طبع هذا العدد برعاية سوريانا الأمل

جريدة أسبوعية

شامنا

صوت الثورة السورية

يوم السبت ٥/ كانون الأول/ ٢٠٢٠ م – ٢٠/ ربيع الثاني / ١٤٤٢ هـ

shamnanewspaper@gmail.com

وخوف الطغاة من الأغنيات

الائتلاف يتراجع ونشطاء قوى الثورة يتقدمون

تراجع الائتلاف السوري المعارض عن قرار تشكيل المفوضية العليا للانتخابات وذلك بعد قرار تشكيلها بعدة أيام، يأتي هذا على خلفية الرفض والانتقادات، التي تعرض لها من مؤسسات ثورية وناشطين ومعارضين سوريين.

ونشر الائتلاف على صفحته الرسمية على مواقع التواصل الاجتماعي «فيس بوك» في الـ ٢٣/ ١١/ ٢٠٢٠م، تشرين الثاني، من الشهر الجاري أنه تم إيقاف العمل بالقرار المتعلق بإحداث المفوضية للانتخابات إلى حين إجراء المزيد من المشاورات مع القوى الثورية والسياسية للوصول إلى صيغة مناسبة، وذلك حرصاً على احترام وجهات نظر السوريين ووحدة الصف، على خلفية الملاحظات، التي قدمتها القوى الوطنية، والثورية.. البقية في الصفحة رقم (٢).

خروقات روسيا و(نظام) الأسد في جبل الزاوية

شامنا – جبل الزاوية
حسام الدباك

تعرضت محاور جبل الزاوية ليلة ٢٠/ ١١/ ٢٠٢٠م، لقصف مدفعي وصاروخي من الاحتلال الروسي، بعدها قامت مجموعات من المجموعات بالتسلل على محور الملاجة، فتصدت لهم الفصائل العسكرية، وجرى كشف العناصر والتعامل معها بالأسلحة الخفيفة والمتوسطة، أيضا قامت مجموعات أخرى تابعة لقوات الاسد بالتسلل في محور الفطيرة وجرى إفشال المحاولة، وجرح وقتل عدة عناصر من قوات الاسد.

في ٢٢/ ١١/ ٢٠٢٠م، قوات الاحتلال الروسي تقصف بالمدفعية الثقيلة قريتي الشرويحة ودير سنبل جنوبي إدلب؛ بالتزامن مع قيام الجيش التركي بإنشاء نقطة عسكرية قرب قرية الرويحة، رافق إنشاء النقطة التركية الجديدة انتشار لعناصر الجيش التركي.

وفي ٢٣/ ١١/ ٢٠٢٠م، استشهاد مدني من جراء قصف مدفعي لقوات الأسد على بلدة البارة في جبل الزاوية ..البقية في الصفحة (٢).

تصوير رامي السيد ، تصاعد الدخان اثر انفجار لغم على طريق m٤ اثناء مرور دورية تركية روسية، ٤ – ٦ – م٢٠٢٠م.

الشمال المحرر

بين سندان الحرب ومطرقة الوباء

فيروس بلا جنسية، واصل زحفه من الصين إلى الولايات المتحدة الأمريكية، وإيطاليا، وفرنسا، وتركيا، وغيرها من الدول المتقدمة طبياً واقتصادياً، وصولاً إلى الشمال السوري المحرر.

لم يشفع للشمال السوري المحرر، ما آلت إليه ظروف الحرب والتهجير، لتبقى المنطقة المنكوبة بين سندان الحرب، والوباء.

انتقل الفيروس في تموز الفائت من الدول المجاورة، رغم إغلاق الحدود والمعابر، فسجلت أولى الإصابات بكوفيد ١٩ لأحد الأطباء المتنقلين بين مشفى باب الهوى ومشافي ريف حلب ليُقرع ناقوس الخطر.

استنفرت المشافي والطواقم الطبية استعداداً له، رغم ضعف الإمكانيات، وقلة المشافي والأسرة فيها، والأجهزة الطبية فيها.

بدأت أعداد الإصابات تسجل بشكل يومي وتدريجي ٣ ـــ ٥ إصابات في الأسبوع الأول من المخالطين للحالات الإيجابية حتى وصل عدد الحالات الايجابية المثبتة أكثر ١١ ألف إصابة، شفي منها ٤٢١١ حالة، بينما توفي ٩٠ شخصا بالفيروس بينهم أطباء في مدينة الباب وإدلب، البقية في الصفحة (٥).

تقرأون داخل العدد:

ماجد الخالدي: يغني لسورية حرة لكل السوريين

٧٨ شهيداً ضحية انتهاك قوات الاحتلال الروسي في قصف على إدلب

الأثر النفسي للحرب على أطفال سورية

عميد كلية الصيدلة يمتنع عن حضور حفل تخريج كلية الطب

دائرة التموين في أعزاز تحدد سعر الغاز المنزلي

غرفة التجارة في مدينة الباب تصدر قرار بخصوص استيراد السيارات

مع أطفالها الستة
سبع سنوات على اعتقال طبيبة الأسنان
(بطلة الشطرنج)

«رانيا محمد عيد العباسي» هي طبيبة أسنان وبطلة سوريا والعرب في الشطرنج، من مواليد العام ١٩٧٠، متزوجة ولها ٦ أطفال، ٥ بنات وصبي، اعتقلوا جميعا معها، وأصغرهم رضيعة كانت بعمر السنة والنصف حين اعتُقلت مع والدتها.

(البقية في الصفحة ٩).

كويتيون يردون
على التطبيع بطريقتهم

الموقف الرسمي لدولة الكويت في أكثر من مرة رفض التطبيع الذي قامت به بعض الدول العربية ، وأعلن على لسان مسؤوليه انحيازهم لقضية فلسطين العادلة. فيما قام مواطنون كويتيون بإعلان تأييدهم المطلق لقضية الشعب الفلسطيني التي تعرضت للخذلان على مدى عقود طويلة، فقام مواطنون مؤخراً بترقيم منازلهم بالمسافة مابين بيوتهم وبين المسجد الأقصى، (البقية في الصفحة ٤).

الائتلاف يتراجع ونشطاء قوى الثورة يتقدمون

شامنا ــ اعزاز
غنى مصطفى

تراجع الائتلاف السوري المعارض عن قرار تشكيل المفوضية العليا للانتخابات وذلك بعد قرار تشكيلها بعدة أيام، يأتي هذا على خلفية الرفض والانتقادات، التي تعرض لها من مؤسسات ثورية وناشطين ومعارضين سوريين.

ونشر الائتلاف على صفحته الرسمية على مواقع التواصل الاجتماعي «فيس بوك» في الـ ٢٣/ ١١/ ٢٠٢٠م، تشرين الثاني، من الشهر الجاري أنه تم إيقاف العمل بالقرار المتعلق بإحداث المفوضية للانتخابات إلى حين إجراء المزيد من المشاورات مع القوى الثورية والسياسية للوصول إلى صيغة مناسبة، وذلك حرصاً على احترام وجهات نظر السوريين ووحدة الصف، على خلفية الملاحظات، التي قدمتها القوى الوطنية، والثورية حول قرار تشكيل المفوضية العليا للانتخابات.

وأكد في بيانه، أن أية عملية انتخابية في سوريا يجب أن تكون ضمن محددات الانتقال السياسي، وفقاً لقرار جنيف وقرارات مجلس الأمن الدولي ٢١١٨، ٢٢٥٤ وقرار الجمعية العامة للأمم المتحدة رقم

الهيئة العامة الثورية لمدينة حلب

بيان رقم 1
2020/11/21

بيان للرأي العام
حول قرار الائتلاف تشكيل "المفوضية العليا للانتخابات"

لا يزال الائتلاف يتحدر في التنازلات التي تهدر استحقاقات الشعب السوري الثائر وتحطم آمالهم وآمال أهالي ملايين الشهداء والمعتقلين والمهجرين، وينفس الوقت يتنهج سياسة النظام المجرم في إطلاق خطاب المقاومة والممانعة ليغطي على أفعاله الانهزامية، ويغرق الثوار بالمعوض وبستغرقهم في البحث عن خفايا سلوكياته وتصريحاته.

إن القرار الذي صدر موخرا والذي من شأنه تعويم الانتخابات القادمة تحت سلطة المجرم بشار الأسد لا يمكن تبريره بأي خطاب رنان فارغ وما هو سوى تسويق الائتلاف لنفسه أمام داعميه انه الطرف الوحيد الذي سيخوض انتخابات مع النظام وداعميه قبل تشكيل هيئة حكم انتقالي وخارج مقررات جنيف بالقرار رقم 2254.

إننا في الهيئة العامة الثورية لمدينة حلب ندعو جميع القوى الثورية على الأرض إلى إزالة بقايا أي اعتراف سياسي للائتلاف، الذي لا يمثل إلا الارتزاق والأجهزة التي يتبع لها وتعتبره في حل عدم صدور قرار آخر واضح يعدم تشكيل تلك اللجنة فإنه لا يمت للثورة بأي شكل وسندعو إلى اسقاطه شعبياً.

الرحمة للشهداء الأبطال والشفاء العاجل للجرحى والنصر لثورتنا المجيدة
21-11-2020

الهيئة العامة الثورية لمدينة حلب
الأمين العام

٢٦٢/ ٦٧ الذي ينص على تشكيل هيئة حكم انتقالي تشكل سلطات الرئاسة والحكومة.

وأثار بيان الائتلاف بشأن إحداث المفوضية العليا للانتخابات موجة غضب واسعة واستهجان القوى الوطنية والثورية وناشطين سوريين في ظل استمرار (نظام) الأسد بقتل وتشريد الشعب السوري، واعتبره مجلس محافظة حلب الحرة في بيان أصدره في الـ ٢٢ من تشرين الثاني: أن القرار يعتبر إجهاضاً لمطالب الثورة، التي نادت بإسقاط (النظام) والتفافاً على القرارات الدولية القاضية بتشكيل هيئة حكم انتقالي من صلاحياتها إحداث المفوضية العليا للانتخابات، رافضاً تشكيل المفوضية العليا ومؤكداً على التمسك بمسار الحل السياسي.

وقال اتحاد إعلامي حلب وريفها في بيان له إن وبالا يجره الائتلاف في قراره السابق على الشعب السوري، وحذر من فقدان شرعيته كمنصة سورية معترف بها دولياً في سبيل مصالح شخصية من بعض الأعضاء فيه.

وطالب اتحاد إعلامي حلب وريفها أعضاء الائتلاف بحجب الثقة عن قادة القرار فيه، وقلب الطاولة على من حرف البوصلة وخان الشعب السوري الثائر، كما أعلن عن تجميد العلاقات بشكل كامل مع الائتلاف الوطني حتى تنحي رئيسه الحالي المدعو « نصر الحريري»

من جهتها اعتبرت الهيئة العامة الثورية لمدينة حلب أن القرار، الذي صدر مؤخراً

KYM

ان مجلس شورى مملكة الجبل الاصفر لا يرى فرقا واضحا بين
عصابة نظام الأسد وبين عصابة الائتلاف الوطني
وعليه ان مملكة الجبل الأصفر تطالب شعبها برفع الثقة عن ما يسمى
الائتلاف الوطني لقوى الثورة واتخذ هذا القرار بعد متابعة 9 سنوات
ودعوات للاصلاح
نسخة لمحكمة المملكة العليا
نسخة للوحة اعلانات المملكة ووسائل التواصل

2020/11/21

من الائتلاف الوطني، من شأنه تعويم الانتخابات القادمة تحت سلطة المجرم بشار الأسد لا يمكن تبريره بأي خطاب، وما هو إلا تسويق الائتلاف لنفسه أمام داعميه، محذراً من إزالة بقايا أي اعتراف سياسي بالائتلاف في حال عدم صدور قرار آخر واضح بعدم تشكيل تلك اللجنة.

وكان الائتلاف قد أعلن، يوم الجمعة ٢٠/ ١١/ ٢٠٢٠م، تشرين الثاني، تشكيل مفوضية عليا مهامها وضع خطط واستراتيجيات وتنفيذها والتحضير للمشاركة بالاستحقاقات السياسية المقبلة، بما في ذلك الاستفتاء على مشروع الدستور للمشاركة فيه والتنسيق مع القوى الاجتماعية المدنية والسياسية في الداخل السوري، بما فيها الموجودة في مناطق سيطرة (النظام)، وفي دول اللجوء، وقوبل هذا القرار بالرفض القاطع، وغضب عارم من قبل الفعاليات الثورية والوطنية السورية، التي اعتبرته انحرافاً في بوصلة الثورة وتعويماً لـ (نظام) الأسد

خروقات روسيا و(نظام) الأسد في جبل الزاوية

شامنا ــ جبل الزاوية
حسام الدباك

تعرضت محاور جبل الزاوية ليلة ٢٠/ ١١/ ٢٠٢٠م، لقصف مدفعي وصاروخي من الاحتلال الروسي، بعدها قامت مجموعات من المجموعات بالتسلل على محور الملاجة، فتصدت لهم الفصائل العسكرية، وجرى كشف العناصر والتعامل معها بالأسلحة الخفيفة والمتوسطة، أيضا قامت مجموعات أخرى تابعة لقوات الاسد بالتسلل في محور الفطيرة وجرى إفشال المحاولة، وجرح وقتل عدة عناصر من قوات الاسد.

في ٢٢/ ١١/ ٢٠٢٠م، قوات الاحتلال الروسي تقصف بالمدفعية الثقيلة قريتي الشرويحة ودير سنبل جنوبي إدلب؛ بالتزامن مع قيام الجيش التركي بإنشاء نقطة عسكرية قرب قرية الرويحة، رافق إنشاء النقطة التركية الجديدة انتشار لعناصر الجيش التركي.

وفي ٢٣/ ١١/ ٢٠٢٠م، استشهاد مدني من جراء قصف مدفعي لقوات الأسد على بلدة البارة في جبل الزاوية جنوب إدلب.

وفد عسكري تركي رفيع المستوى يدخل بتاريخ ٢٥/ ١١/ ٢٠٢٠م، بلدة محمبل بريف ادلب الغربي، بالتزامن مع استنفار مكثف للجيش التركي، وهيئة تحرير الشام في المنطقة، بعد تفجير جسر النحل الواقع على طريق m٤الاستراتيجي.

بتاريخ ٢٤/ ١١/ ٢٠٢٠م، تضاربت الروايات حول منشأ قصف طال ثلاثة مقرات عسكرية في بلدة مشون(بلشون)، قالت رواية إن القصف هو استهداف صاروخي من قوات الأسد، وقالت رواية ثانية إن القصف هو من جهة مجهولة، يرجح أنها طائرات دارون تابعة للتحالف الدولي.

يوم الخميس الموافق ٢٦/ ١١/ ٢٠٢٠م، الجيش التركي يخلي كامل نقطة المراقبة المتواجدة شرق مدينة سراقب بريف إدلب الشرقي باتجاه نقطة المراقبة المتواجدة في محيط قرية الرويحة بريف إدلب الجنوبي.

تصوير رامي السيد ، تصاعد الدخان اثر انفجار لغم على طريق m٤ اثناء مرور دورية تركية روسية، ٤ ــ ٦ ــ م٢٠٢٠م.

شركة
4D MEDIA ميديا
أول شركة في الشمال السوري تختص في مجال الدعاية والإعلان الالكتروني
تعمل الشركة على إدارة كافة مواقع التواصل الإجتماعي والتصميم الغرافيكي و المونتاج وتصميم الهويات البصرية
تدير الشركة عدد من قنوات اليوتيوب وصفحات الفيسبوك والانستغرام لعدة شركات عملاقة في تركيا وليبيا
للتواصل والإستفسار عبر الأرقام التالية:
05525766704
05385208862

عميد كلية الصيدلة

يمتنع عن حضور حفل تخريج كلية الطب

شامنا – إعزاز
تحرير: غنى مصطفى

امتنع عميد كلية الصيدلة في ريف حلب الشمالي الدكتور عثمان الحجاوي عن حضور حفل التخرج الأولى لكلية الطب في جامعة حلب الحرة، السبت في الـ ٢١/ ١١/ ٢٠٢٠م، تشرين الثاني الحالي، وذلك احتجاجاً على حضور رئيس الائتلاف الوطني نصر الحريري للحفل.

وقال الطبيب عثمان الحجاوي بتصريح خاص لجريدة شامنا: إنه لم يحضر حفل التخرج على خلفية البيان، الذي أصدره رئيس الائتلاف الوطني نصر الحريري في اليوم السابق للاحتفال، والذي بين فيه عزم الائتلاف إنشاء لجنة انتخابات عليا.

وأضاف الحجاوي: أن نصر الحريري لا يمثل الطلبة السوريين، ولا يحق له الحضور، لأنه حرف مسار القضية السورية على حساب تضحيات الشعب السوري، الذي ثار ضد (نظام) الأسد.

وأكد أنه ليس ضد المؤسسة، التي ضحى من أجلها الشعب السوري بأكثر من مليون شهيد وعشرات آلاف المعتقلين، بل ضد الأشخاص الفاسدين المتسلقين على الثورة وتضحية الشعب.

وأثار بيان الائتلاف الوطني جدلاً واسعاً لدي الناشطين ومؤسسات المجتمع المدني حيث امتنعت نقابة المحامين الأحرار والعديد من النشطاء من حضور حفل التخرج بسبب حضور نصر الحريري.

ويعد الحجاوي من مؤسسي كلية الطب في ريف حلب، وعميدها سابقاً، ويشغل الآن منصب عميد كلية الصيدلة.

– وأثار بيان الائتلاف جدلاً واسعاً لدى الناشطين، والثوار، فامتنعت أيضاً نقابة المحامين الأحرار والعديد من النشطاء في ريف حلب من حضور حفل التخرج.

– بعد انقطاع لمدة ٤ أعوام عن الدراسة وجهد مضاعف في الوصول إلى الحلم المرجو تخرج الشاب محمود خطاب ٢٨ عاما مواليد مدينة طيبة الأمام يقول إنه رغم المعاناة والصعوبات التي واجهتنا استطعنا اكمال حلمنا وتحقيق النجاح وإن معاناة الناس التي نراها يومياً كانت دافعاً لنا لمواصلة الجهد وتحقيق النجاح. ويأمل محمود أن يكون على قدر المسؤولية في سبيل تخفيف معاناة الناس.

وخرجت كلية الطب البشري في جامعة حلب الحرة في مدينة اعزاز الدفعة الأولى من طلابها والبالغ عددهم ٣٢ طالبا وطالبة بحضور رئيس الائتلاف وعدد من الوزراء وممثلين عن منظمات المجتمع المدني.

٧٨ شهيداً

ضحية انتهاك قوات الاحتلال الروسي في قصف على إدلب

شامنا – إدلب
تحرير: محمد حليم

ارتقى عشرات القتلى والجرحى في صفوف فصيل فيلق الشام التابع للجيش الوطني السوري، في قصف جوي روسي، استهدف معسكرا في محافظة إدلب يوم الاثنين ٢٦/ تشرين الأول.

حيث انتهكت مقاتلة روسية، وقف إطلاق النار، وقصفت جبل الدويلة غربي إدلب، وقد استهدف القصف معسكراً للتدريب تابعا للجيش الوطني، مما أسفر عن سقوط ٧٨ عنصرا من عناصر الفيلق، وعشرات الجرحى.

من جهته قال النقيب ناجي مصطفى الناطق الرسمي باسم الجبهة الوطنية للتحرير، بأن الغارة الجوية استهدفت معسكراً تدريبياً، أسفرت عن وقوع قتلى وجرحى في صفوف المتدربين، وأضاف: إن الغارة تعد خرقاً واضحاً ومستمراً من القوات الروسية لاتفاق التهدئة الموقع مع تركيا.

كما نوه إلى: أن الجبهة الوطنية للتحرير هي إحدى فصائل الجيش السوري الحر ضمن تشكيل الجيش الوطني السوري، وبأن الاستهداف كان لمنطقة حدودية مع تركيا في رسالة روسية واضحة واستفزاز مستمر منها على حد وصفه.

وندد مصطفى باستهداف القوات الروسية، وأشار إلى أنها لا تفرق بين مدني وعسكري في خروقاتها، وبأنها قامت قبل أيام باستهداف منطقة مدنية تجارية في ريف حلب الشمالي بصواريخ مصدرها قاعدة حميميم العسكرية.

تناقض روايات الإعلام الروسي

ونشرت وكالة «ANNA" المقربة مِن وزارة الدفاع الروسية، صوراً للقصف الجوي، الذي استهدف، بحسب زعمها، معسكر تدريب لـ«هيئة تحرير الشام.

وقالت الوكالة إن طائرتين روسيتين أسقطتا نصف طن من المتفجرات على مقاتلين من هيئة تحرير الشام، كانوا يستعدون للتخرج من دورة تدريبية. وأضافت أن المعلومات الاستخباراتية في هذا المعسكر نقلها عناصر من تنظيم حراس الدين، الذي تخوض الهيئة حرباً ضده.

بينما زعمت وكالة سبوتنيك الروسية أن طائرات حربية لـ (نظام) شنت صباح الإثنين، ٢٦ من تشرين الأول 2020م، ضربات جوية مكثفة، استهدفت معسكراً لتدريب عناصر فصيل فيلق الشام في منطقة الدويلة في ريف إدلب الشمالي الغربي.

ونقلت الوكالة عن مصدر لم تسمه، أن: طائرات الاستطلاع رصدت معسكر تدريب تابع للمجموعات المسلحة، يحتوي على معدات عسكرية وعربات دفع رباعي وأسلحة متنوعة، حيث كانت تعمل المجموعات المسلحة على نقلها باتجاه جبل الزاوية وجسر الشغور.

وكان وزير الخارجية التركي، مولود تشاووش أوغلو، قال خلال مقابلة متلفزة يوم ١٧ من أيلول الماضي 2020م: إن العملية السياسية في إدلب قد تنتهي في حال عدم التوصل إلى اتفاق مع روسيا، مضيفاً أن الاجتماعات الأخيرة التي جرت بين خبراء عسكريين روس وأتراك في أنقرة لم تكن مثمرة للغاية.

وعقب ذلك بيوم، قالت المتحدثة باسم وزارة الخارجية الروسية ماريا زاخاروفا: إن تركيا "تماطل" في تنفيذ التزاماتها بموجب اتفاق وقف إطلاق النار في محافظة إدلب.

ويعد هذا الاستهداف هو الثاني لفيلق الشام، الذي يوقع عدداً كبيراً من القتلى والجرحى في صفوفه منذ التدخل الروسي في سوريا إلى جانب النظام، إذ قُتل في ٢٣ أيلول/ سبتمبر ٢٠١٧، ٤٠ عنصراً من الفيلق وجرح آخرون، بضربة جوية روسية استهدفت أحد معسكراته في تل مرديخ جنوبي سراقب.

دائرة التموين في أعزاز تحدد سعر الغاز المنزلي

شامنا – إعزاز
تحرير: غنى مصطفى

حددت دائرة التموين في المكتب التجاري لمجلس محلي مدينة أعزاز شمالي حلب سعر أسطوانة الغاز وزن ٢٤ كغ لدى مركز بيع الجملة بسعر ٦٢ ليرة تركية، وبسعر ٦٤ ليرة لدى بسطات البيع بالمفرق.

وألزمت دائرة التموين بائعي الغاز بالبيع بالسعر، الذي حددته بتعميم، نُشر على صفحة المجلس المحلي «فيسبوك» وأنّ من يخالف القرار سيتعرض للمساءلة القانونية.

وتعزو دائرة التموين في المكتب التجاري إلى أن ارتفاع سعر الغاز، بشكل عام، يعود لارتفاع سعر أسطوانة غاز البوتان المنزلي من الشركة المستثمرة للغاز كونه، يتبع لبورصة المحروقات العالمية.

وقال عمر حمدو أحد سكان مدينة أعزاز أن القرار جيد في ظل استغلال الباعة والتجار واختلاف الأسعار بين محل وآخر، مناشداً الجهات المختصة بمحاسبة المخالفين للقرار وتطبيقه بشكل فعال.

وأضاف حمدو أن سعر أسطوانة الغاز سابقاً قبل صدور القرار يتراوح بين ٦٧ و ٦٨ ليرة تركية، وهذا لا يتناسب مع الأوضاع المعيشية الحالية في ظل انتشار البطالة وقلة فرص العمل بالمنطقة.

وارتفعت أسعار المحروقات مؤخراً في مناطق الشمال السوري مع اقتراب دخول فصل الشتاء، وازدياد الطلب عليها.

المجلس المحلي في اعزاز وريفها
دائرة التموين

صورة طبق الأصل

قرار

نظراً لارتفاع سعر أسطوانة غاز البوتان المنزلي من الشركة المستثمرة للغاز كونه يتبع لبورصة المحروقات العالمية

وحرصاً على المصلحة العامة يصبح سعر أسطوانة الغاز وزن ٢٤ كغ كالتالي :

١-سعر أسطوانة الغاز ٢٤كغ لدى مركز الجملة 62 L.T

٢- سعر أسطوانة الغاز ٢٤كغ لدى بسطات البيع بالمفرق 64 L.T

وعلى كافة باغي الغاز الالتزام بهذا السعر المعلن تحت طائلة اتخاذ المساءلة القانونية بحق المخالفين

٢٠٢٠/١١/١٥

دائرة التموين جانب السوق الرئيسي في مدينة اعزاز

ارقام الشكاوي واتس اب : +963941978304

دائرة التموين

المكتب التجاري والصناعي

المجلس المحلي في مدينة اعزاز وريفها

غرفة التجارة في مدينة الباب
تصدر قرار بخصوص استيراد السيارات

شامنا ــ الباب
تحرير : غنى مصطفى

أعلنت غرفة الصناعة والتجارة في مدينة الباب بريف حلب الشرقي عن قرار جديد فيما يخص استيراد السيارات المستعملة والجديدة من أوربا ترانزيت عن طريق الأراضي التركية.

وقالت غرفة التجارة والصناعة: إن القرار هذا جاء بعد التواصل مع الحكومة التركية والمديرية العامة للجمارك.

وأعلنت غرفة التجارة والصناعة في مدينة الباب الجمعة ١٣ تشرين الثاني الحالي ٢٠٢٠م، السماح باستيراد السيارات المستعملة وقطع التبديل عن طريق تركيا، اعتبارا من يوم الجمعة الواقع في ٢٠ من الشهر الحالي.

ودعت غرف التجارة الراغبين بالاستيراد إلى مراجعة غرف التجارة في المدينة، اعتباراً من يوم الاثنين بعد صدور القرار مباشرةً.

يذكر أن السيارات كانت تدخل للمناطق المحررة على شكل قطع مقصوصة، يجري جلبها من مناطق سيطرة (نظام) الأسد، ليتم تجميعها وتلحيمها في الشمال السوري.

وبعض التجار كانوا يدخلون الأراضي التركية، ويشترون سيارة من هناك، وبإمكانه إدخالها من المعبر بشكل نظامي من تركيا.

ولاتزال المعابر الواصلة بين مناطق سيطرة (نظام) الأسد، والمناطق المحررة مغلقة بشكل كامل منذ عدة أشهر كإجراء احترازي منعاً لانتشار فيروس كورونا.

وسيساهم هذا القرار في تخفيض أسعار السيارات في الشمال السوري وحرمان (نظام) الأسد، من الأرباح، التي يجنيها من فرض الضرائب على الحواجز على كل سيارة، يتم استيرادها من ميناء طرطوس، وسيعتمد التجار على قطع السيارات، التي تأتي من الأراضي التركية.

غرفة التجارة والصناعة في مدينة الباب
El-Bab Ticaret ve Sanayi Odasi

إعلان

إلى السادة التجار مستوردي السيارات المستعملة

نعلمكم أنه بفضل الله تعالى وبجهود غرفة التجارة والصناعة في مدينة الباب والأخوة المستشارين وبعد التواصل مع الحكومة التركية والمديرية العامة للجمارك تم السماح باستيراد السيارات المستعملة ومحركات السيارات المستعملة وقطع التبديل ترانزيت عن طريق تركيا ابتداءً من تاريخ ٢٠٢٠/١١/١٣

فعلى الراغبين مراجعة غرفة التجارة والصناعة يوم الاثنين القادم

حرر بتاريخ ٢٠٢٠/١١/١٣م

رئيس غرفة التجارة والصناعة في مدينة الباب

الذكرى السادسة لتأسيس الدفاع المدني السوري

شامنا ــ اعزاز
محمد عجم

تحت شعار (ومن أحياها كأنما أحيا الناس جميعا)

في نهاية عام ٢٠١٢م، بدأ (نظام) الأسد بقصف المناطق، التي خرجت عن سيطرته بشكل عشوائي وبالذخائر المختلفة كالمدافع والدبابات والطائرات وراجمات الصواريخ، وتزامن القصف مع تجريد (نظام) الاسد لتلك المناطق من الخدمات كالكهرباء المياه والمراكز الطبية، مما أدى إلى ظروف قاسية مليئة بالموت، وكانت هذه الظروف هي الدافع لمبادرة المجتمع المدني السوري وتلبيتهم وجرحى القصف، الذي كان يستهدفهم.

كان (نظام) الأسد قد منع فرق الإطفاء من الاستجابة لحريق نشب بأحد أحياء مدينة حلب، متذرعا بأنها في مناطق خارجة عن سيطرته، دفع ذلك الى ظهور أول فريق متخصص بشكل علني، كان ذلك سبب كافي بالنسبة للنظام السوري ليعتبرهم إرهابيين ويكونوا هدف له

في الوقت ذاته كان في المناطق الاخرى الخارجة سيطرة (نظام) الأسد فرق تطوعية وحملات شعبية لإنقاذ الجرحى، ورفع الأنقاض ومساعدة المتضررين.

في عام ٢٠١٤م، اجتمع ٧٠ من قادة الفرق، التي كانت تنقذ السوريين في أضنا التركية، وأطلقوا الدفاع المدني السوري ضمن أهداف، ومبادئ تخدم الإنسانية.

في عام ٢٠١٧م، وصل عدد المتطوعين في الدفاع المدني إلى ٤٣٠٠ متطوعا ومن ضمنهم ٤٥٠ متطوعة

وصرح «مدير مركز الدفاع المدني في مدينة إعزاز لجريدة شامنا أن الدفاع المدني تأسس من خلال توحيد جهود الفرق التطوعية، التي بدأت عملها بشكل مستقل كمجموعات شبابية، نتيجة اشتداد وتيرة القصف الممنهج من قبل (نظام) الاسد على المدنيين، وصعوبة استيعاب فرق الإسعاف للكم الكبير من أعداد القتلى والجرحى، فكان لابد من توحيد جهود هذه الفرق ضمن جسم منتظم يحكمه عمل مؤسساتي.

اعتمد الدفاع المدني السوري في بداية تأسيسه على حملات المناصرة الشعبية، والتبرعات المقدمة من الأهالي، بالإضافة إلى الدعم الوافد منن بعض المنظمات الإنسانية كـ «الهلال الأحمر التركي» و«هيئة الإغاثة الإنسانية التركية» و«مؤسسة قطر الخيرية» وعدد من المؤسسات الخيرية، التي تعمل في كندا وأوروبا، ومن بين الدول، التي تمول الدفاع المدني السوري كندا والدنمارك وبريطانيا والولايات المتحدة وهولاندا وقطر وألمانيا وفرنسا.

اعتمد (نظام) الاسد وروسيا على ممارسة سياسة تشويه سمعة الدفاع المدني إعلاميا من خلال توجيه اتهامات مستمرة له بالتبعية لجهات خارجية لخدمة مصالحها، لكن تجارب العمل في خدمة المدنيين وسنوات التضحية، التي بذلها متطوعو الدفاع المدني خلال السنوات الست الماضية

كانت الجواب والرد الشعبي على اتهامات روسيا والـ (نظام)

وقال مدير مركز الدفاع المدني في مدينة إعزاز عبد اللّه عشاوي لجريدة شامنا: إن الدفاع المدني قدم ٢٨٧ شهيدا وأكثر من ألف مصاب من متطوعينا، قضى معظمهم من جراء الاستهداف الروسي المتعمد لهم

وأضاف: يعمل الدفاع المدني في الفترة الحالية من الهدوء النسبي بإعمال إعادة الاستقرار وترحيل الأنقاض وفتح الطرقات بالإضافة لأعماله في أنشطة التعافي المبكر من خلال محو الآثار النفسية للحرب ومساعدة المدنيين وأعمال التوعية المستمرة.

وتحدث عن ظاهرة حالات الغرق في الشمال السوري: تزداد نسبة حالات الغرق في المناطق الشمالية من سوريا، حيث تنتشر المسطحات المائية والأنهار، وجهل كثيرين من زوار تلك المناطق بتضاريس هذه المسطحات مما أسهم بشكل كبير بزيادة حالات الغرق، حيث بلغ عدد حالات الغرق من منتصف شهر أيار وحتى اليوم ٦٦ حالة غرق في منطقة عفرين وجرابلس بشكل خاص.

حصل الدفاع المدني على عدة جوائز عالمية، أشهرها «جائزة نوبل البديلة» لثلاثة أعوام متتالية من٢٠١٥م، إلى٢٠١٧م، وجائزة «الأوسكار» التي قدمت لفيلم «الخوذ البيضاء» المعروض على منصة «نتفليكس»

كويتيون يرفضون التطبيع

تحرير: عبد القادر حمادة

صورة لبعض منازل كويتيين تظهر المسافة بين بيوتهم وبين القدس

نصب رخامي يمثل خريطة فلسطين، وضعه مواطن كويتي أمام منزله.

وعلّق الكويتي «سعد» على «تويتر» قائلًا: «أحمد اللّه وأفتخر بشدة أن هالخريطة والصورة من أمام منزلي».

وأضاف «صحيح أن الخريطة (لم تحرر فلسطين) لكنها على الأقل تذكر بالقضية وما هي فلسطين لأنها قضية كل إنساني وعربي ومسلم».

وأكد على أن الموقف ضد التطبيع سيكون ما حيينا، «وسوف تكون هذه الأرض من الماءِ إلى الماءِ لنا».

يشار إلى أن الموقف الرسمي الكويتي أكد وفي أكثر من مرة على رفض التطبيع، ومركزية القضية الفلسطينية والوقوف إلى جانب الموقف الفلسطيني لحين تحقيق الحقوق وإقامة الدولة الفلسطينية.

الشمال المحرر
بين سندان الحرب ومطرقة الوباء

إعداد: وسام م كنعان

فيروس بلا جنسية، واصل زحفه من الصين إلى الولايات المتحدة الأمريكية، وإيطاليا، وفرنسا، وتركيا، وغيرها من الدول المتقدمة طبياً واقتصادياً، وصولاً إلى الشمال السوري المحرر.

لم يشفع للشمال السوري المحرر، ما آلت إليه ظروف الحرب والتهجير، لتبقى المنطقة المنكوبة بين سندان الحرب، والوباء.

انتقل الفيروس في تموز الفائت من الدول المجاورة، رغم إغلاق الحدود والمعابر، فسجلت أولى الإصابات بكوفيد ١٩ لأحد الأطباء المتنقلين بين مشفى باب الهوى ومشافي ريف حلب ليُقرع ناقوس الخطر.

استنفرت المشافي والطواقم الطبية استعداداً له، رغم ضعف الإمكانيات، وقلة المشافي والأسرة فيها، والأجهزة الطبية فيها.

بدأت أعداد الإصابات تسجل بشكل يومي وتدريجي ٣ ـــ ٥ إصابات في الأسبوع الأول من المخالطين للحالات الإيجابية حتى وصل عدد الحالات الإيجابية المثبتة أكثر ١١ ألف إصابة، شفي منها ٤٢١١ حالة، بينما توفي ٩٠ شخصا بالفيروس بينهم أطباء في مدينة الباب وإدلب، وكانت أول حالة وفاة بين الكوادر الطبية للطبيب عدنان الجاسم أخصائي تخدير في مشفى الباب شرقي حلب.

تحديات طبية وعقبات

جميع المشافي المختصة بحالات وعلاج فيروس كورونا في الشمال السوري، باتت ممتلئة تماماً، وهو ما أعلنت عنه الطواقم الطبية ببداية الأزمة الصحية، وانهيار القطاع الصحي، وهو قد بدأت أولى مظاهره، وبحسب وحدة المعلومات الصحية في إدلب يتوفر ١٢٤ منفسة في المدينة فقط.

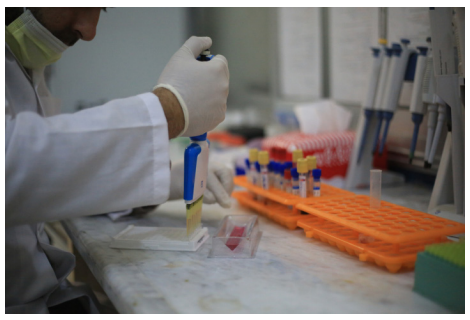
وأكد المنسق العام في شبكة الانذار المبكر في مناطق درع الفرات الطبيب محمد الصالح: أن عدد الإصابات بين الكوادر الطبية تجاوز ال ١٥٠٠.

ووفاة طبيبين، وممرض في مدينة الباب، ووفاة طبيب في إدلب، وأن بعض الحالات لم يتم تسجيلها لعدم التأكد من سبب الوفاة، وبسبب ضعف المتابعة بسبب كثرة أعداد الإصابات.

وأضاف الطبيب الصالح: أن حالات الانفجار بدأت بمدينة إدلب وحارم وعفرين ومارع والباب والراعي وبعض أرياف مدينة أعزاز بريف حلب.

نسبة الخطأ في نتيجة التحاليل قد تصل إلى ٤٠٪ أي أنه من المحتمل أن الحالات السلبية قد تكون إيجابية، وبالتالي هناك مشكلة تواجه القطاع الطبي ليست بالمسحات، وإنما بعدم تطبيق الحجر ممن لديهم أعراض المرض.

وتوقعت وزارة الصحة في الحكومة المؤقتة في وقت سابق من الشهر الماضي ازدياد أعداد المصابين بفيروس كورونا في الشمال المحرر خلال الأيام المقبلة بسبب الاستهتار بإجراءات الوقاية، ونقص الخدمات العامة، وغياب التباعد الاجتماعي، وخاصة في المخيمات، التي تضم أعدادا كبيرة من النازحين في ظل تردي الواقع المعيشي ونقص الخدمات.



نقص الوعي المجتمع

على الرغم من ازدياد أعداد الإصابات بشكل يومي، لا يلتزم معظم الأهالي بإجراءات الحماية والسلامة كارتداء الكمامات والتباعد الاجتماعي في ظل ضعف السلطات المحلية بتطبيق قوانين التباعد الاجتماعي، ومنع التجمعات، فلا تزال حفلات الأعراس تقام ودور العزاء، في حين طبقت بعض المجالس المحلية والجهات المعنية بعض القرارات، التي لا تعد كافية لمنع انتشار الفيروس وسط استهتار الأهالي بخطورة الوباء.

حرب المحتوى.. كيف أستطاع تنظيم داعش ضم كثير من الشباب إلى صفوفه؟

قصي خطيب

استطاع تنظيم الدولة «داعش» تجنيد العديد من الشباب والأطفال في صفوفه عبر منظومة رقمية متطورة، ركز من خلالها في إعلامه على المشاهدة البصرية السينمائية، والتقنيات العالية المتطورة في إنتاج المقاطع المرئية، لاستجلاب الشباب من حول العالم، والتي كان لها الدور الأساسي في ذلك.

إعلام التنظيم من الناحية الرقمية

اعتمد التنظيم في حربه الإلكترونية على متخصصين محترفين في مجال صناعة المحتوى المرئي، حيث كشفت صحيفة «سانداي تايمز» البريطانية في تحقيق لها: (أن خمس شبان مسلمين من الجنسية البرتغالية كان لهم الدور الأكبر في صناعة محتوى «داعش» المرئي، حيث عاش الشبان سويا في لندن قبل سفرهم إلى سوريا وانضمامهم لصفوف التنظيم).

لمع إعلام تنظيم الدولة، عام ٢٠١٤م، من حيث التقنيات المتطورة، ووصلت ذروته في الحرب النفسية، وإقناع المشاهد بكمية الانتصارات المزعومة، التي كان يروج إليها التنظيم، حيث قدر منتجون أمريكيون تكلفة هذه الفيديوهات بمئات الآلاف الدولارات من حيث معدات التصوير والإنتاج الإخراج والمؤثرات الصوتية، لا سيما مقطع إعدام ٢١ جنديا سوريا في مدينة الرقة شمال شرق سوريا، ظهر عناصر التنظيم فيه بلباس موحد ومعدات واحدة ومتطورة.

+

في حين كشف موقع «ناشيونال ريبورت» تورط ثمانية مواطنين أمريكيين، ساعدوا بترويج أفلامها، وتحريض الشباب للانضمام إليها، وقد ألقت السلطات الأمريكية القبض عليهم في وقت سابق.

كما داهمت الشرطة الأمريكية مقر شركة «Final Solution Productions» وهي شركة إنتاج إعلانات ترويجية، اعتقلت عددا من الموظفين فيها على خلفية مساعدتهم في إضافة التأثيرات البصرية، والألوان السينمائية لأفلام التنظيم، تحت مسمى الإعلانات الترويجية، ولم تفصح السلطات عن أسماء الموظفين.

في وقت أعربت فيه السلطات الأمريكية عن قلقها حيال ما تسميهم «بالإرهابيين المحليين» كشركة «Final Solution Productions» بهدف تحقيق مكاسب مالية، وهو أمر لا يعتبر جديداً على شركات إنتاج هوليود، التي لا تجد حرجاً في فعل أي

شيء مقابل المكسب المالي.

إعلام التنظيم من الناحية النفسية:

اعتمد تنظيم الدولة على مختصين نفسيين في التأثير على عناصره بالدرجة الأولى، ثم على الناس المتواجدين في مناطق سيطرته، وسخر إمكانيات المتخصصين في مقاطعه المرئية للتأثير النفسي على عدوه، واستقطاب الشباب والمراهقين إلى صفوفه.

وفي حديث خاص لجريدة «شامنا» مع المرشدة النفسية لبنى خطيب، قالت: إن التنظيم سعى من خلال إعلامه إلى جلب الشباب المراهقين لصفوفهم، حيث أعطاهم الشعور بالانتماء الاجتماعي والمادي، وأقنعهم على أنه تنظيم الخلافة الحقيقي، والذي سيعيد أمجاد المسلمين.

وذكرت الخطيب: أن كل المشاهد المعروضة في مقاطع الفيديو الخاصة بالتنظيم، كانت مدروسة بدقة من حيث اللباس الموحد لعناصر التنظيم، وهو الأسود، والذي كان يدل على القوة والتوحد

والانتماء، وعمد التنظيم على إلباس أسراه اللون البرتقالي أسوة بالمعتقلات والسجون الأمريكية كـسجن «غوانتنامو»، وأجبر السكان المحليين على مشاهدة عمليات الإعدام، لترهيب السكان وفرض النفوذ.

وأردفت الخطيب: بأن المختصين النفسيين لدى التنظيم، قسموا عناصر التنظيم لعدة فئات، يكون التعامل مع كل فئة على حدى، حيث يقوم التنظيم بإجبار عناصره لفعل عمل إجرامي، أو توريطه بقضية ما يقتنع فيه العنصر بخطورة الرجوع للخلف، والامتناع عن إطاعة الجماعة، كما أن الفئة العمرية الصغيرة، كانوا يذكرونهم بضرورة إطاعة الجماعة، وعدم مخالفتها، والابتعاد عن الشهوات وملذات الحياة، ووعدهم بالجنة، وعمل الصواب، وهذا ما جعل منهم أشخاصا انتحاريين.

استطاع التنظيم من خلال خبرائه المنتجين والنفسيين جلب مئات الآلاف من الشباب والمراهقين حول العالم بأقناعهم بانتصارات واهية على الأرض، وفرض قوته ونفوذه على عناصر التنظيم، ومن كان يقيم في مناطق نفوذه.

تراجعت قوة التنظيم هذه بعد الانكسارات الكبيرة، التي أنهت التنظيم، وكان آخرها خسارة مناطق نفوذه في سوريا والعراق، ومقتل زعيم التنظيم في بلدة باريشا شمال إدلب، واعتراف التنظيم بذلك.

الأثر النفسي للحرب على أطفال سورية

سيسيليا الطويل

تصوير: علي حاج سليمان، طفل داخل خيمة لنازحين من ريف حلب الجنوبي، بمخيم «طريق المطار» بتاريخ ٢٨-٩-٢٠٢٠م.

ذاكرة استثنائية..

١

على مدى عشر سنوات، وبمساندة دول إقليمية وأخرى كبرى، واصل (نظام) الأسد قصفه للمدن والقرى السورية الثائرة، ضد سلطته الاستبدادية، غير أن الخراب الحاصل، كّرس في ذاكرة السوريين صور ومشاهد الحرب من دبابات، ملأت الشوارع والأحياء السكنية، وطائرات لا تغادر السماء، وقذائف لا تعد ولا تحصى في المناطق، التي ثارت.

أسطورة سورية

مشاهد القسوة، أسست لمكان من نوع استثنائي داخل ذاكرة الأطفال في سوريا، الطفلة نهلة حسين من قرية تقاد بريف حلب الغربي، مهجرة منذ نحو عام، لم تنس مشاهد القصف، التي تعرضت لها قريتها، وكيف نزحت عائلتها ليلاً، تقول: كان أبي وأعمامي يتراكضون وهم يجمعون بعض حاجياتنا، كيف خرجنا ووصلنا إلى هنا في ريف عفرين لا أدري، لكنني أتذكر لحظة هروبنا، وكأنها يوم أمس، لازلت أشعر بالخوف، الذي شعرت به ذلك اليوم.

تعددت أساليب القتل والدمار، التي خبرها أطفال سوريا بأجسادهم الغضة، فاختزنتها ذاكرتهم المليئة، التي تتنفس عنهم ليل نهار في مشهد لقصة جميلة قبل النوم، يتمدد الأطفال دون ضجيج، كأنهم يستمعون لحكاية بعيدة عن الواقع، يستنشقون هواء غير هوائنا، تغار نعومة الورد من نومهم الجميل، لكنهم ماتوا قبل لحظات من جراء استنشاق غاز السارين بخان شيخون، الطفلة هدى، التي نجت من الغاز المميت في المدينة، تقول: إنها بدأت تتنفس حين شعرت بالماء البارد يتدفق على جسدها، بعد أن فقدت قدرتها على التنفس لفترة، لاتزال حتى اليوم، تشعر ببرودة المياه، وترتعش أثناء الاستحمام، ويصعب تهدئتها بحسب ما قالت والدتها.

-صدمة أم جنون!

الأخصائية النفسية سارة الأمين، تقول: أهم ما حدث للأطفال هو اضطراب ما بعد الصدمة (BDSD) وهو اضطراب ناتج عن صدمة مشاهدة الطفل للوالد أثناء القصف مثلاً، أو مشاهدته سقوط البناء نتيجة القصف، الطفل هنا بحاجة لعلاج نفسي نتيجة هذه الآثار.

وعن معوقات العلاج النفسي في المناطق المحررة، تقول: ما يواجهنا هو عدم تقبل المجتمع لفكرة العلاج النفسي وزيارة الطبيب النفسي، وربط المعالجة النفسية بمرض الجنون، إضافةً لعدم تقبل الطفل للعلاج، فآثار الصدمة لاتزال موجودة، وهو بحاجة لمختصين نفسيين، فيما نحن بالداخل بشمال حلب، نفتقر لهذا الاختصاص إضافة الى المسافات البعيدة بين المخيمات والمراكز الموجودة في المدن مثال (اعزاز، عفرين، مارع) وعدم وجود القدرة المالية لزيارة تلك المراكز من المخيمات البعيدة.

في محاولة لإيجاد الحلول البديلة توضح الأمين أنه: لدينا داعمون نفسيون، لكن كاختصاص، لا يوجد معالجون أو أطباء نفسيون، ومنهم من هو مختص بعلم النفس أو دراسة إرشاد نفسي، وأغلبهم يتوجه إلى عمل المنظمات، والعمل لا يكون ضمن برنامج علمي أكاديمي صحيح، إنما عبارة عن تفريغ يعالج المشكلة على أنها سطحية والاثار تبقى موجودة، ربما من الممكن أن يكون للهيئات الحكومية دور في ذلك، كتأمين كرافانات للعلاج النفسي، في المخيمات والمدارس.

الأب الصغير

إنه أبي الصغير.. بهذه الكلمات يصف محمد الإبراهيم البالغ من العمر «١٠ » أعوام، أخاه أحمد، الذي يكبره بسنتين فقط، محمد هرب من حمم الطائرات من كفرناها في ريف حلب إلى مدينة أعزاز بعد استشهاد والده، يعمل ببيع الحصر البلاستكية مع أخيه وعمه، يقول: لا أستطيع أن أبتعد عن أخي، نعمل سوياً، فقد تعلمت من أخي أساليب البيع والمفاوضات على الأسعار، وكيف أتعامل مع الناس، لنؤمن ما يساعدنا على العيش، أتذكر كيف استشهدت والدتي وأبي، ولا أريد أن أفقد أخي أيضا إنه أبي الثاني.

أثر الحرب على نفسية الأطفال ينقسم الى شقين حسب ما أوضحت السيدة ميساء محمود خريجة كلية تربية / معلم صف، قائلةً: في الحالة السورية الأثار النفسية للحرب تكون بشقين، أحدهما أثر نفسي، وآخر اقتصادي، حيث وجد الطفل نفسه مسؤولا عن عائلة في وقت مبكر بعد فقدان الأب، وآثار هذا الموضوع عليه سنجدها ليس الان بل بعد حين من الزمن، لأنه فقد مرحلة الطفولة، ومرحلة الادراك الواعي، التي تبدأ بسن ال ٤ سنوات لغاية «١٠» سنوات، ومعظم الأطفال في سوريا فقدوا هذه المرحلة، فالطفل من عمر «١٠ » سنوات لعمر«١٥» يبدأ بالاستقرار النفسي. ولا يزال الأطفال في الداخل السوري يفتقدون هذا الأمر.

وعن آلية العلاج المتاحة في المناطق المحررة، تقول السيدة ميساء: أغلب البرامج تعتمد الدعم، وإيجاد مساحة آمنة للطفل، وذلك من خلال زيارة الطفل في منزله، والاطلاع على وضعه داخل المنزل، وماهي مسؤولياته، وتخفيف العبء عنه من العالم الصغير في المنزل، ثم الانتقال إلى عالمه الأكبر، وتعامله كطفل مع الشباب الأكبر منه سنا، ماذا تعلم منهم وماذا أثر به المحيط، لا ننتظر الطفل أن يأتي إلينا، لأنه لا يزال في مرحلة ما بعد الصدمة.

محاولات للتوازن..

الطفلة رهام «٥» سنوات، معلقة بحديد المبنى، في الطوابق العلوية، تحاول أن تنقذ أختها تقى المعلقة أيضا، لكنهما تسقطان، من الأعلى، يقول بشار الشيخ، الذي وثق الحادثة: تعرضت مدينة أريحا جنوب إدلب لغارة من طيران النظام الحربي، استشهد على إثرها سيدة وطفلها وأصيب ثلاثة آخرون، ثم ما لبث أن عاود الطيران غارته على المدينة مرة أخرى، مستهدفاً مبنى سكنيا، كنت أول الواصلين للمكان، كان الجو مغبراً، صراخ الناس والأولاد، لفت نظري أطفال صغار يمسكون بأيدي بعض والأب يقول: «لا تتحركوا يا بابا.. امسكوا بأيدي بعض» وبلحظة توثيقي للأطفال أحسست أنهم بخطر فأطفأت كميرتي، وماهي إلا ثوانٍ قليلة كانت كفيلة بسقوط رهام ذات الخمس سنوات وتقى ذات السبع شهور من الأعلى للأسفل وعلى الفور حملت الطفلتين وأسعفتهما، توجهت لمشفى محافظة ادلب، وهناك فارقت رهام ووالدتها الحياة بينما تقى بقيت في العناية المركزة.

يبقى التوازن والاستقرار النفسي في حياة الطفل السوري في المناطق المحررة غير واضح المعالم ، معرضاً للمحاولات الخجولة ، وبإمكانيات المنطقة الفقيرة ، التي لاتزال تعيش حالة تقطيع الأوصال، وعدم الاستقرار.

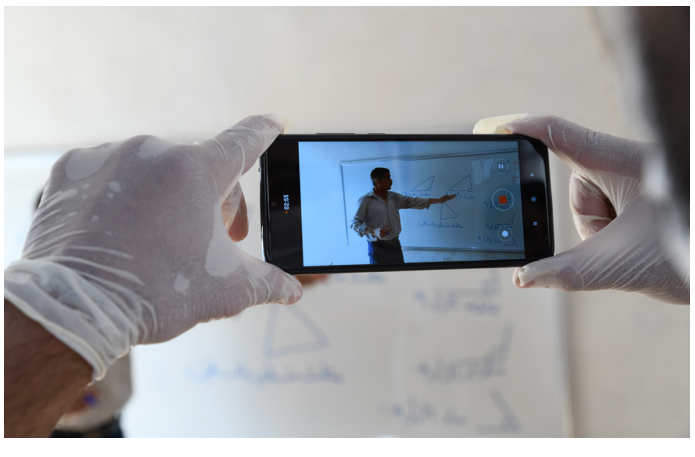
دراسة أونلاين

تسنيم كنجو

مع بدء انتشار فيروس كورونا حول العالم في بداية العام ٢٠٢٠م، ونتيجة لارتفاع اعداد الاصابات يومياً، فرضت منظمة الصحة العالمية إجراءات وقائية للحد من انتشار الفيروس، ومن ضمن هذه الإجراءات إيقاف جميع الفعاليات والأنشطة على أرض الواقع بما فيها المؤسسات التعليمية، وتحويلها إلى منصات إلكترونية حيث يعقد عليها الاجتماعات، وتجري عملية التعليم عن بعد لتحقيق التباعد الاجتماعي، وتقليل فرص الإصابة، وفي ظل الأزمة، التي يمر بها الشمال المحرر من انقطاع للكهرباء في معظم المناطق، وغلاء في اسعار بطاقات الإنترنت، لم يكن هذا خياراً موفقاً، لكن جرى تطبيقه في اوائل الشهر الثالث من هذا العام ٢٠٢٠م، دون دراسته والبحث بإمكانية استمراره.

بدأت المعاناة لجميع الطلاب لأن المساحة الجغرافية الحالية ــ الشمال ــ تعتبر في حالة الطوارئ من موجات النزوح والسكن في المخيمات، فلا يمكن تطبيق الحلول ذاتها، التي تقوم بها الدول المتقدمة.

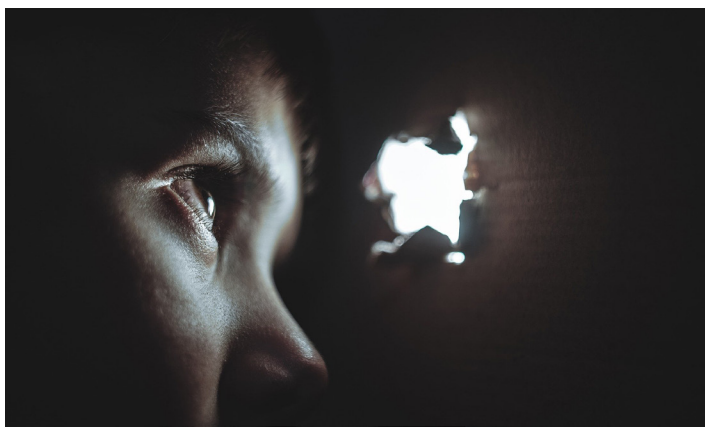
ومن معوقات سير هذه العملية أن معظم الأهالي لا يملكون الهواتف في منازلهم، منهم لضعف حاله، ومنهم لتشدد، ومنع وصول هذا التطور لمنزله، حتى الذين يملكون الهواتف معظمها لم تكن قابلة للتطبيقات، التي تُنشر عليها المحاضرات مثل ال zoom و google meet، وحيرة طلاب الجامعات ما بين تأمين معيشتهم أو الاشتراك الشهري للإنترنت لمتابعة محاضراتهم وأبحاثهم، وخاصة وصول بعضهم إلى مرحلة التخرج، بالإضافة إلى ضعف الإمكانيات والتقنيات الموجودة في المنطقة بشكل عام، وأكثر المتضررين هم طلاب المرحلة الابتدائية لصغر سنهم وصعوبة ضبطهم وإلزامهم بالواجبات وإرسالها إلكترونياً، فبدلاً من سماعهم للشروحات يقضون وقتهم على الألعاب أو على اليوتيوب، وبذلك لا ترسخ في ذهنهم الأفكار، كما ظهرت الحاجة إلى تدريب وتأهيل المدرسين على كيفية الإعطاء بهذه الطريقة، بالإضافة إلى وجود بعض الأهالي، الذين لا يجيدون القراءة والكتابة ليتابعوا أبناءهم مما شكّلَ عبئاً كبيراً على المعلم والطالب، وكان هناك تخوف كبير من الأهالي على مستقبل أطفالهم باستمرار هذه العملية، حيث أصبحت مهنة التعليم تتأرجح على مهبّ الريح من تدمير المدارس والبنى التحتية إلى انتقاله لتعليم إلكتروني، لا يمت بأية صلة لمسمّاه وصعوبة الوصول إليه من كافة الطلاب الذي أدى إلى تخلي بعضهم عن إكمال تعليمه بهذه الطريقة والانسحاب دون الخوض في هذه التجربة.



تصوير: رامي السيد، استاذ في إطار التعليم عن بعد، بتاريخ ١٨/ ٥/ ٢٠٢٠م.

السيكوساماتية
أمراض أفرزتها الحرب

غنى مصطفى



أفرزت سنوات الحرب التسع في سوريا كثيرا من الضغوطات، والآثار النفسية السلبية في شرائح المجتمع كافةً، لم يستثن منها أحد، في مختلف المراحل لما عانى منه الشعب السوري في المناطق الخارجة عن سيطرة (نظام) منها الآثار المادية من قصف وقتل وتجويع وتشريد، ويعتبر تغيير مكان السكن من الضغوطات الحياتية، التي يمر بها الفرد، خاصة أنها لم تكن بمحض إرادته، إنما فرض عليه بسبب تغيير خارطة السيطرة العسكرية.

أمراض السيكوساماتية (نفسية جسدية)

من الأثار الجسيمة للحرب، ليس فقط ما نشاهده بشكل مستمر من قصف ودماء وأشلاء متناثرة، الدمار الذي لا يمكن أن نشاهد هو الأثر النفسي الذي خلفته هذه المشاهد بداخل كل من عاصرها وعايشها وخاصة على الأطفال.

جرّت الحروب كثيرا من الدمار على النواحي الاقتصادية والاجتماعية وهذا ينطبق على من فُرض عليه النزوح والتهجير وشعوره بالعجز في تأمين العمل، ما يجعله مستسلماً لوساوس قهرية تدور حول كيفية تأمين مستقبل أبنائه وتأمين احتياجاته الضرورية، وكيفية التأقلم مع البيئة والمجتمع الحالي، فيسعى لإيجاد عمل قد لا يتناسب مع قدرته الجسدية ومختلف عن مهنته إن استطاع ايجاد فرصة عمل أصلاً، فكثير منهم يجد نفسه عاطلاً عن العمل تماماً، فيشعر بالاكتئاب والإحباط والقلق.

من الأمراض النفسية، التي أفرزتها آلة الحرب هي المخاوف المرضية (الفوبيا) والعصبية الزائدة، والهيستيريا، وكلها ستنعكس لامحالة على الصحة الجسدية دون أن يشعر الشخص بذلك، كقلة النوم والصداع، فتتسبب بعدة اضطرابات وأمراض تقاوم أشكال العلاج الطبي المعروف، وتشكل الأمراض التي تعرف بـ (السيكوساماتية) أو الأمراض النفسية الجسدية

تتحدث (ريم عبد الكريم) الأخصائية النفسية في أحد المراكز المتخصصة لعلاج الاضطرابات النفسية في ريف حلب الشمالي عن أبرز لاضطرابات النفسية الجسدية، هي في الجهاز الهضمي، منها القرحة المعدية، وفقدان الشهية العصبي، وسببه التوتر الزائد، واضرابات الإخراج كالإسهال المزمن أو الإمساك والتبول اللا إرادي بسبب الشعور بالقلق والاستياء والضغوطات الانفعالية. وأمراض القلب والأوعية الدموية وهو ما يعرف بـ «عصاب القلب» وهو مرض أساسه نفسي، يظهر بشكل قصر في التنفس والتشنج والخفقان، والتوتر الزائد، ما يسبب ارتفاعا في ضغط الدم، والصداع النصفي، ومرض روماتيزم المفاصل، والامراض الجلدية والسمنة، وغيرها من الأمراض الخفية، التي ستظهر على المدى الطويل، والآثار النفسية المترتبة عليها كمرحلة الصدمة ومرحلة ما بعد الصدمة، والضغط النفسي بعضها تأزم ليشكل أمراضاً نفسية خفية، لا يمكن إدراكها بشكل مباشر، وتشخص غالباً على انها أمراض جسدية.

التأهيل النفسي والعلاج

تبين الأخصائية ريم: أن استخدام الأدوية المخففة من آثار الشد العضلي، والقلق هي أساس العلاج من هذا الأمراض، ويتم وصفها للمريض لتساعد أعضاء جسده على أداء وظائفها بشكل جيد، ويفضل اختيار أدوية، لا تسبب أعراض جانبية منومة، ولا تسبب بحدوث ظاهرة الاعتماد الدوائي، وبالتالي ظهور أعراض انسحاب عند إيقافها.

بعيداً عن الاضطرابات النفسية

الدمج المجتمعي والنفسي هو بيت القصيد في العلاج حيث استطاعت دول عدة الاستفادة من تجاربها أثناء الأزمات، وهذا ما نراه جلياً اليوم من خلال الندوات ووسائل الإعلام، لكن العامل الأكبر يعود لأسلوب الشخص، الذي يتبعه في حياته وكيفية تعامله مع الصدمات، وكيف يبدأ بالتكيف مع وضعه الحالي والبيئة، التي فرضته عليه ظروف الحرب

فالعلاج يعتمد على التفريغ والتنفيس الانفعالي لتحسين الأعراض الجسدية والنفسية وضبطها من خلال الاسترخاء وممارسة الرياضة وتغير السلوكيات ونمط الحياة والتحكم بالانفعال وتقبل الواقع هو الأساس الجوهري للعلاج.

إن مشاركة الآخرين الحياة الاجتماعية، أهمية كبيرة، والمحافظة على موارد الطاقة الإيجابية كمكان يُشعر بالراحة أو صديق تشعر بالراحة والرضا في مجالسته، من أجل ذلك ينصح بالبحث عن الحلول المناسبة، وعند التعثر يستشار أصحاب الاختصاص، يجب ألا نغفل عن هذا المرض الخفي، وندرك مدى خطورته على أنفسنا وأطفالنا.

غلاء الأدوية..
معاناة جديدة في الشمال المحرر

لمى السعود

تفرض الضائقة الاقتصادية متعددة الأسباب ذاتها على سكان المناطق المحررة شمال سورية، ممن أثقلتهم آلة القمع والقتل الأسدية، ولم يكن غلاء المعيشة والسلع الأساسية حكراً عليها فحسب، بل وصلت إلى الأدوية والمستلزمات الطبية، التي تعد من أبرز احتياجات المرضى والمصابين وكبار السن، لتزيد من معاناتهم المستمرة بسبب انتشار فوضى الدواء بدون رقابة.

يشكل الانهيار الاقتصادي المتجدد، الذي يتفاقم عوائق جديدة، تضاف إلى مصاعب الحياة اليومية والمعيشية للسكان في الشمال السوري، لا سيّما النازحين مع انخفاض قيمة العملة المنهارة، وسط انعدام لفرص العمل، وغياب القدرة الشرائية عن معظم السكان، بسبب عدة عوامل منها انهيار العملة المحلية، جريدة شامنا التقت محمد باكير مواطن قاطن بمدينة مارع، قال: هناك ارتفاع ملحوظ في أسعار الأدوية في المناطق المحررة، ونعاني منه حقيقة، وخاصة بعد انخفاض سعر صرف الليرة السورية، ونتيجة للأحداث، التي شهدناها خلال الفترات الماضية من إغلاق للمعابر، وتقييد دخول بعض السلع، وخاصة الأدوية سواء من تركيا أو من مناطق سيطرة ميليشيات الأسد.

ويلقي مدنيو الشمال السوري باللوم على بعض الصيدليات، التي لا تراعي الأوضاع المعيشية الصعبة والضائقة، التي يمر بها الشمال المحرر، جريدة شامنا التقت الصيدلي عمر كزلية في مدينة اعزاز شمال حلب، الذي أرجع سبب الغلاء إلى إغلاق الطريق من مدينة حلب الخاضعة لسيطرة (نظام) الاسد، والسبب الثاني، يعود إلى دفع مبالغ كبيرة للأدوية، التي يتم تهريبها من مناطق (النظام) حسب وصفه.

وأضاف: السبب الثالث والأهم هو أن الأدوية تصل بالعملة السورية، بينما التجار يقومون بتوزيعها بالليرة التركية، وكل منهم يصرف على حسب طريقته، مما يؤدي إلى اختلاف أسعارها بشكل متفاوت، فنحن أيضا ضحايا جشع التجارة.

تصوير: سيسيليا الطويل، أدوية، بتاريخ ٢٦ــ ١١ ــ ٢٠٢٠م.

وحول رأيه ما إذا هنالك خطة للحد من هذا الغلاء، قال كزلية: تسعير الأدوية تم من قبل نقابة الصيادلة بإعزاز، فقد حولوا سعر الدواء السوري إلى التركي، وبهذه الحالة أيضا استقرار الليرة التركية يلعب دورا في ارتفاع ثمن الأدوية وانخفاضها.

تتعدد أسباب غلاء الأدوية في الشمال السوري المحرر، وللاطلاع أكثر على الأسباب التقت جريدة شامنا الدكتور رامي كلزي، مدير البرامج في وزارة الصحة بالحكومة السورية المؤقتة، حيث أرجع ذلك إلى عدة أسباب أهمها غياب التصنيع المحلي وفق معايير الجودة المطلوبة.

وأضاف: أيضاً من الأسباب الرئيسية غياب معظم أصناف الأدوية من ضمن شحنات الأدوية المرسلة عن طريق العمل الإنساني من المانحين الدوليين، بما فيها أصناف دوائية تعتبر من الأساسيات، مما يدفع تجار ومستودعات الأدوية إلى شراء تلك الأصناف من السوق السورية أو التركية لتعويض ذلك النقص.

وأشار إلى أنه في الوقت الراهن، ربما لعب إغلاق المعابر الحدودية مع تركيا، وإغلاق المعابر الداخلية مع مناطق (النظام) إلى ارتفاع أكبر في أسعار الأدوية مع نقص العديد من الأصناف.

وما إذا هنالك خطة تعمل الوزارة على إتباعها لتحديد سعر الدواء قال كلزي: للأسف تزامنت أزمة الأدوية مع وباء كوفيد-١٩ الذي يحوز على معظم تركيز واهتمام كل الجهات الفاعلة في القطاع الصحي في شمال غرب سوريا، بمن فيها وزارة الصحة بالحكومة المؤقتة.

وأردف: على أية حال، فإن الوزارة الآن في المراحل الأخيرة من تطوير سياسات وإجراءات متكاملة لضبط وقوننة التصنيع والبيع الدوائي والطبي بشكل عام في الشمال الغربي السوري المحرر، والتشجيع عليه محلياً في الوقت ذاته.

حول ما إذا كان هنالك عمل جدي على مواجهة هذا الغلاء وكيفية ذلك قال الدكتور رامي: ما تقوم الوزارة حالياً بفعله هو المناصرة أمام الجهات الدولية ومنظمة الصحة العالمية للوقوف أمام التزاماتها وإرسال الكميات والأصناف الكافية لتغطية حاجات السكان في شمال غرب سوريا.

كما نوه الدكتور رامي إلى أن تأمين الأصناف الناقصة وزيادة توفر الأدوية في السوق بشكل مجاني سيكون له أثر كبير في خفض الأسعار بسبب ما يؤدي إليه من قلة الطلب على شراء الأدوية من السكان.

تعددت أسباب غلاء الأدوية في الشمال السوري المحرر بين شح الدعم الإنساني المرسل من قبل الجهات المانحة، وإغلاق المعابر الداخلية والخارجية وانهيار الليرة السورية، في حين يبقى المواطن السوري هو وحده الضحية.

مناشدات للمنظمات الإنسانية لتقديم مساعدات للنازحين في إدلب

ناشد فريق «منسقو استجابة سوريا» في بيان له، يوم الأحد ١٨/ تشرين الأول، المنظمات الإنسانية لتقديم المساعدات العاجلة للنازحين في شمال غرب سوريا، مع اقتراب فصل الشتاء.

وأوضح البيان أن المنطقة في الشتاء الماضي، تعرضت لأكثر من ٦ عواصف مطرية، أدت إلى أضرار كبيرة ضمن المخيمات والتجمعات العشوائية، التي ما زال يقطنها آلاف المدنيين النازحين في شمال غرب سوريا.

وشدد البيان على ضرورة تقديم المساعدات العاجلة والفورية للنازحين القاطنين في المخيمات والتجمعات العشوائية الواقعة في شمال غربي سوريا، وخاصةً ازدياد أعداد المخيمات خلال فترة النزوح الأخيرة إلى ١٢٩٣ مخيماً، يقطنها ١,٠٤٣,٦٨٩ نسمة، من بينهم أكثر من ٣٨٢ تجمع عشوائي غير مخدم مطلقاً بأبسط المقومات الأساسية.

وطالب البيان من كافة المنظمات والهيئات الإنسانية المساهمة الفعالة بتأمين احتياجات الشتاء للنازحين ضمن المخيمات بشكل عام، والعمل على إصلاح الأضرار السابقة، ضمن تلك المخيمات، بما فيها إصلاح شبكات الصرف الصحي والمطري، وتأمين العوازل الضرورية لمنع دخول الأمطار إلى داخل الخيام، والعمل على رصف الطرقات ضمن المخيمات والتجمعات الحديثة والقديمة.

ولفت البيان إلى ضرورة تخفيض أعداد القاطنين ضمن المخيمات من خلال تحقيق الاستقرار في المدن والقرى، التي شهدت عمليات النزوح الأخيرة، بحيث تنخفض المخاطر المتعلقة بانتشار فيروس كورونا.

إيجابيات و سلبيات الانترنيت

إعداد فاطمة نور الدين

عرف العالم الإنترنت منذ عام ١٩٦٩ م، وكان في تلك الآونة للحفاظ على شبكة الاتصالات أثناء الحروب، وبدأ العمل على الإنترنت على يد وزارة الدفاع الأمريكية ثم تطور بعدها لينقسم إلى شبكة عسكرية، وشبكة مدنية، وأخذت الشبكة في التطور حتى أصبحت سهلة الاستخدام للجميع حتى الأطفال، لكن بالإضافة إلى إيجابيات الإنترنت المعروفة، فهو يحمل بين طياته كثيرا من السلبيات، وخاصة على الأطفال، ويجب أن يستخدموه تحت إشراف كامل من الأسرة، تجنبا للمخاطر.

يستخدم الإنترنت أكثر من ملياري شخص حول العالم، لغايات متنوعة، منها اكتساب المهارات، التجارة، التسوّق، تبادل المعلومات، التسلية والترفيه، تتبّع الأخبار والتواصل. إنّ اقبال الأطفال على استخدام الإنترنت، يتميز بمرونة وحماس أكثر منه لدى الكبار، فالطفل لديه فضول بطبيعته، وهذه الأداة ترضي فضوله لما تُوفّره له من ألعاب ومعلومات.

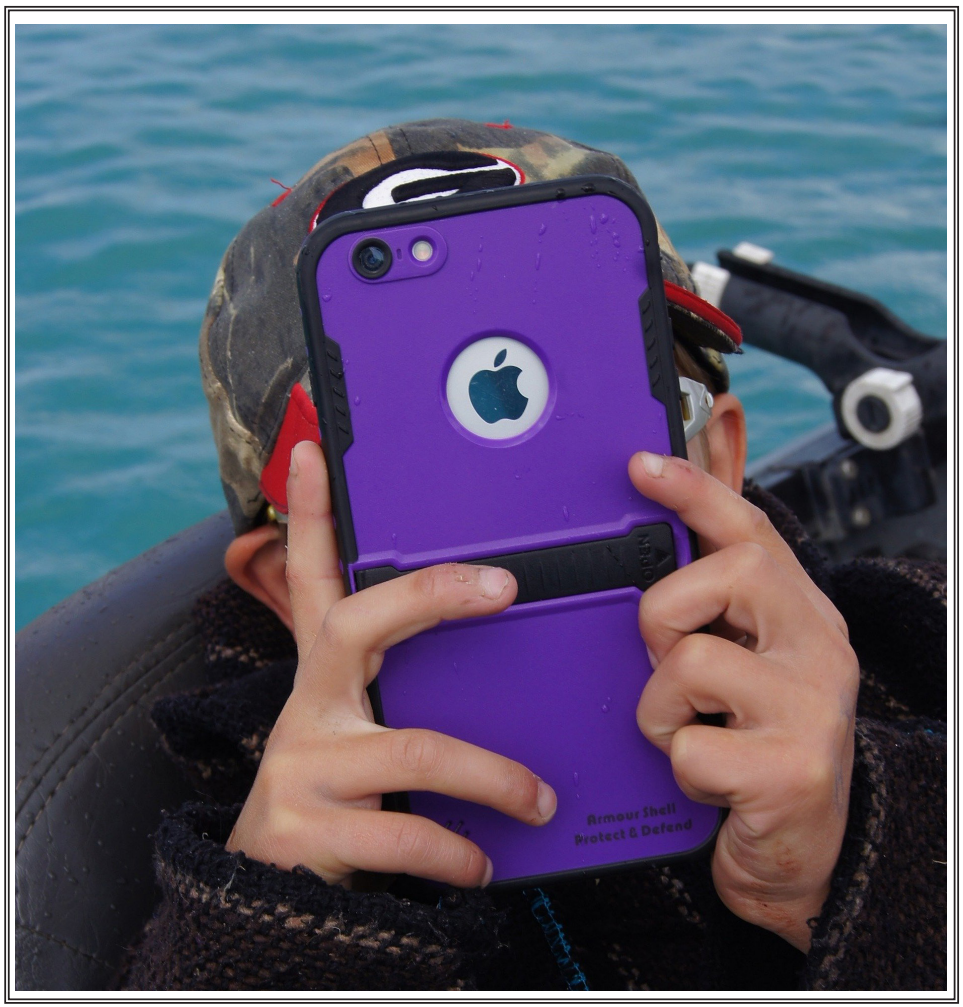
تُعتبر شبكة الإنترنت مصدرًا غنيًا للحصول على المعلومات والمعارف، وهي عبارة عن أداة تعليمية محفّزة ومسلّية للأطفال، يمكن مشاهدة المعارف المفيدة وتعلّمُها وحلّ المسائل من خلال الألعاب والبرامج التثقيفية والشبكات الاجتماعية، ناهيك عن كونها مصدرًا للتواصل بين الأشخاص، ما يوفّر فرصًا للتعلّمُ عن طريق تبادل المعلومات والمعارف والأفكار وإمكانية عرض التساؤلات على عدد كبير من الخبراء والباحثين في مختلف المواضيع، التي تتصل بالمقررات الدراسية.

تخلق الشبكة العنكبوتية جوًا من التفاعل والمشاركة بفضل ما توفّره من وسائل للتواصل الاجتماعي مع الأقران والأصدقاء والعائلة داخل أو خارج النطاق الجغرافي، الذي يعيش فيه الطفل عبر البريد الإلكتروني والرسائل الفورية والشبكات الاجتماعية وغيرها.

كما تنمّي مهارات البحث، التحليل، الاستنتاج، التفكير النقدي، الإنتاج الإبداعي والقدرة على التفكير السليم والتعلّم الذاتي من خلال

أساليب البرمجة، التي تتّسم بالمنطقية والتخطيط

السليم من جهة، وما تقّدمه من مواضيع ومعلومات وبين ما يكتشفه الطفل بنفسه من جهة أخرى، إضافة إلى تنمية مهارات استخدام



الحاسوب في المشكلات والمواقف التعلّميّة، كما تخلق هواية المطالعة لدى الطفل وتحسّنِها بفضل احتوائها على عدد لا متناهي من المواقع ذات النوعية العالية، التصميم المميّز، والمثيرة للاهتمام والفضول، ما يجعل من تصفّحها مصدرًا للتمتع والتسلية واكتساب المعرفة.

تؤمّن الشبكة أيضًا بيئة تعلّم محفّزة، ومثيرة للطلاب مستمدّة من واقعهم الاجتماعي، إذ تُشركهم في التعبير عن آرائهم من طريق الشبكات الاجتماعية، التي توفّر لهم إمكانية التدوين عن مواضيع اهتماماتهم ومناقشة القضايا ووجهات النظر والمشاركة في طلب المشورة وتقديمها.

مخاطر إدمان الأطفال للأنترنيت

١ ــ التعرض للانحراف

أصبح كثير من الأطفال يدخلون إلى عالم الإنترنت بشكل أقرب إلى الإدمان، وبعض الأسر قد تتجاهل تلك المشكلة ظنا منها بأن الإنترنت له فوائد عظيمة للأطفال، كونه مصدرا متميزا للحصول على المعلومات والتثقيف، إلا أن قضاء الأطفال ساعات طويلة أمام الشبكة العنكبوتية دون وعي أو رقابة يجعلهم عرضة للانحراف، وقد يضعهم في مشاكل كبيرة.

٢. فقدان الثقة بالنفس

واحدة من أهم سلبيات الإنترنت على الأطفال، أنه يعمل على فقدان ثقة الطفل بنفسه، وإضعاف شخصيته، كما أنه يعرّض الطفل للتعرف على الكثير من الأفكار بعضها يكون مغلوطا وخاصة المعتقدات الغريبة والثقافات، التي لا تتوافق مع مجتمعه وبيئته.

٣. متلازمة الإنهاك المعلوماتي

من المشكلات التي يتعرض لها الطفل بسبب استخدامه الإنترنت دون رقابة هي كثرة المعلومات، التي يتعرف عليها الطفل دون التأكد من صحتها، وبالتالي تعرض الطفل لما يسمى بـ «متلازمة الإنهاك المعلوماتي»، بالإضافة إلى إصابة الطفل بالانطواء وانفصاله عن الآخرين.

٤. تغيير سلوكيات الطفل

يؤثر الإنترنت على سلوك الطفل تأثيراً سلبياً لأسباب مختلفة، وخاصة عند ممارسته للألعاب العنيفة، كما قد يتعرض لمشاهدة بعض المواد الإباحية، مما سيؤثر بالسلب الكبير على شخصيته وتفكيره.

٥. الإرهاق والتعب

كثرة جلوس الطفل لساعات أمام جهاز الكمبيوتر أو الهاتف المحمول لتصفح الإنترنت، تؤدي إلى ضعف نظره، وإصابته بالصداع وأوجاع العظام، خاصة وأن جسده لا يزال في مرحلة التكوين، كما قد تؤدي أيضا إلى إصابته بالسمنة وما يرتبط بها من أمراض، خاصة وإن كان لا يمارس أي رياضة في الأوقات الأخرى.

٦. الوحدة والانطواء

كثرة جلوس الأطفال أمام الكمبيوتر أو كثرة تصفحهم للهاتف المحمول، تجعلهم أشخاصا غير اجتماعيين، وتشعرهم بالوحدة والانطواء، كما قد تعرضهم للابتزاز والمضايقة، عبر المحتويات العدوانية والمزعجة، التي يتم إرسالها إليهم عبر غرف الدردشة أو رسائل البريد الإلكتروني

رسالة لكل أم:

انتبهي لطفلك.. وطفلتك.. فهم أمانة في عنقك

ماجد الخالدي
يغني لسورية حرة لكل السوريين

موفق أبو الفدا

س ــ كيف تقدم نفسك للجمهور؟

ج ــ أنا ماجد الخالدي، من حي البياضة بمدينة حمص الوليد، أجيد الغناء، وكتابة الشعر المغنى، الذي يصلح للغناء.

س ــ عند قيام الثورة السورية أيّ الأساليب وجدت لديك لدعمها؟

ج ــ عندما انطلقت الثورة كنت أبلغ من العمر عشرين عاماً، بدأت حينها بتأليف وإنشاد الأهازيج الثوريّة في المظاهرات، أحسست بأني قادر على المشاركة في ثورة الحريّة من خلال صوتي وكتابتي للهتافات، بدأت من حي دير بعلبة الملاصق لحي البياضة، حيث (المايك) متاحٌ لمن يود المشاركة وكانت أولى مشاركاتي أنشودة من كتاباتي وهي (ثورتنا ثورة عزنا).

س ــ كيف تحدد ما تريد أن تكتب من الشعر؟ وهل تحوي كتاباتك لوناً واحداً؟

ج ــ لست شاعراً ولا كاتباً وإنّما أكتب ما بداخلي من ثورةٍ وغضب ضد (نظام) الأسد القمعي على شكلٍ لحن حزين أحياناً وأحياناً أخرى على شكلٍ فكاهي، وكذلك أكتب حسب المواقف السياسيّة وتطوراتها وما تتطلبه كل جمعة حسب اسمها الذي يتفق عليه الناشطون عادةً للتركيز على فكرة معينةٍ أو مطلب ثوريٍّ محدد.

س ــ برأي لماذا تحول الحراك السلمي إلى عسكري؟ وما موقفك تجاه الحراك السلمي؟

لدي قناعةٌ راسخة بأنّ الحراك السلمي هو الحراك الفعّال ضد (نظام) الأسد، حيث استقطب جميع الشعوب العربية ووحّدها في ثوراتهم ضد الظلم والاستبداد، وكان الاختلاف واضحاً في الثورة السوريّة، ما بين الحراكين السلمي والعسكري، الذي تم فرضه علينا فرضا بفعل أداة القتل والإجرام الأسدية، وعصاباتها الطائفية، التي اجتاحت أحياءنا، ودمرت بيوتنا، وقامت بأبشع عمليات الاعتقال والاغتصاب والإجرام، التي لم يشهد لها مثيل، مما جعلنا نضطر لحمل السلاح للدفاع عن أنفسنا، وأرضنا وحماية ثورتنا.

س ــ هل تعتقد بأنّ الشعب الثائر في الآونة الأخيرة، عاد لوضع آماله في المظاهرات؟

ج ــ لم يكن أمامنا سوى العودة للمظاهرات والساحات والمطالبة بحقوقنا من خلالها، كونها المنبر، الذي الأقوى دائما في إيصال رسائلنا وأهدافنا.

س ــ كثير من الناس يتساءل عن مدى فائدة المظاهرات اليوم، فما جدواها برأيك؟

المظاهرات صورة تعبيرية عن ثورتنا، وهي نشاطنا الأهم، والأكثر تعبيراً عن استمراريتنا والمجال الأصدق للتعبير والمطالبة بحقوقنا وأهداف قضيتنا المتمثلة بإزالة الأسد وإسقاط نظامه، لأنها قضية بداخلنا لا تعتمد على كبر منطقة تواجدنا أو صغرها، ونحن مستمرون لتحقيق هذا الهدف، والهدف أيضا من الحراك السلمي هو تربية جيل قادم على ثوابت وأهداف الثورة، الجيل الذي يحضر ويشاهد تلك المظاهرات سوف يكبر على هذا ويستمر بتلك القضية العظيمة إن لم تتحقق على أيدينا.

س ــ ما هو دور الشهيد عبد الباسط الساروت في الحراك الثوري بشكل عام؟ وما التغييرات التي سببها استشهاده؟

ج ــ الحراك والمظاهرات كان لها نكهة خاصة زمن الصديق الشهيد عبد الباسط الساروت، بحركاته، بأناشيده، بشعبيته، بطريقته، التي يحرك بها آلاف المتظاهرين ، كان له دور كبير بالحراك وخروج المتظاهرين ، ولا ننكر أنه و بفترة من الفترات مرَّ الحراك السلمي بحالة إحباط، وخاصة بعد احتلال ميليشيا الـ (نظام) لمدينة حلب وعدة مناطق من ريف حماه ، ولكن استشهاد الساروت أعاد الحراك إلى ما كان عليه، حيث أعطى استشهاده للعالم صعقة كهربائية، أحيتها من جديد بهمة عالية بعد الخمول والإحباط وفقدان الأمل، ليصبح استشهاده موقداً ومشعلاً لنور لن ينطفئ ، ولتعود أهازيج الساروت وكلماته لتحيا في جميع المظاهرات بعد موته.

س ــ ختاماً ما تقول عن الثورة؟

ج ــ نحن مستمرون بحراكنا حتى تحقيق هدفنا، وهو اسقاط (نظام) الإجرام، وتحرير سورية بالكامل من هذه العصابة المجرمة، وهذه أمنيتي وطموحي وطموح كل ثائر حر. ونطمح لأن يتولى أمورنا قادة سياسيون وعسكريون من الشعب، ويتبعون للشعب لا تغيرهم مناصب أو أموال، هدفهم قضية هذا الشعب المظلوم، ويقودوننا إلى سورية حرة لكل السوريين من غير الأسد.

وإن لم يكن النصر على أيدينا، فنحن مستمرون لتسليم الراية للجيل القادم، فالنصر آتٍ لا محالة.

مع أطفالها الستة
سبع سنوات على اعتقال طبيبة الأسنان (بطلة الشطرنج)

«رانيا محمد عيد العباسي» هي طبيبة أسنان وبطلة سوريا والعرب في الشطرنج، من مواليد العام ١٩٧٠، متزوجة ولها ٦ أطفال، ٥ بنات وصبي، اعتقلوا جميعا معها، وأصغرهم رضيعة كانت بعمر السنة والنصف حين اعتُقلت مع والدتها.

لم يُعرف شيء عن مصيرها إلى الآن اعتقالها، وترجح الشبكة السورية لحقوق الإنسان، تعرّضها لانتهاكات مختلفة، وتخشى على مصيرها ومن معها من «القتل».

ففي التاسع من آذار/ مارس من العام ٢٠١٣م، اعتقل زوجها عبد الرحمن ياسين من منزله في حي مشروع دمر بدمشق، وفي اليوم التالي، عاد عناصر الأمن إلى منزله مجدداً بصحبته، وسطوا على كل ما يملك من ذهب ومال وثلاث سياراتٍ حديثة، بالإضافة لأجهزة إلكترونية هي حواسيب وهواتف محمولة، كذلك جوازات السفر ووثائق ملكية ممتلكاته العقارية.

ووفق الرواية التي وثّقتها الشبكة السورية لحقوق الإنسان، وهي منظمة حقوقية غير حكومية، تعمل منذ العام ٢٠١١م، بهدف توثيق الانتهاكات، التي تحصل في سوريا، فإن عناصر الأمن أخبروا زوجة ياسين بأنهم (سيعودون غداً لاقتيادها هي وأولادها).

وفي ١١ آذار/ مارس ٢٠١٣، اعتقل عناصر الأمن زوجته رانيا العباسي مع أولادها الستة، وسكرتيرتها، التي كانت في منزلها ذلك اليوم بمحض الصدفة، وهي مجدولين محمد فارس القاضي، وسطا رجال الأمن على ٦ حقائب تحتوي على أغراضٍ شخصية لها ولأولادها.

وينشر ناشطون وحقوقيون في الذكرى السابعة على اعتقال رانيا وأطفالها عبر صفحاتهم على السوشيال ميديا، مندين باختفائهم باليوم العالمي للفتاة بإشارة إلى بنات رانيا اللواتي كبرن خلف القضبان على خلاف فتيات العالم أجمع.

يذكر بأن رانيا وأطفالها كانوا مدرجين على قائمة المفرج عنهم ضمن صفقة التبادل مع الأسرى اللبنانيين، غير أن عدم الإفراج عنها دفع الشبكة السورية لحقوق الإنسان للاعتقاد بإمكانية أن يكون الـ (نظام) أقدم على قتلها تحت التعذيب

@shamnanewspaper
@shamnanewspaper
shamna_souryana 2020

جريدة أسبوعية
شامنا
صوت الثورة السورية

رئيس التحرير : رواد إبراهيم
Editor- in-Chief : Rawad Ibrahim
shamnanewspaper@gmail.com
+905394347092

الفنان عزيز الأسمر

الصورة تجعل من الوجع ليس حكرا على السوريين

عريفة موسى

الفنان عزيز الأسمر من مدينة بنش، بإدلب، ولد في أسرة فنية عريقة، وهو البالغ من العمر ٤٨عاما، صاحب اللوحات الجدارية المسماة بالرسم الجرافيتي، كان لشامنا الحوار التالي معه:

س ــ كيف تعلمت الرسم؟

ج ــ انتقل إلي الرسم بالوراثة، فأبي يتقن فن الخط العربي، وأخوالي رسامون، أقاموا عدة معارض في سورية ولبنان، قد كنت أرافقهم، وأتعلم منهم، وأخذ بعض الأفكار منهم، كانت معظم النقاشات في المحيط الأسري، هي نقاشات فنية، مما زاد من خبرتي الفنية، وقد تركت مدرستي في المرحلة الاعدادية بسبب الظروف المادية لأهلي، لكنني لم أتخل عن عشقي للرسم، فبقيت أمارس هوايتي المحببة على الورق، عملت في مدينة بيروت لأكثر من عشرين عاماً في دار للنشر، كأمين للمكتبة، كنت حينها أعمل على تخطيط عناوين للكتب الصادرة عن تلك الدار.

س ــ متى بدأت بالرسم للثورة؟

منذ بداية الثورة السورية، واكبتها برسوماتي على الورق خلال إقامتي ببيروت، وعندما سنحت لي الفرصة العودة إلى إدلب، استبدلت الرسومات الورقية بالرسم على الجدران المدمرة.

كانت سراقب وكفرنبل وداريا مدنا سباقة بالرسم الجرافيتي، فعملت على رسم جداريات كبيرة، ظهرت بحجم أكبر بكثير ممن عمل بهذا الفن سابقا، على المستوى المحلي.

س ــ ماذا تريد أن توصل من خلال رسوماتك؟

في مناطق عديدة بالمحرر، رسمت على جدران سراقب وكفرنبل وإدلب وبنش وحيش والمعرة وإحسم، كل صورة رسمتها، كانت حكاية من حكايات الكفاح، وصوت الحق في زمن أخرس، أصم، كل رسمة حاولت أن أحرك من خلالها الضمائر النائمة، لتهز مشاعر من غفل عن الشعب السوري، الذي أراد يوما ما أن يعيش.

يمكن للناس أن يتحدثوا عن الأمان، الذي يناقض عيشة الحروب، يمكن أن يتحدثوا عن أعداد اللاجئين، والمعتقلين، والمشردين، والشهداء بدون أن ترمش لهم عين، أو تتأثر قلوبهم، أو تستيقظ ضمائرهم، لكن الصور كفيلة، بأن تجعل الوجع ليس حكراً على الشعب السوري فحسب، وليسوا ارقاماً فقط، وإنما هم أناس من لحم ودم، هم أرواح، ظُلموا، وبعثرتهم الحرب الدامية، ورقصت على أجسادهم البالية، وقد كانت جدارية بنش التي تبلغ ٣٠ متراً، التي كتبت بداخلها أسماء ٦٠٠ شهيداً من شهداء الثورة الأثر الكبير في نفسي، وفي نفوس كل من شاهدها.

س ــ كيف ترى كفنان معاناة السوريين في ظل الحرب الجائرة؟

نحن لسنا إرهابيين، ولسنا بقعة سوداء، نحن الثورة، نحن الفكر والأدب، والإنسانية، نتفاعل مع قضايا الحق، ونتضامن مع المظلومين، قدمت فني على الجدران المهدمة ليصل صوتي وصوت أخوتي السوريين، واعتبرتها رسالتي، التي لا أملك غيرها، فالحرب والمعاناة، لا تحتاج إلى سلاح فقط، بل إلى أفكار، وألوان إلى قوة في رفع صوت الحق المبحوح.

س ــ كيف دفعتك الأحداث للتعبير من خلال الرسم؟

الثورة أثرت في كثيراً، الثورة فكرة، والفكرة حية خالدة، إذا كانت في موضعها الصحيح، إنني أحمل الجداريات، التي أرسمها فوق ما تستطيع من معاناة بألم يحكى ويعاش.

الألم الذي ذقناه أكبر من كل اللغات والرسومات، القهر الذي عشناه، يصيب الحروف والصور بارتباك كرجفة أرواحنا عند المضي إلى المجهول، لذلك حاولت أن أقدم كل ما أستطيع في سبيل ثورة الكرامة.

هل لك ساهمت بمشاركات خارجية في الرسم؟

هناك تعاون مع جامعات أوربية ببعض الرسومات، ولي مشاركة في أفلام وثائقية عدة، وقد تعاقدت مع جامعة المانية للرسم على الجدران المهدمة، وكانت الرسومات عبارة عن شخصيات كرتونية مشهورة، وبجانب كل شخصية عبارة كتبت بإحدى اللغات الغربية من انكليزية والمانية وفرنسية عن كل ما يحدث في سورية من قتل وحرب.

كذلك شاركت في فيلم «ابتسامة حرب» فلم يقتصر دوري على الرسم فحسب، بل كانت لي مشاركات اخرى في مشاهد تلفزيونية أيضاً.

كنت أنا من يرسم، وأخي يعزف على الكمان، فكانت هذه الصورة هي مرآة الأحوال والماسي، التي عبرناها، فجسدناها بمشهد تلفزيوني، لنتجاوز من خلال هذه المشاهد الحدود والجنسيات والقوميات، ونكون قادرين على ايصال ما نشعر به من آلام الحرب الدامية.

برأيك هل وصل صوت الثورة للخارج؟

كثير من الصحف الغربية نقلت حكايات الجدران بحرفية، لأنهم شعروا بأن هذه الرسومات والعبارات، تنقل واقعاً حقيقياً، من ظلم وإجرام (نظام) الأسد، كذلك وكالة رويترز، وبعض وكالات الأنباء الفرنسية غطوا عددا من الرسومات

حجي مارع
الشهيد عبد القادر الصالح

عقبة حدبة

كان الشهيد عبد القادر الصالح من أوائل الملتحقين بالثورة، حيث ساهم في تنظيم الحراك السلمي الثوري في مدينة مارع شمالي حلب، ومع بدء الأعمال العسكرية للثورة اختاره الثوّار قائداً للكتيبة، التي أسّست في مدينة مارع لتحريرها.

مع ضرورة إيجاد كيان عسكري منظم وقوي، يستطيع ردع قوات الأسد، نجح حجي مارع بجمع الكتائب الصغيرة المقاتلة ضد (نظام) الأسد إلى أكبر تجمع للثوار، وهو لواء التوحيد، ثمّ أصبح قائداً للعمليات العسكرية في لواء التوحيد.

لواء التوحيد هو أول من دخل حلب المدينة، التي تأخرت في لحاق ركب الثورة السورية، وتجلت قوة اللواء في معارك أحياء صلاح الدين والصاخور وسيف الدولة، اللواء الذي انضم تحت رايته أكثر من ١٠٠٠٠ مقاتلا، يمتلكون تسليحاً خفيفاً ومتوسطاً والقليل من السلاح الثقيل المصادر من مخازن ومراكز ميليشيات الأسد.

للصالح مواقف مشهورة، كان أهمها وأكثرها صدى هي مؤازرته لمدينة القصير بحمص، في الوقت الذي امتنعت فيه العديد من الكتائب حينها عن الذهاب للقصير لمواجهة قوات الأسد المدعومة بعناصر وميليشيا حزب اللّه اللبناني، وشارك أيضاً في تحرير أجزاء واسعة من مدينة حلب.

شارك الشهيد عبد القادر الصالح في معارك تحرير الريف الشمالي لحلب، وتعرض لمحاولتَي اغتيال قبل استشهاده، أصيب في إحداها بعدّة طلقات نارية في كتفه، كان للشهيد جهودٌ حثيثة في توحيد الفصائل العسكرية ووأد الفتن.

لا يتعدى عمر عبد القادر الصالح الـ ٣٣ عامًا آنذاك، إلا أنه صقل لنفسه شخصية، جمعت العديد من الكتائب حوله، إذ إنه من القلة القليلة، التي تجتمع على محبتها كل الفصائل المقاتلة في سوريا.

كان الرجل معروفاً ببساطة عيشه، وبتواضعه حتى أن عائلته مكثت في مسقط رأسه مارع إلى فترة ليست بالبعيدة، وقد ذكر أبناء بلدته أن الصالح في زيارته الأخيرة، طلب أن يحفر قبره، وأوصى بأن يدفن في مارع وهو ما حدث.

الشهيد عبد القادر كان محبوباً من الجميع بسبب عفويّته وتواضعه، ومحبّتِه للجميع وصدقِه في المطالبة بحرّية شعبه، فكان مثالَ القائد العسكري الشجاع.

استُشهد يوم الأحد (٢٠١٣/ ١١/ ١٥م) بعد أن استهدف الطيران الحربي اجتماعاً لقياديّي لواء التوحيد في مدرسة المشاة شرقي حلب.

ترك حجي مارع وراءه حملاً ثقيلاً وفصيلاً عسكرياً، كان يعتبر من أكبر الفصائل العسكرية المقاتلة ضد (نظام) الأسد في سورية، لكنه تفكك بعد استشهاده بوقت قصير.

مدينة اعزاز

إعداد شامنا

بوابة حلب الشمالية، تقع إلى الشمال منها، وتبعد عن مركز المدينة ٤٧ كم، وعن الحدود التركية حوالي ٥كم،

بنيت في عهد الحثيين، ولم يذكر التاريخ أنها كانت عاصمة لأية مملكة، بمعنى دولة مستقلة، لكنها تابعة للممالك الأخرى، وفي عهد الأشوريين والبابليين، كان اسمها خزازو، وعرف بأن لها سوراً عظيماً وكبيراً لأنها تقع في منطقة منبسطة،

يقول ابن الأثير في تاريخه «الكامل: إنها فُتحت على يد عياض بن غنم عام ١٥ هجرية (٦٣٦ ميلادية) بعد فتح حلب،

عام ٣٦٣ هجرية (٩٧٤ ميلادية) ضرب الزلازل المنطقة فدمر أجزاء واسعة من المدينة وقلعتها وسورها،

احتلها الصليبيون عام ٥٤٨ هـجرية (١١٥٢ ميلادية) وطمسوا معظم ملامحها التاريخية وسموها «هازارات» لكن القائد صلاح الدين حررها، وأعاد ابنه الظاهر غازي بناء قلعة إعزاز، التي تعد من أهم التلال الأثرية في سوريا.

المدينة القديمة كانت تقع على تل يعرف باسمها، ويشغل مساحة تقل عن خمسة هكتارات بقليل، وله شكل بيضوي، تنحدر سفوحه الشمالية والشرقية بشدة، أما السفوح الجنوبية والغربية فانحدارها متدرج ببطء، ويبلغ ارتفاع التل عما حوله ٢٨م وعن سطح البحر نحو ٥٩٠م، وفيها جامع قديم يعرف بالجامع الكبير، يعود بناؤه إلى سنة ١٢٠هـ/ ٧٣٧م.

ظلت إعزاز قرية متواضعة حتى مطلع القرن العشرين، لا يزيد عدد سكانها على ١٥٠٠ نسمة، وفي عام ١٩٢١م، عقدت اتفاقية أنقرة، وفصلت كلّ من سورية، بقيت أعزاز من القرى السورية، فجعلت مركزاً للقضاء، وألحقت بها القرى الأخرى كما ألحق بها عدد من القرى، التي فصلت عن قضاء جبل سمعان، وأدى ذلك إلى بدء توسع إعزاز ، فتم سنة ١٩٢١م، فتح طريق جديدة، تربطها بطريق حلب ــ تركيا، وأنشئت فيها دار للحكومة.

بدأ عدد سكانها يزداد بالهجرة إليها من القرى والمدن المجاورة، سكنها عدد كبير من

الأرمن، الذين بنوا في غربها بيوتاً لهم من الطين والخشب، وماتزال تلك الحارة تسمى حارة الأرمن، مع أنهم انتقلوا للسكن في مدينة حلب، وبقيت قيودهم المدنية.

قبل انطلاق الثورة السورية، كانت مدينة إعزاز مركزاً للمنطقة المعروفة باسمها، وكان يتبع لها خمس نواحي هي

(مارع – تل رفعت – أخترين – صوران – نبل) وبلغ عدد سكانها حوالي ٦٠ ألف نسمة، يعمل معظمهم في الزراعة مع توجه قسم كبير من أبنائها خلال العقدين الأخيرين من القرن الماضي للعمل في مدينة حلب، فيها سوق كبير يتفرع منه سوق فرعي مسقوف يُعرف بإسم (سوق الأكراد).

مع بداية الثورة كانت مدينة إعزاز من أوائل المدن، التي انتفضت على (نظام) الأسد، وانطلقت فيها المظاهرات السلمية حتى سقط أول شهيد من أبناء المدينة بتاريخ ٢٢/ ٧/ ٢٠١١م، واستمر الحراك السلمي فيها حتى شباط عام ٢٠١٢م، حيث كان نقطة تحول في تاريخ ثورة المدينة.

تحررت المدينة بتاريخ ١٩/ ٧/ ٢٠١٢م، بعد معارك عنيفة بين فصائل الثورة من مختلف مناطق ريف حلب الشمالي وقوات الأسد، وجرى تدمير عشرات الدبابات، ما دفع الناشطين حينها لإطلاق لقب (مقبرة الدبابات) على المدينة، وبدأت بذلك مرحلة جديدة من تاريخ المدينة.

باقون ما بقي الزيتون

مريم الطاهر

كما سابق لقائتنا، رميت خمسةً من الحصى داخل البئر، كلما استحضرتك مخيلتي، لاحت لي كوفيّتك قبل ألفة وجهك يا ناصر.

ــ أمجنونةٌ أنتِ يا ليلى؟

ألم يمنعكِ والدك من تهريب الطعام لي وللرفاق؟ أكاد أقسم أنّه لو علِم فسيقتلكِ.

ــ نموتُ ويحيى الوطن يا جبان.

تضحك وأضحك لضحكاتك، وأخبئها داخلي لأيام، تخلو منها، نجلس تحت الزيتونة، التي سنبنيّ منزلنا بقربها.

ــ يا قلبي تبولة، ومأكولاتٌ مقليّة بحقّ المقاومة أحبك.

ــ يا جشع، أتحبني أم تحبُ ما أطهو لك؟

ــ كلاكما، على أيّ حالٍ دعيني أعود إلى الرفاق، تركتهم في البئر جياعاً.

ــ ناصر..

ــ عينا ناصر!

ــ لمَ تتجنب النظر في عينيّ؟!

ــ أخشى أن أبقى معكِ عالقاً بهما، ولن يشفعَ لي شافعٌ عند عمر.

ــ لا يا ناصر، داخل ليلى يخبرها بأنّك تخفي أمراً.

ــ لطالما غلب داخل ليلى أعذاري!

نجهزُ لعمليةٍ، تشمل أطراف القدس مع قساميين أخر، لا تبكي يا ليلى، سأعيد مع أترابي قدسنا ولو لدقائق، لتحكي لأطفالنا كيف حررنا القدس.

ــ يمتلكني الخوف يا ناصري، عدني بعودتك، عدني أنّك ستكون بخير.

ــ اهدأي، أعدك بأنه بمجرد عودتي، سأعاود المحاولة مع والدك وعليه منحي إيّاكِ يا حمقاء.

قبل أن أخلد الى النوم يومها، بدأت أصوات القصف والرصاص تتعالى، علمت حينها أنك كنت في عين الخطر، نمت وأنا أقرأ كتاب اللّه، راجيةً منه أن يعمي بصر أشرار خلقه عنك، لأفتح عيني صباحاً على صورة والدي والدموع حبيسة عينيه، شعرت بأنّ خطباً ما حصل.

ــ لقد مات ناصر يا ليلى، أصرّ أهله على دفنه بحضورك.

استندت بكل ثقلي على جثمانك، أردتك أن تمسكني عن الأرض لآخر مرة، غطاؤك دمك، الذي أحب، أبعدوني عنك، أهالوا عليك التراب يا ناصري، كنتَ قد أوصيتَ بدفنك بقرب الزيتونة التي نحبُ، حرموني إيّاك، حرموني منزلنا، منحوني بدلاً منه قبرك، بقي لي منك كوفيتك، التي طرزناها سويّاً، واخترت شعارها يوماً: باقون ما بقي الزيتون.

مطلوب لجريدة شامنا

إعلان شاغر وظيفي

مسوق إعلاني

العدد 4

مكان العمل : إعزاز - عفرين - الباب - إدلب

المهام الوظيفية الرئيسية:

العمل ضمن فريق الإدارة - تنفيذ المهام الإعلانية وفق الخطط المصممة لها

تقديم تقارير دورية "شفهية و كتابية" عن المهام الوظيفية

التنسيق مع إدارة التحرير

الشهادات و الخبرات المطلوبة

أن يكون حاصلاً على شهادة ثانوية كحد أدنى - أن يمتلك مهارة التواصل

القدرة على التنظيم - القدرة على استخدام الحاسب الآلي

الراتب يحدد وفق أصول العمل التسويقي

لمن يود التقديم يرجى إرسال السيرة الذاتية على البريد الإلكتروني

shamnanewspaper@gmail.com

على أن تكون متضمنة الشهادات و الخبرات السابقة و معلومات التواصل بشكل واضح

سيجري التواصل مع المتقدمين المرشحين للمقابلات فقط

آخر موعد لقبول الطلبات : 10-12-2020

جريدة أسبوعية
شامنا
صوت الثورة السورية

لإعلاناتكم على جريدة شامنا
يرجى التواصل على الرقم التالي

+905394347092

شهداء أحياء

ريما خطاب

وقفت بباب البيت، فردت ذراعيها، وأسندتهما لطرفي الباب، عقدت حاجبيها لتزيد الخطوط والتجاعيد على وجهها العابس، وبصوت جهوري قالت لسمر وعبد اللَّه:

ــ هذه أمكما، التي صدعتما رأسي بطلب زيارتها، لو كانت تشتاق لكما لسعت لزيارتكما، لكنها استغنت عنكما، ونسيت أنكما طفلاها، وموت أبيكما لا يعني أن تتخلى عنكما.

رمت سمر جسدها الصغير في حضن أمها، وراحت تضم، ما استطاعت، ذراعيه الصغيرتين من جسد أمها، تناثر شعر سمر الأسود المجعد الطويل، على ظهرها الصغير، فراحت الأم تلمه بيديها وتشمه، فيما كانت الدموع تنهمر، وتبلل خصله الكثيفة.

أما عبد اللَّه، فقد تسمر في عتبة البيت، واكتفى بمراقبة مشهد اللقاء، الذي جاء بعد سنة وعدة أشهر، ولأنه يملك عقلا أكبر من عمري، استطاع تمالك نفسه، وحبس دموع شوقه لأمه، ودموع الظلم، الذي يعيشه في بيت جده عند زوجات الأعمام، والذي يجب أن يخفيه عنها، حتى لا يزيد من عذابها بسبب بعدها عنه وعن أخته.

بصيغة الأمر، وبقسوة، صاحت الجدة:

– سأعود للبيت، امكثا عندها، افرغا شحن شوقكما لها، بعد يومين سآتي لآخذكما

وارتفع صوتها أكثر بعد أن أشارت بالسبابة متوعدة:

– وإياكما أن تطلبا زيارتها مرة أخرى، إلا أن يشاء اللَّه.

أدارت ظهرها، ومشت بخطى ممتلئة بالغضب، الذي كان يصرخ دونما صوت! ركض عبد اللَّه مسرعا، وحضن أمه وسمر، وعلا صوته بالبكاء والصراخ، بعد أن أعلن استسلامه أمام شوقه لأمه، وبعد أن تخلى عن مكابرته الفضفاضة على طفل بعمره، في مثل هذا الموقف.

هز كيان الجارة الجالسة مع الأم، هذا المشهد المجرد من كل إنسانية، عقد لسانها، واشتاط غضبها، أرادت التحدث، لكن عبرة عظيمة الموقف أنهت كل حديث.

هدوء ساد الغرفة، إلا من نحيب القلوب، وشهقات الأرواح، التي تهاوت تحت سياط القهر والقمع لتعتل بهشاشةٍ تجلت بوضوح. نفضت الجارة هول وحدة المشهد، صرخت بالأم لائمة مقرعة:

– أمثل هذين الطفلين يتركان؟!! .. أمثل سمر وعبد اللَّه يتخلى عنهما!!! .. ويحك، أتتركين هذه الزهور تداس تحت أقدام التسلط والعنف، لتسحقا، وتموت بعدك!!! صرخة مدوية تجعل من الهدوء صخباً، يعكر كل صفو:

– لا تظلميني كما فعلوا، لم أترك ولدي برغبتي، لم أتركهما بملء إرادتي.. لم أفعل هذا لأتزوج وأنعم بحياة زوجية سعيدة مع رجل غير أبيهما كما زعموا، كذليلةٍ لاكها غدر الزمان ورماها بين أناس، لا يعرفون الرحمة.. لقد كنت أعيش مع أهل زوجي، لكن الغيرة والشك وعدم مخافة اللَّه من نساء إخوة زوجي، كانت ستدمرني، وتشوه سمعتي، تحملت كثيراً من أجل ولدي، لكن خبث ومكائد من حولي أجبرتني على تركهما، ومن في وضعي لن يقبل أهلها أن تبقى دون زواج، مخافة كلام الناس.

آه..... آه.. كم رزحت نساء تحت مصائب هذه الحرب!.. كم تركت خلفها ثكالى، كم عضت نوائبها أمثالي من الضعفاء والمضطهدات، تتنفس الصعداء وتتابع:

– ليس الزوج فقط من يستشهد في هذه الحرب، نحن أرامل الشهداء، وأبناؤهم شهداء أحياء!!!

أماني
ترفض التوقف للهزيمة

سلام أحمد

أماني ترفض التوقف للهزيمة

سلام أحمد

تنحدر أماني من الغوطة الشرقية بدمشق، من مدينة دوما تحديداً، حيث عملت محاسبة ومدرّسة قبل إصابتها، مع بداية الحملة الأخيرة على الغوطة، فقدت قدمها واستشهد خطيبها، وذلك أثناء ذهابها لأداء عملها، عانت كثيراً من المشاكل في بداية الأمر، لكن نتيجة الظروف، التي كانت تعيش فيها، كان عليها أن تتمالك نفسها، وأن تعود إلى العمل لتعيل عائلتها. لأن أماني هي المعيلة الوحيدة لعائلتها.

بعد أيام قليلة من إصابتها، عادت أماني لممارسة عملها، وكانت قد انتقلت مع عائلتها إلى أحد ملاجئ المدينة، ومع بداية حملة التهجير، هاجرت مع قسم من عائلتها إلى الشمال السوري، لم تستطع الاستمرار في عملها كمحاسبة بسبب وضعها الصحي الجديد، فانتقلت إلى قسم إدارة المشاريع، لتتمكن من العمل في المنزل، وبذلك تتابع أيضاً مراحل العلاج، ومساعدة عائلتها.

حدثتنا أماني قليلاً عن إصابتها وبالذات عن يوم الحادث الأليم الذي فقدت فيه قدمها، وعن المشاهد التي شهدتها أثناء انتظارها دخول غرفة العمليات وعن تلقيها خبر استشهاد خطيبها، الذي كان برفقتها.

«كانت إصابتي في يوم الخميس الواقع بتاريخ ٢٠١٨\٢\٢٢ أثناء ذهابي إلى عملي برفقة خطيبي الساعة الثامنة صباحاً، علماً أن دوامي يبدأ عادةً بعد الساعة الثانية عشر ظهراً، لكن كان العمل معلقاً نتيجة الحملة العسكرية الأخيرة على المنطقة، فتوجب عليّ الحضور بسبب طبيعة عملي كمحاسبة.. وقبل وصولي إلى عملي بمسافة مئة متر تقريباً، سمعنا صوت الراجمة، فأمسكت بيد خطيبي، الذي حاول حمايتي، ركضنا معاً، وعند وصولنا إلى الباب سقط بجانبنا ثلاث قذائف، فتطايرت الشظايا، واخترقت جسده قبل أن تصلني، في ذاك اليوم شهدت المنطقة مئة وستين قذيفة، كانت هناك إصابات كثيرة، نقلوني إلى النقطة الطبية، التي لا تتوفر فيها جميع الاختصاصات الطبية، فقد كانت المواد الطبية على وشك النفاذ، وقد استغرق وصولي للنقطة ساعة واحدة، نتيجة القصف الهمجي، فسيارات الإسعاف لم تستطع الوصول بسرعة، لكثرة القذائف، عندها اضطررنا أن ندخل المكتب، وخطيبي الذي كان برفقتي ظل في مكانه وكان قد أصيب بجروح أخرى ونزيف حاد، ولم يستطع الدخول إلى المكتب، وبعد هذا العذاب بنصف ساعة، هدأ القصف، وتوجهت سيارات الإسعاف إلينا لنقل جميع المصابين، الذي بلغ عددهم مئة مصاب تقريباً، وبعد أن تم نقلنا انتظرنا دورنا، لكن بعد لحظات قليلة فارق خطيبي الحياة وفارقني، وانتظرت دخولي لغرفة العمليات حتى الرابعة عصراً، مع نزيف حادٍ، فقدت على إثره ما يقارب ثلاث وحدات من دمي، وكان الوضع في النقاط الطبية، لا يسمح بنقل الدم إلا بكمية قليلة، لسد حاجات جميع المصابين، وخرجت من العمليات عند السادسة مساءً إلى قسم العناية المشدّدة.

في صباح اليوم خرجت من المشفى، بلا علاج من إصابة البتر، ولا من جروح الوجه والبطن. أما الشظايا والجروح، التي كانت في جسدي فما زالت موجودة، عند عودتي إلى المنزل استدعى والدي، ابن عمي وهو مسعف في الدفاع المدني، ليقوم بإكمال العلاج، الذي كان من المفروض أن أتلقاه في النقطة الطبية، قام بإخراج الشظايا وتنظيف وتعقيم الجروح الناجمة عن الإصابة (بتر بالقدم اليمنى تحت الركبة – إصابة بالبطن – والخاصرة والوجه (تحت العين مع شظايا بالعين اليمنى) – تمزق باليد اليمنى، مع شظايا بالقدم اليسرى وحروق، ومع هذا كله عدت إلى عملي بعد ثلاثة أيام من إصابتي، كنا قد انتقلنا إلى العيش في أقبية تحت الأرض، بسبب الحملة الشرسة، التي قام بها (نظام) الأسد على الغوطة، لكن لم أقف مكتوفة اليدين، بل كان هذا دافعاً قوياً لي للعودة للعمل، وبما أنني المعيلة الوحيدة لأسرتي ولأبناء أختي الأيتام، وبما أنني تعرضت لبتر في ساقي، كان من المفترض أن اتابع علاجي الصحي والفيزيائي ولكن للأسف لم يكن هناك مركزاً للعلاج، وإن وجد فهو لعدة أيام فقط ، وفي الأحوال الطبيعية ينبغي الاستمرار في علاج الشخص المصاب قبل تركيب الطرف الصناعي، وأثناء التركيب، وكذلك بعد الانتهاء منه، إضافة إلى علاج نفسي وتأهيلي، يخضع له المصاب لتأهيله وإرشاده على كيفية حماية نفسه والاعتماد على ذاته دون طلب المساعدة من أحد.

مشكلات إضافية للنساء الفاقدات للأطراف، أبرزها اضطرارهنّ لانتظار مدة مضاعفة لحين حضور ممرضة من أجل أخذ المقاسات، وحرمانهنّ من متابعة عملية العلاج الفيزيائيّ، كذلك قلّة أو ندرة العلاج النفسي/ الشبحي لمثل هذه الحالات، وعدم توفر الشحنات الكهربائية لمعالجة الضمور العضلي بعد توقف العضلات عن العمل لمدة ستة أشهر، وعدم مطابقة معايير الطرف للمواصفات الصحية العالمية، مع مضاعفات قد تصل إلى تصحيح عملية البتر وذلك لتأذي الطرف من الوزن الزائد، ومن العقبات أيضا، قلّة مادة السيليكون الطبيّ، وعدم توفر مكان الإقامة والسكن الصحيّ للفاقد للطرف، وغياب مستلزمات العناية كالمراهم وغيرها.

اصرار أماني على البقاء ساعدها وأفراد أسرتها على التأقلم مع حالتها الصحية، تقول إن والدتها تخشى عليها من التهور بتصرفاتها كقيامها بأشياء لم تعد مؤهلة للقيام بها، رغم تعاون جميع أفراد الأسرة معها ومساعدتها في الكثير من الأمور، لا سيما عندما تكون بغير طرف وتكون مضطرة للمشي بالعكازات، الأمر الذي تعيشه أماني في مكان العمل أيضا.

أماني الفتاة الحالمة والمتفائلة والمؤمنة بأن تعبها وتضحياتها، لن تضييع هباء، بل على العكس، ستصنع سورية السلام والحرية، ولابد لجراحها أن تثمر وطناً عادلاً يوماً ما، تراه قريبا.

إلى فلذةِ كبدي

تسنيم كنجو

أمّا قبل:

أكتبُ إليكَ يا بني بدمي النازفِ على فراقكَ، لعلَّ بعضَ الكلماتِ تُكفّرُ عن ذنبي، الذي اقترفتُه بحقكَ. أكتبُ إليكَ بأصابعٍ مبتورات من شدةِ الندم.

أمّا بعدُ:

كنتُ في الثامنة عشرَ من عمري حينَ تقدّم أبوكَ لخُطبتي، حينٍ التقتْ عيناي بعينهِ، شعرتُ أنني فراشةٌ، حصلتْ على حقلٍ خاص بها، فراشةٌ، تأبى لنفسها رجلاً غيرهُ.

عُقدَ القرانِ، نسجنا أحلامنا سوياً، كنْتَ أنتَ لبنةٌ أساسيةٌ بها، في الوقتِ الذي وضعكَ اللَّه في أحشائي، كانتْ فرحةً لا توصف، كلّ مساءٍ كانَ يجلسُ أباك ويروي لكَ قصصاً ومغامرات، ثم ينهيها بابتسامةٍ، ويقول: ستأتي، ونعيدُ كلَّ هذا سوياً.

في شهري السابع، وفي يوم شتويٍّ بارد، استيقظَ أبوكَ على غيرِ عادتِه، في كلِّ تحركاتِه، كانَ نظرُه ثابتاً نحوي، وعند خروجه من المنزل قال لي: (قطعتانِ من القلبِ أنتما أينما ذهبْتُ سأبقى ناقصاً بدونكم). ورحلَ وكانت هذه جملته الأخيرة.

انتقلَ إلى العالم الآخر العالمُ، الذي لا حزنَ فيه ولا ألمَ، لكنّني في وجوده، كنت أشعرُ أنّني في العالمِ الآخر بمواساتهِ لي وحزنهِ لحُزني.

ضاقت الحياةُ في غيابه، لم يبقَ لي أحد من بعدِه، انهارَتْ أحلامنا، وانتهتْ سعادتُنا، لم يبقَ لي سبيلٌ للعيشِ، حزني، طعامي، ودموعي هي شرابي، ليالٍ مرَّت كأنّها سنين، واقتربَ موعدُ مجيئكَ، مجيئك الذي كان فيه كلّ الفرح، وأصبحَ الهمَ الأكبر بالنسبةِ لي، كيف سأعتني بكَ؟

من أين سأؤمنُ الطعامَ لنفسي لأطعمك!!! كيف سنعيش دونَ أحد؟!

أسئلةٌ كثيرة، لم أستطع الإجابة عليها أبداً، توصلتُ لحلٍ هو الأصعب بالنسبة لي، لكن سيضمنُ لكَ حياةٍ كريمة، حياة لا ذلّ فيها ولا ليالٍ مظلمة، لا يومَ يمرُّ دون طعامٍ ولا عاماً بدونِ تعليم.

طرقتُ الأبوابَ ليلاً بحثاً عن أحد يساعدني في ولادتي، منهم لم يستمعْ لقصتي، ومنهم من نعتني بابنةِ الليل، إلا أن وصلتُ لمنزلٍ قابلةٍ كبيرةٍ في العمر، حينما رأت حالتي هكذا، أسرعَتْ وقامَتْ بولادتي، أتيتَ أنتَ يا مهجةَ قلبي، أتيتَ دونَ مأوى لكَ في هذهِ الحياة ولا سند.

(يقولون إنّ الأمَّ حينَ تضمُّ وليدَها لأول مرةٍ ينشأُ بينهما رابطةٌ وعاطفةٌ، لا يمكنَ كسرَها، لأنّه بذلكَ سيتألمُ الطرفين)

لذلكَ لم أشأ أن أحضنكَ، وأقبّلكَ خوفاً عليكَ، لفففتُكَ بشالٍ أبيض حتى أصبحتَ من لونه، وذهبْتُ بكَ إلى مكانٍ، ظننْتُ أنّك ستكونُ بخيرٍ هناك، وضعتُك أمامَ منزلِهم، وبجانبكَ هذه الرسالةُ، لعلّك حينَ تكبر، تقرأها، وتحاولَ أن تفهمني.

سامحني يا بني، لقد نحلَ جسدي، وغارتْ عينيّ من الحزنِ والبكاءِ عليكَ، الحياةُ قاسيةٌ على الأناس الهشّةِ، لم يكن بيدي شيءٌ أفعلُه غيرَ ذلك، سأعذرُك إن لم تحاول التفتيشَ عنّي، وإن لم تسامحني، لكن تذكرْ دائماً أنّني أحبكَ كثيراً، وأنَّ كل هذا كان فوق طاقتي.

أمُّكَ المذنبةُ بحقك

مبدأ التدخل الإنساني أم مبدأ برجنيف؟

أحمد محمد الخالد
باحث قانوني وسياسي

مبدأ برجنيف هو المبدأ الذي تبناه الاتحاد السوفيتي سابقا، يمكن على أساسه القيام بأي عمل ولو عسكري ضد أية دولة– تحاول التخلي عن المذهب الاشتراكي، باعتبار ذلك تهديدا لمصالح وأمن الدول الاشتراكية الأخرى؛ وروسيا تعتبر سورية سوقا لها لنشر الفكر الاشتراكي وبل ساحة لتجريب سلاحها على الشعب السوري الحر.

وهي تعتبر السلطة الحاكمة امتداد للديكتاتورية الروسية، وتطمع لتحسين اقتصادها من خلال المشاركة في ملف الاعمار لاحقا، رغم أنها هي المسؤولة بشكل مباشر عن تدمير البنية التحتية من مدارس وجامعات ودور عبادة ومشافي ومتاحف وغيرها.

أما مبدأ التدخل الإنساني فهو مسؤولية الحماية، وهو التزام سياسي عالمي أيدته جميع الدول الأعضاء في الأمم المتحدة في مؤتمر القمة العالمي لعام ٢٠٠٥م، من أجل منع الإبادة الجماعية، وجرائم الحرب والتطهير العرقي والجرائم ضد الإنسانية.

تستند المسؤولية عن الحماية في مؤتمر القمة العالمي لعام ٢٠٠٥م، إلى ثلاث ركائز متساوية:

١ – مسؤولية كل دولة عن حماية سكانها.

٢ – مسؤولية المجتمع الدولي عن مساعدة الدول في حماية سكانها.

٣ – مسؤولية المجتمع الدولي عن الحماية عندما تفشل الدولة بوضوح في حماية سكانها.

كما أن اعتماد المبدأ في عام ٢٠٠٥م، يشكل التزاماً رسمياً على جميع الدول.

الفقرة السابعة من المادة الثانية من ميثاق الأمم المتحدة:

ليس في هذا الميثاق ما يسوغ للأمم المتحدة أن تتدخل في الشؤون، التي تكون من صميم السلطان الداخلي لدولة ما، وليس فيه ما يقتضي الأعضاء أن يعرضوا مثل هذه المسائل لأن تحل بحكم هذا الميثاق، على أن هذا المبدأ لا يخل بتطبيق تدابير القسر الواردة في الفصل السابع.

فالتدخل الانساني يلقي على عاتق الأمم المتحدة المسؤولة عن إرساء السلم والأمن الدوليين،

وفي سورية يقع تهديد مباشر من (الحكومة) على المواطنين، وهنالك جرائم حرب يومية بحق الشعب، فالسلطة ليست فاشلة في حماية السكان إنما قاتلة، وطاردة، ومعتقلة لهم،

والشعب يطلب من المجتمع الدولي تحمل مسؤولياته تجاه هذا الشعب المضطهد قبل الثورة وبعدها.

غير أن التدخل الإنساني في سورية، اقتصر على حماية عمليات الغوث الانساني للضحايا، كما انه لم يستطع حماية كادره الأممي حين استهدفهم (نظام) الكيماوي بشار أكثر من مرة، الشعب السوري طالب في اكثر من مرة بالتدخل الانساني لحماية حياة الناس، نظرا لان قوات الأسد تخترق الشرعية الدولية لحقوق الانسان واتفاقيات جنيف وبروتوكولها الإضافيين بشكل يومي مقصود، و هي ترتكب جرائم بحق الإنسانية، وتخترق الاتفاقيات الدولية بارتكاب جرائم عدة، منها: (جريمة التغيير الديموغرافي – جرائم الحرب – الجرائم ضد الانسانية – جريمة الكيماوي – التهجير القسري – جريمة الإبادة الجماعية..).

المادة ٤٢ من ميثاق الأمم المتحدة:

إذا رأى مجلس الأمن أن التدابير المنصوص عليها في المادة ٤١ (وقف الصلات الاقتصادية) أنها لا تفي بالغرض أو ثبت أنها لم تف به، جاز له أن يتخذ بطريق القوات الجوية والبحرية والبرية من الأعمال ما يلزم لحفظ السلم والأمن الدولي أو لإعادته إلى نصابه. ويجوز أن تتناول هذه الأعمال المظاهرات والحصر والعمليات الأخرى بطريق القوات الجوية أو البحرية أو البرية التابعة لأعضاء الأمم المتحدة.

المادة ٥٥ من ميثاق الأمم المتحدة:

تنص على تهيئة دواعي الاستقرار والرفاهية الضروريين لقيام علاقات سليمة ودية بين الأمم مؤسسة على احترام المبدأ الذي يقضي بالتسوية في الحقوق بين الشعوب وبأن يكون لكل منها تقرير مصيرها.. وأن يشيع في العالم احترام حقوق الإنسان والحريات الأساسية للجميع بلا تمييز بسبب الجنس أو اللغة أو الدين، ولا تفريق بين الرجال والنساء، ومراعاة تلك الحقوق والحريات فعلا.

المادة ٥٦ من ميثاق الأمم المتحدة:

يتعهد جميع الأعضاء بأن يقوموا، منفردين أو مشتركين، بما يجب عليهم من عمل بالتعاون مع الهيئة لإدراك المقاصد المنصوص عليها في المادة ٥٥.

السيادة ليست سيطرة إنما مسؤولية:

تتمثل بحماية واحترام الإنسان وحقوقه لا اداة انتهاك وقتل وتشريد واعتقال ومحاصرة وتجويع، ولطالما عطل مجلس الأمن من الروس، فيمكن للجمعية العامة أن تنظر في طلب التدخل من خلال دورة استثنائية بموجب اجراءات الاتحاد لأجل السلام.

فقرار الجمعية العامة للأمم المتحدة رقم ٣٧٧ لعام ١٩٥٠م، ينص على أنه في أية حالة يخفق فيها مجلس الأمن، بسبب عدم توفر الإجماع بين أعضائه الخمسة دائمي العضوية، في التصرف كما هو مطلوب للحفاظ على الأمن والسلم الدوليين، يمكن للجمعية العامة أن تبحث المسألة بسرعة، وقد تصدر أية توصيات تراها ضرورية من أجل استعادة الأمن والسلم الدوليين، كما يمكن عقد جلسة طارئة وفق آلية الجلسة الخاصة الطارئة.

لن يحدث إجماع لطالما روسيا المتمتعة بحق الفيتو هي شريكة في الجريمة الحاصلة في سورية، فهي منحازة الى (نظام) ديكتاتوري، تقاتل في صفه عسكريا وسياسيا واقتصاديا عل أرض سورية، وفي المحافل الدولية.

يقع على عاتق الدول مسؤولية حماية مواطنيها والمقيمين فيها من الانتهاكات، وعندما تكون هذه السلطات غير قادرة أو عاجزة أو بالأصل هي من ينتهك (يقتل ويشرد ويهجر ويعتقل ويطرد ويدمر) فعلى المجتمع الدولي تحمل المسؤولية تجاه الإنسانية وهذه المسؤولية أخلاقية وقانونية.

لكن هذا التدخل يجب أن يكون للتخفيف عن المدنيين، وضحايا الأنظمة الديكتاتورية، وليس تدخلا، يزيد المعاناة والقتل والدمار والهجرة والتشريد.

ما يريده السوريون، ليس تدخلات قولية، انهم يريدون تدخلا يوقف الانتهاكات الخطيرة والصارخة التي تمس بحقوق الإنسان وحرياته الأساسية. لا يريدون معالجة الأعراض، وترك المرض الرئيس المسبب لكل ما وصلوا له، وهو استمرار الاعتراف القانوني دوليا وإقليميا.

ان مستقبل منظمة الامم المتحدة مرهون بقدرتها على المحافظة على السلم والأمن الدوليين، وحماية الإنسانية من السلطات الديكتاتورية المستبدة.

عندما زارني الفايروس كورونا

فراس الخليفة
صحفي سوري – إدلب

سنون شبابي الثلاثون، لم تكن لتشفع لي أمام هجمة فايروس كورونا الأخيرة والمتواصلة على مناطق شمال غرب سوريا ومدينة إدلب بالتحديد.

كنت من أشد الحذرين من الفايروس، واتبعت أقصى درجات الوقاية، ليس خوفا منه، لكن كنت أخشى أن أكون ناقلاً له فأتسبب بالعدوى لأحد كبار السن، الذين لا يستطيعون مقاومته، رغم ذلك قدر اللّه كان السبّاق، ووقع المحظور، في الحادي والثلاثين من تشرين الأول / أكتوبر ٢٠٢٠م، أجريت الاختبار الطبي للكشف عن الفيروس، كنت أشبه بالمتأكد أني مصاب، بسبب ما ألم بي منذ أربعة أيام مضت، وفي اليوم التالي جاءت النتيجة لتخبرني أني أحمل فايروس كورونا، وقد نقلت العدوى لزوجتي أيضاً.

في تلك اللحظة، بدأت تتخبطني الذكريات والمشاعر، فلا أعرف ما أقدم منها عن الأخرى، بدأت أحاول تذكر من خالطت من البشر، ومن قد أكون نقلت له العدوى، لتقتحم عليّ مشاعر فرح بأني منذ أكثر من أسبوع لم ألتق بأهلي وأقربائي ممن تقدم به السن، فقد كنت حريصا على عدم زيارة والديّ اللذين، يقيمان في قريتي النائية بجبل الزاوية، حتى باقي أقاربي اقتصرت من زيارتهم منذ بداية ظهور الفايروس، كي لا أكون سببا لأذية أحد، وهذا ما كان يشغل بالي وتفكيري.

بعدها بدأت بترتيب واستجماع افكاري المشتتة، فيجب التعامل مع الواقع، الذي حلّ بي، يجب ترتيب الأولويات من الرعاية الصحية لي ولعائلتي إلى الاستمرار بعملي في الخوذ البيضاء عبر الإنترنت، ويمكن قضاء أغلبه عن بعد، حيث كان عملي التحرير والنشر على وسائل التواصل والمعرفات الرسمية، بالإضافة إلى بعض الأعمال الأخرى، ليستمر العمل كما لو أني على رأس عملي، حتى المقابلات التلفزيونية، بدأت أجريها في اليوم العاشر من الإصابة، حيث بدأت أستعيد عافيتي وأستطيع التكلم أمام الكاميرا بشكل جيد.

الأطفال، الحجر المنزلي، الأدوية، مدارس أطفالي الأربعة، طفلتي الصغيرة فاطمة، التي تعلقت بي وبوالدتها، ولا يمكن أن نبعدها عنا بأي ظرف كان، جميع تلك المحاور في حياتي يجب أن تُراعى، حتى خوفي، الذي أخفيه عن زوجتي وأطفالي، يجب أن أحافظ على ثباتي وقوتي أمامهم، لنواجه المرض نفسيا وأشدد من عزيمتهم.

اتخذت قرار الحجر المنزلي، وأن أواجه هذا الوباء مع عائلتي دون التوجه لأي مركز صحي، مادامت الآلام والمخاطر محدودة وغير قاتلة.

في ذلك اليوم، الذي يعتبر الأول بعدما عرفت النتيجة، والخامس منذ بداية ظهور الأعراض، كانت تزداد آلام الجسد والرأس، للمرة الأولى في حياتي أتعرض لهذا الكم من الألم دفعة واحدة، فخلال سنوات الثورة الطويلة، وما كابدناه من آلام، فقد الإخوة والأقارب والأصحاب، التهجير، الدمار، المجازر العديدة، التي قمت بتصويرها إثر كل غارة من طيران (النظام) وروسيا، كانت آلام نفسية، غيرت كثيرا من طباعي، لكن كان جسدي وروحي صامدين، أما مع الأيام والليالي، التي قضيتها مع كورونا فكانت نكهة الألم بشكل آخر.

شعور الإرهاق الدائم والتعب والنعاس، كان السمة الغالبة على تلك الأيام، التي لم ولن أحسبها من تاريخ حياتي.

أشبه ما يكون هذا الشعور مثل الخيال أو الظل، فتور في الأطراف، وتعب من كل حركة حتى الطعام كان بمثابة عمل شاق أنجزه، وأحيانا أتركه ناقصا، أما ألم الرأس فذاك شيء آخر، ربما يشبه غوغاء منطقة تعرضت للقصف، ووقعت فيها مجزرة، أنين الجرحى وصراخ الأهل والأصدقاء وصوت سيارات الإسعاف المرعب، الغبار، رائحة البارود، رائحة الدماء، كلها مجتمعة في رأسي، يسببها فايروس تاجي صغير.

لحظات تعيشها من حياتك، لا يمكن أن تسميها حياة، بل أشبه بقفار منزل مترامي الأطراف، ليس من دمار، لكن من وحشةٍ وعزلة وغياب المؤنس والصديق، كبيت كَبُرَ أبناؤه ورحلوا، كلٌ في سبيله، وبقي الأب والأم وربما الجد والجدة، وحيدان يتعايشان مع جوانب منزل فارغ، كان في الأمس يعج بالصبيان والبنات.

الأعراض كانت متوسطة إلى شديدة أحياناً، أشدها إيلاماً هو ألم الرأس والصداع الدائم، الذي يسكنه بعض أقراص السيتامول، لكن الألم يعود بزوال تأثير المسكنات، بالإضافة إلى آلام الجسد والظهر بكل جزء منه، حتى الحرارة، التي كانت تزورني أحيانا عندما تشتد المعارك في جسدي، قضيت على هذه الحالة أكثر من ثمانية أيام، اقتصرت فيها على تناول بعض الأدوية مثل حبوب المسكن، التي تحوي مركب السيتامول، وبعض أقراص الفيتامين (c + d) ولم أضطر لتناول دواء (الأزيترومايسين) ولله الحمد، لأنه لم تظهر لدي أعراض ومشاكل تنفسية.

٣١ تشرين الأول، في ذلك اليوم كنت رقماً إيجابياً من ٢٧٨ حالة، ظهرت نتيجتها في مخبر الترصد الوبائي، لكن ليس إيجابيا بالمعنى الجيد أو الخير كما ارتبطت كلمة الإيجابية في أذهاننا، وإنما تعني بأني أحمل فايروس كورونا، الذي أخذ من صحتي وعافيتي وقوتي الشيء الكثير، ولا أعلم كم من الوقت أحتاج لاسترجاعها.

اليوم بعد عشرة أيام داخل الحجر المنزلي ومع ما كابدته من آلام، بدأت تنقشع غمامة الصيف، التي خيمت بظلها الثقيل عليّ وعلى عائلتي، وبدأت تزول الأعراض واحدا تلوَ الآخر، اليوم خرجت لأشاهد الشمس، وتشاهدني بعد غياب طويل ولأول مرة منذ ولدت أبتعد عنها كل تلك الفترة.

أفضل ما يمكن للمصاب أن يقوم به هو حماية غيره من الوباء، وذلك بالحجر والابتعاد عن الجميع ريثما يُشفى من المرض، وهو ما أشكر اللّه عليه أني لم أخالط أحداً ولم أكن ناقلاً للعدوى، عبر التزامي المنزل، وعدم مخالطة الآخرين، وهو ما يجب على جميع المصابين فعله حتى يتم كبح جماح هذا المرض وإيقاف العدوى المتسارعة، فيما انتظر بفارغ الصبر أن أكمل اليوم الرابع عشر، وقد شفيت تماما لأخرج من السجن، الذي فرضته على نفسي وعائلتي، وأعود إلى عملي وحياتي الطبيعية في زمن غير طبيعي.

تراودني الظنون، ما ذنب هذا الشعب المكلوم أن تلاحقه كل هذه المصائب والابتلاءات – الأسد وبوتين، النزوح والتشرد، الأمطار وغرق الخيام، القصف والموت والدمار– ثم كورونا، كلها اجتمعت على الشعب السوري في الشمال المحرر، ليكتب التاريخ كيف عانى الشعب السوري عدة ابتلاءات في آن واحد.

فرفقاً يا ربي بنا

حق الصمت

المحامي: عبدو عبد الغفور

يحدثُ أثناء متابعَتنا لفيلم سينمائي هوليودي، أن نرى مشهداً فيه، يحاكيً لحظات إلقاء قبض الشرطة على بعض المتّهمين، وتقييد أياديهم بالأصفاد خلف ظهورهم، وهم يرددون على المتّهم عبارة: (يحق لك أن تلتزم الصمت وألا تتكلم إلا بحضور محام، وأي كلمة ستقولها قد تُستَخدَم ضدك أثناء المحاكمة).

فمن أين أتت هذه الجملة القانونية، وما هو مستندها التشريعي، وكيف يكون تطبيقها فعلياً؟

الصمت بشكل عام، هو امتناع الشخص عن التعبير، والإفصاح عما بداخله، إمّا بشكل صريح أو بشكل ضمني، والتعبير الصريح يكون باللفظ، وهو الوسيلة المعتادة، أو بالكتابة أو بالإشارة المتداولة عرفاً، ويُقصَد به أيضاً أن يظل المتهم (صامتاً) لا يتكلم لا سلباً ولا إيجاباً، سواء أكان ذلك في مرحلة جمع الاستدلالات أمام الشرطة، أم في مرحلة التحقيق الابتدائي أمام النيابة العامة، أو أمام قاضي التحقيق، من غير أن يعتبر صمته بأية صيغة من الصيغ قرينةً أو دليلاً ضده.

يمكن القول إن (الحق في التزام الصمت) هو تلك الحرية، التي يمنحها القانون للمشتبه به أو المتّهم، والتي يستطيع بموجبها الامتناع عن إعطاء أجوبة أو تصريحات، سواء أمام الشرطة القضائية أو أمام السلطات القضائية.

وهو حق يتيح للمعني بالأمر ــ المشتبه به ــ عند سؤاله أو استجوابه، رفض الإجابة عمّا يوجَّه إليه من أسئلة، إما جزئياً أو كلياً، من غير أن يُفهَم من هذا الامتناع على أنه قرينةٌ على ثبوت الأفعال المنسوبة إليه ضده.

(حق الصمت) هو أحد أهم الضمانات القانونية لحسن سير محاكمة عادلة بحق المتهم، ومعمولٌ به في غالبية القوانين المحلية للكثير من الدول.

في القانون الأميركي، يطلق على تلك القاعدة، أو ذلك الحق (قاعدة ميراندا)، نسبةً إلى المدعى عليه في دعوى، رفعها ضد ولاية أريزونا، استندت فيها المحكمة إلى التعديل الدستوري الأميركي الخامس، الذي يتضمن الحماية ضد قيام الشخص بتجريم نفسه.

وقضت المحكمة بأن الشخص المحتجز، يجب أن يعلم من قبل جهة الاحتجاز بهذا الامتياز، الذي يتضمن أن له الحق في أن يظل صامتاً، لا يتكلم، وأن كل ما يتفوّه به يمكن استخدامه كدليل ضده.

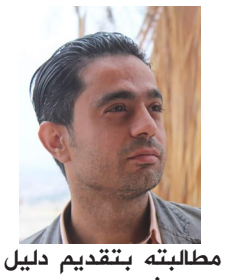
في سياق متصل، فإن الإعلان العالمي لحقوق الإنسان، تبنّى ذلك الحق ضمنياً، كذلك لجنة حقوق الإنسان في الأمم المتحدة، أيضاً، تضمن تقريرها الصادر بتاريخ ٥ كانون الثاني ١٩٦٢م، عن تلك الضمانة، بل أكدت صراحةً أن «اعتراف الشخص المقبوض عليه أو المحبوس لا يجوز استخدامه كدليل ضده إلا إذا كان نتيجة تصرف إرادي، ويكون قد تم في حضور محاميه وأمام قاض أو أية جهة قضائية..».

أما في عالمنا العربي، فغالبية الدول العربية، تحدثت عنه في دساتيرها، وإن كانت مسألة تطبيقه ما زالت محل نظر بالنسبة للكثير منها، فمصر مثلاً أقرت تلك المسألة في المادة ٧١ من دستور ١٩٧١م، وفي قانون الإجراءات الجنائية وأحكامها القضائية كالنقض رقم ١٧ أيار ١٩٦٠ مجموعة أحكام النقض.

وفي القانون السوري، نجد أن هذا الحق ورد ذكره في قانون أصول المحاكمات الجزائية السوري بشكل صريح في المادة ٦٩ الفقرة الأولى، حيث جاء في نصّها:

(عندما يمثل المدعى عليه أمام قاضي التحقيق يتثبّت القاضي من هويته ويطلعه على الأفعال المنسوبة إليه، ويطلب جوابه عنها منبهاً إياه أن من حقه أن لا يجيب عنها إلا بحضور محام، ويدوّن هذا التنبيه في محضر التحقيق فإذا رفض المدعى عليه إقامة محام أو لم يحضر محامياً في مدة أربع وعشرين ساعة جرى التحقيق بمعزل عنه).

كما أن الفقه الجنائي ربط قاعدة افتراض براءة المتهم بحقه في التزام الصمت، حيث أن المتهم لا يقع عليه عبء إثبات الاتهام، وبالتالي فلن تكون هناك حاجة إلى مطالبته بتقديم دليل براءته، وإنما فقط –وحسبما يشاء من تلقاء نفسه– له أن يدحض إدانته بكل الطرق التي يراها ملائمة، وقد يكون من بينها ممارسة حقه في الصمت، ولن تكون هناك ثمة ضرورة للتأثير على إرادته لتقديم دليل إدانته.



الشريعة الإسلامية، كَفلَت جميع حقوق المتهم، أثناء إجراءات الإستدلال، والتحقيق والمحاكمة، بل والتنفيذ أيضاً، ومن هذه الحقوق هو (حق المتهم في السكوت)، وقد جعلت الشريعة الإسلامية هذا الحق ضمانةً للمتهم في الدفاع عن نفسه، وعدم تأويل سكوته بأنه إقرار أو اعتراف، ولم يشرّع أحد أو يضمن حق المتهم بالسكوت مثلما ضمنته الشريعة الإسلامية، حيث جاءت القواعد الشرعية ومنها قاعدة (لا يُنسَب لساكتٍ قول) كي لا يُفهَم من هذا السكوت أنه دليلٌ قد يُستَخدَم ضده، فالتزام السكوت يتوافق مع احترام قرينة البراءة أولاً، ومع حقه في الدفاع عن نفسه ثانياً، فليس هناك ما يجبره على الرد على الأسئلة، التي توجَّه إليه.

العودة المستحيلة

عزام الخالدي

عُقد في الحادي من نوفمبر / تشرين الثاني لعام ٢٠٢٠م، مؤتمرًا بقصر الأمويين للمؤتمرات في دمشق، نظمه (نظام) الأسد بدعم من الدولة الروسية للبحث في قضية عودة اللاجئين السوريين إلى البلاد، وتوفير إمكانيات تحقيق هذا الغرض، بعد أن تهجير ملايين من السوريين منذ بداية الثورة السورية إلى مختلف دول العالم، بسبب تعرضهم لكل أنواع العنف الوحشية «القتل، القصف، الاعتقال، التهجير» على يد قوات ذلك «النظام».

أُجبر كثيرٌ من السوريين بأن يغادروا البلاد على خلفية تصاعدت وتيرة الأحداث، حيث بلغ عدد المهجرين قرابة ١٠ مليون نسمة، حسب المفوضية العليا للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين.

مارس (نظام) الأسد الإجرام الوحشي بمختلف الأساليب، مما جعل البلد خاوية على عروشها، لا يسمع فيها غير صوت «الأسد أو نحرق البلد» فتوزع الملايين بين نازح من مدينة لأخرى، هربًا من قبضة حزب البعث الحاقدة، وبين لاجئ فار من آلة الدمار الوحشية، التي لا تفرق بين بشر وحجر وشجر.

مطالب الشعب السوري، ليست العودة فحسب، بل محاكمة «الرئيس» واجتثاث نظامه من سدة الحكم، وأن تسود العدالة، وحرية الكلمة والرأي، وأن تعود الأرض المغتصبة.

مبادئ قضية السوريين، ترفض المساومة مهما حدث، فقد ترسخت تلك المبادئ في خنادقها المتقدمة عميقا، وهي ترابط على إزاحة أوجه الظلم المستبدة، وكسر قيود المعتقلين المغيّبين منذ سنين، وإعادة المهجرين قسرًا إلى ديارهم، التي أُخرجوا منها مرغمين، ومحاسبة كلّ من أوغل في إهراق دم هذا الشعب الأعزل طيلة السنوات الماضية

إلا أن السؤال، الذي لا يزال عالقًا في ذاكرة السوريين: كيف لمن تعاونوا على قتلنا، أنهم هم أنفسهم من يتسابقون من أجل إعادتنا إلى أحضانهم، وهل يكون الخصم هو الحكم إلا عند هذا المستبد؟!

تبدو استحالة العودة واضحة وضوح الشمس، قبل إسقاط الجلاد ورموزه، وقبل أن تُكسر القضبان، قبل أن يعود حمزة الخطيب، وعبد الباسط الساروت، ومجهول الهوية، الذي فتتت طائرات الجلاد أعضاءه.. وقد قالها السوريون: العودة ــ تبدأ ــ برحيل ــ الأسد.

تصوير: محمد علوش

حرر عقلك

ريان جحا

يقال إن الإنسان كائن اجتماعي بطبيعته، يعيش مع جماعات وسط بيئة محددة، فيشكلون مجتمعاً له عادات وتقاليد محددة، فما هي العادات والتقاليد؟! وما أثرها على الفرد؟! وهل تعكس نتائج إيجابية أو سلبية؟!

هناك بعض الأقاويل تتفق على أن كل شيء نفعله أكثر من ثلاث مرات يصبح عادة، والعادة تمارس بدون أي جهد أو تفكير، حيث إن الإنسان حين يولد يكون عبارة عن صفحة بيضاء خالية من أية معرفة أو معتقد، وما إن ينمو، ويبدأ بمخالطة أقرانه، فإنه يؤثر ويتأثر في مجتمعه، حتى تأخذ تلك العادات والتقاليد بالانتقال إليه تلقائياً.

إذاً فالعادة: هي كل فعل اعتاده الناس، وقاموا بتكراره في العديد من المناسبات المختلفة >

وأما التقاليد: فهي أن يتبع الجيل ما قد قام بفعله الجيل السابق، إذ إن التقاليد موروثة من الأجيال السابقة، ومن المؤكد أن العادات والتقاليد، لم تأت من فراغ، ولم تصنع من اللا شيء، وهي تختلف من مجتمع لآخر، ومن أسرة إلى أسرة أخرى.

يرتبط التمسك بها والإصرار عليها تبعاً لثقافة المجتمع، فالمجتمعات المنفتحة، والمتعلمة أكثر قدرة على تجاوز العادات والتقاليد من المجتمعات الأمية، وأيضاً المجتمعات المدنية هي أقل تمسكاً بالعادات والتقاليد، عكس الريفية والقبلية، التي تبدو أكثر تمسكا وتعصبا وتقديسا لتلك العادات.

العادات والتقاليد، تشبه العملة ذات الوجهين، لها وجه إيجابي ينعكس على أفراد المجتمع، ولها سلبياتها، التي تقيد بها أفرادها، وتجعل تفكيرهم مؤطرا، وبالتالي تؤثر على تطوير المجتمع.

بعض إيجابيات العادات والتقاليد أنها تبعث الطمأنينة في نفوس أفرادها، وتعزز انتماءهم، وتماسكهم كجماعة، وهي تعمل على سد الفجوة بين الأجيال من خلال الروابط المشتركة بينهم.

لكن بعض المجتمعات تتعامل مع العادات والتقاليد بشكل مبالغ فيه، وكأنها سنة، ومن أصول الدين، خاصة في المواضيع، التي تخص المرأة، وقد وصف الشرع العادات والتقاليد «بالعرف»، وهذا العرف قد يكون صحيحاً، وقد يكون فاسدا! الصحيح ما وافق الشرع، والإفساد فيما خالفه.

من أمثلة العرف الصحيح والعرف الفاسد، أن اتفاق الناس على المهر إلى مؤجل ومعجل لا مخالفة للشرع فيه، وهو عرف صحيح، أما بعض العقود الربوية، فهي عرف فاسد، ومخالف للشرع.

أحيانا، نجد تساهلا كبيرا في بعض المجتمعات أو القرى، وخلطهم الكبير بين ما هو صحيح وما هو فاسد، وتمسكهم ببعض الأمور دون الرجوع للشرع لمعرفة ما فعلوه أو ما اكتسبوه، أهو مخالف أو موافق؟، فالقيد ليس عبارة عن حبال وسلاسل تقيدك، وتشل حركتك الجسدية

إن القيد الحقيقي هو قيد الفكر، قيد العادات والتقاليد الخاطئة، التي تمنعنا من التقدم إلى الأمام، أو تعيقنا عن العمل والإنتاج، وتبقينا سجناء داخل قوقعة عاداتنا متحجرين متمسكين بأفكار لا تمت للحقيقة والشرع بصلة، قيد العقل أقوى من قيد السجن.

أزمة تمثيل

رضوان الأطرش

شارفت الثورة السورية على دخول عامها العاشر تقريبا، رافعة شعار الحرية والكرامة، والتداول السلمي للسلطة، وفق انتخابات حرة، ونزيهة، يعبر من خلالها المواطن عن صوته بكل حرية، بعد ما حُرم منها عقودا من الزمن، بفعل آلة الإستبداد الأسدية الغاشمة.

غيرَ أنّ المتتبعَ للأحداث السورية عامة، والثورية خاصة، يلحظ تعقيدا، في الوضع من كل النواحي، فمع تداخل مصالح الدول في الملف السوري، واستخدام القوة العسكرية لرعاية هذه المصالح، تزايدت معاناة السوريين، الذين هم اليوم، يفتشون ويبحثون عن خلاص من الحرب، والدمار بأشكاله كلها، بسبب فعل الأسد ومن معه.

مع هذه المعاناة أيضا، تدخل المعارضة السورية، ومتصدري المشهد في دهاليز الفرقة، والتخبط، مبتعدة أكثر فأكثر عن الثورة، وأحلام شعبها الثائر، لكن أغرب مشهد عاشته ثورة الشعب، هو تلك المسرحية الهزلية، التي طالت رأس الهرم السياسي، المتمثل في الإئتلاف، الذي رفع الشعب له ذات يوم عبارة (يمثلني) هذه المسرحية، لم تتكرر إلا في التجربة الروسية، وافتتت بتبديل مقاعد رئاسة الإئتلاف، وهيئة التفاوض، وكأن الثورة، ومؤسساتها عقيمة الرحم، وعاجزة عن إيجاد البديل!

هذه المبادلة، زادت من عجز تلك الأجسام، وجعلتها أكثر ابتعادا عن القواعد، بما فيها القواعد، التي خرج منها أصحاب المسرحية، وأمام هذا التخبط، لابد من خطوات إصلاحية جادة، كي لا نقع في مطب النقد الهادم فقط، وهذه الإصلاحات، ينبغي أن تكون من داخل تلك الأجسام، لأن الإصلاح خير من الهدم، ولأن الهدم سيعطي الخصم فرصة للظهور بأنه الممثل الأكثر تماسكا، رغم سنوات الحرب، وعلى رئاسة الائتلاف أن تمتلك كامل الجرأة، وأن تقف موقف المعتذر من الشعب، وأن تعلن استقالتها، والبدء في اختيار قيادة جديدة، تختارها القواعد الثورية، هذه القيادة، تكون هي المسؤولة مباشرة أمام الشعب، وتضحياته، ولعل هذه الصرخة تكون بمثابة صرخة النذير العريان، وبعدها لن ينفع الندم، حينما ندم البغاة ولات ساعة.

شهداء جبل الدويلة والوطن الجنة

إيمان محمد

تغدو الملاحم في مفهومها الواسع حكاية إرادة شجاعة، قررت أن تقاوم بكل ما أوتيت من قوة، وأن تواجه حتى وإن دُفعت الحياة ثمناً لذلك، فحياة الأفراد ترخص مقابل حياة الشّعوب، والتضحيات التي تُبذل على طريق التحرر من الظلم تستحق أن تُحكى وأن يتناقلها الجيل بعد الجيل.

بين اللحظة واللحظة تختلف الأحداث، وتتبدل الوقائع، ينقلب الفرح حزناً فجأة، والمشهد السعيد يستحيل كآبة وألماً، وقعت الكارثة في جبل الدويلة، كفر تخاريم، ريف إدلب، وقد كان المشهد جميلاً يوحي بالعزّة والقوة، والمناسبة تهب الأمل لمن يطلبه، فها هو جهد يُبذل على الإعداد، وهاهم شباب الثورة يتسابقون ليقدموا أنفسهم لثورتهم وأرضهم، وقد استعدوا وتدربوا أياماً طويلة كي يحصدوا هذا النجاح، فيكون تخريجهم معاً مناسبة سعيدة، تُهدى للثورة الجريحة المكلومة، لتقدم شيئاً من العزاء، وتخفف بعض الألم، ويغدو الناظر المتأمل للمشهد من بعيد وكأنما يرى فجراً يلوح، وهمماً تتسابق، لتسد الفجوات وتغدو كالجدار المتين، الذي يسند المتعبون عليه متاعبهم وأحلامهم.

لا أحد يمكن أن يتنبأ من أين يأتي الغدر مسرعاً على حين غرّة، ليخطف أرواح العشرات، فتقصف الطائرات الروسية بوحشية، ويُذهل الرائي وهو يشهد وقائع الألم المرير، الذي قلب المناسبة إلى مراسم عزاء وحزن، وليودعوا في أكفانهم راحلين عن الحياة، بعد رحلتهم القصيرة فيها، تلك الرحلة، التي كان الأمل فيها أعلى من اليأس، والرغبة بالعمل أقوى من التفكير بالقعود والاستسلام، والهمة لأجل التغيير أعلى من صوت الإحباط والفشل، كانت سعادتهم غامرة، ولم يفكروا أن نهاية التكريم قد يكون في الجنة.

كلّ وردة قُطفت هناك، كل شاب كان يمتلك حلماً باتساع الأرض، كان يمتلك قلباً مثل وطن عظيم، كان يمتلك عزّة مقتبسة كرامة شعبه، وكل ما امتلكه قدمه في تلك المناسبة السعيدة، في لحظة التخريج، حيث ملامح القوة والمجد، والعظمة والسداد، حيث كان الإعداد لتحصين الأرض، ومساندة الضعفاء، وإغاثة المقهورين، وتعويض ما ضاع، كل وردة قطفت تجلت في دمائها النازفة حكاية أعظم ثورة في التاريخ، حيث تستمر كلما أيقنوا نهايتها، وتصر على خلق الأمل مهما أقسموا بموتها، وهي لا تكل تقدم شبابها المتجدد، من رحم أمهات مؤمنات صابرات، لتبقى فكرة الثورة مستمرة، مهما حاولوا قتلها أو دفنها حية.

لكن الشجاعة والصبر وحدهما، لن يكونا سبيلاً للنجاة أو التقدم، فالحاجة كبرى للحيطة والحذر، والعمل على التحصين، ورفع مستوى الحالة الأمنية لأقصى حدودها، ولابد من ردود رادعة، توصل الرسالة للعدو المتبجح أن الانتقام سيكون السبيل الأوحد، الذي لا تنازل عنه، فالردود الموجعة تجعل العدو يعيد الحسابات، ويفكر ملياً قبل الإقدام على أية خطوة، وإن من الضروري أن يمتلك الجناح العسكري في الثورة الرأي والقرار، وأن يستجمع شتاته، فتغدو قوته ضاربة، وهدفه مسدد، وذلك لن يتأتى إلا بتكاتف الجهود، وصدق الرغبة في تغيير الحالة الصعبة، التي آلت إليها الأمور.

أما نزاعات الدول على الأرض السورية، وردود أفعال الروس وهم يرسلون الرسائل والتهديدات، ويفاوضون على غير أرضهم، ويقتلون من خيرة شباب الأرض ليثبتوا قوتهم وجبروتهم وعنجهيتهم، فكلها لن تحمل إلا مآلات الفشل والخيبة في النهاية، فقد لا يدركون كم قلباً كسروا، وكم أسرة فتح فيها مجلس عزاء وقد فقدت سندها وعمودها وقرة عينها، وكم من القهر تركوا مكان الدماء، ذلك القهر، الذي لن يتحول إلى صمت أبداً، بل سيكون فيه ردود قد تجد لها سبلاً كثيرة، ولذلك سيأتي يوم تدرك فيه روسيا أن وسائلها في مخاطبة تركيا يجب أن تأتي عبر طرق أخرى مختلفة، وأن لا مكان لها على هذه الأرض مهما طال الزمن.

قبل ذلك بمدة ليست ببعيدة، قصف الطيران الروسي مدينة الباب، كانت فيها رسالة ضمنية أيضاً للأتراك، باعتبارهم ضامن على تلك البقعة من الأرض، واستشهد فيها وجرح الأبرياء، الذين لم يعلم أحد بمصابهم، ولم يعتذر لهم أو يعزّيهم أحد، مما يشي بوقاحة الروس، ويزيد من أعباء الضامن التركي مسؤولية الناس على الأرض.

في اليوم، الذي سبق مجزرة جبل الدويلة، كان الشباب الشهداء مجتمعين ينشدون سوية أهزوجة الساروت «جنة جنة جنة، جنة يا وطنا» كانوا يأملون أن يصبح الوطن الكسير يوماً جنة، ويحلمون أن تصنع عزائمهم منه جنة، واليوم، وقد رحلوا عن الدنيا في موقف عزّ، واصطفاهم اللّه إلى جنته، فهذا يحملنا جميعاً مسؤولية المتابعة على ذات الطريق حتى وإن كان ما نقبض عليه هو الحجر الأخير، أو الجمر الأخير الذي سنحرق به أعداء ثورتنا.

خربشات

حميد بعاج

في الخامس عشر من شهر آذار لعام ٢٠١١م، خرج السوريون يرفعون أصواتهم ضد الظلم، والفساد، يطالبون بحياة حرة كريمة، يطالبون بالمساواة والعدالة.

هتافاتهم قضت مضاجع المجرمين، ما دفعهم لاستخدام كل وسائل القتل والإجرام لقمع كل الأصوات، وإعادة الوضع إلى ما كان عليه، هنا كان لابد أن يخرج من بين صفوف الثوار فئةٌ تحمل أرواحها على أكفها، مدافعة عن اصحاب الكلمة وهو ما أصبحنا نسميه بعد ذلك باسم الجيش السوري الحر.

مع تتالي معارك التحرير والانتصارات، التي غطت رقعة كبيرة من الأراضي، أصبحنا أمام تحد كبير، فرضته طبيعة المرحلة، تجلى بالفراغ المؤسساتي، الذي يعني سقوطنا كثوار، أو قيام مؤسسات تدير تلك المناطق المحررة.

مما وضعنا أمام خيارين لا ثالث لهما، إما العمل وفق القانون، الذي كان معمولاً به قبل انطلاق الثورة، وبالتالي الحفاظ على هيكلية المؤسسات مع إبعاد الأشخاص، الذين كانت ترتبط أسماؤهم بالفساد، واستبدالهم بأصحاب الخبرات الموجودين بين صفوف الثوار، وما أكثرهم، أو أن نبني لأنفسنا مؤسسات جديدة بهيكليات، تصنعها بنات أفكارنا، نرضي بها أنفسنا انطلاقاً من فكرة كانت سائدة، وهي أن حامل السلاح هو صاحب الفضل في التحرير والنجاة من ظلم العصابة الأسدية، مع أننا بذلك نكون قد ضربنا عرض الحائط بالنظام المؤسساتي، الذي هو بالأساس خلاصة تجارب عالمية في أصول الإدارة، استمرت لمئات بل لآلاف السنين.

خيارنا كان هو الثاني، فبدأت تظهر في كل مدينة من مدن المحرر مؤسسات، تحاول أن تملأ الفراغ، إلا أن الطابع العام لكل تلك المؤسسات، كان الارتجالية في الهيكلة والارتجالية في القرار، والمزاجية في التعيين، وكان المبدأ السائد هو ما بتنا نعرّفه بمبدأ (طجت لعبت)

اغفلنا الركائز المهمة في عمل مؤسساتنا، فلا قانون ولا محاسبة ولا مساءلة، ومرجعنا على أية محاولة لتطبيق تلك الأساسيات هو (مين أنت حتى تحاسبني) أو (شو قدمت للثورة حتى تجي وتحاسبني).

غاب عن ذهننا أن هذا التخبط في المؤسسات، وهذا التشرذم، وانعدام الإدارة المركزية، سيكون واحداً من أهم أسباب نفور الحاضنة الشعبية، التي هي الحامل الأهم من حوامل الثورة.

تلك الذهنية من العمل أوصلت القاعدة الشعبية إلى الخيارات الصعبة، والتفضيلات القاسية، فقد بات الناس على شفى الانزلاق نحو الرحيل بعيدا، أو عدم القبول بنا.

والسؤال، الذي يُطرح الآن، هل فاتنا القطار؟

أعتقد أننا مازلنا قادرين على ترتيب أوراقنا، كوننا نمتلك كل مقومات النجاح من كفاءات، وخبرات، وموارد بشرية، واقتصادية، وما زالت البنى التحتية لبناء المؤسسات موجودة حتى وإن كانت بالحد الأدنى.

كل ما نحتاجه اليوم، هو الوقوف عند مسؤولياتنا، والبدء بالعمل على الطريق الصحيح، وأن بتقديم مصلحة وطننا على مصالحنا الشخصية، وأن نوكل الأمر لأهله.

تصوير: رامي السيد

زاويــة أســبوعية نســلط الضــوء مــن خلالهــا علــى حكايــا شــباب البلــد ـ نجاحاتهــم، أحلامهــم، تحدياتهــم، وابداعاتهــم.. نقتــرب أكثــر مــن تفاصيلهــم، لنَســمع أصواتهــم ونســمعها.. لتحكــي عنــا حكايانــا، بــأن الثــورة تلــدُ أبنائهــا.

شباب البلد

أمير حسين

(مش تاري السجان يما .. كلمة حرية وحدة – هزتله أركانه)

هكذا أجابت مريم على سؤال، كيف يمكن لكلمتك أن تنصر الثورة، وأضافت:

– أؤمن بأن الثورة هي مجموعة من الحقوق، التي نسعا لنيلها .. وجميعنا كشباب نستطيع أن نناصر الثورة بعملنا في مختلف اختشصاصاتنا ومواقعنا.. جميعنا قادرون أن نجعل الثورة جزءاً من حياتنا. وأنا اخترت أن أوصل صوت الثورة بكلمتي.. وهذا ما أبرع فيه..

– مريم طاهر ١٩ سنة، لها ما يزيد عن ٥٠ مادة إعلامية بين مكتوبة ومرئية. طالبة في المعهد التقاني للإعلام ـ جامعة حلب في المناطق المحررة، مدربة تصوير، معدة تقارير إعلامية في منصة سوريات، قائدة لفريق صلة الإعلامي، مراسلة ومحررة في مكتب اعزاز الإعلامي، كاتبة في جريدة شامنا .

هذه هي مريم إلى الآن، وهي بعمر ١٩ سنة!

س ـ كيف دخلتِ مجال الإعلام عامة، والكتابة على وجه التحديد؟

ج ـ بدأت حكايتي في قريتي كفرعمة، التي تقع بين حلب وإدلب، وتتبع لمدينة الآتارب، وهي قرية صغيرة، عدد سكانها قليل، وجميعهم يعرفون بعضهم، لجأت الى الكتابة مباشرة بعد تعلمي لكيفية تركيب الحروف أن تصبح كلمات، وتركيب الكلمات أن تصبح جملاً، كونت لغتي التي كنت أتواصل بها مع نفسي في البداية.. أحببت الكلام، ولأني أصف نفسي بغير الاجتماعية، لجأت الى الكتابة عوضا عن الحديث، وأصبحت أكتب عن كل شيء.. عن مدرستي، رفاقي، عائلتي وقريتي، تحولت الكتابة إلى متنفس، حيث يشعرني انتقاء الكلمات والتراكيب وما يتطلبه من هدوء بشعور أفضل، وينقلني إلى حال أكثر استقراراً، ولهذا احتجت المزيد من التراكيب والجمل، والمزيد من الشعور الأفضل، فاتجهت إلى قراءة الكتب، والاطلاع على أساليب الكُتاب والمدارس التعبيرية على اختلافها لأتمكن من أدوات لغتي أكثر. وأصف ما أشعر به وما أراه كما أريد أن يُحس ويُرى.. ورافقني حب الكتب إلى اليوم .

أتيحت لي الفرصة بعمر ١٧ سنة أن أحضر دورة تدريبية في مجال الكتابة الصحفية، اتبعتها بعدة تدريبات أخرى في مجال الاعلام، وانتقلت في بداية عام ٢٠٢٠م، إلى مدينة اعزاز، أشعر بأن اختلاف المحيط وزيادة التجارب كونت لديّ إضافة من الثقة والمعرفة والعلاقات، وبرأيي إن للبيئة، التي نعيش بها تأثيرا مباشرا، يحكم، ما نقوم به، وما نستطيع فعله، فلم يكن بمقدوري أن أجد نفسي في التصوير دون أن أختبر الأمر بنفسي (أن أحمل الكاميرا وأقصد الشارع دون نظرات استهجان أو استغراب) وهذا الأمر تحقق لي من فترة قصيرة. فوجدت البيئة المناسبة لأكون، سواء بالقبول لهذا الدور من المحيط والأصدقاء والمراكز، التي تسعى لتعزيز مهارات الشباب، أو بالفرص، التي تساهم في تكوين خبرتي وتجاربي. وأرغب دائما أن أظهر بإسمي، وأن أوقع به، وهو اسمي الحقيقي كما سُميت، ولم أعتد أبدا أن استخدم اسماً وهميا مستعارا، فهذه هي أنا وهذه الكلمات مني، وهذه الأفكار ملكي، ولن أضطر أن أغير اسمي خشية أن تعرفني الناس.. على العكس، أريد أن تعرفني بأنني أنا.

أدركت أهمية القدرة على الكتابة، التي أملكها في مواطن عديدة من خلال تجربتيَ لألوان مختلفة، من كتابة نصوص البوسترات والنصوص، التي تستخدم للتعليق الصوتي، وصولا إلى البروشورات المبتكرة، وحالياً أعمل وصديقات لي ضمن إحدى التجارب الجديدة على مشروع كتاب يحكي قصص ٥٠ سيدة سورية، وقد شارف على الانتهاء.

إضافة إلى عملي مع فريق صلة الإعلامي، وهو أيضا تجربة جديدة نوظف من خلالها عدستنا وكلمتنا لننقل قضايا مجتمعنا حيث إن اعتياد الألم قد يغيب الإحساس به، ينطبق ذلك على الشعور بآلام الآخرين، ومن هنا فإننا نقاتل بأدواتنا كي لا نعتاد ألام المظلومين ونطالب بحقوقهم.

إن أصعب يوم قد أمر به هو اليوم، الذي يمضي دون أن أشعر بالإنجاز، سواء على صعيد العمل أو تطوير مهاراتي ومعارفي، لذلك طوعت وقتي وأدرته بما يتناسب وذلك.

– دائما ما أكتب عن الناس، ولم أعتد أن يكتب عني.. واليوم كانت لدي فرصة لأدرك قيمة الكلمة، وتأثيرها، لأستمر بما أقوم به.

* ما الذي تقومين به مريم؟

**(بلاقي حالي بالكتابة هي القصة اللي انا شاطرة فيها).

إعزاز أم إسطنبول

علي إسماعيل

تساؤلات يتداولها الطلاب الجامعيون في الشمال المحرر، تعبيرا عن غلاء إيجار المنازل في مدينة إعزاز، وصعوبة تأمينها.

ما أن بدأ الفصل الدراسي الأول لعام٢٠٢٠م ـ ٢٠٢١م، حتى ترافق معه ارتفاع إيجار المنازل بأسعار خيالية إذا ما قيست على المدخول الشهري للطالب الجامعي.

وكون معظم الجامعات تفتقد للسكن الجامعي، الذي يوفر جهدا معنويا، ومصروفاً مادياً على الطلاب ، يضطر الطلاب للبحث في بداية كل فصل دراسي عن منزل صالح للسكن بسعر مناسب يتوافق مع دخلهم الشهري، لذلك يلجأ الكثر من الطلاب إلى السكن الجماعي للتخفيف من المصروف ومن إيجار المنزل، وأعباء مادية أخرى.

تتميز المدينة بغلاء الأسعار من مأكولات ومشروبات وعقارات مقارنة بباقي المدن المجاورة، ومن هنا يتحدث (أحمد سكاف) طالب في جامعة حلب في المناطق المحررة عن صعوبة تأمين السكن، وارتفاع إيجار المنازل: إن السبب الأول، الذي يدفعه للإيجار هو بعد الجامعة عن مكان سكنه الأصلي، فهو يسكن في مدينة سرمدا في ريف إدلب، بينما الجامعة

في مدينة إعزاز بريف حلب الشمالي، وهذا البعد يكلف أجور موصلات باهظة على مدار الشهر، فكلفة آجار السرفيس من ريف إدلب إلى مدينة إعزاز قد بلغت ٣٠LT، لذلك يضطر الطالب للبحث عن منزل قريب من مكان الجامعة، يضيف أحمد بأنه يلجأ إلى المكاتب العقارية لإيجاد منزل للإيجار، حيث تبين له بأن الكثير من مالكي الشقق السكنية وسماسرة المكاتب العقارية يرفضون تأجير الشقق السكنية للطلاب الجامعيين (الشباب) لأن معظم تلك الشقق تكون بأحياء و طوابق مأهولة بسكن العائلات أو للصورة المشوهة المأخوذة عن أخلاق الطلاب الشباب.

لذلك فإن معظم الطلاب يضطرون لاستئجار بيوت في أطراف المدينة، بعيدا عن الأحياء القريبة من الجامعة بهدف أن تكون أقل سعرا إن وجدت.

أما عن الغلاء المرافق لغلاء إيجار المنازل، الذي تميزت به المدينة كالمأكولات والمشروبات والألبسة، فيحدثنا (محمد ثابت) أحد طلاب الجامعة الدولية للعلوم والنهضة الذي يعاني من الأسعار المرتفعة مقارنة بدخله الشهري: إن المصروف الشهري، الذي ينحصر في الأكل والشرب فقط يصل إلى ٥٠٠LT وقد يزيد بحسب المستلزمات، ويقول: إن مدخولي أقل من ذلك بكثير مما أجبر بالاستعانة بأقاربي لتأمين باقي المصروف.

وأضاف إلى ذلك: بأن المستلزمات الأساسية في السكن الشبابي كالمياه والإنترنت تضاف إلى المصاريف الاستثنائية، فقد بلغ سعر صهريج المياه ٢٠ برميلا إلى ٣٠ LT كمية احتياج أسبوعين لتسعة طلاب، أما باقة الإنترنت الشهرية فيصل سعرها ل ٨٥ LT لما تتطلبه بعض المواقع الدراسية من سرعة للوصل على الإنترنت مثل منصة زوم، التي يحضر عليها بعض المحاضرات.

ناهيك عن ارتفاع سعر الخضار خاصة مع دخول فصل الشتاء ، إضافة لمعايير أصحاب المحال التجارية بالأسعار، فسعر الكيلو الواحد أحياناً له ثلاثة أسعار بحسب كل محل.

إن الغلاء والتحكم المفرط بالأسعار، وغياب الرقابة على أسعار إيجار المنازل، والسلع الغذائية، يشكل عائقا أمام الطلاب من إكمال مسيرتهم الدراسية، وتحقيق أهدافهم. فواقع الطلاب في الشمال المحرر، يواجه مشاكل كثيرة، تتطلب تحركا محليا، يساعد على تحسين وضعهم كالمساهمة في توفير سكن جامعي كاستثمار، أو بناء خاص للطلاب، يخفف بعض معاناتهم المستمرة في هذه الظروف وكونهم اللبنة الأولى للنهوض في المجتمع.

المعتقل الحر

محمود كردي

هنا كل شيءٍ مختلف، هنا حيث يُراق الدم، الدم السوري الثائر، الذي لا ذنب له سوى أنه طالب بحريّته، هنا حيث تتكوّم جثثهم، جثث من رفع إصبعين، من حاول فتح فمه ليقول كلمة حق، أو حتى من مشى بركب جنازة، كلهم هنا جريمتهم أنهم تكلّموا. اللغة هنا لا يفهمها إلا من عاش مثل هذه التجربة، فلم أعرف رائحة الدماء تلك قبل الآن، ولم أسمع أنّات هياكل محتضرة ولا أصوات عذابات الجدران من قبل، فما رأته تلك الجدران من قسوة الإنسان جعلها تقول: أحمد اللّه أنّي لم أُخلق بشرا.

كنا نبتسم عندما يصرخ في وجهنا الجلّاد، فما نفع البكاء في وجه الحقيقة؟ وما نفع الذل أمام عصى تنهمر منها عذابات لا تُطاق؟

كنا نبتسم ولسان حالنا، يقول:

اضرب فلسنا نخاف السوط والوجع

اضرب لأنك تبدو خائفاً جزعا

هل جربت العصا على قدميك؟

هل جربت السوط على ظهرك؟

هل شعرت بالكهرباء في أوصالك؟

هل حاولت النوم واقفاً لاثنتي عشرة ساعةً أو أكثر؟

هل جربت الجلد والفلقة والنزف والإغماء والشبح والتحرش الجنسي والتهديد النفسي والحرمان من الطعام والشراب والنوم؟

كسرة خبز ليست شيئاً مهماً لكنها مع ذلك تساوي كلّ شيءٍ بالنسبة لمعتقل يتضوّر جوعاً منذ أيام ولم تبلّل عروقه قطرةُ ماء.

المعتقل كمن ينتظر أن يُفتح عليه باب الجحيم ويُقال له:

اخرج اخرج إلى حريتك فأنت لا تنتمي إلى هنا.

إنه وجهٌ آخرُ للحرب، وحياةٌ من نوع آخر، تدور خلف تلك القضبانً.

كي لا ننسى معتقلينا فهم بانتظارنا..

بانتظار صوتنا وعملنا.

ليس هذا نصّاً تعبيرياً، تملؤه الرّتابة، بل هو الواقع السوري.

بطولة كرة سلة إعزاز
الأولى من نوعها على مستوى الشمال السوري المحرر

شامنا – إعزاز
تحرير: عقبة حدبة

في خطوة هي الأولى من نوعها، مجموعة من فرق كرة السلة، يتنظم بطولة على المستوى المحلي لإعادة إحياء هذا النوع من الرياضات في الشمال السوري المحرر.

وحول تفاصيل هذا الفريق، وما يضم من فرق التقت جريدة شامنا السيد محمود كوسا أحد مؤسسي رابطة كرة السلة بمدينة اعزاز حيث، قال: (نحن كلاعبين كرة سلة في الشمال المحرر ممن نعشق هذه اللعبة، بدأنا بالتواصل مع فرق موجودة بإدلب وعفرين كونهما يمتلكان فرقا منذ سنوات، ولديهم خبرة عن إمكانية إحياء اللعبة من جديد؛ استطعنا تكوين فريق من أهالي إعزاز، ومن الأخوة المهجرين، كنا مميزين عن باقي الفرق، كوننا نمتلك لياقة بدنية، وسرعة أكثر من باقي الفرق).

تميز الفريق بتعزيز العلاقات بين أبناء إدلب وحلب وريفهما، حيث أن العديد من الأشخاص نسقوا مع الفريق حول إمكانية تشكيل فرق جديدة، تشارك في الدورات القادمة من جميع المناطق المحررة.

وأضاف كوسا: (بعد عدة اجتماعات، قمنا بها عن طريق الانترنت، مع الفرق المتواجدة بإدلب لإعادة إحياء هذه اللعبة، نظمنا بطولة اعزاز نسبة لمدينة إعزاز، وشاركت أندية عديدة، كما تواصلت معنا بعض الفرق من عفرين، تحفظوا عن المشاركة بالوقت الحالي، ووعدوا بالمشاركة والتنظيم في البطولات القادمة، البطولة كانت بمثابة العرس الكروي، حيث اجتمع من خلالها أبناء دمشق وحلب وإدلب وحمص).

وحول انجازاتهم، وما إذا كان هناك داعم لهم، قال كوسا: (كنا الأكثر نشاطا وتنسيق بين باقي الفرق، لعبنا بعفرين ودعينا بعض الفرق من إدلب، ما نبحث عنه هو إعادة كرة السلة في المناطق المحررة، فاللعبة كانت منسية تماما، تواصلنا مع مكتب التنمية بمدينة إعزاز، وكان داعما لنا، فتمكنا من تشكيل تجمع للاعبين كرة السلة بين إدلب والريف الشمالي، كما كنا على تواصل مع بعض اللاعبين بتركيا وأوروبا وأثنوا على تشكيل التجمع).

وعن أمنياتهم ومخططاتهم المستقبلية قال كوسا: (ما نأمله من هذه الدورة هو استمرارية نشاط كرة السلة، واعادة إحياء هذه اللعبة من جديد بعد توقف لفترة طويلة، كانت الإفادة جيدة من هذه الدورة الأولى؛ استطعنا من خلالها معرفة ما نملكه، وما نفتقر إليه من لاعبين وحكام ودورات تقوية مهارات).

بطولة إعزاز تعتبر باكورة أعمال الرابطة الجديدة، التي أسست في الشمال السوري، والتي أطلق عليها اسم (رابطة كرة السلة في الشمال السوري) وتهدف إلى زيادة شعبية كرة السلة، التي تراجعت لصالح شعبية كرة القدم.

تحت شعار
(إدلب مدينة السلام)
تنطلق بطولة نادي أمية في إدلب

شامنا – إدلب
تحرير : شاكر شريفي

يقوم (الاتحاد السوري لكرة القدم) في مدينة إدلب بتنظيم بطولة نادي أمية الأولى تحت شعار (إدلب مدينة السلام) بمشاركة نخبة من أندية كرة القدم في المناطق المحررة.

ينظم البطولة نادي أمية، وهو أحد أعرق الأندية السورية، التي رفضت ممارسة رياضة كرة القدم ضمن أندية (نظام) الأسد، وانشقت عنه؛ جريدة شامنا التقت نادر الأطرش رئيس الاتحاد السوري لكرة القدم، حيث قال: (بأن النادي حاليا يمارس نشاطه في المناطق المحررة، وبإشراف (الإتحاد السوري لكرة القدم)، وأضاف: (ستنطلق بطولة نادي أمية بمشاركة نخبة اندية في الشمال المحرر، على رأسها نادي أمية، وتضم (جسر الشغور، وسراقب، ومعرة النعمان، خان شيخون، سرمدا، بنش ومعرة مصرين) وأندية أخرى، ستنطلق هذه البطولة في ٢٧ من الشهر الجاري).

وأضاف الأطرش: (نحاول نحن – كاتحاد كرة قدم – إخراج هذه البطولة في أبهى حلة، تحت شعار (إدلب مدينة السلام)، لنثبت للعالم أجمع بأن إدلب فيها حياة مدنية، ونشاطات مدنية، لنزيل النظرة السائدة عند العالم بأن إدلب هي بؤرة إرهاب، وسنخطو خطوة ثانية مستقبليا لإقامة بعض المباريات في مدينة أريحا، لنشعر أهلنا في أريحا بأننا إن شاء اللّه باقون في هذا البلد خاصة بعد ورود عدة إشاعات عن نية (نظام) الاسد بالسيطرة على أريحا والدعوة للتهجير منها).

وما إذا كان هناك صعوبات تعترضهم، قال: (بأن الصعوبات تتلخص بانعدام الدعم الكامل لهذه البطولة، ومن جهته حضر اتحاد كرة القدم بعض الأمور اللوجستية، وأردف الأطرش (بصفتي كرئيس اتحاد كرة قدم، تواصلت مع كثير من المنظمات ومؤسسات المجتمع المدني لمساعدتنا في إقامة هذه البطولة).

رغم قساوة الظروف والنزوح، إلا أن ذلك لم يمنع عدد من الرياضيين الشباب الثوريين أن يوحدوا جهودهم ويعملوا سوياً على تأسيس وإعداد هذه البطولة متحدين نقص الإمكانات والدعم.

نصائح هامة الرياضيين.. تعرف عليها

وكالات

من يريد مواصلة ممارسة رياضة معينة يحبها، عليه الانتباه بشكل خاص إلى طريقة غذائه، فرغم العناية الشديدة، التي يلتزم بها بعض هواة الرياضة، إلا انهم يأكلون الأطعمة، التي لا تحتاجها أجسامهم في الحقيقة.

وفي هذا الصدد أشار تقرير طبي إلى أن التعب السريع، الذي يصيب العديد من هواة الرياضة، خاصة رياضة الجري والتنس والركض أو الرياضة القتالية، يعود في الدرجة الاولى إلى طريقة تناولهم للطعام، ففي المانيا وحدها يصرف حوالي ٤٠٠ مليون يورو على شراء مواد غذائية إضافية، يعتقد بأنها مناسبة للرياضيين، لكن يظل ينقصهم عناصر مهمة لجسدهم، لذا حذر معهد الرياضيين الهواة في المانيا من خمس أخطاء يجب تفاديها:

الخطأ الأول: قلة تناول السوائل.

يشرب معظم الرياضيين فقط عندما يشعرون بالعطش، فعند ممارسة الرياضة، يحدث نقصان كبير للسوائل في الجسم، ويسبب بالتالي قلة لزوجة الدم، وسرعة حركته، مما يقلل القدرة على التركيز، ويؤثر بسرعة على قوة العضلات. ويتصبب خلال ساعة واحدة من الركض قرابة ١،٤ ليتر عرق من إنسان يصل وزنه الى ٧٠ كلغ. لذا

عليه قبل الركض شرب كمية من الماء، وتفضل هنا المياه المعدنية، وتفادي المشروبات الغازية، لتكون احتياطا في جسمه مع تناول كوب ماء منعش كل نصف ساعة، وغير بادرة جدا، وألا يبقى مدة طويلة في المعدة.

الخطأ الثاني: قلة تناول الفيتامينات والمواد المعدنية.

زيادة الحركة تزيد حاجة الجسم للفيتامينات، لذا لا يجب الإكثار

من تناول اللحوم، حسب اعتقاد بعضهم، بل خمس وجبات يوميا من الفاكهة والخضار الطازجة. وفي حال عدم توفرها فبالإمكان اللجوء إلى الفينامينات مثل فيتامين Cالمركز للحصول على ٥٠٠ ملمغرام يوميا منه، إضافة إلى فيتامين E وسيلين وبيتاكروتين Betacaroten.

ومن يمارس الرياضة ثلاث مرات أسبوعيا عليه الإكثار من الكالسيوم والمغنسيوم. وتحتاج المرأة الرياضية إلى حبوب حديد لأنها تفقد الكثير منه بسبب الدورة الشهرية.

الخطأ الثالث: الاكثار من الزلال.

رغم أن العظام تحتوي على كمية كبيرة من الزلال، إلا أن الأطباء لا ينصحون هواة الرياضة بالإكثار من تناوله عن طريق البيض، لان الجسم يحصل على احتياجاته منه عن طريق أطعمة أخرى، وكمية ٠،٨ غرام من الزلال لكل كلغ من الوزن كافية للرياضي. ومن وزنه ٧٠ كلغ يحتاج فقط إلى ٥٦ غرام من الزلال في الجسم.

الخطأ الرابع: كثرة كربوهيدرات

هناك رياضيون هواة يتناولون كثيرا من السكر النباتي، أو المستخرج من العنب، لاعتقادهم بأنهم يكسبون بعض القوة، لكن بدلا من ذلك هم يصابون بمشاكل صحية، لأن كمية هرمون الأنسولين تنخفض بسرعة، وقد تؤدي إلى قلة التركيز خلال الرياضة. لذا يفضل تغطية احتياج الجسم من الكربوهيدرات عن طريق الرز أو البطاطس أو الخبز. ويجب الامتناع عن أكل ما يحتوي على الكربوهيدرات قبل ثلاث ساعات من بدء الرياضة.

الخطأ الخامس: تناول المأكولات الدسمة بعد الرياضة.

بعد ساعة من ممارسة الرياضة، يعمل الجسم على تجديد نفسه، لذا يصاب من يلجأ بعد الرياضة إلى أكل اللحوم والدهون، هنا يُنصح بتناول السوائل خاصة الماء المعدنية. ومن لا يشعر بالجوع مباشرة فمن الأفضل أن تناول وجبة خفيفة بعد ساعتين من الرياضة قليلة الدسم، ففي هذا الوقت تعمل الأنزيمات المخزنة بكامل قواها، وتحتاج إلى سكريات، وكمية قليلة الكربوهيدرات، لذا ينصح بتناول اللبن العاقد، والخضروات المسلوقة أو المشوية مثل البطاطا.

الحطيئة

هو جرول بن أوس بن مالك العبسي، شاعر مخضرم، أدرك الجاهلية وأسلم في زمن أبي بكر، كان هجاءاً عنيفاً، لم يكد يسلم من لسانه أحد. حتى إنّه هجا نفسه.
سمي بالحطيئة، وهي تصغير حطأة، وهي الضرب بالأرض أو الرجل القصير، وقيل سمي بذلك لدمامته، أي قبح المنظر وصغر الجسم. وأكثر من هجاء الزبرقان بن بدر، الذي شكاه إلى عمر بن الخطاب، مما دعا بعمر إلى سجنه بالمدينة، فاستعطفه بأبيات غاية في الرقة والرأفة، أخرجه بعد أن سمعها عمر وبكى بسببها، لكنه نهاه عن هجاء الناس، فقال لعمر:
إذاً تموت عيالي جوعاً!

وَطاوي ثَلاثٍ عاصِبِ البَطنِ مُرمِلٍ
بِتيهاءَ لَم يَعرِف بِها ساكِنٌ رَسما
أَخي جَفوَةٍ فيهِ مِنَ الإِنسِ وَحشَةٌ
يَرى البُؤسَ فيها مِن شَراسَتِهِ نُعمى
وَأَفرَدَ في شِعبٍ عَجُوزاً إِزائَها
ثَلاثَةُ أَشباحٍ تَخالُهُمُ بَهما
رَأى شَبَحاً وَسطَ الظَلام فَراعَهُ
فَلَمّا بَدا ضَيفاً تَسَوَّرَ وَاهتَمّا
وقال : هيا ربّـاه ضيفٌ ولا قِـرى
بحقّك لا تحرمه تـالليـلة اللحما
وَقالَ اِبنُهُ لَمّا رَآهُ بِحَيرَةٍ
أَيا أَبَتِ اِذبَحني وَيَسِّر لَهُ طُعما
وَلا تَعتَذِر بِالعُدمِ عَلَّ الَّذي طَرا
يَظُنُّ لَنا مالاً فَيوسِعُنا ذَمّا
فَرَوّى قَليلاً ثُمَّ أَجحَمَ بُرهَةً
وَإِن هُوَ لَم يَذبَح فَتاهُ فَقَد هَمّا

من جميل قصائده هذه القصيدة يتحدث فيها عن ضنك العيش والكرم. لرجل معه أمه وثلاثة أطفال، يعيشون في مكان ناء في الصحراء، يقدم إليهم ضيف، فيدور حديث بين الأب وابنه عما سيقدمون للضيف، إذ يطرح الابن على أبيه أن يقدم نفسه زادا للضيف.
ويأتي الفرج حين تلوح من بعيد مجموعة من البقر الوحشي فيسدد الاب سهما يصيب بها واحدة، يجرها إلى أهلهـ فينعمون بالزاد وقد باتوا أمام ضيف أهل كرم ومروءة.

فَبَينا هُما عَنَّت عَلى البُعدِ عانَةٌ
قَد انتَظَمَت من خَلفِ مسحَلِها نَظما
عِطاشاً تُريدُ الماءَ فَانسابَ نَحوَها
عَلى أَنَّهُ مِنها إِلى دَمِها أَظما
فَأَمهَلَها حَتّى تَرَوَّت عِطاشُها
فَأَرسَلَ فيها مِن كِنانَتِه سَهما
فَخَرَّت نَحوصٌ ذاتُ جَحشٍ سَمينَةٌ
قَد اِكتَنَزَت لَحماً وَقَدَّ طُبِّقَت شَحما
فَيا بِشرَهُ إِذ جَرَّها نَحوَ قَومِه
وَيا بِشرَهُم لَمّا رَأَوا كَلمَها يَدمى
فَباتوا كراماً قَد قَضوا حَقَّ ضَيفِهِم
فَلَم يَغرِموا غُرماً وَقَد غَنِموا غُنما
وَباتَ أَبوهُم مِن بَشاشَتِه أَباً
لِضَيفِهِمُ وَالأُمُّ مِن بِشرِها أُمّا

أشأم من البسوس

حرب البسوس بين قبيلتي تغلب وبكر
البسوس هي «البسوس بنت منقذ» من قبيلة بكر، وإليها تُنسب حرب البسوس التي وقعت في تهامة ودامت ٤٠ سنة، وكانت بين قبيلتي تغلب وبكر ابني وائل ومن حالفهما من القبائل العربية، وانتصرت تغلب في أربعة حروب، وبكر في واحدة، وتكافأت القبيلتان في حرب واحدة، ودارت رحى كل معاركها في تهامة ونجد، في كل صيف في ذكرى وفاة كليب.
وكانت البسوس قد خرجت بناقتها في زيارة إلى جساس بن مرة ابن أختها، وفي أثناء تلك الزيارة خرجت ناقة البسوس لترعى مع إبل جساس، وحدث أن انطلقت الناقة في أرض كليب بن ربيعة وهو زوج جليلة أخت جساس وكان سيد قبيلة تغلب.
ولما عرف كليب أن هذه الناقة الغريبة التي اقتحمت أرضه هي ناقة خالة جساس الذى لم يكن يحبه لما تدعيه جليلة من أن أخاها يساوي كليب في المنعة والعزة وهو الذي كان يُضرب به المثل في العرب ويقال عنه «أعز من كُليب»، أمر كليب بقتل الناقة، فثارت البسوس وأطلقت صيحتها الشهيرة «واذُلاه»، مستنجدة بجساس كي يثأر لها من كليب.
لكن جساس أخبرها أنه سيأتي لها بـ١٠٠ ناقة من نوق تغلب عوضًا عن ناقتها، فما كان من البسوس إلا أن هجت قومها بشعر، وعايرتهم بقلة النخوة والمروءة، فسقط ذلك في نفس جساس وخرج لقتل كليب «زوج أخته جليلة». ثم ندم جساس وجاء أبيه آسفًا على فعلته فأشار عليه أبوه بالهرب، وإلا فإن بكر ستُسلمه لتغلب.
فجاء المهلهل بن ربيعة المعروف بالزير سالم – أخو كليب – وطالب أن يمنحوه جساس ليقتله بأخيه، فقالوا له إنه هرب، فطلب أن يأخذ همام أخو جساس أو مرة أبوه، عوضًا عنه، لينتقم من أحدهما لمقتل أخيه، فرفض بنو بكر وقالوا لا نُسلم أحدهما دون قتال، فاشتعلت الحرب بين الحيين، ودامت نحو أربعين عامًا.
وضربت العرب المثل بالبسوس في الشؤم وجعلوها نذير الخراب، بسبب ما جرته على العرب آنذاك من ويلات، بعدما أشعلت نيران هذه الحرب بسبب ناقتها، فقيل «أشأم من البسوس».

خنساوات من بلدي

سعاد الكياري أم عبود

عريفة موسى

لم يقتصر دور المرأة في سورية على حمل القلم، والرايات والطبابة والاسعاف وتقديم المساعدات لمن كان بحاجتها، بل تخطاه لحمل السلاح والدفاع عن الأرض والعرض في زمن تغيرت فيه كل المعطيات والثوابت والمعايير، لتقف النساء إلى جنب الرجال في خط المواجهة الأكثر خطورة، على جبهات القتال، وساحات المعارك.
لم تكن سعاد الكياري، بعيدة عن ساحات القتال، والتضحية في درب الثورة السورية إلى جانب الثوار الأحرار في بلدها «أبو الظهور» بريف إدلب الشرقي.
انخرطت أم عبود ذات الـ ٣٩ عاما في صفوف الثورة السورية، منذ أيامها السلمية الأولى، ثم لم تتوان عن الانخراط في صفوف الجيش الحر ببداية تشكيله، فانتسبت حينها إلى جبهة ثوار سورية، بعد ذلك اكملت مسيرتها القتالية مع بقية تشكيلات الكفاح المسلح، رافضة الخروج من مسقط رأسها «أبو الضهور» التي كانت تتعرض لهجمات شرسة قبل احتلالها، يقول ابن عم الشهيدة، خالد الكياري: إن أم عبود، هي أم أخت للجميع، رفضت جميع الدعوات للخروج من بلدتها، حتى قبل استشهادها بيوم واحد، حيث قدم شقيقها لها كل العروض للخروج، لكنها أصرت على البقاء.
يروي كثيرون ممن شاهدوها، أنها كانت أماً لليتامى ممن قضى آباؤهم على جبهات القتال وقصف «النظام»
استمرت أم عبود بعد شفائها من إصابتها بالنضال ضد أي محاولة للهجوم، أو التقدم باتجاه مدينتها، فكانت سيدة المناضلات، وكانت الشهيدة الأولى في ساحة الوغى من نساء إدلب،
استمدت أم عبود صلابتها وعزيمتها من أسرة حرة تأبى الضيم، فهي اخت لشهيدين من إخوتها الشباب، الامر الذي زاد من شجاعتها، لتقف كموقف الرجال الأحرار، وتخوض غمار الحرب لتبني بلدا حرا خاليا من الطغاة.
يقول عبد الرزاق فضل، وهو أحد مقاتلي الجيش الحر عند أول اقتحام لمطار ابو الظهور بتاريخ ٣٠-٨-٢٠١٢م، كانت أم عبود في الصفوف الأمامية معنا تحمل السلاح، وتصرخ بأعلى صوتها (جاييينك يابشار ياخنزير)
كانت أما للمقاتلين، تطهو الطعام لهم، وتساندهم، حملت السلاح معهم بعنفوان حتى جاء يوم استشهادها يوم السبت الواقع في ٢٠-١-٢٠١٧م.
استشهدت أم عبود أثناء المشاركة بواجبها، وتقديم الطبابة والطعام لمقاتلي الجيش الحر على جبهة مدينتها.
وتخليدا لذكراها قامت مديرية التربية في محافظة إدلب بتغيير اسم مدرسة جميلة بو حيرد، التي المناضلة الجزائرية، التي عرفت بتوجهاتها المؤيدة لـ (نظام) الأسد، باسم الثائرة سعاد الكياري تخليدا لنضالها الثوري.

جريدة اسبوعية
شامنا
صوت الثورة السورية
رئيس التحرير : رواد إبراهيم
Editor- in-Chief : Rawad Ibrahim
shamnanewspaper@gmail.com
+905394347092
@shamnanewspaper
@shamnanewspaper
shamna_souryana 2020

لا توصي حريص

حكاية مثل

يحكى أن ملكاً من ملوك العرب قديماً خرج ذات يوم برفقة بعض وزراءه لتفقد رعيته فصادف شيخاً كبير السن فسلم عليه الملك وسأله عدة أسئلة وكان الشيخ الكبير يجيب الملك بكل ثقة.

سأله الملك: ما هي أخبار الجماعة؟

أجاب الشيخ: لقد تفرقوا.

سأل الملك: ماهي أخبار القريب؟

فأجاب الشيخ: لقد أصبح بعيداً.

فسأل الملك: ما هي أخبار الاثنين؟

فأجاب الشيخ: لقد أصبحوا ثلاثة.

فقال له الملك محذراً: لا تبيع برخيص.

فأجاب الشيخ: لا توصي حريص.

وعندما رجع الملك إلى قصره سأله المرافقون من حاشيته عن سر هذا الحوار، الذي دار بينه وبين الشيخ، فرفض الملك الإجابة، وقال لهم: لقد وضعت جائزة كبيرة لمن يحل هذا اللغز، وبعد حوالي شهر جاء أحد الوزراء إلى الملك وأخبره أنه قد عرف الحل وهو:

الجماعة: الذين سأل عنهم الملك، وأخبره الشيخ أنهم تفرقوا هم الأسنان.

والقريب: الذي سأل عنه الملك وأخبره الشيخ انه أصبح بعيداً هو النظر.

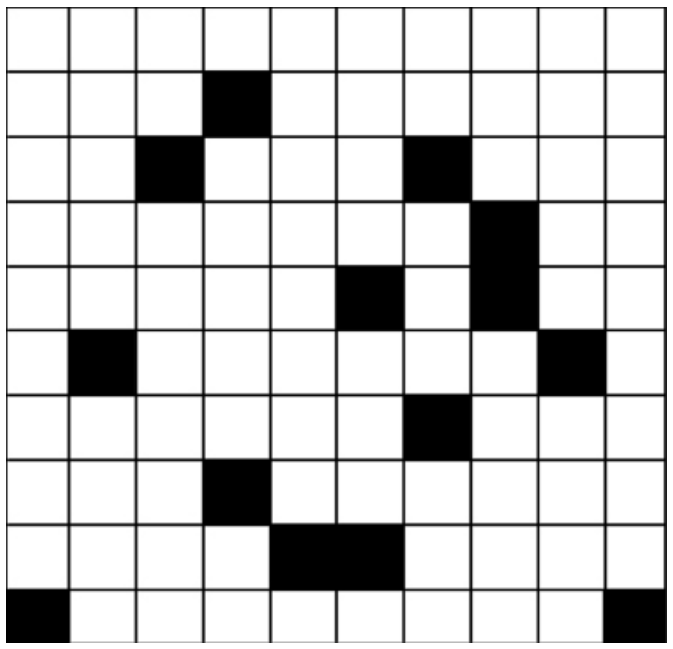
والإثنين: الذي سأل عنهم الملك وأخبره الشيخ أنهم أصبحوا ثلاثة هم أرجله (والعصا التي يتكئ عليه).

فسأله الملك: أخبرني صادقاً كيف عرفت الحل؟

فقال الوزير: لقد ذهبت إلى الشيخ ورجوته أن يخبرني عن الحل وأعطيته مبلغاً من المال، ولكنه رفض، وقد ضاعفت له المبلغ عدة مرات، وكان يرفض إلى أن باعني الحل بمبلغ كبير، فقال الملك لقد كنت أعلم أنكم ستذهبون إلى الشيخ لمساعدتكم في حل اللغز، لذلك قلت له لا تبيع برخيص، وأجابني الشيخ لأنه فهم قصدي، وقال لي: لا توصي حريص.

كلمة السر

جملة الشهيد رائد الفارس



أفقياً:

1-فاتح القسطنطينية

٢-حصباء الجنة , متشابهة

٣-متشابهة , من أهل الكتاب , ضعيف

٤-يجري في العروق , جمع (الرب)

5-للتوجع , أجور

٦-تصغير (التنّن)

7-شعوذة , ملائكة النار (معكوسة)

8-يتوعدون بالشر , من أركان الحج

٩-.....بن مسعود) مفرق الأحزاب يوم الخندق (.....بن معاوية) أول وريث للحكم في الإسلام

10-كتاب لـ د / يوسف القرضاوي

رأسياً:

١-(.....الطغراني) صاحب لامية العجم

٢-(السعدية.....) مرضعة الرسول , صاحب عاهة(معكوسة)

٣- يقود (معكوسة), العاجز

٤- أرشَدَ , عمّر , نبسط(معكوسة)

٥- الهوان , حب الدنيا و كراهية الموت(معكوسة)

٦-شاعر فرنسي

٧- يسقين , (نصف) يخسر

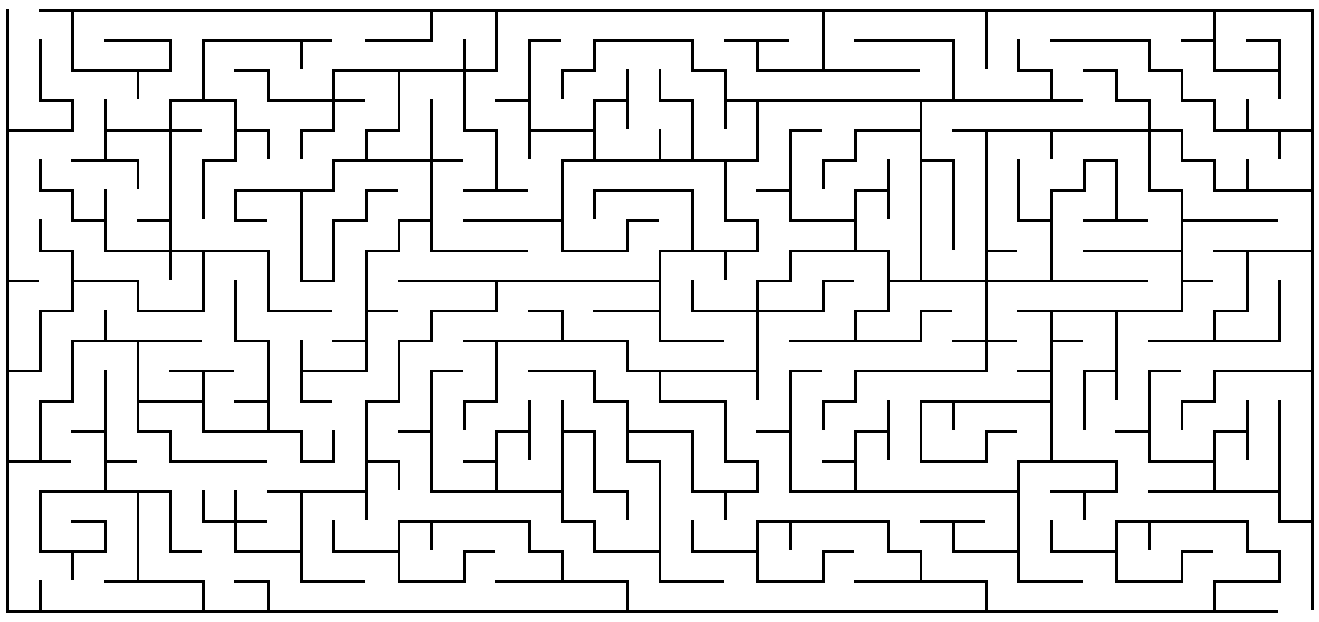
٨-أحد الأبوين , بالانسر (مبعثرة)

٩- مسؤوليات , تصغير بغل

١٠- رسول رسول اللّه إلى مسيلمة الكذاب

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

الهدف من السودوكو هو ملء جدولًا مكوناً من ٩×٩ خانات بأرقام بحيث يحتوي كل صف وعمود وقسم من ٣×٣ خانات على كل الأرقام من ١ إلى ٩. كونها أحجية منطقية فإن السودوكو لعبة ممتازة لتمرين العقل.



ا لمتا هة ا لذ كية

المهجرون يصنعون الفرق

شاكر الشريفي

مع دخول الثورة السورية عامها التاسع، ووفقاً للمفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين، لا يزال هناك أكثر من ٦ ملايين و٧٠٠ ألف لاجئ سوري في العالم (حتى يونيو/ حزيران ٢٠١٩)، وأكثر من ٦ ملايين ومئتي ألف سوري من النازحين داخلياً (حتى أغسطس/ آب ٢٠١٩) ويحتاج أكثر من ١١ مليون شخص إلى المساعدة الإنسانية في سورية.

ولا يزال الوضع الإنساني في شمال شرق سوريا وفق تعبير المفوضية «مزرياً»، حيث يحتاج الآن ما يقدر بنحو مليون و٦٥٠ ألف شخص إلى المساعدة الإنسانية، (حتى سبتمبر/ أيلول ٢٠١٩) كما تشير إحصائيات منسقو الاستجابة في الشمال السوري إلى نزوح قرابة مليون سوري من حماه وإدلب وريف حلب من جراء المعارك، التي شهدتها تلك المحافظات خلال الأشهر الأولى من عام ٢٠٢٠م، أدى ذلك إلى نزوح معظمهم إلى ريف حلب الشمالي.

على الرغم من ارتفاع أجور بعض البيوت، والغلاء المعيشي شمال حلب وإدلب، إلا أن المهجرين، وخاصة فئة الشباب منهم، لم يستسلموا لواقعهم، أو لما آلت إليه ظروفهم الصعبة بعد التهجير، فقد كان لهم فاعلية إيجابية هامة ضمن المجتمعات، التي هجروا إليها، إذ شهدت مدينة الباب، تضخما كبيرا إثر حملة التهجير الأخيرة، التي طالت المنطقة، كان للمهجرين فيها دور كبير في العمل على التنظيم، وتشكيل روابط للمهجرين وانخراط في سوق العمل.

مدينة اعزاز أيضا، كان لها نصيب لا بأس فيه من فاعلية المهجرين، ونشاطهم، وعملهم بالمدينة المضيفة، فقد شهدت في الفترة الأخيرة حركة عمرانية وتجارية واقتصادية كبيرة، يدخل ضمنها فاعلية المهجرين، الذين انتشروا في أرجائها، داخل منظمات المجتمع المحلي، وغيرها من أماكن عمل، وتشكلت مراكز وفرق يعمل فيها مهجرون أو بإدارة مهجرين من مناطق مختلفة كالدانا وسرمدا وغيرهما.

ناهيك عن الفوارق، التي أحدثها اللاجئون السوريون في دول اللجوء من نجاحات، وإسهامهم بافتتاح آلاف المحال والشركات التجارية والمعامل الصناعية، وكذلك على مختلف الصعد التجارية والمهنية الأخرى، أما الطلبة السوريون فقد أثبتوا أنهم ندا قويا لأقرانهم بعد ما حققوا نجاحات كبيرة علميا في بلاد اللجوء، سواء بتركيا أو دول الاتحاد الأوروبي وكندا.

لم تثني السنوات العشر الماضية من عزيمة السوريين في الداخل والخارج، فرغم القصف والقمع، والاعتقالات والتهجير القسري، داخليا، ومرارة وصعوبة الاندماج خارجيا، إلا أنهم لم يستسلموا، بل واصلوا في نشاطاتهم، واستطاعوا أن يكونوا فاعلين في الأماكن، التي هجروا إليها سواء داخليا أم خارجيا.

تقويــة مناعة الجســم ضــد «الأنفلونزا»

تعد المناعة القوية في هذه الأيام ذات أهمية بالغة لصحة الإنسان أكثر من أي وقت مضى. ومن المهم جداً الحفاظ على جهاز الجسم المناعي وتقويته، حتى تتمكن من محاربة الفيروسات، التي قد تتعرض للإصابة بها، وذلك من خلال:

١ ــ أخذ قسط كاف من النوم.
٢ ــ ممارسة الرياضة بانتظام.
٣ ــ تناول فيتامين C.
٤ ــ الابتعاد عن التجمعات وعن الأشخاص المصابين.

تقوية جهاز المناعة بالأعشاب

فيما يخص تقوية جهاز المناعة، وجد بعض الأطباء المتخصصين، بعد قيامهم بعدد من الأبحاث العلمية، أن المركبات الموجودة في الأعشاب، والمكملات الغذائية، لها فوائد كبيرة في تعزيز جهاز المناعة في جسم الإنسان. ومن هذه الأعشاب مثلاً: الثوم، القتاد، الخرفيش، الجينسنغ، الشاي الأخضر، الكمون الأسود، وعرق السوس.

وطن للإنشاءات الهندسية

Lotus Flowers
أزهار طبيعية وصناعية - نباتات زينة وهدايا
0941350021 - 05525300095
العنوان : أعزاز شارع الألبسة التركية جانب الثانوية الشرعية
أو مقابل معاطف عاشور