

للبيع في شفاعمرو
والمنطقة

مركز تجاري كبير
بموقع مركزي
دخل السنوي
1,200,000

ارض دونم
و200 متر
بجانب بيوت مستوطنة
عدي-شفاعمرو

ارض 1.5 دونم
على الشارع الرئيسي
حي العين -مدخل الناعمة
والمزيد من العقارات
بيوت ومحلات للإيجار وللبيع

دونم زراعي بجانب افيك
3 دونم بجانب طبعون
بيت طابقين مع جميع اثاثه
ترميم جديد

للمعنيين الرجاء الاتصال 0525363507

من امن بي وإن مات فسيحيا



قداس وجناز الاربعين
ارملة الفقيد، ابناء وبنته وعموم ال سلفيتي
أقرباؤهم وأنسابهم في شفاعمرو والخارج
يدعونكم لمشاركتهم قداس وجناز الاربعين
راحة لنفس فقيدهم طيب الذكر
منير صالح سلفيتي
(ابو امطانس)

وذلك في تمام الساعة الخامسة من مساء يوم السبت الموافق 04/02/2017
في كنيسة القديسين بطرس ويولس للروم الكاثوليك في شفاعمرو
لا اراكم الله مكروها بعزيز
الرجاء اعتبار هذه الدعوة بمثابة دعوة شخصية للجميع

439
والهجرة
السلام
27/01/17
تصدر عن مجموعة السلام للإعلام
رئيس التحرير تهامة نجار
لحجز اعلاناتكم 0525363507

للبيع



فرصة لا تعوض

مغسلة بكامل معادتها
(دكود بوش)

للمعنيين الاتصال 0526446000



شفاعمرو تودع ابنها المربي محمد
حبيب الشيخ بالألم والحسرة

إصابة طالبة من مدرسة الكتب الابتدائية "و" صالح سمور" بحادث دهس

طلاب المدرسة يتعرضون يوميا لخطر الموت دهسا بسبب وجود شقين للمدرسة
يفصلهما شارع رئيسي، وتقاسم قسم الهندسة في البلدية لإيجاد حلول عملية

اردان يخضع لنزوات متعاطي المخدرات بعدم ملاحقتهم جنائيا بل
اداريًا فقط من خلال قرار عشوائي لم يخضع لاية دراسة عملية

FOX

SALE

على المجموعة الشتوية

79 حتى 19
-90 -90

ما عدا Arrival New

شفاعمرو وسجنين

على القطع المشتركة بالحملة، الحملة حتى - 11/2/17 بشبكة FOX فقط. ما عدا حوازيات الفوانيس - ارزواجية بالحملة
والخصومات... الحد الأدنى 50000 قطعة

شفاعمرو تودع ابنها المرثي محمد حبيب الشيخ بالألم والحسرة



لقي المرثي محمد الشيخ مصرعه ظهيرة يوم الثلاثاء 24/1/2017، عن عمر يناهز 56 عاما في حادث طرق مروع وقع بين شاحنة وسيارة المرثوم الخصوصية، بين عبلين ومنتسبي افيف. هذا وقد سادت شفاعمرو أجواء من الحزن منذ نشر خبر مصرع المرثي محمد الشيخ، وقد عبر المئات عن مشاعرهم الحزينة بتأثر سواء بتبادل الكلام المباشر أو من خلال صفحات التواصل الاجتماعي التي امتلأت بكلمات التعبير عن الحزن والتأثر اللذين ألبأها في البلدة، وشهد الجميع على سيرة المرثوم الناصعة وسمعته الطيبة وعلاقاته الانسانية بجميع الناس وعن اخلاصه في عمله مع طلابه وزملائه، كما أشاد العديد بروحه الوطنية ومواقفه المشرفة التي عرف بها طوال حياته. كما تجلى ذلك في حضور المئات من الأهل وأبناء البلدة الى بيت العزاء (بجوار منزل والد المرثوم) في مركز البلدة، معبرين عن حزنهم ومواساتهم للعائلة ووقوفهم الى جانبها في هذا المصاب الجلل، كما عبروا عن أسفهم وصدمتهم بهذه الوفاة المفاجئة. وقد شيعت شفاعمرو جثمان ابنها البار إلى مثواه الأخير يوم الأربعاء، ليتسنى لنجل المرثوم، ساهر الذي يدرس الطب في اوكرانيا، القدوم الى البلاد ووداع والده. وقد ترك المرثوم خلفه زوجته وثلاثة أبناء (ولدين وبناتا). السلام تتقدم لعائلة الفقيد وذويه بأحر التعازي القلبية راجين من الله أن يتغمده برحمته

إصابة طالبة من مدرسة الكتب الابتدائية "والمحسمور" بحادث دهس

طلاب المدرسة يتعرضون يوميا لخطر الموت دهسا بسبب وجود شقين للمدرسة يفصلهما شارع رئيسي، وتقامس قسم الهندسة في البلدية لإيجاد حلول عملية المرثي ناظم نكد مدير المدرسة : أحمل أصحاب القرار المسؤولية الجنائية الكاملة من عواقب وقوع كارثة

اللجنة المركزية لأولياء الأمور تقرر تنظيم وقفة احتجاجية أمام المدرسة صباح غد السبت



حذر مدير مدرسة المكتب المرثي ناظم نكد من عواقب تقاعس بعض المسؤولين وأصحاب القرار في بلدية شفاعمرو من إيجاد حلول عملية تقي طلاب مدرسة المكتب من شر حصول كارثة، نتيجة وضع المدرسة الهندسي الخاص، حيث تنقسم المدرسة على شقي شارع رئيسي يضطر الطلاب ان يقطعوا الشارع مرارا خلال النهار من اجل اتمام مهامهم المدرسية، حيث تعبر الشارع سيارات مختلفة يوميا بسرعات متفاوتة تهدد أمن الطلاب . هذا وكانت احدى الطالبات قد تعرضت بالأمس صباحا الى عملية دهس من سائق فاجأته بعبورها الشارع، الا انه تمالك نفسه وأوقف سيارته فصدماها بصورة خفيفة، ونقلت على اثر ذلك الى المستشفى . واعلنت اللجنة المركزية لأولياء أمور الطلاب، في اجتماعها يوم أمس عن امتعاضها من وضع المدرسة واتخذت قرارا بتنظيم وقفة احتجاجية الساعة الثامنة من صباح غد السبت أمام المدرسة

لحجز اعلاناتكم 0525363507



موقع السلام

رئيس التحرير: تهامة نجار

البريد الإلكتروني ntohama@gmail.com

تصميم الجرافيك: إيمان حايك

تلفون 076-5400464

WWW.TOHAMANET

تابعونا على موقعنا

س 04-9862725

فاكس



تصدر عن مجموعة السلام للإعلام

ملحمة السلام-مركز اللحوم

بجالتها الجديدة

لحومنا من أفضل المزارع

طازجة يوم بيوم



مجموعة السلام للاعلام



عجلات صغيرة 55 ش.ج

عجل صغير 50 ش.ج

خروف مع عضم 60 ش.ج

لحمة خروف 1 كغم 100 ش.ج

نصف خروف مجروم 100 ش.ج

يوجد لدينا دجاج طازج على انواعه كل يوم
نقانق , همبورغر, سرسيو

نستقبلكم ابتداءً من اليوم الجمعة 27.01.17

ترقبوا حفل الافتتاح الاسبوع القادم

0526514818 04-9860189

وزارة الصحة بصدد تشريع قوانين جديدة لمحاربة التدخين

تفاجأت من المعطى الذي اظهر انه هناك 8000 شخص يموتون سنويا من اضرار التبغ، وتفاجات اكثر من اهمال الموضوع " هذا ما قالته رئيسة لجنة مكافحة المخدرات والكحول عضو الكنيست تمار زندبرغ في الجلسة التي عُقدت بمبادرة اعضاء الكنيست ، عبد الله ابو معروف، حاييم يلين، يهودا غليك وميكي روزنطال حول عدد الاشخاص الذين يموتون سنويا من التدخين وحول عدم وجود استثمار حكومي في الاعلانات ضد التدخين. حسب اقوال رئيسة اللجنة عضو الكنيست زندبرغ فانه في الماضي كان هناك حديث وتشريع حول عدم الاعلان والترويج للسجائر، ولكن في السنوات الاخيرة دخل الموضوع في سبات وترك، نسبة الى الحاجة ونسبة الى ما يقوم به العالم . نائب مدير عام وزارة الصحة ، بروفيسور ايتمار غروتو قدم تقرير امام اللجنة عن خطوات وزارة الصحة المعترزم اتخاذها لمنع التدخين. حسب اقوال غروتو " اسرائيل كانت الدولة الرائدة في مجال التشريع وسن القوانين في ما يتعلق بالسجائر، اما الآن فنحن في قاع السلم، ونحن بالتأكيد نعتقد انه يمكننا تصليح هذا الخطا. نحن نعمل على بلورة مشروع قانون في هذا الموضوع وكلي امل ان نطرحها على التصويت قريبا، هناك مسودة لاقتراحنا" وقام غروتو بشرح الاقتراحات المختلفة والمطروحة على الطاولة: تحديد الاعلانات والدعايات: قررنا منع الاعلانات، وهذا الامر سينطبق ايضا على الانترنت. منع النشر الكبير في وسائل الاعلام. السجائر الالكترونية والبدائل الاخرى: "نحن نريد ان يتم التعامل مع هذه البدائل تمام كما يتم التعامل مع منتجات التبغ المختلفة، حيث يمنع التدخين يمنع استخدام السجائر الالكترونية. المنتج الجديد الذي دخل الى السوق في الايام الاخيرة هو بالنسبة لنا منتج تبغ ويمكن البدء بتطبيق القانون الحالي فوراً. نحن ننتظر المصادقة النهائية لوزارة العدل في موضوع هذا التشريع . منع التدخين: نعتقد انه يجب توسيع عدد الاماكن العامة التي يمنع التدخين فيها، مثل الملعب المفتوح، زيادة المسافات التي يمكن التدخين فيها مثل رياض الاطفال، حدائق اللعب. اما فيما يتعلق بالتدخين في السيارات مع الاطفال فهذا الموضوع يتم معالجته ، من الصعب تنفيذه ولهذا وعلى ما يبدو سيتم ذلك عن طريق قوانين مرورية وهناك خلافات بشأن هذا الموضوع، مشروع القانون يشمل ايضا منع التدخين في حدائق الحيوانات والعروض في الاماكن المفتوحة، بالإضافة الى الغاء غرف التدخين في الاماكن العامة مثل المطاعم، البارات وحتى الكنيست، يمكننا التقدم سريعا في هذا الموضوع دون الحاجة الى قانون . ضرائب: يجب فرض الضرائب على السجائر الالكترونية تماما مثل منتجات التبغ. الضرائب المفروضة على لفة التبغ اقل بالنصف ويجب زيادة الضرائب. إقطاع من التدخين: نحن نريد تطوير وافتتاح مركز خدمات هاتفي قطري تحت مسؤولية وزارة الصحة ويتم تشغيله من قب مزود خارجي، مركز خدمات هاتفي قطري وليس امر مرتبط في رغبة صناديق المرضى. بتقديرنا سيكلف هذا المشروع 6-5 مليون شيكل سنويا حملات اعلانية: نحن بصدد اطلاق حملات اعلانية خاصة في المجتمع العربي- نسبة الرجال العرب المدخنون هي 40% مقارنة مع 19% من كل المواطنين في نهاية النقاش قال بروفيسور غروتو ان وزارة الصحة قررت ان تقوم بنشر صور تحذيرية على العلبة كما هو متبع في الدول الاخرى، زيادة المساحة المخصصة للتحذير من اضرار التدخين في كل علبة. عضو الكنيست عبد الله ابو معروف المبادر الى عقد الجلسة قال: " يجب ان نعيد الموضوع الى سلم الاولويات، تم تجميد خطة وزارة الصحة. المنع هو افضل علاج ، هناك اقتراح قانون مجمد ولجنة الوزراء التشريعية لا تتعامل بجدية مع مشروع القانون". دكتور حاجي لافين، اتحاد اطباء صحة الجمهور قال: " حتى الآن النقاط لم تتضح، منعوا الاعلان في مكان وسمحو به في مكان آخر. نحن نوصي تبني علبة سجائر موحدة بدون اشارة للماكرة مع صورة تحذيرية كبيرة على العلبة. يجب منع ازهار المنتج في الحوانيت ويجب اقامة صندوق لمنع اضرار التدخين. من المهم ايضا تأهيل وتدريب طواقم فطام من التدخين وتمويل بدائل النيكوتين. يجب توفير ادوية الفطام مجانا في مراكز وورشات الفطام .

اردان يخضع لنزوات متعاطي المخدرات بعدم ملاحقتهم جنائياً ابل ادارياً فقط من خلال قرار عشوائي لم يخضع لاية دراسة عملية

القانون سيؤدي الى ازدهار تجارة المخدرات لأن من سيتعاطى بحاجه الى مصدر تزويد للمخدر القانون الجديد هو جريمة بحق المجتمع الذي سيفسره على انه رخصة للاستعمال الحر

غرام، وستكون الغرامة المالية على اول ثلاث مرات يتم ضبط المدخن معه 15 غرام مارخونا حيث سيخالف بغرامة مالية. الوزير اردان لم يشر في اقواله عن مصدر المخدرات وكيف سيحصل المستعمل عليها اذ انه بهذا التصريح قد يفتح المجال الى ازدهار هذه التجارالخطيره التي تهدد بهدم مجتمعات باكملها وتعرض حياة اولادنا لخطر الاستعمال مستقبلا اذ سيفسر المجتمع هذا القانون بانه رخصة للاستعمال وانه نوع من التفهم من قبل المؤسسة، وان تاجر المخدرات بإمكانه الادعاء بان السماح بالاستعمال هو ترخيص وسماح بالتجارة، اذ من شرع للمستعمل شرع للمصدر وقد عقب مفتش السلطة لمكافحة المخدرات والكحول في المجتمع العربي، د. وليد حداد وقال: "منذ عشرات السنين ونحن نقول أن جميع المستخدمين للمخدرات هم بحاجة لعلاج وتوجيه وليس الى ردع ومخالفات جنائية، على مر السنين طريقة الردع والزج بالسجون لمستخدم المخدرات لم تجلب نتيجة لمنع الموضوع، نحن نعتقد بأنه مع تبني النموذج البرتغالي والذي يتبنى نظرية عدم التجريم ممكن أن نصل لنتائج أفضل وتخفيف الضرر الاجتماعي في تعاطي المخدرات ولا بد من التأكيد على نقطتين أساسيتين: أنه لا زلنا نؤمن بأن المخدرات افة اجتماعية لها أبعادها ومخاطرها وأننا ما زلنا نعارض شرعنة تعاطي المخدرات."



أعلن وزير الأمن الداخلي جلعاد أردان في مؤتمر صحافي مشترك مع السلطة الوطنية لمكافحة المخدرات والكحول عقد امس الخميس بأن التعامل مع مستخدمي ومدخني القنب/ المارخونا سيتغير، وان سياسة السجل الجنائي لن تكون بعد اليوم انما ستكون هناك مخالفات مالية لكل من يتم ضبطه يستعمل مخدر القنب، فضمن القانون الجديد لن تكون هناك سجلات جنائية في الموضوع انما ستكون هناك غرامات مالية لكل من يتم ضبطه بحوزته قنب حتى وزن 15

وزارة الصحة تنشر تقريرها بشأن المستشفيات الأكثر تلوثاً : رمبام الأكثر تلوثاً وفي سوروكا بئر السبع أقل نسبة تلوث

وفي اوساط المستشفيات المتوسطة فان نسبة التلوث الاكبر كانت وفقاً لما جاء في تقرير وزارة الصحة ، في مستشفى هليل يافيه في الخضيرة وفي مستشفى هعيمك في العفولة كانت نسبة التلوث الأقل بين اوساط المستشفيات المتوسطة . اما في المستشفيات التي تندرج ضمن المستشفيات الصغيرة فان اعلى نسبة تلوث كانت في مستشفى هدا ساعين



كارم في القدس ، وفي مستشفى هشارون في بيتح تكفا كانت أقل نسبة تلوث ، ضمن المستشفيات الصغيرة في البلاد. وتعقيباً على التقرير ، قال وزير الصحة يعكوف ليستمان : " هدفنا معالجة هذه الظاهرة الخطيرة ، اذا ان عدوى التلوثات في المستشفيات هي من أكثر الاشياء التي تؤثر على الصحة .

نشرت وزارة الصحة يوم الاربعاء تقريراً حول المستشفيات الأكثر تلوثاً في البلاد . ويستدل من المعطيات التي نشرتها الوزارة ، وفقاً لما اعدته من تقرير بهذا الشأن ان مستشفى رمبام في حيفا الاكثر تلوثاً فيما أوضحت النتائج ان مستشفى سوروكا في بئر السبع المستشفى الأقل تلوثاً في البلاد .



+ 10 هدايا



الفرحة بتبيلش عنا

حملات عرسان 2017 في بيت الادوات الكهربائية

حملة 1 | 7,777 ₪
حملة 2 | 12,999 ₪

SMART

SAMSUNG

TADIRAN

Panasonic

Hisense

Candy

LG

BEKO

Bloomberg

BOSCH

SHARP

مشيعل الكترك - شفاعمرو المركز التجاري الجديد | 049501514

دونالد ترامب يتولى الرئاسة ويرفع شعار "أمريكا أولا"

الرئيس باراك أوباما وزوجته ميشيل، والرئيس الأسبق جورج بوش الأب، والرئيس الأسبق بيل كلينتون وزوجته هيلاري التي خسرت الانتخابات أمام ترامب، وكذلك الرئيس الأسبق جيمي كارتر. وحفل التنصيب الذي تابعه ملايين الأشخاص مباشرة على التلفزيون في مختلف أنحاء العالم اتخذ طابعا انتقاميا لرجل الأعمال النيويوركي الذي أثار إعلان ترشيحه في حزيران/يونيو 2015 استهزاء كبيرا لدى الجمهوريين وكذلك لدى الديمقراطيين. وتجمع آلاف الأمريكيين على طول جادات ومنطقة المول في واشنطن قبالة الكابيتول، وعبر كثيرون عن أملهم في بدء "عصر جديد". وبالمقابل فقد شهدت شوارع واشنطن احتجاجات من قبل معارضي ترامب، حيث انطلقت المظاهرات والمسيرات الاحتجاجية في واشنطن وعدة مدن أميركية أخرى أثناء حفل تنصيب ترمب وبعده، حيث حطمت مجموعة من المحتجين واجهات متاجر ونوافذ سيارات في واشنطن بعد مناوشات مع الشرطة التي حاولت منعهم من عرقلة توافد المؤيدين على مكان حفل التنصيب. وأظهرت دراسة لمركز بيو للأبحاث أن 86 بالمئة من الأمريكيين يرون أن البلاد تشهد انقاسا أكبر من الماضي. وكانت هذه النسبة تبلغ 46 بالمئة عند تولي أوباما الرئاسة.



لأن هذه اللحظة هي لحظتكم.. أنه يومكم.. انه احتفالكم.. والولايات المتحدة هي بلدكم". واضاف: "ما يهمنا هو أن يراقب الشعب الحكومة ويديرها، و20 من يناير سيخلده التاريخ على أن الشعب أصبح هو الحاكم". وقال أيضا: السياسيون في بلادنا عاشوا برحاء لوقت طويل بينما الوظائف تقلصت والمصانع أقفلت. ومن أهم الشخصيات التي حضرت في حفل التنصيب:

سنحدد طريق ومسار الولايات المتحدة والعالم في قادم السنوات، سنواجه الصعاب والعوائق ولكن سنعمل على تجاوزها". وتابع: "نحن اليوم لا ننقل السلطة من إدارة إلى أخرى أو من حزب إلى آخر، بل نحن نتداول السلطة من واشنطن إليكم أنتم أيها الشعب الأميركي، واشنطن ازدهرت ولكن الشعب لم يشاطرها الثروة، ولكن كل هذا سوف يتغير

أقيمت الجمعة 20 من كانون الثاني / يناير 2017 مراسم تنصيب دونالد ترامب رئيسا للولايات المتحدة الأمريكية. وقد أدى دونالد ترامب اليمين الدستورية لتولي منصب الرئيس الـ 45 للولايات المتحدة خلفا للرئيس باراك أوباما. وتعد في أول خطاب له بمنصبه، بأن أمريكا ستأتي أولا وقبل كل شيء، وأن إدارته ستكون في خدمة جميع الشعب الأمريكي بصرف النظر عن اختلافاتهم، ومشهدا على أنه سيقضي على ما وصفه بـ "التطرف الإسلامي". وردد ترامب اليمين الذي رده كل سابقه وهو يمسك بنفس الكتاب المقدس الذي استخدمه ابراهام لينكولن ليؤدي يمين تولي المنصب. وقال أمام رئيس المحكمة العليا "أنا دونالد ترامب أقسم بكل جدية انني سأتولى منصب رئيس الولايات المتحدة بإخلاص وسوف ابذل كل ما في وسعي وأحافظ عن دستور الولايات المتحدة وأحميه وأدافع عنه. فليساعدني الرب". وقبل ترامب أدى مايك بنس بدوره القسم نائبا للرئيس الأميركي، وأشرف كلارنس توماس، القاضي بالمحكمة العليا، على مراسم أداء القسم. وقال ترامب في خطابه عقب ادائه اليمين الدستورية مخاطبا الشعب الأميركي: "معا

كلية سخنين
كلية أكاديمية
لأهل المعلمين

مכלلة سحنين (ع"ר)
מכללה אקדמית
להכשרת עובדי הוראה

The College of Sakhnin (R.A) Academic College for Teacher Education
58-027-9313-3

מכרז 12/12/2016 להכשרת מבנה לצורך לימודים
של מכללת סכנין להכשרת עובדי הוראה ע"ר

1. מכללת סכנין להכשרת עובדי הוראה ע"ר 580279313 מודיעה בזה על הארכת המועד להגשת הצעות לשכירות מבנה לצורך לימודים של מכללת סכנין להכשרת עובדי הוראה ע"ר.
2. המועד האחרון להגשת הצעות מוארך בזאת על ליום 27.2.2017 שעה 12:00 שתימסר ידנית בלבד במשרדי גזר המכללה.
3. תנאי המכרז ופרטיו, ויתר תנאי המכרז ניתן לקבל ממשרדי מכללת סכנין ע"ר בשעות העבודה הרגילות.
4. אין המכללה מתחייבת לקבל את ההצעה הנמוכה ביותר או הצעה כלשהי.

إسرائيل تخطط لاستقبال أطفال سوريين ومنحهم كامل الحقوق



وافق وزير الداخلية الإسرائيلي أرييه درعي، على خطة لاستقبال 100 طفل سوري، ووصولهم على جنسية دائمة. ونقلت "أسوشيتد برس" عن المتحدث باسم وزير الداخلية بارك سيربي تأكيده الخطة التي بمقتضاها ستأوي إسرائيل الأطفال في مدارس داخلية، ثم تسعى لكي تتبناهم عائلات عربية في إسرائيل. ووفقا للخطة التي تحدثت عنها للمرة الأولى القناة العاشرة الإسرائيلية، سيحصل الأيتام في نهاية المطاف على جنسية

دائمة، وسوف يتم السماح لأقاربهم من الدرجة الأولى بالانضمام إليهم في إسرائيل. وإذا نفذت هذه الخطة فإنها ستكون أول مرة تستوعب فيها إسرائيل لاجئين جراء الحرب المستمرة. يذكر أن تقارير تحدثت سابقا عن علاج آلاف السوريين المصابين في الحرب داخل إسرائيل، حيث "قدمت لهم الرعاية الطبية في مستشفياتها". وقال رئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتانياهو، الشهر الماضي، إنه يريد توسيع تلك المساعدات الطبية.

حملات 2017 - 17 ش.ج



<p>רזמה מילקי 8 وحدات</p> <p>17</p>	<p>جروس طحين مان</p> <p>17</p>	<p>بفلا عيليت XL</p> <p>17</p>	<p>لبن طارة</p> <p>17</p>	<p>شامبوا بينوك</p> <p>2 17</p>	<p>شاي لیبتون</p> <p>2 17</p>
<p>باستراما زوغلوك 400 غرام لا يشمل كاييف</p> <p>17</p>	<p>کیتشوب اوسم</p> <p>2 17</p>	<p>کرتونة مشرب شعير</p> <p>17</p>	<p>نس کافي ریدماج</p> <p>17</p>	<p>مطري غسيل بدين</p> <p>17</p>	<p>رباعية محارم هاجيس</p> <p>17</p>
<p>معکرونة 250 غرام اوسم</p> <p>1.90</p>	<p>بوریکس زوغلوك</p> <p>2 22.90</p>	<p>سداسية ورق مطبخ</p> <p>2 17</p>	<p>حمص احلا/تسيار 750 غرام</p> <p>2 17</p>	<p>شوکو 2 لتر یوطفاته</p> <p>17</p>	<p>شامبو فامیلا</p> <p>2 17</p>
<p>رزمة شوربة کینور</p> <p>21.90</p>	<p>دواء غسيل سائل مکسيما 5 لتر</p> <p>34.90</p>	<p>حليب طارة 2 لتر</p> <p>2 17</p>	<p>سلامة زوغلوك/ طيرت تسفي 500 غرام</p> <p>17</p>	<p>جينة عيمک/ نوعام 500 غرام</p> <p>17</p>	<p>ديودورانت اکس</p> <p>2 17</p>
<p>بیتير اوسم</p> <p>17</p>	<p>رزمة علب مو</p> <p>2 17</p>	<p>مسحوق غسيل بيومات 5 كيلوا</p> <p>19.90</p>	<p>فيري 1,240</p> <p>10.90</p>	<p>حافظات هاجيس</p> <p>2 67.90</p>	<p>قهوة نخلة 1 كيلوا</p> <p>39.90</p>
<p>لبنة الهنا 1 كيلوا</p> <p>12.90</p>	<p>سداسية عصير بریمور</p> <p>28.90</p>	<p>شوکولاطة نوتینلا 350 غرام</p> <p>9.90</p>	<p>سیميلاک 900 غرام</p> <p>2 150</p>	<p>طحينة النسر</p> <p>9.90</p>	<p>ورق تواليت 32 لفة</p> <p>3 49.90</p>
<p>رز سان وایت</p> <p>29.90</p>	<p>کرتونة زيت انطوان شقعة</p> <p>79.90</p>	<p>مسحوق غسيل اريال 8 كيلوا</p> <p>54.90</p>	<p>انواع المعجنات 600 غرام</p> <p>7.90</p>		

REBEKAKOSKOSSE
054-4864987



خاضع لشروط الحملة ■ لا ازدواجية بالحملات ■ الصور للتوضيح فقط ■ الخطأ وارد ومردود

046817144

شفاعمرو المنطقة الصناعية

إبحثوا عنا بالـ
פרהוד סופר



وفاة الشاعر الكبير سيد حجاب

بالتناوب، كل منهما يقدمه 15 يوماً وبعد فترة انقضاء وبدأ كل منهما يقدم برنامجاً منفصلاً. كما شارك سيد حجاب في الندوات والأمسيات الشعرية والأعمال التلفزيونية والسينمائية في محاولة للوصول للجمهور، وقدمه جاهين لكرم مطاوع ليكتب له مسرحية "حدث في أكتوبر". وعندما دخل الشاعر سيد حجاب مجال الأغنية غنى له كل من عفاف راضي وعبد المنعم مدبولي وصفاء أبو السعود، ثم كتب أغاني لفريق الأصدقاء في ألبومها، ثم أتبعه بألبومين هما "أطفال أطفال" و"سوسة". وبعدها لحن له بليغ حمدي أغنيات لعلي الحجار وسميرة سعيد وعفاف راضي، وقدم معه الحجار "تجيش نعيش" وكتب لمحمد منير في بداياته أغنية "أه يا بلاد يا غريبة" في أول ألبوم له، ثم أربع أغنيات في ألبومه الثاني، ثم كتب أشعار العديد من الفوازير لشريهان وغيرها بجانب العديد من تترات المسلسلات التي عرض بعضها في رمضان. وشارك حجاب في إصدار مجلة "جاليري 68" ونشر بها بعض الدراسات والأشعار.



وبعده انتقل إلى الناس عبر الأثير من خلال مجموعة البرامج الإذاعية الشعرية "بعد التحية والسلام" و"عمار يا مصر" و"أوركسترا"، وقد كان الأبنودي يقدم معه البرنامج الأول

أستاذه الثالث صلاح جاهين الذي تنبأ له بأنه سيكون صوتاً مؤثراً في الحركة الشعرية. وفي منتصف الستينات من القرن الماضي احتفى المثقفون بأول ديوان له "صياد وجنية"،

وافته المنية هذا الأسبوع، الشاعر المصري الكبير سيد حجاب عن عمر ناهز 77 عاماً بعد صراع مع المرض. واشتهر سيد حجاب كأحد شعراء العامية الكبار في مصر، وله العديد من الأعمال الدرامية أبرزها بعض فوازير رمضان التي قدمتها شريهان، كما كتب أغنيات لكبار المطربين. ومن أشهر قصائده: "الطوفان" و"سلوا قلبي" و"السلم" و"الكرسي" و"زي الهوا". وولد سيد حجاب بمدينة المطرية بمحافظة الدقهلية في عام 1940. والتحق بقسم العمارة بكلية هندسة جامعة الإسكندرية عام 1956، ثم انتقل إلى جامعة القاهرة لدراسة هندسة التعدين عام 1958. وكان لنشأة سيد حجاب في مدينة المطرية بالدقهلية - وهي مدينة صيادين صغيرة على ضفاف بحيرة المنزلة - تأثير كبير في شعره، وبدأ ذلك واضحاً منذ ديوانه الأول "صياد وجنية". وفي إحدى ندوات القاهرة التقى حجاب والشاعر عبد الرحمن الأبنودي، ونشأت بينهما صداقة بعد هذا اللقاء، ثم تعرف إلى

الآلاف يشاركون في المظاهرة القطرية في عارة ضد سياسة هدم البيوت

أيمن عودة: "هذه المظاهرة الجبارة تؤكد تمسكنا جميعاً بحقنا أن نعيش بكرامة في أرضنا"



هنا لنطلق صرخة مدوية ضد العنصرية، ضد القتل الذي يمارس ضدنا بدم بارد، ووفاء للشهيد يعقوب أبو القيعان، نتظاهر ضد المؤسسة المعادية لشعبنا، ضد تننياهو وأردان والسياسة التي يمثلها. وأضاف عودة: العيش بكرامة هو مطلبنا وحقنا، صرختنا هذه هي صرخة تحدي، ضد هدم بيوتنا، ومن أجل ضمان مستقبل أطفالنا. فلا يمكن أن نمرّ مرّ الكرام على ما حدث في قلنسوة وفي أم الحيران، سنتصدى لكل المخططات التي تتعامل معنا كأعداء، لأن نضالنا هو نضال أصحاب الحق، نضال وطني ديمقراطي وشرعي. وتابع: هذه المظاهرة الجبارة لن تكون إلا رافعة واستمرارية لخطوات أخرى، وتصعيد النضال حتى إحقاق الحق.

احتشد الآلاف يوم السبت الماضي، للمشاركة بالمظاهرة الجماهيرية القطرية في وادي عارة قرية عرعره والتي دعت إليها لجنة المتابعة العليا تضامناً مع قرية أم الحيران وتنديداً بسياسات الهدم والجرائم الإسرائيلية ضد الداخل الفلسطيني. الآلاف الجماهير العربية وصلت لوادي عارة للمشاركة في مظاهرة الغضب، وتقدم المظاهرة قيادات الجماهير العربية من مختلف الأحزاب والقوى السياسية في الداخل الفلسطيني. ورفع المتظاهرون لافتات منددة بالجرائم الإسرائيلية في أم الحيران. وتأتي المظاهرة بعد سلسلة من المظاهرات والوقفات الاحتجاجية في معظم القرى والمدن العربية في البلاد. وحول أهمية هذه الصرخة قال رئيس القائمة المشتركة النائب أيمن عودة: هذه المظاهرة الجبارة تؤكد تمسكنا جميعاً بحقنا أن نعيش بكرامة في أرضنا. أتينا إلى

الفنانان عفيف شليوط وميلاد مطر يعودان من أوكرانيا بعد مشاركتها بتصوير فيلم سينمائي هناك



في أوكرانيا، بالإضافة إلى المشاهد التي سبق وتم تصويرها في البلاد في فندق دان هكرمل في حيفا ومطار بن جوريون. يوثق الفيلم محادثات أوصلو بين الوفدين الفلسطيني والإسرائيلي بكافة مراحلها، متوقفاً لدى بعض المحطات التي أبرزت العقبات والصعوبات التي واجهت هذا الاتفاق. ويجمع الفيلم بين التوثيق والدراما بأسلوب مميز وسيتم عرض هذا الفيلم كحلقات تلفزيونية وكفيلم سينمائي أيضاً.

عاد هذا الأسبوع الممثلان عفيف شليوط وميلاد مطر من أوكرانيا، بعد أن شاركا في تصوير فيلم سينمائي بعنوان "عين على أوصلو"، حيث قاما بالمشاركة في هذا الفيلم إلى جانب الممثل حسين نخلة من رام الله، وطاقم من الممثلين الإسرائيليين. تم تصوير الجزء الأكبر من الفيلم في القصر الرئاسي للرئيس الأوكراني المخلوع فيكتور يانوكوفيتش، حيث لوحظ مستوى الإسراف غير المعهود في هذا القصر. كما تم تصوير مشاهد أخرى في مطار كييف

مش زابطه معكو؟



نتوقف عن التدخين مع كلاليت في ورشة خاصة للإقلاع عن التدخين بإشراف المختص عاطف شحادة

8 لقاءات أسبوعية، ساعة كل لقاء
إبتداءً من 05.02.17 الساعة 17:00
في عيادة الزراير كلاليت

الورشة تتم بصورة تفاعلية، خلال اللقاءات الأولى نستكشف ونفهم الدافع للرغبة بالتدخين، ما هو مدى المتعة الحقيقية من السجائر المختلفة، وما هي السجائر التي تدخن تلقائياً من جراء دافع العادة فقط.

خلال اللقاءات الأولى يتم ترجمة المفاهيم الى أدوات عملية في كيفية الإنفصال عن السجارة وعدم العودة إليها في أوقات الأزمات

التسجيل يتم في مكتب عيادة الزراير - الزراير
أو على هاتف 04-6416300



الدورة
مجانية
ومخصصة لأعضاء
كلاليت

عدد الأماكن محدود - سارعوا بالتسجيل!

عروض كونتسرت موسيقي لفرقة أنغام عربسك لطلاب مدرسة جبور جبور شفاعمرو

تضمنت العروض شرحاً عن عشرات الأغاني التاريخية والحديثة بأسلوب رائع قدمه الفنان سامي خشيون وفرقته. ولاقى العرضين تجاوباً ومشاركة رائعة من جانب الطلاب، وتمنّى معلمو المدرسة عالياً برنامج السلة الثقافية في دار الثقافة في بلدية شفاعمرو والتي يقوم بتركيز المشروع حسين الشاعر والذي أشار لأهمية تذويت الثقافة والحفاظ على موروثنا الفلكلوري في ذاكرة طلابنا.



شارك طلاب مدرسة جبور جبور "ب" في شفاعمرو، في بحر الأسبوع الماضي، بعرضين كونتسرت موسيقي لفرقة أنغام عربسك وذلك في قاعة البلدية.

طلاب مدرسة العين "أ" في شفاعمرو يشاهدون مسرحية "القنديل الصغير"

شفاعمرو ودار الثقافة والفنون. مديرة المدرسة المربية زينة عليان ثمنت مشاهدة مثل هذه البرامج الثقافية والفنية. اما مركز السلة الثقافية في شفاعمرو الصحافي حسين الشاعر ان برنامج السلة الثقافية هذا العام يحمل في طياته العشرات من الفعاليات المتنوعة بهدف تنوير الطلاب برؤية جديدة وتقديم أفضل البرامج للمدارس. يذكر ان المسرحية مأخوذة عن قصة الكاتب الفلسطيني



استمتع طلاب مدرسة العين "أ" الابتدائية في شفاعمرو صباح يوم الثلاثاء مسرحية بعنوان "القنديل الغير لمسرح الاقوى بإشراف الفنان عفيف شليوط وتأتي هذه المسرحية في إطار برنامج السلة الثقافية في بلدية

عرض مسرحية "أبو النور" لطلاب مدرسة البصلية في شفاعمرو

وتغرس قيم الصدق والتسامح والتآخي والمحبة وقد ادخلت البهجة والسرور الى قلوب الطلاب. المسرحية تعالج الظواهر السلبية في المجتمع كالعنف والسرقة وتغرس قيم الصدق والتسامح والتآخي والمحبة. مركز السلة الثقافية في شفاعمرو الصحافي حسين الشاعر افتتح العرض مشيراً إلى الأهداف التربوية وكيفية معالجة جذور ظواهر العنف والسرقة وغيرها من الظواهر السلبية التي تنخر في هيكلة مجتمعنا العربي وشكر ادارة المدرسة والمربيات على التعاون المثمر في إنجاح البرامج الثقافية والفنية.



شارك طلاب مدرسة البصلية في شفاعمرو يوم الاثنين الماضي بمشاهدة مسرحية "أبو النور" لمسرح كفرون وذلك ضمن فعاليات السلة الثقافية في بلدية شفاعمرو ودار الثقافة والفنون، المسرحية تعالج الظواهر السلبية في المجتمع كالعنف والسرقة

مشروع مستقبل مضمون من المشاريع الناجحة في مجلس عبلين المحلي

حاج ومدير قسم الخدمات النفسية السيد عبدالله ميلاد ومدير قسم الرياضة السيد عوني إدريس ومدير عقود عبلين السيد محمد غزاوي ومسؤول ملف الثقافة السيد يوسف حيدر ومدير وحدة الشبيبة في عبلين السيد موسى نزار سلمان ومركز مشروع مدينة بلا عنف المحامي محمد رسلان ومركزه الروضات والبساتين السيدة سوار النجمي وضابطات الدوام السيدتان ورود حاج احمد ورائية حيدر والسيد سمير عوالي مركز مشروع مكافحة المخدرات ومديرة المدرسة الشاملة المربية صالحه إدريس برفقة مجموعة الطلاب المشاركين في البرنامج وممثل الأهل السيد عطية خطيب ومركزه في المشروع السيدة رائدة نجار وقد عرض المربي برهان حاج احمد مركز المشروع مسار الشباب والطاقت منذ البداية حتى اليوم. وينضم البرنامج تأقلم الشباب في عالم العمل وهذا من خلال عدة فعاليات وبرامج مدعومة من المجلس المحلي والمؤسسة للتأمين الوطني. وقد قدم الحاضرون الملاحظات الايجابية والتشجيعية على المشروع والعاملين فيه وللطلاب لانجازاتهم وتميزهم.



تم يوم الأربعاء 25-01-2017 في قاعة جلسات مجلس عبلين المحلي عقد اجتماع لبرنامج "مستقبل مضمون" في عبلين بعد إنهاء عام من العمل مع مجموعتين من الشباب والصبايا وقد شارك في الاجتماع رئيس مجلس عبلين المحلي السيد مأمون الشيخ احمد الذي افتتح الاجتماع مرحباً بالحاضرين ومؤكداً استمرار دعم المجلس المحلي للمشروع لما فيه خدمة وفائدة وتأهيل مهني وتشغيلي للشباب. وممثل التأمين الوطني بصفة التأمين الوطني احد المشاركين في دعم المشروع إلى جانب المجلس المحلي. وشارك في الجلسة أيضاً من أقسام المجلس مدير قسم المعارف السيد فخرى شيخ احمد وسكرتير المجلس السيد أمير حبيب ومديرة قسم الرفاه الاجتماعي السيدة نيفين

اللقاء الأول للطاولة المستديرة لتحقيق أهداف والرؤية المستقبلية لوحدة النهوض بالشبيبة في عبلين

احمد مدير قسم المعارف والسيدة نيفين حاج مديرة قسم الرفاه الاجتماعي والسيد عبدالله ميلاد مدير قسم الخدمات النفسية والسيد عوني إدريس مدير قسم الرياضة والسيد يوسف حيدر مسؤول ملف الثقافة والسيدة رنا خوري المستشارة الإستراتيجية لرئيس المجلس والسيد برهان حاج احمد مركز مشروع المستقبل المضمون والمحامي محمد رسلان مركز مشروع مدينة بلا عنف والسيد سمير عوالي مركز مشروع مكافحة المخدرات. وقدم السيد موسى نزار سلمان مدير وحدة الشبيبة في عبلين الشرح الوافي والموسع عن وحدة النهوض بالشبيبة مبرزاً ومظهراً الأهداف من وحدة الشبيبة والرؤية المستقبلية لهذه الوحدة ومنها: تقوية شخصيه الفرد، التعاون بين الوحدات المختلفة في المجلس المحلي، توعية الفرد لأهمية المساعدة والتطوع في المجتمع، العمل مع الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة وتنمية قدراتهم الخاصة، وقد ذكر أيضاً الأعمال والبرامج المخطط دخولها على وحدة الشبيبة منها "مجلس شبيبة محلي" وهو الأول من نوعه في عبلين وأيضاً برنامج مرشدين شباب "D'Ala" وبرامج أخرى. وقد تم عرض برنامج تحديات "D'Ala" من قبل المفتشة رائية خاليله ومدى أهميته في الوسط العربي.



تم يوم الأربعاء 25/01/2017 عقد اللقاء الأول للطاولة المستديرة لبرنامج تحديات "D'Ala" حسب قانون الدولة 922 في الوسط العربي في قاعة جلسات مجلس عبلين المحلي. افتتح الجلسة رئيس المجلس المحلي السيد مأمون الشيخ احمد مبرزاً تقديره وإعجابه وتجاوبه مع البرنامج واهتمامه في شريحة الشباب في البلد، وقد شارك في هذه الجلسة المفتش عمر حجوج مفتش مدارس عبلين والمفتشة للتربية اللامنهجية رائية خاليله ومدراء المدارس الشاملة المربية صالحه إدريس والإعدادية المربي سهيل حاج ومدرسة الأمل للتعليم الخاص المربية أمل طه والمراقب الداخلي للمجلس السيد عماد غزاوي والسيد محمد غزاوي مدير عقود عبلين في مشروع أولاد وشبيبة في خطر ومدراء المدارس الابتدائية الرسمية المربين رفقة سليم (أ) والمربية أنجاد ادلبي (ب) والمربية تغريد شيخ احمد (ج) والمربي فهد حاج احمد (د). ومن أقسام المجلس المحلي السيد أمير حبيب وسكرتير المجلس والسيد فخرى شيخ

מאז 1951



BIG ELECTRIC

גדולים בחשמל, מנצחים במחיר!

מבצע מתחתנים לתחילת השנה

ערכת הזהב לחתן ולכלה



11,999 ₪



מקרר 4 דלתות

Haier
נפח כולל 487 ליטר, תא מזון 311 ליטר, תא הקפאה 136 ליטר, דירוג אנרגטי A, NO FROST, תקן טרופיקל D, מייצר קוביות קרח חצי אוטו, גימור חדשני נירוסטה, אחריות לשנה +9 שנים על המדחס בתוספת 100 ש"י נופאן

מכונת כביסה

SAMSUNG
פתיח חזית, 7 ק"ג מהירות שחיטה עד 1200 סל"ד, דירוג אנרגטי A, תוכנית מהירה ב-15 דק', גימור חדשני ומרהיב בצבע כסוף, 10 תוכניות כביסה

תנור אפייה בנוי

AEG
מולטיסיסטם כולל אפיה בטורבו אקטיבי, נפח 72 ליטר, דירוג אנרגטי A, טווח טמפרטורות C50 עד C275 מעלות, הספק מקסימלי של התנור 3.5KW, תוצרת גרמניה

מסך 55" LED

in/ova
4K SMART TV, 2 כניסות HDMI, חיבורי USB, 3 שנות אחריות ע"י גטר

כיריים

Electrolux
4 מבערים, מבער טורבו, חיישני בטיחות, הצתה אלקטרונית, רמת גימור גבוהה בנירוסטה

ועוד 12 מוצרי חשמל נוספים...

SPECTRA **טוסטר לחיצה**
חצי מקצועי, 4 פרוסות, טוסטר גריל, גימור נירוסטה

KENWOOD **מעבד מזון**
הספק 400W, מתאים לכל סוגי העיבוד

קומקום חשמלי
נשלף, עיצוב חדשני, גימור נירוסטה

CRYSTAL **מיקרוגל**
800W, צלחת מסתובבת, קל ונוח לשימוש, עיצוב חדשני

Graetz **מגהץ קיטור**
עוצמת קיטור 160 גרם, אפשרויות גיהוץ אנכי ואופקי, ידית ארגונומית

Graetz **סיר טיגון**
מלבני, נוח לטיגון מתפרק נוח לניקוי, נירוסטה

LACASA **מאוורר**
1-3, 20" תעשייתי

מפזר חום לאמבטיה
איכותי, בטיחותי, הספק 2000W

Graetz **תנור חימום לאמבטיה**
בטיחותי, 1500W, 3 גופי אינפרא אדום

NORMANDE **מטחנת בשר**
1200W, מערכת הנעה דו כיוונית, עיצוב חדשני

NORMANDE **מיקסר קערה**
הספק 1000W, נפח קערה 4 ליטר, 6 מהירויות

SAMSUNG **שואב אבק**
טכנולוגיה צייקלון, עוצמת שאיבה WSP 380, הספק 1800W

ביג אלקטריק צ'ק פוסט | ביג אלקטריק עכו | ביג אלקטריק סחני | ביג אלקטריק אום אל פאחם
מרכז קניות BIG, 074-7576644 | דרך ראשית סמוך לבנק הפועלים, 074-7576687 | מתחם עין המפרץ, 074-7576744 | 074-7576657

צ'ק פוסט • תל אביב • יקנעם • חדרה • פרדס חנה • חיפה • ראשון לציון • צומת ק. אתא • טבריה • כרמיאל • מעלות • בית שאן • עין המפרץ • עכו • מראר • קרית שמונה • עוספיה • נהריה • עפולה • אום אל פאחם • צפת • מגדל העמק • סכנין

*המבצע עד גמר המלאי * בחירה אחת המתנות מהמגוון המוצע במודעה * התמונות להמחשה בלבד * ט.ל.ח.



www.big-electric.co.il
ביג אלקטריק מקבוצת אלקטרו קוב



نستثمر
بمستقبل الأولاد!

الأولاد بلشوا تعليم؟

حابين انهم يتعلموا هادين البال

لتمويل قسط التعليم للأولاد، اختاروا القرض المناسب من أجلكم

قرض بكبسة زر

« قرض بمصادقة فورية حتى 300,000 ش.ج.
« بتسديد منتظم حتى 84 دفعة شهرية،
وفقاً للتغيرات بالفائدة.
« لراحتكم، يمكن الحصول على قرض بكبسة زر بجميع قنوات لئومي digital،
بالتطبيق، بموقع لئومي، بمحطات الخدمة الذاتية للئومي ديجيتال، بفروع لئومي
وبلئومي Call.

قرض بتسديد ثابت

« تسديد شهري ثابت ابتداءً من 99 ش.ج.
حسب قدرتك.
« 84 - 6 دفعة شهرية
« يمكن الحصول على القرض بفروع لئومي
وبلئومي Call

قرض مرن

« قرض حتى 100,000 ش.ج.
« 84 - 6 دفعة شهرية
« اختيار مبلغ التسديد الشهري وفقاً للتغيرات بالفائدة
« يمكن الحصول على القرض بفروع لئومي وبلئومي Call

لئومي

لئومي معك.

قوموا بتحميل تطبيق الخدمات | إتصلوا 5522 *
المصرفية الأكثر تقدماً بالبلاد



منح القروض، قيمتها وطريقة تسديدها خاضعة للمعايير المتبعة في البنك وبموجب اعتباراته. شروط القروض بما في ذلك إمكانية تأجيل المبلغ الأساسي، قيمة الفائدة، مواعيد تسديد الفائدة والمبلغ الأساسي تحدد بواسطة البنك وتفصل في اتفاقية التي يتم التوقيع عليها مع الزبائن. الشروط سارية المفعول لغاية 28.02.2017. هذا الإعلان لا يكون بمثابة مقترح أو التزام أياً كان لمنح قروض أو لمنح اعتماد بأي شكل. يحق للئومي تغيير أو إلغاء الشروط وفق اعتباراته في أي وقت ودون سابق إنذار. تفاصيل كاملة حول القروض وشروط الاستحقاق في فروع لئومي.



نستثمر
بمستقبل الأولاد!

الابن مقبل على الزواج؟ أكد بذككم عرس الكل يحكي فيه لتمويل زفاف الأولاد، اختاروا القرض المناسب من أجلكم

قرض بكبسة زر
« قرض بمصادقة فورية حتى 300,000 ش.ج.
« بتسديد منتظم حتى 84 دفعة شهرية،
وفقاً للتغييرات بالفائدة.
« لراحتكم، يمكن الحصول على قرض بكبسة زر بجميع قنوات لئومي digital،
بالتطبيق، بموقع لئومي، بمحطات الخدمة الذاتية للئومي ديجيتال، بفروع لئومي
وبلئومي Call.

قرض بتسديد ثابت
« تسديد شهري ثابت ابتداءً من 99 ش.ج.
حسب قدرتك.
« 84 - 6 دفعة شهرية
« يمكن الحصول على القرض بفروع لئومي
وبلئومي Call

قرض مرن
« قرض حتى 100,000 ش.ج.
« 84 - 6 دفعة شهرية
« اختيار مبلغ التسديد الشهري وفقاً للتغييرات بالفائدة
« يمكن الحصول على القرض بفروع لئومي وبلئومي Call

لئومي
لئومي

لئومي معك.

قموا بتحميل تطبيق الخدمات
المصرفية الأكثر تقدماً بالبلاد
إتصلوا 5522 *
arabic.leumi.co.il



منح القروض، قيمتها وطريقة تسديدها خاضعة للمعايير المتبعة في البنك وبموجب اعتباراته. شروط القروض بما في ذلك إمكانية تأجيل المبلغ الأساسي، قيمة الفائدة، مواعيد تسديد الفائدة والمبلغ الأساسي تحدد بواسطة البنك وتفصل في اتفاقية التي يتم التوقيع عليها مع الزبائن. الشروط سارية المفعول لغاية 28.02.2017. هذا الإعلان لا يكون بمثابة مقترح أو التزام أياً كان لمنح قروض أو لمنح اعتماد بأي شكل. يحق للئومي تغيير أو إلغاء الشروط وفق اعتباراته في أي وقت ودون سابق إنذار. تفاصيل كاملة حول القروض وشروط الاستحقاق في فروع لئومي.

رماح يصوبها - معين ابو عبيد



عندما تسقط الأقنعة

رغم أن الحقيقة واضحة وضوح شمس تموز التي تثبت العكس، حيث الهدف التردد لإلحاق الضرر والتورط .

وأه! لقد تجردت الإنسانية من كل أنواع القيم ومصطلح الضمير فأشعلت في قلوب القلائل نيران الحيرة، وعاش النبض بين دخان الهلاك يبحث عن شاطئ الأمان المفقود، فلا مكان بعد نرسي فيه أرواحنا وآمالنا وتطلعاتنا، وكأننا نبحت عن المستحيل فوق الأفق البعيد. حاضرنا هو مجموعة من إنجازات عديدة قمت بها في الماضي، ومستقبلك هو سلم للتباهي بهذه الإنجازات، وما بين الماضي والحاضر تاريخ يحكمه عالم الأقنعة الزائفة، وما بين الحاضر والمستقبل عالم افتراضي مستوحى من تاريخ الماضي. رماح على قناعة تامة أنه سيأتي يوم وتسقط فيه كافة الأقنعة الزائفة، وستضيع بزحمة المارة والطريق، وستصرخ وتنادي بأعلى صوتها وداعا وداعا لهذه المظاهر .

بداية أقول، وبلا تردد: نعم وألف نعم، أكره حين أصمت فتخرج الكلمات من عيني كل إنسان يعطي من أخلاقه ومخزون قلبه، ففي نظري لا أهمية ووزن للتاريخ؛ لأنه وكر الكذب وأرض خصبة للأقنعة والمظاهر. هناك أشياء مؤلمة لا تحصى ولا تعد تحدث، وفي نظري لا شيء يؤلم أكثر من سقوط قناع طامنا ظنناه يوما وجها حقيقياً. إن لهذه الأمور أبعاداً، مفاهيم، انعكاسات، ونتائج متشعبة تؤكد أن على الإنسان أن لا يهتم بمن يكون معه رائعا وداعما في البداية، وإنما عليه الاهتمام بمن يبقى معه حتى نهاية المطاف، ففي البداية كلهم رائعون! قال جبران: " لو رأيت المجتمع ضدك والكل يمشي عكسك فأمش وراء قلبك وتمسك بمبادئك حتى وإن أصبحت وحيدا، فالوحدة أفضل من أن تعيش عكس نفسك لإرضاء غيرك". ما تقدم ثبتت أننا وللأسف نعيش في زمن الأقنعة الزائفة التي غدت ظاهرة منتشرة في كافة طبقات المجتمع ومستوياته بحيث يتحدث الواحد منا، ويكتب عن القيم الوفاء والإخلاص بكل شفافية وانسجام ولغة جذابة، فيحاول من خلال ذلك أن يتجمل بأنه المحب الداعم المساند والمخلص

جنازة مهيبه للشهيد يعقوب أبو القيعان رغم أنف نتنياهو وحكومته



الإعلامي أحمد حازم

إسمه يعقوب أبو القيعان من قرية أم الحيران، مهنته مدرس، لم تكن وفاته طبيعية بل كانت نتيجة قيام الشرطة الإسرائيلية بإطلاق الرصاص عليه فأردته قتيلاً. تبرير الشرطة أن هذا المرابي الفاضل دهس شرطياً وتسبب بمصرعه. الشهيد أبو القيعان هو ضحية همجية الشرطة الإسرائيلية، التي تتعامل مع العرب وكأنهم (طيور) تصطادهم كما تشاء. الشهيد أبو القيعان فقد حياته برصاص الشرطة لأنه عبر عن شعوره بطريقته الخاصة ضد عملية هدم 15 بيتا بحجة البناء غير المرخص. الشرطة الإسرائيلية عاقبته بالقتل على مواجهتهم. عمل بطولي يسجل للشهيد وعمل جبان يسجل للشرطة الإسرائيلية التي أضافت بقتلها للمرابي أبو القيعان عملية قتل عربي جديدة إلى سلسلة عمليات القتل المستهدفة التي تقوم بها ضد العرب. مركز عدالة طلب من معهد التشريح العدلي في أبو كبير ان ينقلوا الى عائلة ابو القيعان استنتاجات التقرير حول عملية تشريح جثة ابنها يعقوب ابو القيعان، لأن اخفاء المعلومات عن العائلة يجرح مشاعرها ويمس بكرامتها ومن حق العائلة معرفة اسباب الوفاة. وزير الشرطة جلعاد اردان يستند في قراره هدم البيوت في أم الحيران على وجود قرار محكمة العدل العليا وسيتم تنفيذه . وإذا كان أردان مهتما باحترام قرارات المحكمة العليا، فلماذا لا ينفذها في مناطق يهودية، إذ من المفترض من ناحية رسمية، وكما تقول صحيفة "هآرتس" في افتتاحية لها، ان على الدولة تبني وتطبيق قرارات محكمة العدل العليا، سواء كان ذلك تجاه المستوطنين في "عامونا" أو في أم الحيران، ويجب على إسرائيل أيضا العمل ضد المخلين بقوانين البناء في قلنسوة أو في "بيت ايل" و"عوفرا". بالنسبة لمستوطنة "عامونا" هناك قرار لمحكمة العدل العليا يلزم المستوطنين باخلاء المستوطنة، وهذا بناء على طلب اصحاب الارض الفلسطينيين الذين قدموا دعوى بهذا الشأن، والسلطات الاسرائيلية ملزمة بتنفيذ قرار الحكم، لكن وكما يبدو

فإن قرارات المحكمة ينفذها اردان ضد العرب فقط. رئيس كتلة القائمة المشتركة في الكنيست، قال لي ان تصرف الشرطة تجاه سكان ام الحيران وقتل الشهيد يعقوب هو تأكيد على سياسة الشرطة وقوات الامن ازاء الجماهير العربية، وهي سياسة اليد الخفيفة على الزناد لأن العربي كان وسيبقى في نظرهم عدو وخطر امني. شرطة القتل احتجرت الشهيد ووضعته شروطا لتحريره بعدم إجراء الجنازة في بلدته، وبأن لا يتجاوز عدد المشاركين الأربعمائة شخصا. لكن الجماهير العربية ضربت هذا الشرط بعرض الحائط ورفضته كليا. والمظاهرات الشاملة العارمة التي شهدتها البلاد أجبرت المحكمة العليا على إصدار قرار يلغي قرار الشرطة. وهكذا انتصرت إرادة المواطن العربي على الشرطة الإسرائيلية التي أرادت جنازة في دجى الليل بعشرات المشيعين، لكن شعبنا الأبى أراد جنازة تليق بمقام الشهيد، فبدل الأربعمائة شخصا الذين أرادتهم الشرطة أن يكونوا في الجنازة خرجت الآلاف في وضوح النهار، وهتافات عدد كبير من المشاركين كانت تندد بسياسة القتل وهدم البيوت وتشريد العائلات، لكن الصرخة المدوية التي سمعت "بالروح بالدم نفديك يا شهيد" كانت مؤثرة جدا وتدل بوضوح على أن جميع المواطنين العرب في البلاد ضد سياسة القتل التي تتبعها الشرطة الاسرائيلية تجاه العرب، وضد سياسة هدم المباني. مشاركة عشرات الآلاف في تشييع جنازة المرابي أبو القيعان، هي رسالة واضحة لحكومة نتنياهو، مفادها أن استخدام الأساليب العنصرية والكذب والتلفيق لن يتني المواطنين العرب عن الوقوف ضد أي محاولة هدم جديدة ليس فقط في أم الحيران بل في أي بلدة عربية.

الوقت من ذهب



زهير دعييم

السادة . في حين ان القافلة تسير والركب يتقدم والحضارة تشمر عن ساعد العزم والمثابرة. فكم اتسنى ان تأخذ الكثير من ذخائر ونقائس جدودنا العرب

من كروم المجد والضيافة والكرم والادب ، وفي المقابل ننبذ التراخي والتثاؤب ، ونقتبس من اخلاق الشعوب ما سما وعلا ، فنأخذ في سبيل المثال من الالمان اتقان العمل وقدسية الوقت والانضباط فلا تأتي الاجتماع وقد انفرط عقده او كاد. ونعرج نحو التليان فنأخذ الشاعرية المناسبة الهامسة لا الضجيج الذي يصم الآذان ويلوث البيئة ، ونميل نحو اليابانيين فنسخ عنهم الاحترام والنشاط والعزم نضيفها الى مزايانا العربية الاصيلية ، فنجدد الهمم ونعيد الامجاد ونبني الاوطان على اساس من صخر. ولعل هذه الكلمات المضيئة التي خطها اديسون قيودوم المخترعين ، والذي اضاء العالم بمصباحه العجيب وانار دياجير الدنيا ؛ لعل هذه الكلمات من اصدق ما قيل ، فقد قال اثر تجرية حياتية عاشها : : ان 90% من النجاح هو عرق . والعرق فيما اظن لا يسح ولا يسيل الا بعد بذل الجهد وسهر الليالي الحالكة، والتي لا قمر في سماؤها... الوقت من ذهب فهيا لا نبيعه بالرخيص !!

نابليون القائد الفرنسي الفذ، والعاشق المرفه الحس، وصاحب أعظم الانتصارات في تاريخ البشرية، وكاتب اروع رسائل العشق لزوجته جوزفين ، تجوأ عرشين اثنين : عرش السلاح وعرش الكلمة الطيبة... فربح المعارك وفاز بالقلوب. هذا القزم العملاق!!! ما اضاع الوقت سدى بل ثمنه عالياً ، فما عرف عينا النوم اكثر من اربع ساعات في اليوم الواحد، وما عرف قط طعم القيلولة . كان يقول وانا اقول معه: "هيا نحسب معا ، لنفرض جدلا ان احدنا يعيش سبعين - ثمانين سنة ، فنصفها سيذهب نوماً ، وما تبقى سيذهب جزء في الخواطر والهواجس والتطبيقات واحلام اليقظة والمرض وما اليه، فكم يتبقى يا ترى ؟. خلاصة القول أن الوقت ثمين ، بل اثنى مما نتصور. ألم يقل العرب انه من ذهب ؟ .ولكننا وللأسف الشديد ترانا في هذا الشرق نهدر الوقت جزافا في القيل والقال ، والمناسبات والافراح ، فنبدد مئات الساعات في امور مهما كانت مهمة تكاد لا تحتاج منا الا لساعات معدودات . ارجوك - لا تقاطعني - فأنا في عجلة من أمري، وقد عزمت على أن استفيد من كل لحظة ودقيقة في هذا الوجود. استفيد وافيد!! وقد قال شاعرنا العربي : اذا مر بي يوم ولم اكتسب يداً ولم استفيد علماً فما ذاك من عمري فقد مللت وحقك قعدت النرجيلة " ومؤتمرات الكلام الذي لا طائل تحته، وحتى جلسات القهوة

وتبقى ساكنًا القلوب...

بقلم: إيهاب محمد حسين

كان إنسانا ملتزما ومنظما يتمتع بالمسؤولية التي تتوق إلى ترسيخها في أبناء شبيبتنا اليوم. لقد كان باسل نموذجا إيجابيا للشباب الطموح الذي يسعى إلى تأسيس وتدعيم حيزه في مجتمعه وفي الحياة بشكل عام، وقد نجح في خلق التوازن في تلك المعادلة التي يجتمع فيها العلم والعمل معا، وقد انطلق في مشروعه حالما طموحا وساعيا متخطيا محطات الحياة وتحدياتها. وقد عرف المرحوم بدمائه أخلاقه ولفظ معاملته واحترامه للصغير قبل الكبير، وكانت ابتسامته الدائمة أبرز ما يميزه وتلك الابتسامة إنما تترجم صدق نواياه وصفاء قلبه، ولم يكن غريبا أن يحترمه الجميع مستحبين وجوده بينهم، زد على ذلك أنه ما كان ليتردد في تقديم المعونة لمن احتاجها من قريب وغريب. لقد خاض باسل تجارب عمل متعددة فعمل في السيارات كما خاض تجربة العمل في الكهرباء، وكان سريع التأقلم مع كل ميدان عمل يقبل عليه ويخوض غماره، فقد كان حاد الذكاء وامتاز بكونه إنسانا عمليا يسخر خبراته في سبيل التقدم وتخطي معثرات الحياة، ولست أنسى جملة الشهيرة التي كان يرددها دائما: "شو ماخذ معاه الواحد؟" نعم كان يرددها دائما، مؤكدا أن الإنسان يجني في النهاية طيب السمعة، حقا صدقت يا باسل، وما هذه السطور إلا إثبات على أنك تسكن القلوب، وإن امتدت الأيام فذكراك تخطر في البال ولا تفارق النفوس. رحم الله فقيدنا وأسكنه فسيح جناته.



فجعت مدينة شفاعمرو قبل عامين بوفاة الشاب المرحوم باسل حشمة، وقد وقع نبأ وفاة كالصاعقة على أهل المدينة عامة وعلى معارفه خاصة. لقد جمعني به ظروف العمل حيث عملت حينها معلما للغة العربية في برنامج "هيل" لتعليم الكبار الذي ترعاه شركة المراكز الجماهيرية، وقد كان الفقيه واحداً من المع الطلاب المتحقيين بهذا البرنامج، وبطبيعة الحال كان الطلاب يداومون للدراسة في ساعات ما بعد الظهر بعد انتهاء نهارهم في أماكن العمل. وقد أجمع جميع المعلمين على الجدية التي تمتع بها باسل، كما أشادوا بانتظامه وسعيه ودأبه على تحقيق غاياته وأهدافه، فقد

أنا وحبيبتي والشتاء

بقلم: مارون سامي عزام



أما حبيبتي فإنها تجلس بالقرب من نافذتها، تصغي لوقع الأمطار التي انهارت باكية، ودموعها تغطي نافذتها، تتوسل إليها بالأغضب

منها... بالأتمسح بخار تدمرها المتراكم على زجاج نافذتها، لكثرة تأفها المستمر من وحدتها، فالأمطار تدعي أنها غير مسؤولة عن حدوث هذه البلبلة الجوية، وغير مسؤولة عن انتكاس موعدها معي. حبيبتي أنا منكم، ما زلت جالسا أمام موقد الرومانسية، أتأمل جمار الذكريات، التي بدأت تلسع يدي من فرقة شرير الفرح والسعادة، التي تبشر بانبلاج نور الفرج قريبا. بعد برهة قصيرة هدأ القصف المطري، وسكب الليل دواته على السماء فباتت حالكة، لكن البرد القارس اللعين يا حبيبتي، ما زال يتجول كالحارس، فارضا منع تجول قسري، بينما تراجعت نجوم الليل عن مسامرك، وعششت في مسارب السماء مجددا، أما أنت، فما زلت تجلسين بجانب نافذة غرفتك، تتمنين ظهوري في أفق الغد الآتي.

أيها الشتاء أنجذب أيامك حاملة الزمهرير، أرتعب من اكتظاظ غيومك المقلقة بالأمطار، المشحونة بشحنات البرق الكهربائية، وقصف الرعد، تستعد لشن هجومها على الأرض، وتصب عليها سيل غضبها المائي، كي تفرغ قذائفها فوقها، هكذا تتخلص من ثقلها. لقد صرت أسير المنزل، يعذبني البرد بضرباته العنيفة، يشل حراكي ضده، فأبعدي عن حبيبتي، حتى تبلت مسافة اللقاء بيننا، نتيجة حدوث عراك فجائي غير متوقع للأحوال الجوية مع تيارات قطبية منطرفة لا ترحم أحدا، أقلت جميع طرقات الدفء الاستوائي، أمام الشمس، التي أوهمتنا بقناع إطلالتها. حملت مظلة الانتظار، ريثما تتوقف الأمطار الجنونية التي تشد غزارتها أكثر، أنتظر مجيء مرسال الصحو في أي لحظة، ليخبرني أن الطريق المؤدي إلى منزل حبيبتي قد جف، لكنني أخاف أن أخطو مثل هذه الخطوة الآن، خوفا من الوقوع في مطبات الغضب من الطبيعة، خوفا من الانزلاق على درج التروي، لأجد صخرة احتمالي تتحطم أمامي، نتيجة واحات الصبر الوهمية التي تمأل دربي. لكنني بالمقابل أحب كثيرا ليالي الشتاء الطويلة، أتأمل فيها موقد الرومانسية الذي يلتهم مللي، إلى أن ينفر منه البرد، الذي يحوم حوي ليعتدي على أجواء الدفء.

رثاء المرحوم الأستاذ محمد حبيب الشيخ (أبو ساهر)



من الشاعر: فتح حمادي شفاعمرو

ما بغيب نورك من خيالي
حلا اسمك ظهر نورو بلاي
معلمنا لك كل الجلاي
دوي المرحوم يا بلسم عالي
حملت اسم الطهارة والأصالي
بذلت جهدك تأدي الرسالي
يراعك سهر بأيدك ليالي
بأيدك تتمحي اسم الجاهلي
أمك راضيه عنك يا عالي
لسانك صادق وبالحق عالي
شامخ اسم أمير المثالي
يجعل مثواك أجنه يا محمد
خالد بالقلب واسمك ببالي

مهما تغيب يا نجم الأعالي
حتى لو غبت ع أليشر ظاهر
مجدك بنيتيه يعلمك أباهر
دليل معرفه بالعلم ماهر
حبيب أكل أبو ساهر يا طاهر
بينك بالأدب والعلم زاهر
ياما كنت كل الليل ساهر
بريت البراع وألسيف شاهر
أديت الأمانة ما كنت ناهر
لمع رأيك بقول الحق جاهر
شبك يا أسد البطل ساهر
يحميهم ويدعو للقادر القاهر
خالد بالقلب واسمك ببالي

كلمة حق لروح المرحوم الغالي أبو فراس-توفيق مصطفى قرطام



بقلم: إيلين سليم عاصي (حايك)

الموت الم للباقيين وليس للراحيين
اه يا ابا فراس لماذا استعجلت الرحيل؟
هذه الدرجة استعجلت رؤية ربك؟
أسئال احقا
مات؟؟ اذن هو لن
يأتي لزيارتنا بعد
الان. لانها مجرد
مزحة، بالأمس

تكلنا معه، ماذا حدث؟. عندها رأيت ذكرياتنا الجميلة شريطا يمر امام عيني. تذكرت كل شيء تذكرت فترة الاعياد عندما كنت تأتي لتعايدنا تذكرت نقاشاتنا الوطنية، تذكرت كل كلمة قلتها لي، سمعت صوتك يناديني. حينها جلست افكر. ماذا عن امك؟؟ كم هو مؤلم لها فقدان ابنها حسن السريرة. وماذا سيحل بزواجك؟؟ اين ذهب سندها في هذه الدنيا؟؟ اين ذهب زوجها دمث الاخلاق؟؟ لماذا لم تنتظر طارق حتى يعود طبيبا؟؟ الم تستطع انتظار فراس ليصبح لاعبا عالميا؟؟ وماذا عن هبة؟؟ اين ذهب والدها الحنون؟؟ اين ذهب مثلها الاعلى في هذه الحياة؟؟ كنت صديق العائلة المقرب، كل أفراد البيت يكونك يا ابا فراس. اه يا ابا فراس لازال رحيلك جرحا ينزف، عندما يبكيك الرجال قبل النساء، الاطفال قبل الكبار اعلم ان موتك فاجعة حلت على كل شخص. فصيتك الرائع، اخلاقك العالية، شخصيتك التي كانت تفرض احترامها من اول لقاء تكفي اي شخص ليحزن على رحيلك. رحمك الله يا ابا فراس واسكنك فسيح جناته.



معرقتي بك بدأت منذ ولادتي فيك الخلق والشهامة، العزة والرفعة، الأثقة والتواضع. لقد احببت بلدك وابناء بلدك بغض النظر عن لونهم وديانتهم كنت انسانا احب الانسان. فكنت مناضلا وطنيا فاعلا للخير بلا حدود. وفجأة حل صباح الاحد الحادي عشر من شهر كانون الأول وياله من صباح. استيقظت لأفجع بخبر وفاتك في البداية ظننت ان عائلتي كانت تمازحني لكن للأسف لا. حينها شعرت انني طفلة صغيرة لا تستوعب معنى الموت الحقيقي بدأت

5 نصائح بسيطة لتحسين عملية الهضم

من الأطعمة الغنية بالألياف، إضافة إلى الحبوب الكاملة مثل القمح والشوفان وغيرها. 2- تناول كميات كبيرة من الماء للتمتع بهضم صحي، ينصح بتناول كميات كبيرة من الماء تصل إلى ثمانية أكواب كل يوم إن أمكن ذلك. 3- تناول الطعام ببطء يجب الحرص على عدم الإسراع في تناول الطعام، ومضغه جيدا قبل بلعه، فبلع الطعام دون مضغه جيدا يعقد عملية الهضم، الأمر الذي يترتب عليه مشاكل مزعجة في الجهاز الهضمي، منها الانتفاخ وعسر الهضم، وغيرها. 4- تناول بكتيريا البروبيوتيك تساعد بكتيريا البروبيوتيك النافعة للجسم، في علاج بعض الأمراض المرتبطة بالجهاز الهضمي مثل الإمساك، وارتجاع المريء، ويعتبر الزبادي من أفضل الأطعمة التي تحتوي على البروبيوتيك، لذا ينصح بتناوله يوميا. 5- الأطعمة الطازجة ولضمان حسن سير عملية الهضم، ينصح بالإكثار من تناول الأطعمة الطازجة مثل الخضروات والفواكه والابتعاد عن الأطعمة غير الصحية والتي لا تحتوي على الفيتامينات والعناصر الغذائية الهامة للجسم. هذا بالإضافة إلى ضرورة الاعتدال في تناول بعض الأطعمة ومنها، القهوة والسكر ومنتجات الألبان، لأن الإكثار منها يسبب مشكلات الجهاز الهضمي.



تعد مشاكل الجهاز الهضمي من الأمراض الأكثر شيوعا في وقتنا الحاضر، فهي تسبب الانتفاخ، والغازات، والإمساك، واضطرابات المعدة وغيرها من الأعراض المرتبطة بسوء عملية هضم الطعام. وبما أن الهضم الجيد للطعام هو مفتاح الحصول على جهاز مناعي قوي، والتمتع بصحة جيدة بشكل عام، فيتعين علينا الاهتمام بكل ما يدعم كفاءة الجهاز الهضمي بأجسامنا. وهناك 5 نصائح بسيطة للمساعدة في تحسين عملية الهضم، وفق ما جاء في موقع "بولد سكاى" المعنى بالصحة: 1- تناول الأطعمة الغنية بالألياف يعتبر تناول كمية كافية من الألياف بداية الطريق الصحيح لعملية هضم الطعام والتخلص من الفضلات، كما أن الألياف تساعد المعدة في عصر السموم الموجودة في الجسم وطردها للخارج، وتعمل على خفض مستوى الكوليسترول في الدم، كذلك تعتبر الفواكه، والخضروات خاصة الورقية،

نصائح مهمة عند استخدام فرشاة الأسنان

البعض فإن الجراثيم تنتقل فيما بينها، مما يؤدي إلى تلوثها جميعا، وإن غسل الفرشاة بالماء الجاري تحت الصنبور غير كاف لإزالة كل هذه الجراثيم. كيف تتجنب ذلك؟ 1- لا تضع فرشياتك في الحمام وإذا لم تتمكن من ذلك، فعليك أن تغلق الغطاء قبل شد السيخون للحد من انتشار المياه الملوثة، وانصح عائلتك بفعل الأمر ذاته. 2- ضعها في وضع عمودي وحدها ولا تضعها في خزانة الحمام، إذ إن ضعف التهوية يعزز من نمو البكتيريا، وتجنب وضع أكثر من فرشاة بجوار بعضها حتى لا تنقل العدوى. 3- غير فرشياتك بشكل دوري حافظ على تغيير فرشياتك كل ثلاثة شهور. 4- لا تشتركها هذا شيء بديهي، ولكن لا تفكر أبدا في فعل ذلك حتى مع أقرب الأقربين لك.



رغم الأهمية البالغة لاستخدام فرشاة الأسنان في ضمان الحصول على النظافة المطلوبة لأسناننا والمحافظة عليها وبالتالي المحافظة على صحتنا، إلا أن هناك بعض النصائح التي يجب اتباعها للحصول على النتائج المرغوبة. فرشاة الأسنان تتعرض للتلوث بالفيروسات والفطريات في غضون يومين فقط من تواجدها بالحمام، حيث البيئة الملائمة للكائنات الدقيقة المسببة للتلوث. وعندما يتم تخزين فرش الأسنان بالقرب من بعضها

الضرب ممنوع تماما.. 4 طرق لمعاقبة الطفل دون إيذائه



المشابهة للتي يقوم بها طفلك في الغالب مع إبراز عواقبها الوخيمة، فعادة ما تحتوي القصص على حكايات وعبر يمكن للطفل أن يستفيد منها. بالإضافة إلى ذلك، قد تحتوي هذه القصص على العديد من المشاكل التي قد يتعرض لها طفلك، مما يتيح له فرصة التعلم والاطلاع على كيفية تجاوز مشاكله الشخصية. 4- التجاهل عادة ما يتصف الأطفال بنشاطهم المفرط الذي قد يتحول في بعض الأحيان إلى مصدر إزعاج. ويتمثل الحل الأنسب والعقاب الأمثل لمثل هذه الحالات في اعتماد أسلوب التجاهل، إذ يمكننا في مرحلة أولى أن نشرح له أنه في حال استمر في التصرف بتلك الطريقة لن نتحدث معه ثانية. وفي مرحلة ثانية، نستطيع ترك الطفل وحده في الغرفة وعدم إعارته أي اهتمام إلى أن يهدأ، ونحاول أن نوضح له سبب الغضب ومدى سوء سلوكه إثر التزامه بالهدوء. • الضرب ممنوع تماما يمنع بتاتا أن تضرب طفلك مهما كان حجم إساءته أو سوء تصرفه، وتذكر دائما أن استعمال القوة الجسدية يولد لدى الطفل شعورا بأن الأقوى على حق دائما. كما ترسخ العقوبات الجسدية في ذاكرة الإنسان، وتولد لديه إحساسا بانعدام الثقة في نفسه وفي الآخرين. وأثبت علماء النفس أن الأطفال الذين يعاقبون عن طريق الضرب، تتولد لديهم مشاعر الخوف من العقاب دون أن يدركوا فادحة تصرفاتهم. هذه النقطة تعتبر مهمة للغاية، إذ إن وظيفة العقاب لا تتمثل في إيذاء الطفل أو إرباكه وتخويفه، وإنما ترتكز بالأساس على الدور التربوي والتأديبي. ومن اللافت للنظر أنه في اليابان على سبيل المثال، يمنع منعا باتا معاقبة الأطفال الذين لم يبلغوا ثلاث سنوات مهما كان نوع العقاب.

في الواقع، مهما كان حب الوالدين للطفل، ومهما كانت العلاقة ودية ووثيقة بينهما، إلا أنه من الضروري معاقبته عندما يسيء التصرف. وبالنسبة للعديد من العائلات، تثير مسألة تأديب ومعاقبة الطفل حيرة لدى الأم والأب، فشخصية الطفل تنمو وتتطور باستمرار وبسرعة، وقد يصعب السيطرة عليه أحيانا، مما يتطلب إجراءات رديئة من قبل الوالدين. فيما قامت صحيفة Edinstve - naya الروسية بنقل 4 طرق مناسبة وسليمة يقترحها علماء النفس لعقاب الطفل: 1- الحزم - إذا كان طفلك وقحا وعدوانيا أو يرفض القيام بواجباته المدرسية، فالطريقة المثالية لعقابه هي حرمانه من الأشياء التي يفضلها، على غرار حرمانه من ألعاب الفيديو، أو من الخروج مع أصدقائه، أو من فسحة نهاية الأسبوع. وفي مثل هذه الحالة، يجب تطبيق العقوبة على الفور، أي فور قيام الطفل بالخطأ، وبالتالي، يمكن لأحد الوالدين أن يجرم طفله من بعض امتيازاته، لكن دون المساس بحاجياته الأساسية. 2- إيجابار الطفل على الاعتذار في حال ألحق طفلك الأذى بأحدكم، فالعقاب المناسب لمثل هذا التصرف هو إقناعه بالاعتذار لذلك الشخص. عادة يكون إقناع الطفل بالاعتذار صعبا للغاية، ولهذا السبب يجب أن تجبره على الاعتذار حتى يعي عواقب إلحاق الضرر بالأشخاص من حوله، في المرة القادمة. 3- كتاب أو قصة كعقاب يعد هذا الأسلوب من أعظم طرق العقاب وأروعها، فإن كان طفلك مشاغبا ومثيرا للمتاعب، من المستحب أن تعطيه قصة يطالعها ونحته على إنهاؤها. ويفضل أن تختار قصة تعكس بعض التصرفات

لا تضع هذه الأطعمة في الميكروويف

وبصفة عامة، تحتوي النقانق والهامبرغر وغيرها من اللحوم المصنعة، على مواد حافظة وأخرى كيميائية؛ بهدف تمديد فترة صلاحيتها، فيما تتحول إلى مواد سامة بمفعول حرارة الميكروويف. إذ توصلت إحدى الدراسات إلى أن تسخين اللحوم المصنعة في الميكروويف ينتج عنه الكولسترول المؤكسد المضر بالشرايين، الذي يزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. 3- الدجاج واللحوم النيئة طهي الأطعمة التي تحتوي على كثير من البكتيريا، مثل الدجاج وغيره من اللحوم النيئة، في جهاز الميكروويف، يؤدي في معظم الأحيان إلى بقاء الكثير من البكتيريا الحية في الطعام. ولهذا السبب، تعتبر هذه الطريقة في تحضير الدجاج وغيره من اللحوم النيئة تهديدا مباشرا لصحة الإنسان. 4- الخضراوات في حال كان لديك بالبيت خضراوات، من قبيل السبانخ والكرفس والبنجر، وغيرها من الخضراوات المطبوخة، تجنب تسخينها في الميكروويف. إذ تحتوي الخضراوات المطبوخة على الخترات التي تتحول إلى النيتروزامين، المسبب للسرطان، إثر تسخينها في الميكروويف. 5- حليب الأطفال في حال أقدمت على تسخين حليب الرضع في هذا الجهاز، فقد ينتهي الأمر بطفلك مصابا بحروق خطيرة؛ إذ إن الطعام والمشروبات لا تسخن بشكل متساو داخل الميكروويف، وفي بعض الأحيان يمكن أن تصبح شديدة الحرارة. لذلك، ينصح الأطباء بتسخين الحليب بالطريقة التقليدية؛ حفاظا على سلامة الأطفال.



نستخدم جميعا جهاز الميكروويف دون التقنن إلى الأضرار الكبيرة التي قد تنتج عن تسخين بعض الأطعمة فيه؛ إذ نعتقد أنه لا دليل قاطع على أن ذلك يمثل تهديدا لسلامة صحتنا. لذا قامت مجلة Mujer Hoy الإسبانية بذكر 5 أنواع من الأطعمة ستصبح خطرة على صحتنا إن قمنا بتسخينها في الميكروويف، تعرف عليها: 1- الأرز من منا لا يقوم بتسخين الأرز في جهاز الميكروويف؟ لكن هذا الأمر خاطيء، إذ يؤكد العلماء أن تسخين الأرز في الميكروويف عادة خاطئة تماما، ومضرة بالصحة. إذ بين العلماء أن الأرز يحتوي على البكتيريا العسوية الشمعية، التي تنتج جراثيم لها قدرة عالية على مقاومة الحرارة، والتي تتكاثر بشكل خطير عقب إخراج الأرز من جهاز الميكروويف. علاوة على ذلك، تفرز البكتيريا العسوية الشمعية نسبة عالية من السموم، يمكن أن تسبب الإسهال والغثيان والقيء، ولذلك، من المستحسن تسخين الأرز المطبوخ على الطريقة التقليدية. 2- اللحوم المصنعة تتحول اللحوم المصنعة إلى وجبة مضرة بالصحة في حال تم تسخينها في الميكروويف.

FOX

SALE

على المجموعة الشتوية

19 حتى 79
.90 .90

ما عدا New Arrival

شفا عمرو وسخنين

على القطع المشتركة بالحملة. الحملة حتى -1/2/17 بشبكة FOX فقط.. ما عدا حوانيت الفوائض-لا ازدواجية بالحملة والتخفيضات.. الحد الأدنى 50000 قطعة



هام للأهالي

التسجيل لصفوف الروضات والبساتين والأول

للسنة الدراسية القادمة 2018/2017

ابتداءً من 2017/1/28 ولغاية 2017/2/17

التسجيل للروضات (جيل 3 سنوات)
لمواليد 2014/12/31 - 2014/1/1
التسجيل للروضات (جيل 4 سنوات)
لمواليد 2013/12/31 - 2013/1/1
التسجيل لصفوف البساتين
لمواليد 2012/12/31 - 2012/1/1
التسجيل لصفوف الأول
لمواليد 2011/12/31 - 2011/1/1

لتسجيل الطلاب لصفوف الأول والبساتين والروضات يُطلب من الأهل التوجه إلى قسم المعارف في بلدية شفاعمرو وذلك في الأيام التالية:
□ الإثنين , الثلاثاء, الأربعاء, الخميس
من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الثالثة بعد الظهر.
□ يوم السبت
من الساعة التاسعة صباحاً ولغاية الواحدة ظهرًا.

ملاحظات :

- 1- إحصار هوية الأب والأم عند التسجيل.
- 2- دفع مبلغ 210 شاقل في صندوق البلدية تشمل 75 شاقلا رسوم تأمين, 100 شاقل رسوم كريف و35 شاقلا للسلة الثقافية (فقط للمتسجلين في روضات وبساتين البلدية).
- 3- عدم حضوركم لتسجيل ابنكم /ابنتكم خلال فترة التسجيل المقررة والمحددة لا يلزمنا تسجيله /ها في المدرسة القريبة من مكان سكنكم.
- 4- تغيير تسجيل ابنكم /ابنتكم في الروضة أو البستان يتم فقط في شهر آذار 2017, ووفقاً للأنظمة والتعليمات.
- 5- التسجيل لطلاب الروضات والبساتين التابعة للجمعيات يتم أيضا في قسم المعارف.

تمنّياتنا بعامٍ دراسيٍّ مثمر
قسم المعارف- بلدية شفاعمرو

"we love fashion" - شهر شباط بأجواء الحب والموضة في فروع H&M في جميع أنحاء البلاد

ستقام الفعالية بين الساعات 17:00-22:00 وفي إطارها سيتمتع الزبائن من تخفيض في الحانوت كجزء من يوم ممتع ومميز ويشمل: محطة تصوير (صور مغناطيسية) بأجواء عيد الحب، محطة لتنسيق الزهور، محطة للمكياج، بار قهوة ومشروبات مدلاة. المزيد من المعلومات حول موقع الحفل والأوقات يمكن إيجادها في صفحة الفيسبوك الخاصة بـ H&M: [/https://www.facebook.com/hm](https://www.facebook.com/hm)



إليك قائمة الحوانيت وتاريخ الفعالية في كل حانوت:

التاريخ	اليوم	الكنيون
1 شباط	الأربعاء	كنيون عوفر كزيون
2 شباط	الخميس	كنيون بات يام
5 شباط	الأحد	كنيون أيلون
6 شباط	الاثنين	كنيون عزريئيلي القدس
8 شباط	الأربعاء	كنيون عوفر بيتح تكفا
9 شباط	الخميس	كنيون عوفر رحوفوت
13 شباط	الاثنين	أشدود BIG FASHION
14 شباط	الثلاثاء	شفعات هكوخافيم هرتسليا

أيها الرجال، استعدوا! بدأت حملات نهاية الموسم في شبكة "رنوار"

غنية من القطع وشراء كل ما يرغبون فيه بأسعار مريحة، والأهم الظهور بطلّة رجالية عصرية وحديثة. في الحملة تجدون: بناطيل جينز وغيرها بأسعار ابتداءً من 69.90 ش.ج., معاطف ابتداءً من 149.90 ش.ج., تي شيرت ابتداءً من 39.90 ش.ج., قمصان ابتداءً من 69.90 ش.ج., بلوزات وجرابي (كرديجان) ابتداءً



من 69.90 ش.ج. لا تفوتوا الفرصة! تفضلوا إلى حوانيت رنوار أو زوروا الموقع renuar.co.il, اشترؤوا بأسعار مريحة وأحصلوا على طلة أنيقة.

حملات نهاية الموسم في شبكة "رنوار" في عزها وتعرض على الرجال تشكيلة واسعة من القطع والتصاميم والألوان الجذابة، وكل ذلك بأسعار مدهشة. الحملات تتيح للرجال التمتع من مجموعة

مملكة الازهار والهدايا والشوكولاته



DREAMS

04-6960990

تدعوكم لزيارة اجمل وافخم
معرض في شفاعمرو والمنطقه



DREAMS



04-6960990

المحل مفتوح يومياً ما عدا يوم الاحد
بإدارة احلام بشوتي بجانب ملحة ربيع بشوتي

نوال الزغبى بانتظار الطلاق!!!

مؤكدة أنها لا تفكر بالزواج مطلقاً. وقالت إن المرأة عندما تأخذ قراراً بالانفصال عن زوجها فهذا يكون نابغاً من رغبتها في الشعور بالحرية، مؤكدة أنها لا تطمح بالزواج مرة ثانية وتفكيرها بعيد من هذا العالم، وقالت: "مش عايزة رجالة خالص، الرجل لا يقدم ولا بأخر". ولفتت إلى أنها تتولى مسؤولية تربية أولادها ولا تنتظر أن تعتمد على أحد، بدون أن ترفض فكرة دخول الرجل في حياتها ضمن أساسيس معينة انطلاقاً من حاجتها إلى الأمان والحب والحنان، مضيفاً: "أريد أن أعيش كامرأة إلى جانبها رجل وليس العكس". وأشارت الزغبى إلى أن الرجل الشرقي ينزعج من تنويع زوجته كنجمة، وقالت:



"الرجل الشرقي يحب أن يكون هو النجم في الزواج". وفي موضوع الخيانة، أكدت أنها لا يمكن أن تغض النظر إذا علمت بخيانة زوجها على اعتبار أن هناك شيئاً انكسر ولا يمكن إصلاحه.

صرحت الفنانة نوال الزغبى أن المرأة يجب أن تكون قوية أمام الرجل حتى لا يضيع حقها وقالت "أنا أخذت حقى بيدي"، كاشفة أن طلاقها من زوجها إيلي ديب سيتم رسمياً بين شهر وآخر.

راغب علامة يكشف الأسرار لعمرو أديب.... وأحلام: "لن أمنحك شرف لقاء الملكة"



يتولى فيها التحكيم، قائلاً: «نجوى كرم بنت أصول». وسأل عمرو راغب عن خناقاته مع زوجته، فداعبه راغب بقوله: «اتخانق معها كل عشر دقائق لأن أكثر ما يضايقها منه أنه لا يخطط وإنما يتخذ قراره في آخر وقت، ومن الممكن أن يكون جالس بالليل ويطلب منهم تحضير حقيبة سفره وهذا ما يجعل زوجته تشك فيه». وبعد بث الحلقة، نشرت الفنانة الإماراتية أحلام عبر صفحتها الخاصة على أحد مواقع التواصل الاجتماعي، صورة تظهر دعوة وجهت إليها من برنامج كل يوم جمعة، مع عمرو أديب، لإستضافتها في حلقة من البرنامج، إلا أنها رفضت الطلب. وعلقت أحلام على الصورة، قائلة: "لن أمنحك شرف لقاء الملكة، ولا أتشرف بك ولا بلقائك، من حق كل شخص أن يحلم، لكن احلم على قدك عمرو أديب".

تحدث الفنان اللبناني راغب علامة، عن خلافاته مع الفنانة الإماراتية أحلام، وسبب تركه لتحكيم برنامج «أراب أيدول». راغب علامة، قال خلال استضافته في برنامج «كل يوم»، مع الإعلامي عمرو أديب والمذاع عبر فضائية ON E: «إنه قرر أن يترك برنامج أراب أيدول بعد الموسم الثاني لأنه لم يشعر بالراحة والفرح خاصة بعد الأزمة الأخيرة والمشادة بينه وبين الفنانة أحلام، لافتاً إلى أن وجوده مسيطراً في البرنامج كان من الممكن أن يضايق رجل وليس سيدة». وأضاف: «أنه لا توجد صداقة تجمعهم بالمطربة أحلام، حتى من قبل الأزمة الأخيرة بينهما في أراب أيدول». ورد على سؤاله لعمرو أديب، حول أنه كثير المزاح مع نجوى كرم في أحد برامج المسابقات التي كان

نانسي عجرم تتألق في عرض إيلي صعب

حضرت النجمة اللبنانية نانسي عجرم برفقة زوجها الدكتور فادي الهاشم عرض مصمم الأزياء اللبناني العالمي إيلي صعب لمجموعة ربيع وصيف 2017 ضمن أسبوع الموضة في العاصمة الفرنسية باريس. وقد تألقت نانسي عجرم بفستان قصير باللون الأسود وتصريحة شعر جميلة فسرقت الأنظار بأنقتها ورافقتها عدسات المصورين الذين إحتشدوا حولها والتقطوا لها أجمل الصور التذكارية. وقد نشرت نانسي عجرم مجموعة من الصور من العرض فبدت بغاية الجمال والراقي وأشعلت قلوب عشاقها بإبتسامتها التي لم تفارق وجهها ولا حتى للحظة واحدة. على صعيد آخر، تستعد النجمة نانسي عجرم لطرح ألبومها الجديد والتاسع في مسيرتها الفنية بعنوان "حاسة بيك" خلال شهر شباط/فبراير المقبل وسط حملة دعائية واسعة تشمل الدول العربية والأسواق الرقمية الكبرى كافة.



تامر هجرس بخطر!!!



عاجلة في النخاع الشوكي. وبناء على نصيحة الأطباء سافر تامر إلى ألمانيا وخضع للجراحة هناك، وكشف هجرس أنه خلال خضوعه للجراحة حدث خطأ طبي بسيط جعل العملية تستغرق سبع ساعات بدلاً من ثلاث كما كان مقرراً. وعاد هجرس قبل أيام إلى مصر لإستكمال فترة العلاج الطبيعي. ورجح بعض الأطباء أن تكون المبالغة في الحركات الرياضية في النادي الرياضي هي السبب في هذا المرض.

كشف الممثل المصري تامر هجرس أنه خضع لعملية جراحية في ألمانيا وأن حالته الصحية أصبحت في تحسن مستمر. وعن مرضه كشف أنه علم في مطلع شهر ديسمبر/كانون الأول 2016، أنه مصاب بشلل في العمود الفقري، وأكد له الأطباء حينها أن صحته في خطر، الأطباء أكدوا أنه معرض للإصابة بالشلل إذا لم يخضع لجراحة

أحمد السقا في السباق الرمضاني "بالحصان الأسود"

ينطلق الممثل المصري النجم أحمد السقا بتصوير مسلسله الجديد "الحصان الأسود" بداية شهر شباط/فبراير المقبل في مواقع تصوير وإستوديوهات ضخمة تم تجهيزها وفق مشاهد العمل. ومن المقرر أن يعرض المسلسل خلال السباق الرمضاني المقبل وهو من تأليف محمد سليمان عبد الملك وإخراج أحمد خالد موسى وإنتاج صادق الصباح ويشترك في بطولته إلى جانب أحمد السقا مجموعة من الفنانين والممثلين ومنهم صبري فواز، محمد فراج، أحمد العوضي، ميرنا نور الدين، محمود حجازي. نفيذ بالذكر أن أحمد السقا أنهى تصوير فيلم "هروب إضطراري" خلال اليومين المقبلين على أن يعرض في الصالات السينمائية خلال موسم عيد الفطر المقبل وهو من تأليف محمد سيد بشير، إخراج أحمد خالد موسى وإنتاج محمد السبكي.



جديد.. جديد! في كانتري أفيك

مركز كارلينور
مركز הספורט - קאנטרי אפק

**علاجات مختلفة من الطب البديل بمراقبة طبية
بالإضافة الى جميع التدليكات المدللة المتنوعة**

**تدليك سويدي
تدليك للرياضيين
تدليك بالزيوت العطرية
علاج بالشمع الهوبي
علاج بالحجارة الساخنة
علاج الحمامة (كاسات هواء)**

بمناسبة الافتتاح نعلن

عن يوم كفيف فقط بـ 100 ش.ج

يشمل : تدليك

استعمال الساونا والجاكوزي

السباحة في بركة سباحة ساخنة

* تخفيضات لأعضاء صناديق المرضى "موشلم"

* ارجاع كامل من شركة التأمين

* تخفيف وزن حتى 10 كغم في الشهر

تعيين الأدوار مسبقاً على رقم 0528871100

سامسونج تكشف : خلل في البطاريات هو سبب انفجار جلاكسي نوت 7



SAMSUNG Galaxy Note7

بطاريات هاتفها، والذي تسبب في سحبه من كل الأسواق العالمية، وخسائر مادية فادحة. وأوضحت قائلة إن نحو 700 مهندس فحصوا ما يقرب من 200 ألف جهاز و30 ألف بطارية؛ للوصول إلى السبب الحقيقي وراء انفجار البطاريات. وكانت "سامسونج" قد أعلنت في أكتوبر الماضي، إيقاف إنتاج "جلاكسي نوت 7" وسحبه من جميع الأسواق العالمية، بعدما تكبدت خسائر قدرت بـ3 مليارات دولار أمريكي.

أعلنت شركة "سامسونج" الكورية الجنوبية، رسمياً، السبب الحقيقي وراء انفجار هاتفها "جلاكسي نوت 7"، الذي تسبب لها في أزمة كبيرة أضرت بسمعتها. وقالت الشركة الكورية الجنوبية، في بيان رسمي، إن السبب يرجع إلى اكتشافها عيوباً في تصميم وإنتاج بطاريات جهاز "جلاكسي نوت 7". وأشارت الشركة إلى أنها كلفت 3 مؤسسات مستقلة لإجراء تحقيقات في قضية انفجار

تحاول دائماً أن تجد لك مكاناً مميزاً بين الآخرين. يحالفك الحظ ولكن لا يحدث ذلك كثيراً، كن على يقين أن بإصرارك ستوف تصل إلى ماتريد، لا تمل ولا تكل في السعي للحلم حتى تحالفك الأقدار وتصل إليه.



توجد بعض المشاكل في الأجواء، حاول أن تتخطاها بقليل من الهدوء والصبر، فالأجواء لا تتحمل أن يكون هناك شد أكثر من ذلك حتى لا تتولد ضغوط نفسية تجلب كثير من المشاكل في الفترات القادمة.



لديك الكثير من الطاقة التي تساعدك على الحفاظ على العلاقة الرومانسية وستكتشف في الفترة المقبلة ضرورة عدم التركيز على الماضي لأن النظر إلى الوراء لن يترك لك الفرصة للتقدم. احرص على تناول المشروبات الدافئة كل مساء لنوم هادئ وعميق.



تواجه منعطفاً غير متوقع في حياتك العاطفية، وقد يتسبب هذا في أن تعيد النظر في قرار مهم اتخذته مؤخراً، ولكنك ستدرك قريباً أنه لا يمكنك تغيير ما حدث بالفعل. لن ننفذ ما نريد لأننا نعلم أنك لن تتخلص من شعورك بالذنب.



تجيد طوال الوقت اقتناص الفرص والصفقات الجيدة، لكنك على الصعيد الإنساني لا تتمتع بالحس نفسه الذي يجعلك تترك قيمة المحيطين بك قبل فوات الأوان. أنت عصبى المزاج هذه الأيام وتواجه مشاكل مع شريك حياتك بسبب هذا الأمر، لأن مشاكل العمل تنعكس وتؤثر على واقعك وحالتك العاطفية هذه الأيام.



ابتسم ففي الطريق أخبار سارة لك. سترى نتيجة مجهوداتك اليوم. في الحقيقة، السماء لا تمطر ذهباً ولكن ترسل أخباراً سعيدة وأمنيات عند تحققها تكون الأيام الحوت جميلة. الأحلام لا تتحقق إلا بالجهد والمثابرة، لذا عليك أن تمسك بهذه الصفقات لتصل دائماً إلى القمة. الرياضة تخلصك من التوتر، فاحرص على ممارستها صباحاً ومساءً.



يوم مميز وجميل على كافة الأصعدة، ولكنك للأسف مازلت تشعر بالإحباط بسبب المشاكل التي تعرضت لها الفترة الماضية في العمل. عليك أن تراجع قراراتك العاطفية التي اتخذتها الفترة الماضية. وأن تتحلى بقوة الإرادة والعزيمة حتى تصل إلى ما تريد.



مزاجك اليوم متقلب وتبدو عدوانياً بعض الشيء. عليك أن تثبت للعالم بأسره أنك شخص مميز في كل المجالات وتستطيع أن تتكيف مع أي عمل أو مهمة جديدة. تشعرك بالغضب بسبب فقدان الاتصال بشخص ما مهم بالنسبة لك.



خلال الأيام القليلة الماضية، اتخذت قراراً للعمل بشكل منتظم لتحقيق الاستقرار الوظيفي، ولكن يبدو أنك لم تكن جاداً في قراراتك. جوائز ستحصل على مفاجأة غير متوقعة من شخص ما اليوم وبالتحديد في المساء. حاول أن تتغلب على العوائق التي تواجهك هذه الفترة.



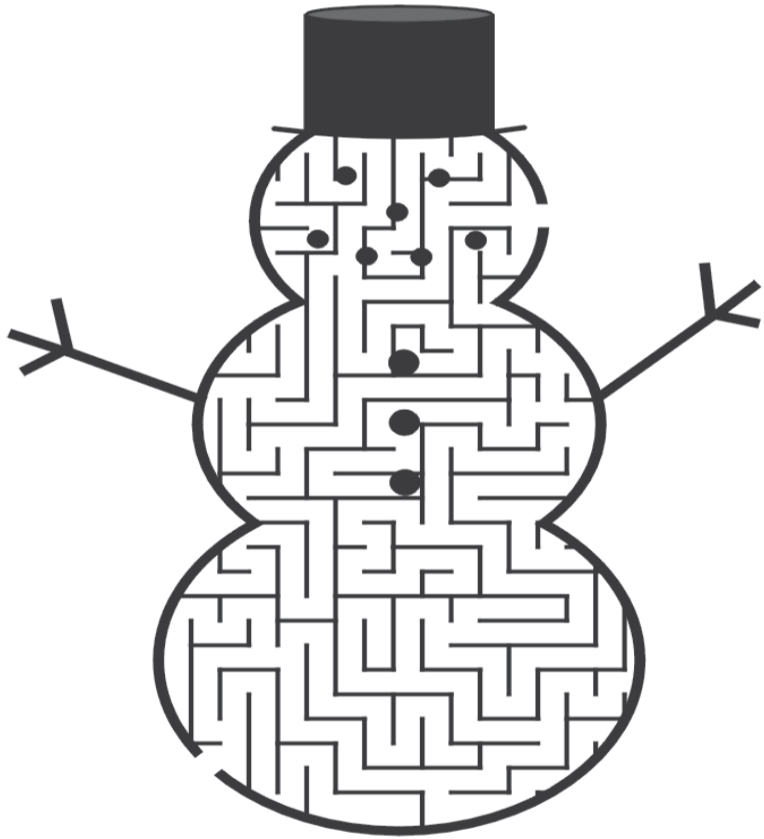
ربما تشعرك اليوم ببعض القلق بسبب خوفك على مستقبلك المهني. ربما تشعرك بالقوة أحياناً ولكن غالباً ما يطغى الشعور بالخوف والضعف عليك. أمامك فرصة جيدة اليوم لتبدأ من جديد. عليك أن تحترم مواعيدك مع الآخرين حتى لا تفقد احترامهم لك.



تتصدى هذه الأيام لكثير من المشاكل في محيط العمل. لا تحاول أن ترى الدنيا بعيون كئيبة، حاول أن تطرق أبواب الأمل والتفاؤل لتشعر بالسعادة حتى مع وجود المشاكل فلا يوجد حياة بدون متاعب وعليك أن تتصدى لها بالحكمة.



تشعر بالانسجام هذه الأيام مع الحبيب، لذا عليك أن تحافظ على الهدوء هذه الفترة وحاول الاستفادة من المشاكل التي مرت بكما لتكون الحياة بينكما في أفضل حال، تنسم بالحكمة في أصعب الأمور، وعليك أن تعمل على ذلك طوال الوقت حتى تكون في أمان.



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

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
									1
									2
									3
									4
									5
									6
									7
									8
									9
									10



أفقية: 1- كاتب فرنسي راحل له مؤلفات اجتماعية كان لها تأثير كبير في تطور الدستور الفرنسي أبان الثورة -2 أسطول ضخ لا يقهر أرسله ملك اسبانيا لغزو انكلترا فأغرقت العواصف - غير متعلم -3 لؤلؤ - فقير -4 ما يستتر به من العدو كالحائط - ضمير متصل -5 حرف عطف - دولة الكيان الغاصب -6 عائلة عالم صيدلة فرنسي راحل رائد العلاج الكيميائي - مسالك ومقاصد -7 الوقت من طلوع الفجر الى غروب الشمس - أكل الطعام - عائلة نائب لبناني حالي -8 عمر - معظم الماء -9 بلل في الحائط من المطر - الحمل -10 ذكر النحل أو أميرها - رقصة لبنانية

عمودية: 1- ممثل تلفزيوني لبناني راحل -2 إنتفاخ في الجلد من جراء مرض أو صدمة - أحرف متشابهة - بيت عنكبوت -3 ثرثار - قبر -4 بطل شرائط مصورة له مغامرات متعددة مع كلبه ميلو - الآن بالأجنبية -5 حاجز مائي - نبي - قلب -6 عائلة سياسي مجري راحل : أمين عام الحزب الشيوعي ورئيس حكومة لمرتين - كشط الجلد عن الخروف -7 مصور - الأماكن العالية في الجبال -8 مدينة في جنوب السودان على بحر الغزال - أستنطق -9 عائلة رسام فرنسي عمل عند الملك لويس الرابع عشر - حل -10 رئيس حكومة سابق ونائب لبناني حالي

اثاث الياسمين طمرة

Quality & price يعني راحتك، جودة واسعار

اثاث فخامة - استيراد مباشر من تركيا • اثاث هبية - استيراد مباشر من امريكا • اثاث صناعة محلية - رقي نصاميم والوان



6 مقاعد جلد / قماش كل الالوان بدل 8,900 فقط 5,900



مزنون خشب "الون" قحطتين - سعر مغربي 3,400 فقط!



6 مقاعد ashley بدل 8,800 فقط! 6,400



زاوية فخمة + كرسي هدية
بدل 11,500 فقط 7,800



8 مقاعد - اثاث فخامة
بدل 12,900 فقط 7,900



8 مقاعد - اثاث فخامة بدل 12,900 فقط! 7,900