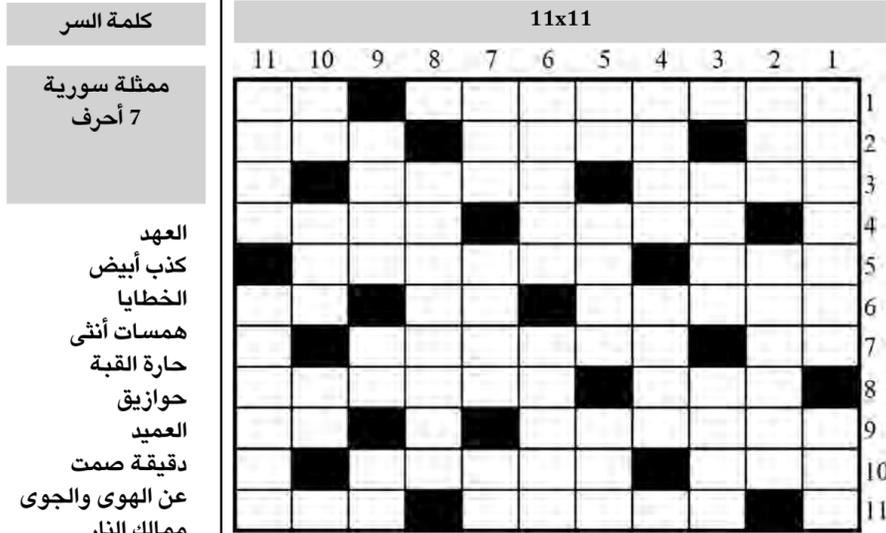
6	3	2	1	9	8	7	4	5
8	1	4	7	2	5	3	9	6
9	5	7	3	6	4	2	8	1
4	6	8	5	3	2	1	7	9
2	9	1	6	4	7	5	3	8
3	7	5	9	8	1	4	6	2
1	4	3	8	5	6	9	2	7
7	2	6	4	1	9	8	5	3
5	8	9	2	7	3	6	1	4

طريقة الحل:

Sudoku أو لعبة الأحاجي الفكرية، تقوم على ترتيب الأرقام في المربعات الفارغة، على أن يتم وضع الأرقام من 1 إلى 9 في جميع الخانات المؤلفة من 81 خانة. يجب عدم تكرار الرقم عينه في نفس السطر أو العمود أو الجدول الصغير (3*3).

SUDOKU

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



- افقياً:**
- 1 - مدينة تاريخية كبرى في تركيا، حرف أبجدي مخفف
- 2 - وشى، حلية تلبس في اليد، يضجر
- 3 - لطخت، أرجعاه
- 4 - ألقي، شديد الخصومة
- 5 - أدوات حادة تستعمل للحياكة، أناولها باليد
- 6 - نتهمه، متشابهان، للندبة
- 7 - متشابهان، صبغ لونه أحمر
- 8 - سند، أعد محاسنها للميعة
- 9 - أذفنه بالتراب، بسط
- 10 - فقرة، أوقفا السيارة في المرأب (بالأمر)
- 11 - دولة عربية، غزال
- عمودياً:**
- 1 - ولاية أميركية، والدي
- 2 - كثر الشحم، بلدة لبنانية
- 3 - مدينة إيرانية، منصف
- 4 - أخفي الأمر، نطلب فعل للأمر
- 5 - عاصفة بحرية، بارع، يصوت من الألم
- 6 - عاصمة أوروبية، كاشفا بالحقيقة
- 7 - من أسماء الأسد، مدينة فرنسية، بيت
- 8 - قناة تلفزيونية
- 9 - يهدمه، صاح التيس، مقياس مساحة
- 10 - كثير، مدينة سودانية، حزن وغم
- 11 - المناص، أول الضحي

- الحل السابق**
- 1 - بحر الزقاق
- 2 - ومأ، يا، ارعن
- 3 - اوامه الف، وا
- 4 - نراسل، لاحدا
- 5 - سا، دينار، لي
- 6 - ابتر، سفنها
- 7 - ي، ي، وكيل، دمي
- 8 - عبت، مداد
- 9 - سواع، مددتما
- 10 - لو، منته
- 11 - ادم، تبع، منع
- عمودياً:**
- 1 - بوانس ايرس
- 2 - حمورابي، وجد
- 3 - رام، عا
- 4 - هسدرويل
- 5 - ليالي، كد، ون
- 6 - زال، نسيتم
- 7 - فلافل، دمع
- 8 - ا، أر، مدت
- 9 - قروح هددتهم
- 10 - عادل امام
- 11 - سن، أي، يدافع



«نوموفوبيا» متلازمة خطيرة... الأسباب والأعراض... ولا علاج

ميرنا نعمي إبراهيم

نوموفوبيا، مرض العصر هو إختصار «No mobile phone phobia» يعني الخوف أو القلق المفرط من فقدان الهاتف المحمول أو عدم القدرة على استخدامه، ما يؤدي إلى اضطراب نفسي حديث ناتج عن الاعتماد الشديد للتكنولوجيا وخصوصاً الهواتف الذكية.

معرفة المزيد، كان لنا لقاء مع الطبيب النفسي ميشال ضاهر - خريج الجامعة الأميركية، ويعمل في عيادة خاصة في دبي. قال الدكتور ضاهر في البداية إن نوموفوبيا حالة نفسية مستقلة وليس مرضاً، لأنه لا يزال تحت مجهر الإعتراض به. فهو عبارة عن مزيد من اضطرابات نفسية تتضمنها كلمة «موبيا»، أي اضطرابات القلق «anxiety disorder»، يدخلها نوع من الإدمان السلوكي Behavior addiction.

واضاف: نوموفوبيا من الأمراض الجديدة التي لم تُصنّف بعد ولم تدخل دائرة التشخيص الرسمي كـ ICD10 أو ICD11 DSM5. هذه أمراض مصنّفة دولياً. صحيح أن نوموفوبيا متلازمة خطيرة، ولكن لغاية الآن لا نعالجها كأطباء نفسيين.

الهاتف المحمول ضيف ثقيل تسلسل إلى حياتنا ليترتب على عرش إهتماماتنا، فولد لدينا حالة تدعى نوموفوبيا، باختصار، كيف تفسره كطبيب نفسي؟

عندما نقول فوبيا، نتحدث عن «خوف»، حيث من الطبيعي أن نشعر بالخوف، ولكن من غير الطبيعي أن يزيد عن حده في الوقت الذي لا نحتاج للشعور به.

نوموفوبيا هو خوف مرضي مبالغ فيه، حيث لا يستطيع الشخص الإستغناء عن هاتفه ولو للحظة وجيزة، أو حتى إذا كان معه لا يتمكن من استخدامه. هي حالة أشبه بما يسمى الاضطرابات النفسية التي لها علاقة بالإدمان على التكنولوجيا من خلال الاعتماد على الانترنت، e-mail وخصوصاً الهواتف الذكية.

تعريف هذه الحالة، يأتي بعدما يشعر الشخص بالخوف الشديد والتوتر العميق أو بضيق داخله، عند فقدان الهاتف، أو الخوف من نسيانه، لشدة التعلق به من خلال الإتكال الكبير عليه، مثلاً: يتأهب المسافرون هذا الخوف في الطائرة، أو إذا فقد الوصول إليه خلال اجتماعات عمله يأتي هذا الخوف ليس بفقدان الهاتف كجهاز، بل هو أكثر من فقدان التواصل بالعالم الخارجي، وما يحصل من «جديد فيه، لا نريد أن نفوت فرصة المتابعة لما يجري من حولنا، مما يعني فقدانه يمنحنا الشعور بعدم الأمان والاستقرار، اللذان يملكه وجوده معنا.

ما هي أسبابها؟

هناك عدة أسباب منها: الاعتماد العاطفي على الهاتف للتواصل الاجتماعي والترفيه، الخوف من فقدان المعلومات أو تفويت الأخبار المهمة، الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي والتطبيقات الرقمية الحاجة المستمرة للتحقق من الرسائل والاشعارات، استخدام الهاتف كوسيلة للهروب من التوتر أو القلق، وهي أمور تقع تحت عنوان (Fear of missing out)، أي الخوف من فقدان الشيء.

إضافة إلى «التعلق النفسي» به، من خلال هروب بعض الأشخاص من مشاعرهم السلبية إلى الهاتف الذي يمنحهم الشعور بالحاجة للأمان والسيطرة على الذات.

■ الاعراض ■

أما الأعراض فقد شبهها الدكتور ضاهر إلى نفس الأعراض الإدمانية

السلوكية، أبرزها: الشعور بالتوتر، صعوبة في التركيز على المهام اليومية بسبب التفكير الزائد، تغيرات بالمزاج، يُصبح عصبياً أكثر، من الطبيعي أن يشعر الشخص بالانزعاج عند فقدانه هاتفه، مما نسّميه بـ«الإستعمال القهري للتلّفون» نتيجة الإستعمال المتكرر، حتى في أوقات العمل، إضافة إلى عامل الحشوية لمعرفة ما يحصل.

اضاف : الإفراط باستخدام الهاتف يولد الغضب الشديد، يؤثر على علاقاته الاجتماعية، خصوصاً المراهقين، فعوضاً عن ممارستهم للنشاطات الاجتماعية يلجأون إلى تمضية أوقاتهم برفقة الهاتف، مما يُبعدهم عن ممارسة حياتهم بشكل طبيعي. يجب الإشارة أيضاً إلى الأعراض الجسدية، منها تسارع دقات القلب، التعرق، الشعور بالضيق، اضطرابات بالنوم...

هل تطل هذه الحالة كبار السن أم أنها حصرأ على الصغار المراهقين؟

لا تؤثر نوموفوبيا على فئة عمرية واحدة، فالجميع بكل أعمارهم عرضة لتكون «أسيرة الهاتف» بدءاً من الصغار فالمرهقة وصولاً إلى كبار السن، فالهاتف أصبح جزء لا يتجزأ من حياتنا اليومية، والكبار اعتادوا على استخدامه بهدف الإتصال بأحبائهم أو أولادهم خارج البلاد وحتى داخلها، مما يشكل «الروتين الحلو بحياتهم»، إضافة إلى الأشخاص الذين يعتمدوا عليه في أعمالهم أو بعلاقاتهم الشخصية.

ما هي النتائج السلبية التي تلازم حامل هذا المرض؟

من أهمها وأبرزها

هي العزلة الاجتماعية

والتقوقع داخلها،

مما يؤدي إلى

مشاكل صحية،

نفسية، ينتج

عنها شعوراً

بالفراغ والحزن،

والقلق المزمن،

ليدخل حلقة الاكتئاب،

إضافة إلى الإجهاد

الجسدي، الأمل بالرقبة،

أوجاع بالعيون وغيرها...

هل من الممكن إدراج هذه الحالة

«نوموفوبيا» ليكون من أخطر أمراض

العصر النفسية؟

رغم أن «نوموفوبيا تشكل حالة

نفسية، خطيرة بسبب زيادة انتشارها،

ولكن لا يمكننا اعتبارها من أخطر

الأمراض النفسية حيث لا توجد دراسات أو

دلالات بالأرقام توضح مدى فعالية تأثيرها

على إنتاجيتها وعلاقاتها الاجتماعية. علماً أن

50 إلى 65% من الأشخاص يعيشون حالة القلق

والخوف الهستيريني من البعد عن الهاتف في أميركا

هناك دراسة تشير إلى أن 66% من الأشخاص

يتفحصون هواتفهم أكثر من 160 مرة خلال اليوم.

■ هل من علاج؟ ■

هل من علاج مطروح يتناسب مع كل من يعاني منه؟
O عدم تصنيفه مرضاً، لا توجد علاجات مؤكدة من نوموفوبيا قبل التأكد من أن الشخص يعيش هذه الحالة، علينا معرفة مدى إصابته «بالوسواس القهري»، الاكتئاب اضطرابات إدمانية أخرى، anxiety، مساعد ليتطور ويصبح نوموفوبيا، بسبب شدة التعلق الوطيد... ربما العلاج يأتي عبر المتخصصين في المجال النفسي والسلوكي من خلال تعديل السلوكيات المرتبطة بالإدمان على الهاتف «cognitive behavior therapy»، عبر تحديد أوقات لاستخدام الهاتف والإبتعاد عنه خلال أوقات النوم والعمل، ممارسة أنشطة بديلة، مثل القراءة، ممارسة الرياضة، التأمل قضاء وقت مع العائلة والصدقاء، إزالة التطبيقات المسببة للإدمان وتقليل الاعتماد على وسائل التواصل الاجتماعي عبر حذف بعض التطبيقات أو للحد من وقت استخدامها، الأمر الذي يخفف في حدة توتره تلقائياً ويساعد بطريقة أو بأخرى من التعامل مع Stress management ومواجهة مشاعره السلبية بإيجاد حلول صحية من دون اللجوء إلى الهاتف والاعتماد عليه.

● برأيك إلى متى سيبقى هذا المرض ساري المفعول؟

O من الضروري أن نكون واعين لهذه المعضلة التي نتج عنها تأثيرات سلبية على الصحة النفسية والجسدية، وذلك من خلال تسلح الأهل بالوعي والإدراك، وأخذ القرار بوضع ضوابط لأولادهم وخصوصاً الأطفال والمراهقين، بتخصيص أوقات محددة لاستخدام الهاتف ويجب أن يكونوا خير مثال لهم من خلال تعاطيهم كأهل مع هذا الجهاز الأثر. فإذا كان الأهل مدمنون على الهاتف، فما بالك أولادهم وأحفادهم...

● هل تمكنت التكنولوجيا فعلياً من الدخول بين الإنسان ونفسه، لدرجة السيطرة على حواسه، ليصبح عدواً لسلامته النفسية؟

O نظراً لتلبية التكنولوجيا لاحتياجات البعض من جهة الحصول على المعلومات السريعة وبلا مجهود، أو للترفيه بشكل مستمر والهروب من الواقع عند البعض الآخر، سيزيد من ارتفاع معدل حالات النوموفوبيا بالرغم من آثاره السلبية على صحة الإنسان النفسية، الأمر الذي يُشجّع انتباههم وتركيزهم لفترات طويلة الأمد.

التكنولوجيا سلاح ذو حدين، حد، يُستخدم إيجابياً بهدف المعرفة، وحد يُستخدم سلباً، مما زاد من نسبة القلق والاكتئاب عند الكثيرين، فخير الأمور أوسطها.



لحظات...

د. رنده الطباع

نظرت يوماً من نافذة غرفتي: وإن تخطتني الأفكار وما أنا أعد لحظات مرت كمرور الينايبع بين الأحجار تسرد قصصاً من مشاعر وأحاسيس. قيل لي إنني أنظر دائماً إلى النصف الفارغ من كأس وقد تكون أفكارى تميل إلى السوداوية أحياناً أو التشاؤم ولكن أنا أسميها الواقع. فشخصيتي عبارة عن خليط من عالم لازوردي أرسم فيه أحلامي والعالم الذي أطلع إلى رؤيته... ومن جهة ثانية العالم الواقعي... الذي للأسف جرد من براءته... فكان ولا يزال يخبئ في طياته سواداً مخلوطاً بفسحة أمل نسجته يد الخالق وما انفك الإنسان عن تلوينها...

لحظاتي تلك لحظات بسيطة ترسم لوحة مخيلتي وتتمسي بزور مشاعري وأحاسيسي:

أولها تلك النظرة والإبتسامة التي تراها على وجه إنسان قد تقلب كيانك وتمحي أحزانك وتقلبك إلى عالم آخر لتحاكي وجه الله...

ثانيها تلك الكلمة الجميلة التي تسمعها تحيي فيك حديقة ورود كادت تذبل إذ لم تذق طعم الماء منذ سنين...

ثالثها تلك اللسمة الحنون تذكرك أن الأمل موجود مهما جار عليك الزمن..

لحظات معنوية لا مادية تضئ نوراً جديداً أطفئ من دهور...

تفربك إلى الخالق...

«لبنان بغنيّة»: نوستالجيا أغنيات وطنية



ثم دخلت المطربة سميرة بعلبكي وغنت: ع اسمك غنيت، خدني إزرعني بأرض لبنان، بلدي - للسيدة فيروز، وعم بحملك - للسيدة ماجدة الرومي، وبادرت الفنانة سميرة وقالت: إسمحيلي خاطبك مدام عون - بجارة الرضا حضرتك من العيشية وأنا من العديسة، تحياتي لك. ثم اعتلى المسرح الفنان جورج خيزان الذي ألقى مونولوجاً اختصر فيه عطاءات فنائين لبنانيين كبار ساهموا في ترسيخ مشاعر حب الوطن والأرض والإنسان في صياغة موقفة جداً بالعامية حظيت بتصفيق حاد من الحضور. واستأنفت الأوركسترا مهمتها فعرّفت وغنى الكورال: إيماني ساطع، فخر الدين، ثم بادر المايسترو بعلبكي وخاطب الحضور: ختام الحفل لكم أنتم ستغنون، وصدحت موسيقى أغنية: بحبك بالبنان، وإبدي كل من في الصالة يردد الكلمات مع اللحن وبدا الحضور كأنهم أخذوا مكان الكورال، ولتضح الصالة بمناخ مؤثر عاطفي وحميم. بعدها صدحت السيدة عون إلى المسرح وإنخرطت في مصافحة نجوم الحفل والعازفين وأفراد الكورال مهنته إياهم على الليلة الغنية بأصالة وطنية مشرقة بالأمل.

ليلتا 2 و3 آذار الجاري كانتا مميزتين وطنياً، من خلال احتفالية تعاون على إنجازها المايسترو لبنان بعلبكي قائداً لأوركسترا مع عازفين من النخبة، وجوقة كورال جامعة سيدة اللوزية بإدارة الأب خليل رحمة، بينما حلت المطربة سميرة بعلبكي ضيفة شرف قدمت عدداً من الأغنيات. وتولى الفنان الشمولي جورج خيزان إخراج العمل وتقديم فقرة خاصة مؤثرة عرض فيها إسهامات كبار الأسماء في الفن اللبناني لتقديم صورة مشرقة عن لبنان الوطن والمواطن، وعت الليلة بالحضور الشخصي والمتفاعل عقيلة رئيس الجمهورية السيدة الناشطة نعمت عون.

استهلت الأوركسترا برنامجها بمعزوفة للفنان زياد الرحباني، لتتلاحق الألمان مع صوت الكورال لأغنيات: بلدي حبيبي - لزكي ناصيف، ردني إلى بلادي - السيدة فيروز، يا خيل بالليل اشدني، تعلق وتتعمر يا دار - صباح، يا ظريف الطول - نصري شمس الدين، يا غزِيل يا بسو الهبا، زرعنا تلاك يا بلادي - وديع الصافي، معزوفة رقصة العروس - مرسل خليفة، ومن المرات النادرة يطل المايسترو من وقت لآخر بوجهه أمام الحضور شارحاً ومقبلاً ومرحباً بالسيدة عون.



اشترك في

الديار

☎ 05/923830

📞 03/413214

جريدتك بيتك اشترك فيها

الديار تنقل كل المعلومات والتحليل والخبار وتضعك في الحدث



شارل ايوب رئيس التحرير العام

نائب رئيس التحرير: حنا ايوب

نائبة رئيس التحرير: نور نعمة

مديرة الاخبار الداخلية والمحلية والعامه نجوى مارون

مسؤول الاخبار الدولية ميشال نصر

مسؤول الاخبار الاقتصادية جوزف فرح

مسؤول قسم الرياضة جلال بعينو

مسؤول قسم الاخبار سميح فغالي

رئيس القسم الفني وجيه علي

المدير المالي عماد معلوف

المدير المسؤول دولي بشعلاني

الموقع الإلكتروني رجا المهتار - هشام زين الدين

مسؤول العلاقات العامة مازن الرماح

هاتف: 03/811785 - 05/923830 1--2

فاكس: 05/923773

الاعلانات: 05/923776-923768-923770

فاكس: 05/923771

info@addiyaronline.com